



**CENTRO DE INVESTIGACION Y ESTUDIOS AVANZADOS  
DEL INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL  
UNIDAD MÉRIDA  
DEPARTAMENTO DE ECOLOGÍA HUMANA**

**INFLUENCIA DEL CUIDADO PARENTAL EN LA ALIMENTACIÓN Y  
CRECIMIENTO POR GÉNERO**

**Tesis que presenta**

**Mayra Luz Vera Avilés**

**para obtener el Grado de**

**Maestra en Ciencias**

**en la Especialidad de Ecología Humana**

**Directores de tesis:**

**Dra. María Teresa Castillo Burguete**

**Dr. Federico Horacio Dickinson Bannack**

Mérida, Yucatán, octubre de 2010

## Dedicatoria

*El mejor legado de un padre a sus hijos es un poco de su tiempo cada día.*  
Orlando Aloysius Battista  
(1917-1995)

A mi familia, por mis hábitos, fortalezas y áreas de oportunidad  
A mamá y papá, por hacerme curiosa y obstinada  
A mis hermanos por entrenarme en la desigualdad  
A David, por los sueños de nuestra nueva familia

## **Agradecimientos**

Para concluir una tesis es necesario reunir constancia, disciplina, autoaprendizaje y esfuerzo, pero nada de eso sería suficiente si no hubiera el acompañamiento tutelar y personal y el apoyo económico y administrativo brindado por diferentes personas e instituciones.

En primer plano quiero agradecer al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt) por el apoyo financiero otorgado durante la realización del posgrado (registro de beca No. 289051), especialmente por el apoyo económico de su programa Beca Mixta, que me brindó la invaluable experiencia de realizar una estancia en la Universidad de Surrey, Inglaterra, a través de la cual enriquecí mi formación en el posgrado y el documento que hoy presento. Esa estancia de investigación no hubiera sido posible sin el apoyo económico brindado por el Centro de Investigaciones y de Estudios Avanzados del I.P.N – Unidad Mérida a través del Fondo Yucatán proporcionado por el Gobierno del Estado.

Al Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional (Cinvestav), Unidad Mérida, por brindarme la oportunidad de tener un aprendizaje continuo a través de profesores con una formación académica sólida que realizan investigación de calidad. Especialmente al Departamento de Ecología Humana y su Colegio de Profesores que cuatrimestre a cuatrimestre contribuyeron a dar una mejor forma a esta tesis. De igual manera agradezco al personal de apoyo del Departamento, específicamente a la Ing. Ligia Uc por su apoyo en el manejo de la base de datos y pruebas estadísticas y las Sras. Martha Chan, Leonor Chablé y Dalila Góngora por su infinita paciencia y amabilidad, sin ustedes el Departamento se vendría abajo.

Gracias a los Laboratorios de Somatología y de Investigación y Participación Comunitaria por los recursos materiales y espacio físico brindados durante estos dos años de trabajo. Sobre todo, por la oportunidad de integrarme en un equipo de trabajo y aprender de la experiencia compartida.

A la Secretaría de Educación Pública del Estado de Yucatán por permitirme la entrada a las escuelas primarias y a los directores y maestros de cada una de esas escuelas por su tiempo, apoyo e interés en esta investigación. A las estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma de Yucatán, Andrea Pérez y Carolina Zumárraga, por su participación durante el trabajo de campo. A los padres y madres de familia, niños y niñas que nos brindaron su tiempo, experiencias y disposición, sin ellos no hubiera sido posible nada de esto.

A la Dra. Jane Ogden, porque con su trabajo de investigación ayudó en el diseño de cuestionarios y análisis de datos.

La tesis que ahora presentamos no sería la misma sin los valiosos comentarios del comité asesor. Dra. María Dolores Cervera Montejano, mil gracias por estar siempre dispuesta a compartir su experiencia y conocimientos. Dra. Judith Elena Ortega Canto, lectora externa, por su intervención en la revisión final de la tesis, gracias.

Hay medios de aprendizaje formal y no formal; en definitiva, este trabajo no sería el mismo sin el acompañamiento de mis compañeros de generación, LDG Miguel Cetina, Biol. Mariana Rodríguez y Biol. Mauricio Hernández, sus sugerencias, regañones, aliento, puntos de vista, cuestionamientos y experiencia de vida le han dado un toque especial a esta tesis, pero mucho más a mi persona y formación profesional.

Por último, quiero agradecer a las personas más importantes en el desarrollo de esta investigación, mis directores de tesis. Dra. María Teresa Castillo Burguete, gracias por su entrega constante, su acompañamiento cercano, confianza y por recordarme que si ponemos atención en cada momento aprendemos algo, gracias por enseñarme a mirar mejor. Al Dr. Federico Horacio Dickinson Bannack, a quien le debo el haberme dado la oportunidad de entrar en este mundo de la investigación en ecología humana, gracias por su paciencia y constancia, por confiar en mí, señalar mis fallas y exigir una mejora constante; a ambos por su ejemplo de vida.

## Resumen

La alimentación es una necesidad biológica mediada por el ambiente físico, cultural y social. No comemos lo más conveniente o mejor para nuestra salud, sino lo que nos gusta y enseñan a comer. La formación de hábitos y preferencias alimentarias se da en un marco cultural y social cuyo ámbito inmediato de aprendizaje es la familia y en el cual madres y padres tienen un papel muy importante.

El objetivo de esta investigación es identificar la influencia de los hábitos parentales sobre la alimentación y crecimiento de niñas y niños de 10 años de edad de Mérida, Yucatán, los datos fueron obtenidos durante los meses de septiembre de 2009 a enero de 2010, en escuelas primarias de la zona oriente de la ciudad. Se localizaron a niños que vivieran con ambos padres, todos los participantes ( $n = 60$ ) respondieron cuestionarios dietéticos y de hábitos alimentarios; además a los niños se les pesó y midió en sus escuelas. Posteriormente se seleccionó una submuestra de padres y madres ( $n = 8$ ), para la fase cualitativa, a quienes se les realizaron entrevistas semiestructuradas.

Los resultados encontrados señalan que la frecuencia de consumo de alimentos de ambos padres difiere de la de sus hijos. Los gustos entre hijos, padres y madres son diferentes, éstos tienen una preferencia mayor por alimentos típicos mientras que los niños prefieren la “comida rápida”: hamburguesas, pizzas y *hot dogs*. Se encontró relación directamente proporcional ( $p \leq 0.004$ ) entre el consumo de verduras de madres e hijas. Aunque estadísticamente no se encontraron diferencias en el consumo infantil por sexo, padres y madres consideran que los niños tienen una tendencia mayor hacia las golosinas que las niñas y deben consumir mayor cantidad de alimento por tener más actividad y fuerza en comparación con las niñas. El 43.3% de la muestra de niños y niñas tiene obesidad, de acuerdo a su Índice de Masa Corporal para la edad.

La falta de relación en la frecuencia de alimentos consumidos y los gustos de los niños con sus padres y madres puede relacionarse con diferentes aspectos como que padres y madres tengan un empleo formal fuera de casa y por esto los tiempos de convivencia entre semana se reduzcan; también puede deberse a la influencia del ambiente escolar y a la publicidad de la industria alimentaria cuyas estrategias en buena medida se dirigen a los niños. No hay diferencias estadísticas entre el consumo de niñas y niños, sin embargo, la relación encontrada entre el consumo de verduras de madres e hijas y las respuestas de padres y madres sobre el cuidado alimentario diferencial por género indica que hay una posible diferenciación en el cuidado parental por género.

Concluimos que padres y madres influyen en el tipo de alimentos que hijos e hijas consumen pero no en la frecuencia. La dieta familiar está influida en buena medida por la dinámica laboral de los padres y los gustos de los niños quienes intervienen en la alimentación sugiriendo los alimentos y guisos a consumir. En cuanto a las diferencias alimentarias por género no son evidentes y sólo podemos suponer que están presentes por las recomendaciones distintivas de los padres, pero es necesario investigar más al respecto.

## Abstract

Food is a biological necessity mediated by the physical environment, cultural and social. We do not eat it the best or more convenient for our health, we eat as we like and taught us to eat. The formation of habits and food preferences occurs in a cultural and social context within which learning is immediate family and where parents have an important role.

The objective of this research is to identify the influence of parents on food habits and growth of children 10 years old from Mérida, Yucatán, data were collected during the months of September 2009 to January 2010, from primary schools within east area of the city. We looked for children who lived with both parents, all participants (n = 60) answered dietary and eating habits questionnaires, in addition children were measured (weight, height and circumferences) in their schools. Then was selected a subsample of parents (n = 8) for the qualitative phase, who were interviewed.

The results indicate that the frequency of food consumption of both parents differs from that of their children. The food preferences between children and parents are different too, they have a higher preference for traditional foods while children prefer fast food: hamburgers, pizza and hot dog. Was found a direct relationship ( $p \leq 0.004$ ) between vegetable intake of mothers and daughters. Although statistically there was no difference in children's consumption by sex, parents believe that men have a greater tendency toward eating sweets and more food amount because they have more activity and strength than girls. 43.3% of the sample of children are obese, according to their BMI for age.

The lack of relationship with the frequency of foods consumed and the likes of their parents could relate to different aspects like the parents' formal job outside home that reduce family time, and may also be due to the influence of school environment and food industry advertising strategies which are specifically aimed at children. The relationship found between vegetable intake of mothers and daughters and parents' responses about the gender differences in food care suggests that there are differences in the amount and type of food children consume, although these were not found through food frequency.

We conclude that parents influence in the type of food that children eat but not in the frequency. The family diet will be largely influenced by the parent's work routine and the likes of children, who involved in the feeding suggesting stews and food to consume. As for food gender difference is not exist, and can only assume that they are present for the parental speech, but is necessary investigate further.

## Contenido

Dedicatoria .....	i
Agradecimientos.....	ii
Resumen .....	iv
Abstract .....	v
1. Introducción .....	1
2. Marco Teórico.....	4
2.1 Elección de alimentos .....	5
2.2 Organización familiar.....	11
2.3 El género en las prácticas alimentarias.....	14
2.4 Características del crecimiento en la edad escolar .....	20
2.5 Alimentación.....	21
3. Justificación .....	24
4. Objetivo general: .....	26
4.1 Objetivos específicos: .....	26
4.2 Hipótesis.....	26
5. Metodología.....	27
5.1 Fase cuantitativa .....	27
5.1.1 Instrumentos y variables del estudio .....	29
5.1.2 Análisis de datos. Fase cuantitativa .....	31
5.2 Diseño de la submuestra. Fase cualitativa .....	32
5.3 Aplicación de entrevistas.....	34
5.3.1 Análisis de contenido.....	34
6. Metodología .....	36
6.1 Descripción de la muestra .....	36
6.2 Hábitos alimentarios.....	37
6.2.1 Actividades durante los tiempos de comida.....	37

6.2.2 Dieta .....	42
6.2.3 Comparación de la dieta de los padres y madres con la de los hijos ..	50
6.3 Crecimiento .....	54
6.4 Resultados fase cualitativa.....	56
7. Discusión .....	71
8. Conclusiones.....	86
9. Referencias .....	87
Anexos .....	95
Anexo I .....	96
Anexo II .....	97
Anexo III .....	98
Anexo IV.....	99
Anexo V.....	101
Anexo VI.....	104
Anexo VII.....	106
Anexo VIII.....	110

## Índice de tablas

Tabla 1. Equivalentes* recomendados para escolares por día. ....	22
Tabla 2. Características de los padres y madres que conformaron la submuestra de acuerdo a los criterios de selección establecidos. ....	33
Tabla 3. Ingreso familiar mensual en pesos. ....	36
Tabla 4. Frecuencia con la que padres, madres e hijos realizan los tiempos de comida* ....	38
Tabla 5. Alimentos de cada grupo de alimentos consumidos con mayor frecuencia*. ....	43
Tabla 6. Alimentos comúnmente consumidos en la escuela comparándolos con la frecuencia de consumo en casa. ....	47
Tabla 7. Alimentos favoritos de padres, madres y niños. ....	49
Tabla 8. Alimentos favoritos* más frecuentes de niñas y niños. ....	50
Tabla 9. Medidas de tendencia central del consumo por grupo de alimentos de padres, madres y niños. ....	51
Tabla 10. Diferencias del promedio de consumo* por grupo de alimentos entre madres e hijos. ....	52
Tabla 11. Diferencias del promedio de consumo* por grupo de alimentos entre padres e hijos. ....	52
Tabla 12. Relación entre los grupos de alimentos consumidos por padres, madres e hijos ....	53
Tabla 13. Diferencias del consumo* de azúcares y cereales entre hijos de madres que trabajan fuera de casa y las que están en casa. ....	54
Tabla 14. Estado nutricional de los niños estudiados de acuerdo al índice de masa corporal para la edad (IMC/edad) ....	54
Tabla 15. Estado nutricional de los niños de acuerdo al Índice de Masa Corporal para la edad (IMC/edad) por sexo ....	55
Tabla 16. Estado de crecimiento de los niños de acuerdo a la talla para la edad ....	55

Tabla 17. Estado de crecimiento de los niños estudiados de acuerdo a la estatura para la edad, por sexo .....	55
Tabla 18. Frecuencia con la que los niños desayunan solos o acompañados.....	56
Tabla 19. Alimentos de consumo frecuente por los niños en los desayunos por período de semana .....	57
Tabla 20. Frecuencia de niños que consumen <i>lunch</i> en la escuela y alimentos consumidos en ésta. ....	59
Tabla 21. Razones para escoger los guisos consumidos en el desayuno.....	59
Tabla 22. Lugar y personas con quienes los niños almuerzan.....	60
Tabla 23. Motivos por los que cambian los guisos en fines de semana.....	61
Tabla 24. Guisos consumidos en el almuerzo entre semana y lugar de consumo.....	62
Tabla 25. Guisos consumidos para el almuerzo o comida en fin de semana y lugar de consumo. ....	62
Tabla 26. Rol de abuelos, madres y padres en relación a los niños .....	64
Tabla 27. Personas que acompañan a los niños a cenar y motivos.....	65
Tabla 28. Alimentos frecuentes durante las cenas.....	65
Tabla 29. Guisos consumidos en la celebración de cumpleaños de los niños según el tipo de reunión.....	66
Tabla 30. Respuestas dadas sobre las diferencias entre los gustos de niños y niñas .....	68
Tabla 31. Respuestas sobre las diferencias de la cantidad del consumo de alimentos recomendados para niñas y niños.....	69

## Índice de gráficas

Gráfica 1. Edad de los padres y madres de la muestra.....	36
Gráfica 2. Distribución de la escolaridad de ambos padres .....	37
Gráfica 3. Porcentaje de padres, madres e hijos que evitan comer ciertos alimentos porque creen que engordan. ....	40
Gráfica 4. Porcentaje de padres, madres e hijos que agregan sal a su comida antes de probarla. ....	40
Gráfica 5. Porcentaje de padres, madres e hijos que realizan otra actividad mientras comen (como ver televisión y leer). ....	40
Gráfica 6. Porcentaje de padres, madres e hijos que comen aunque no tenga hambre .....	41
Gráfica 7. Porcentaje de padres, madres y niños que consumen alimentos <i>light</i> .....	41
Gráfica 8. Porcentaje de padres, madres y niños que terminan de comer antes que todos .....	41
Gráfica 9. Distribución del consumo de alimentos del grupo de cereales entre ambos padres y niños.....	42
Gráfica 10. Distribución de consumo de cereales de niños.....	43
Gráfica 11. Comparación sobre el consumo de alimentos de origen animal entre ambos padres y niños.....	44
Gráfica 12. Comparación del consumo de frutas entre ambos padres y niños.....	45
Gráfica 13. Comparación del consumo de verduras entre ambos padres y niños. ....	46
Gráfica 14. Comparación del consumo de alimentos del grupo de azúcares entre ambos padres y niños.....	47
Gráfica 15. Comparación del consumo de alimentos del grupo de leguminosas entre ambos padres y niños. ....	48
Gráfica 16. Comparación del consumo de alimentos del grupo de aceites y grasas entre ambos padres y niños. ....	48

## **Índice de figuras**

Figura 1. Diseño metodológico.....	27
Figura 2. Fase cualitativa .....	33

## 1. Introducción

La alimentación es un proceso vital que está involucrado en la naturaleza de todas las especies pero en la nuestra se convierte en un proceso más complejo debido a que no se puede separar de la cultura.

Además de la necesidad biológica de búsqueda de alimento, la alimentación es una fuente de placer al estimular los sentidos y que orienta la selección de alimentos y consumo según las características organolépticas. Las pautas socioculturales determinan el patrón de consumo de alimentos superponiéndose incluso a los impulsos fisiológicos y organolépticos. La alimentación funciona también como medio de relación e interacción cultural, social y ambiental, es producto del entorno social y, por lo tanto, es un rasgo característico de la cultura y ecosistemas locales; en síntesis, la alimentación es una interacción de influencias ambientales, cognitivas, fisiológicas y socioculturales (Birch 1998; Contreras 2002; Bourges 2004).

La selección de alimentos en los niños<sup>1</sup> ocurre, en principio, a través de una serie de normas que los padres enseñan; un niño pequeño generalmente no controla su alimentación sino que todos los alimentos que recibe son escogidos por los padres (Birch y Fisher, 1998). Sin embargo, al ir creciendo y tener un poco más de independencia se tiene mayor control sobre ésta, aunque los padres continúan controlándola parcialmente, ya sea a través del acceso, restricción, reglas establecidas, normas o consejos.

En la familia se aprenden y ponen en marcha prácticas higiénicas, reparten los recursos, conforman patrones alimentarios y distribuyen los alimentos con base en relaciones de parentesco, género y generación. También se distribuyen el poder y estructuran derechos y obligaciones en la procuración del bienestar de sus integrantes, lo que lleva a la familia a tener un papel crucial en las diferentes formas de nacer, crecer, vivir, enfermar, envejecer y morir (Martín y López 2007).

---

<sup>1</sup> Hay un sesgo de género en nuestro idioma; el plural “niños” se usa tanto como plural de “niño” relativo al género o sexo masculino como a un grupo de individuos formado por niños y niñas. En nuestro texto se usará de este último modo, aclarando en el contexto de la redacción cuando nos refiramos con “niños” específicamente al género o sexo masculino.

Así, bajo los supuestos de la influencia 'parental'<sup>2</sup> a lo largo de la formación de los hábitos y la diferencia que éstos pueden llegar a tener dependiendo del género de los hijos, en esta tesis estudiamos el modo en que los hábitos de madres y padres influyen en la dieta de sus hijos, si existe diferencia en la enseñanza alimentaria que madres y padres dan a sus hijos e hijas y si, en su caso, esa diferencia afecta el crecimiento de unos y otras.

En estas épocas en las que la obesidad infantil está en aumento, el contexto familiar es foco de atención constante, pues es uno de los medios en los que los niños y niñas eligen sus alimentos. La importancia de este trabajo radica en conocer cómo ese ambiente familiar está operando y qué relación está teniendo en la alimentación y crecimiento infantil.

Realizamos la investigación en el oriente de la ciudad de Mérida, Yucatán, lo que nos permitió tener acceso a familias de clase social media: padres y madres de escolaridad media superior o superior, empleados o dueños de pequeños comercios principalmente (Baldrige, 1978). La zona fue elegida, pensando en la clase social a la que pretendíamos tener acceso, puesto que la ciudad de Mérida, como muchas de nuestro país, está claramente estratificada y segregada desde el punto de vista social, ubicándose en la zona seleccionada familias de clase social media (Cruz, 2009). Se decidió trabajar en un ambiente urbano por la relevancia que en éste tiene la obesidad infantil y la interacción de padres e hijos en familias nucleares.

El trabajo ha sido abordado desde una perspectiva de ecología humana, integrando de esta manera el ambiente social con la biología de nuestra especie (Dickinson 2004). Estudiamos el ambiente social a través de las relaciones familiares y cómo se está relacionando con los procesos biológicos de alimentarse y crecer.

Al estudiar aspectos de la conducta alimentaria, para la cual lo social es determinante, es necesario tener un abordaje mixto explicativo, pues el acercamiento puramente cuantitativo nos permitiría conocer los 'cuántos' e inferir ciertos 'porqués' y 'cómos', pero para conocer desde una perspectiva más profunda

---

<sup>2</sup> Utilizamos el término *parental* cuando nos referimos a padre y madre en conjunto.

es necesario un abordaje cualitativo. El abordaje cuantitativo nos permitió conocer la dieta de padres, madres y niños, sus similitudes y diferencias, el cualitativo conocer la dinámica familiar que padres y madres perciben así como algunos aspectos de la alimentación de sus hijos e hijas. La metodología empleada fue de tipo mixto, realizándose primero la parte cuantitativa y luego la cualitativa.

Los resultados expuestos en capítulos posteriores mostrarán cómo las familias estudiadas están organizadas y las estrategias asumidas por madres y padres para cumplir con sus responsabilidades inherentes. La convivencia en familia tiene una influencia positiva en la alimentación de los niños y su disminución puede relacionarse con la obesidad presente en la mitad de la muestra estudiada. Obtuvimos resultados sobre la oferta de alimentos dentro de los hogares, determinada por los padres y madres y en la que los niños realizan su selección, oferta que influye en el crecimiento de estos.

Además, observamos que otros elementos que se encuentran entrelazados en las decisiones alimentarias de los niños y padres son la industria alimentaria, la publicidad y el ambiente escolar. La selección de alimentos es un tema complejo en el cual los factores culturales, sociales y económicos marcan, quizá mucho más que los biológicos, la dieta, hábitos y dinámica alimentaria de las familias.

## 2. Marco teórico

El tema de nuestra investigación integra conceptos teóricos de diferentes disciplinas, como los relativos a: 1) las bases biológicas y sociales de la selección de alimentos, 2) la influencia del contexto familiar y hábitos alimentarios parentales en la alimentación infantil y 3) la relación e influencia de la dieta en el crecimiento, específicamente en el peso corporal.

Generalmente los comportamientos frente a la alimentación se adquieren a través de la experiencia directa con la comida en el entorno familiar y social, por imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el estatus social y las tradiciones culturales (González et al. 2007). Todos estos factores influyen en mayor o menor medida en la selección de alimentos y, a su vez, van construyendo y retroalimentando estos hábitos alimentarios.

Un hábito alimentario es el conjunto de acciones repetidas por un período de manera constante (Pérez y Díez 2007). Los hábitos engloban la dieta y las acciones realizadas durante los tiempos de comida o bien las acciones en la que los alimentos estén presentes (Bourges 2004).

El atractivo sensorial, la accesibilidad económica y la aprobación cultural son las variables mayormente identificadas para la selección de alimentos (Casanueva *et al.* 2001). El atractivo sensorial depende en gran medida de lo aprendido a lo largo de la vida; no comemos solamente lo que nos conviene, lo adecuado para nuestra salud o lo que nos gusta sino lo que nos enseñan a comer (Harris y Ross 1987). Los alimentos que nos gustan se incluirán en la dieta si están disponibles en nuestro ambiente y si son accesibles a nuestras condiciones económicas. Los criterios de selección de alimentos pueden variar en una misma persona y, en determinadas circunstancias, etapas o momentos, se puede dar mayor prioridad a alguno de esos criterios.

## 2.1 Elección de alimentos

La niñez es un período de importancia porque en ella se forman los hábitos de higiene, socialización y alimentación (Casanueva *et al.* 2001; Pérez y Marván 2006). Los hábitos alimentarios adquiridos en la infancia persisten durante la adultez; estudios longitudinales hechos en los Estados Unidos con niños de 6 a 10 años y adultos de entre 20 a 35 años de edad han comprobado que las preferencias adquiridas en la infancia permanecen en su mayoría al llegar a la edad adulta (Stephoe, 1995; Nicklas, 1995; en Ogden, 2005). Es por eso que las políticas de prevención en salud a nivel mundial han centrado parte de su atención en la formación de hábitos a edades tempranas.

El tema central de esta investigación lo constituyen los hábitos alimentarios parentales y su relación con la dieta de los hijos desde un enfoque de género, tema que involucra aspectos del aprendizaje que nos lleven a comprender cómo comemos o por qué elegimos los alimentos que consumimos.

Como ya se mencionó, al ser la alimentación un proceso en el que se involucran diferentes factores, la importancia e influencia de éstos dependen del momento de la vida y de la población a la que nos refiramos, de cada persona y su contexto. Son varios los autores (Harris y Ross 1987; Drewnowski, 1997) que listan los factores más representativos en la población adulta para la selección de alimentos, estos son: atractivo sensorial, costos para la salud, comodidad de su adquisición y preparación, control de peso, conocimiento del alimento, regulación del humor, contenido natural de la comida, preocupaciones éticas por la manufactura y el lugar de origen. La alimentación en México tiene una marcada influencia cultural, de aspectos ambientales y económicos cuyo impacto varía dependiendo de la zona del país de la que se esté tratando (Casanueva *et al.* 2001; Contreras, 2002).

Una de las líneas de investigación sobre la prioridad de la selección de alimentos es lo relativo a las bases biológicas o psicofisiológicas, en la que se aplican las teorías sobre el sabor de los alimentos como condición determinante en preferencia alimentaria y formación de hábitos. La hipótesis es que el primer

discriminador está constituido por los sentidos (vista, gusto y olfato), esto podría deberse a la sensibilidad hacia algunos sabores y que al comerlos activan neurotransmisores, generando placer (González *et al.* 2007). La sensibilidad es heredada y, dependiendo de los genes dominantes o recesivos, se tendrá mayor o menor agrado hacia sabores dulces, salados o ambos (Harris y Ross 1987; Drewnowski 1997; Fisher y Birch 1999).

En la investigación psicofisiológica de la alimentación se proporciona a los participantes diferentes concentraciones de sustancias con sabores dulce, salado, amargo y sus combinaciones (Harris y Ross 1987; Drewnowski, Kurth *et al.* 1991). En un estudio con bebés lactantes norteamericanos de 12 a 18 meses de edad se midió la aceptación o rechazo de ciertos sabores conforme expresiones faciales, llanto y demanda de la sustancia suministrada y se reporta que los bebés estudiados mostraron preferencia hacia las sustancias con sabor dulce y, en menor medida, salado, pero rechazaron las sustancias amargas, sugiriendo que sí hay un componente genético que nos hace preferir innatamente determinados sabores (Harris y Ross 1987). Estudios de este tipo se han realizado en adultos, con sobrepeso u obesidad y con peso corporal normal, para conocer si las personas con exceso de peso tienen mayor preferencia genética hacia determinados sabores; los resultados indican que ambos grupos de individuos tienen preferencia hacia sustancias con concentraciones dulces y saladas, la preferencia hacia el sabor amargo aumentó en personas que tenían mayor preocupación por su peso corporal (Kesgles, 1991; Wardle y Cooke 2008).

Drewnoski (1997) y Kesgles (1988) sugieren que el rechazo innato por el sabor amargo es el resultado de la adaptación, en sentido filogenético, de nuestra especie al consumo de una dieta omnívora, puesto que las toxinas de las plantas suelen asociarse con el sabor amargo. Esta asociación propicia que alimentos como las verduras, que tienen diferentes grados de sabor amargo, sean menos preferidos. Algunos autores (Drewnowski 1997; Fisher y Birch 1999; Scaglioni 2008) sugieren que hay un componente hereditario en la preferencia por alimentos dulces, suaves y crujientes, características de los alimentos procesados, industrializados o con alto contenido en grasas.

En las investigaciones anteriormente mencionadas el peso otorgado a los sentidos es mayor en relación con los demás elementos; sin embargo, aunque la evidencia sobre la influencia de los aspectos genéticos en las preferencias alimentarias es de importancia, no podemos quitarle peso al aprendizaje cultural a lo largo de los años.

Beauchamp y Morán (1982; en Ogden 2005) realizaron estudios con bebés de 6 meses, teniendo un grupo control al que administraban agua normal y un grupo experimental al que proporcionaban agua azucarada y encontraron, después de varias semanas de habituación, que cada grupo prefería el agua al que habían sido acostumbrados. Es decir que, suponiendo la existencia de un factor genético, las conductas repetidas son, al final, las que se aceptan, formándose de este modo los hábitos; la elección de alimentos tras el nacimiento es más compleja que las simples preferencias innatas (Birch y Fisher 1998).

El aprendizaje de los hábitos se basa en la teoría del aprendizaje vicario o teoría del aprendizaje social, planteando que algunas conductas son aprendidas por observación e imitación (Cullen 2000). Se ha identificado entonces a la familia como un importante ámbito de aprendizaje de hábitos alimentarios, madres y padres influyen en la conducta alimentaria y en condiciones físicas de sus hijos, como el peso corporal (Scaglioni 2008).

Los padres, hermanos, y pares o compañeros de escuela pueden contribuir a aumentar o disminuir la aversión hacia cierto tipo de alimentos (Benton 2004). Son pocos los sabores aceptados de manera innata y, en general, los gustos se aprenden principalmente en el contexto social y por las consecuencias psicológicas asociadas al comer determinados alimentos como, por ejemplo, la preocupación por el exceso de peso.

Una de las maneras en la que madres y padres influyen en la dieta de sus hijos es el 'modelaje', que tiene un peso quizá mayor en la formación de hábitos de los hijos y en la selección y preferencia de alimentos, a diferencia de las estrategias de presión o restricción de alimentos. El modelaje es el proceso de aprendizaje basado en la observación y en el que la conducta parental es imitada por niñas y niños, al ser el ejemplo a seguir (Briz *et al.* 2004). El modelo parental

está constituido por los hábitos, conscientes o inconscientes, de madres y padres que los hijos observan y aprenden ya sea para aceptar determinados alimentos, rechazarlos o asociarlos con respuestas negativas.

Ogden (2005) señala que bajo el factor de aprendizaje social hay una relación entre la dieta de madres y padres e hijos, sin embargo esta coincidencia entre preferencias y elección de alimentos no siempre está presente. Las diferencias entre la dieta de madres, padres e hijos pueden estar dadas por factores que madres y padres toman en cuenta para sí mismos pero no necesariamente para sus hijos, como el costo de los alimentos, la preocupación por las calorías y el tiempo y disponibilidad de preparación; mientras que para sus hijos consideran la nutrición y salud y, en algunas ocasiones, el peso, sobre todo en las hijas de madres que viven en zonas urbanas (Bircht *et al.* 2003).

La influencia parental hacia los hijos también está mediada por la edad de éstos (Pérez y Marván 2006) y por el tiempo que se invierte en la convivencia familiar (Casanueva *et al.* 2001; Anderson y Butcher 2006); de igual modo, la influencia parental puede o no ser significativa en la dieta de los hijos dependiendo de las estrategias que padres y madres utilicen y de la influencia de otros factores como la televisión y la escuela.

Dentro de las estrategias parentales utilizadas en la formación de hábitos alimentarios de los hijos está el reforzamiento por elección de un alimento (Briz, García *et al.* 2004). En población inglesa y estadounidense se han realizado investigaciones sobre la estrategia parental de recompensa practicada en niños preescolares y escolares, encontrando que su utilización aumenta la preferencia por los alimentos empleados como recompensa y la aversión por los alimentos objetivo (Fisher y Birch 1999; Brown y Ogden 2004). Utilizar la comida como recompensa implica crear un cuadro en el que los alimentos toman un significado, los que “saben bien”, utilizados como recompensa, y los que “saben mal” o son “malos”; alimentos objetivo que los niños tienen que comer para obtener la recompensa.

Se sugiere que enunciados como “si tomas tu jugo, podrás comer el postre” o “cómete las verduras y te compro un dulce” hacen que la preferencia de los

niños por el postre aumente (Birch, Orlet et al. 2003; Briz, García et al. 2004; Pérez y Marván 2006; Scaglioni 2008) y si bien usar la comida como recompensa logra que los niños consuman los alimentos objetivo, sólo será a corto plazo pues con el tiempo el control parental tendrá efectos negativos sobre la calidad de la dieta, reduciendo las preferencias por las comidas objetivo.

En la literatura el concepto de control parental se refiere a las acciones conscientes que la madre, el padre o ambos realizan para que los hijos consuman o no determinados alimentos (Briz *et al.* 2004). Existen varias estrategias dentro del control parental: la restricción, la presión, el manejo de los alimentos como premio y la oferta de alimentos restringida en casa. La restricción consiste en negar a los hijos el acceso a determinados alimentos o bien limitar las cantidades que consumen cuando desean hacerlo (Ogden *et al.* 2006); la presión es obligar al niño a consumir comida sana, usualmente frutas o verduras, u obligarlo a comer más de estos alimentos (Galloway *et al.* 2006); la oferta de alimentos restringida en casa es la privación de determinados alimentos, percibidos como no saludables, e incluso evitar la concurrencia a lugares en los que estén disponibles (Birch *et al.* 2003; Ogden *et al.* 2006). La estrategia de control parental suele ser más común en niños de edad preescolar y escolar.

Comemos lo que tenemos a nuestro alcance (Rozin, en Meiselman, 1996), en el caso de los niños esto se encuentra aun más limitado no sólo por los factores ambientales y económicos sino además por la oferta que sus padres proporcionan. Los niños de 10 años, aunque tienen ya cierta autonomía en la elección de alimentos (Pérez y Marván, 2005), continúan dependiendo de la oferta alimentaria ofrecida por sus padres y por los ambientes en los que se desenvuelven. Sin embargo, el niño elige la frecuencia de consumo de alimentos dentro de la oferta presentada, elección que estará influida por los conocimientos y percepciones hasta ese momento aprendidas. La familia, específicamente padres y madres, influyen en la percepción que los niños tienen sobre determinados alimentos y sobre la formación de sus gustos.

Frecuentemente padres y madres suelen usar más de una estrategia para educar alimentariamente a sus hijos. Los presionan para consumir comida sana, utilizan como recompensa dulces o botanas y restringen otros alimentos (Scaglioni 2008) sea haciéndolo verbalmente o no o llevando determinados productos a casa. Las teorías sobre control y modelaje parentales con frecuencia se asocian con el sobrepeso y obesidad (Cutting *et al.* 1999; Johannsen *et al.* 2006; Montgomery 2006): un mayor control, por restricción, presión y/o por manejo de los alimentos como recompensa, propicia una preferencia hacia esos mismos y un menor control de los niños por sí mismos. Presionar o restringir a los hijos a comer ocasiona que no puedan regular su consumo de alimentos e incrementen su ingesta cuando se encuentran fuera de la presión o el cuidado parental.

Los hábitos parentales saludables se asocian con condiciones positivas en la salud de los hijos, la compañía familiar está relacionada con un mayor consumo de frutas y verduras (Gillman 2000; Sweeting y West 2005). En un estudio, cuyo objetivo fue medir las preferencias alimentarias en familias estadounidenses con ingresos económicos similares, los resultados indicaron que individuos que comen junto con el resto de su familia mostraron más gusto y mayor frecuencia de consumo de frutas y verduras que aquellos que comían solos, quienes tuvieron mayor afinidad por las pastas, salsas y comida congelada e invertían más horas del día en ver televisión o la veían con más frecuencia mientras comían, a diferencia de los que comían en compañía de su familia (Gillman 2000).

La influencia parental es relevante mientras haya tiempo de convivencia con los hijos, a mayor control sobre la dieta de los hijos y mayor el tiempo de convivencia se espera que haya mayor influencia parental. Los padres que promueven, con su ejemplo, el consumo de frutas y verduras y aumentan la disponibilidad de éstas en el hogar, tienen hijos con un consumo mayor de este grupo de alimentos; esta influencia se ha notado tanto en hijos en etapa adolescente como en la niñez tardía (Wardle *et al.* 2003; Sorensen *et al.*, 1999).

Patrick y Niklas (2005) sugieren que la organización familiar está cambiando, los estilos de vida se vuelven más agitados y la dieta incluye con mayor frecuencia alimentos congelados, comida rápida y precocida. Las familias

tienen más prisa y el tiempo en que se sientan a compartir los alimentos se reduce cada vez más. Esto puede asociarse con la falta de relación entre la percepción de los padres de la conducta de los hijos y la conducta real de estos; Rozin (en Meiselman, 1996) habla de la influencia parental como la “Paradoja Familiar” argumentando que aunque son los padres los que por su naturaleza de cuidadores primarios deben tener una mayor influencia en sus hijos, ésta no siempre es visible, y los gustos de los niños pueden ser muy variables e influidos, en mayor medida, por los hermanos. También hay influencia de los pares, maestros y medios de comunicación (Rozin en Meiselman, 1996 y Le Bigot Macaux, 2001).

## 2.2 Organización familiar

Dentro de la temática sobre la enseñanza de hábitos alimentarios parentales es necesario hacer una breve revisión sobre los ciclos familiares, para enmarcar el contexto en el que se desarrollará esta investigación al ayudarnos a comprender la condición de cada familia.

Los términos familia, hogar y unidad doméstica suelen utilizarse indistintamente en el vocabulario cotidiano aunque no tienen el mismo significado. La familia, de acuerdo a Sabaté y Rodríguez (1995), es una unidad social basada en el parentesco por vínculos de sangre, por el matrimonio y la paternidad; es un grupo humano cuya razón de ser ha sido, hasta muy recientemente, la procreación, crianza y socialización de los hijos (Gracia y Musitu 2000) mientras que el término hogar o grupo doméstico se refiere a una unidad residencial, una acotación espacial y temporal. El hogar comprende a la familia en la medida en que abarque solamente a los miembros que están emparentados entre sí por vínculos de sangre, adopción o matrimonio pero, a diferencia de la familia, en el hogar pueden existir personas no emparentadas entre sí; el hogar tiene una función básicamente económica (Sabaté y Rodríguez 1995).

La organización familiar dentro de una unidad doméstica estará dada de acuerdo al número de integrantes que haya en ella, la etapa o ciclo en la que se encuentren sus miembros y sus roles.

Dependiendo de los roles y del número y parentesco de los integrantes se pueden definir tipos de familias. La familia extensa es el hogar compuesto por varias generaciones –padres e hijos, sus respectivos cónyuges y su descendencia– que trabajan y viven juntos, formando una unidad al mismo tiempo doméstica y económica (Sabaté y Rodríguez 1995).

Van den BerGhe (1983) es más específico y proporciona una división de acuerdo a la extensión familiar. Nombra familia troncal al grupo de parentesco que consiste en los padres, sus hijos solteros y los hijos casados con sus esposas e hijos es decir, aquella con lazos de consanguinidad directa, padres-hijos-nietos, y toma como extensa al grupo de parentesco en el que conviven otros parientes además de los padres e hijos y su descendencia, como los tíos o personas sin consanguinidad directa; para algunos autores (Van de BerGhe, 1983; Sabaté y Rodríguez, 1995) la familia nuclear es la unidad compuesta por los padres e hijos solteros.

El tipo de familia determina el tipo de vivienda (tamaño, distribución interna, comedor colectivo y dormitorios) y la socialización de sus miembros, puesto que influye en la división de funciones de acuerdo al género y edad (Sabaté y Rodríguez 1995).

Estos conceptos son importantes en la educación y formación de los miembros de la familia en cuanto a alimentación se refiere pues una familia nuclear no tiene la misma organización que una extensa; en ésta, el modelo a seguir de los niños dentro del hogar ya no está representado solamente por el padre y la madre, sino que hay más personas que sirven de modelo o incluso controlan e intervienen en su alimentación.

Cada familia atraviesa por varias etapas, dependiendo de las características de los miembros. El ciclo de una familia nuclear comienza cuando dos personas forman una pareja, tienen hijos y los crían y finaliza con la separación de la pareja, sea por decisión o por la muerte de uno de ellos (Gracia y Musitu, 2000). Mattesisich y Hill (en Gracia y Musitu, 2000) mencionan que después de formarse la pareja y de la venida de los hijos, las etapas de la familia cambiarán conforme los hijos se hacen independientes en la edad escolar y, en mayor medida, en la

adolescencia, para volver a cambiar cuando los hijos forman una nueva familia o bien abandonan el hogar.

Estos autores proporcionan ciclos familiares fácilmente identificables con familias nucleares. Las normas, posiciones y roles están dados de acuerdo a este ciclo vital y van cambiando conforme la familia atraviesa por estadios, a fin de adaptarse a cada nueva etapa y cubrir sus necesidades (Gracia y Musitu 2000).

En su rol de proveedores, los padres y madres, aún en familias nucleares, pueden ser asistidos por otros miembros de la familia, sobre todo cuando ambos padres tienen un empleo formal. Cuando ambos padres trabajan fuera del hogar la organización familiar cambia, los hijos tienen un poco más de autonomía, sobre todo cuando se quedan al cuidado de los hermanos (Jingxiong *et al.* 2007). Otros cuidadores por excelencia son los abuelos quienes suelen suplir a los padres mientras se encuentran realizando sus actividades y toman todas las responsabilidades, como cuidado, higiene y alimentación (Story *et al.* 2006; Jingxiong *et al.* 2007).

Los abuelos, con base en sus creencias y experiencia de vida, hacen juicios de valor propios respecto a la alimentación, pueden ser más o menos cuidadosos que los padres y tenderán a consumir alimentos más típicos, sea por que tienen costumbres más arraigadas o porque son menos influenciados por la publicidad (Teufel *et al.* 1999).

Así, aunque las familias sean nucleares continúan organizándose en familias extensas para cubrir con las demandas de la sociedad urbana actual. La vivienda está organizada por padres, madres e hijos pero con frecuencia los niños quedan un tiempo considerable del día al cuidado de los tíos, hermanos o abuelos, ya sea en su propia casa o la de los cuidadores.

### 2.3 El género en las prácticas alimentarias

Dado que la alimentación está relacionada con la convivencia familiar, social y laboral la elección de alimentos está influida por cada uno de estos contextos.

El género es una construcción social, un aprendizaje que lleva a identificarse como hombre o mujer y atribuirse con esto cierto tipo de conductas, actitudes y modo de vida (Doode y Pérez 1994). En el vocabulario común, aún en las investigaciones científicas, se suele confundir el término género con sexo, este segundo define ser hombre o mujer con base en la identificación de los genitales; el género, en cambio, viene con el aprendizaje de conductas y comportamientos dentro de un contexto social que llevan a identificarse como hombre o mujer. El sexo tiene bases biológicas y el género sociales, el sexo puede definir al género; según el sexo de cada persona el ambiente social tiene expectativas sobre su comportamiento; el género involucra un aprendizaje social e identificación individual dentro de un rol.

Según Lamas (2006), el género se refiere al concepto social basado en relaciones de poder que designan lo que es ser mujer y ser hombre en un contexto específico. Las diferencias de género entre hombre y mujer generalmente son tratadas como una problemática, pero no son en las diferencias en sí donde radica el problema sino en dar mayor o menor valor a los diferentes roles. Para entender las desigualdades sociales entre hombres y mujeres debemos recordar que son resultados de un proceso histórico, en el cual lo femenino, generalmente, ha sido considerado inferior a lo masculino y, en consecuencia, tratado así. Son las creencias basadas en la “superioridad de la división sexual” las que propician que la justificación de los privilegios de hombres sobre los de las mujeres, argumentando las diferencias como necesarias para mantener el orden social.

El género se refiere al conjunto de prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales en los grupos humanos para simbolizar las diferencias entre hombres y mujeres. El género crea una división del trabajo, prácticas rituales, ejercicio de poder, moral, psicología y afectividad entre hombres y mujeres (Lamas 2002).

Se considera que el género es una red de creencias que dan rasgos de personalidad, actitudes, valores, conductas y actividades que diferencian a mujeres y hombres (Benería y Roldán 1992), y son producto de un proceso de construcción social que no sólo implica diferencias sino también desigualdades y jerarquías entre mujeres y hombres (Burín y Meler 1998). Lo que hace femenino o masculino a las personas no es lo biológico, no es el sexo, sino la adopción del género, construida a partir del sexo.

Al ser la alimentación una necesidad biológica marcada por la cultura, sería lógico pensar que el género marcara los hábitos alimentarios de cada persona: niños, niñas, mujeres y hombres. Generalmente las investigaciones en salud hacen invisibles tanto a mujeres como a hombres al incluirlos y agruparlos en promedios per cápita, o solamente los hacen visibles si se está hablando de cuestiones reproductivas (Pérez-Gil y Díez 2007). Actualmente lo más común en las investigaciones en salud es dividir los resultados por sexos (Encuesta Nacional de Alimentación -1996 (ENAL, 1996). Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán 1996; ENSANUT-2006, Instituto Nacional de Salud Pública 2006) lo que, si bien queda corto para comprender el origen de las diferencias, ya comienza a cuestionar lo que pasa con mujeres y hombres.

Pérez *et al* (2006) realizaron entrevistas a mujeres en entornos rural y urbano, les preguntaron sobre lo que consumían en su dieta habitual familiar y si la porción o tipo de alimento era diferente entre los integrantes; ninguna de las participantes afirmó que hubiera diferencia o privilegios en la repartición de alimentos, al ser ellas las responsables de la repartición lo hacían de manera equitativa y sin distinción entre el tipo de alimento, aunque una de las entrevistadas, del contexto rural, menciona que en su familia cuando no había suficiente de los alimentos privilegiados (carne), su mamá solamente le daba de éste al padre y los demás comían de lo que hubiera (frijoles y/o tortillas).

*...yo ya había agarrado la misma maña que mi mamá. Fijate, en una ocasión fui a traer pollo e hice lo mismo, como lo aprendí de mi mamá, compré una pierna de pollo porque tenía que hacerle sus tacos a David, mi esposo, y no tenía dinero. Cuando llega me dice “¿Qué comieron ustedes?” “Bueno pues comimos sopita, agua de pasta y frijoles”. Como yo le serví la pierna de pollo, se enojó y no*

*comió nada. Ya en la cena me dijo, “cuando haya para que comamos todos, comemos todos, no me gusta lo que hiciste hoy, dale la pierna a los niños, repártelos a ellos”. La verdad eso sí me gustó lo que me dijo, porque cuando estaba yo chica me daba coraje y decía, “bueno mi papá ya está grande, los que necesitamos somos nosotros que estamos y vamos a crecer... Tomado de Pérez et al. p. 146,*

En la investigación de Pérez *et al.* (2006), los autores se centran en la falta de evidencias para sustentar una diferencia por género en el tipo de alimentos, pero las entrevistadas sí mencionan diferencias en la cantidad de alimento consumido entre hombres y mujeres, dando como razón el que los hombres comen más porque “sienten más hambre”, es decir, la justificación de la diferencia no es porque sean hombres sino porque sienten más hambre.

Haciendo un análisis de las bases fisiológicas, los hombres adultos, en promedio, deben comer más que las mujeres; entre los niños esta diferencia es mucho más pequeña, pero hay muy pocas investigaciones que se enfoquen a las diferencias de repartición de alimentos entre niños y niñas.

Pérez y colaboradores (2008) presentan resultados de otro estudio realizado solamente con mujeres del área rural sobre la repartición de trabajo en el hogar; en este artículo la diferencia entre el tipo y cantidad de alimento se hace más evidente, la metodología utilizada incluyó, entrevistas semiestructuradas con mujeres y relatan su situación cuando vivían con sus familias antes de casarse; casi todas las mujeres enfatizaron que, en comparación con los hombres de su familia, ellas comían la misma cantidad y no había diferencias que privilegiaran a los hombres. Algunas entrevistadas expresaron que sus hermanos no comían diferente tipo de alimento aunque sí consumían mayor cantidad pero esto lo relacionaron con sus necesidades individuales y no con un trato especial hacia ellos. Frases utilizadas por las mujeres entrevistadas en la investigación para referirse a las razones por la que los hermanos consumían mayor cantidad de alimento fueron: *“los hermanos tenían cuerpos más grandes que ellas”, “eran más comelones”* y *“les daba igual, engordar”*... (página 121; en Pérez *et al.* 2008).

Esto puede relacionarse con los roles que la cultura marca sobre el aspecto e imagen corporal de hombres y mujeres. Los hombres suelen cuidar menos su

cuerpo que las mujeres pues ellos son “por naturaleza” desarreglados, toscos, fuertes y gruesos, mientras que una mujer es más vanidosa, delgada, pequeña, bonita (femenina-arreglada) y frágil. Son este tipo de factores los que dan a las mujeres mayor riesgo de padecer trastornos de la conducta alimentaria como la anorexia y bulimia (Maganto y Cruz 2000; Behar y de la Barrera 2002).

La desigualdad en la cantidad de alimentos consumidos entre hombres y mujeres también está relacionada con la mayor valorización que se le da al trabajo de los hombres como proveedores y sustento de la familia, pues su trabajo se considera productivo, a diferencia del de las mujeres. Un ejemplo es el siguiente.

*... Los hombres por lo regular comen más, por lo menos mis hermanos comían más. Yo siento que los hombres deben alimentarse más porque ellos son los que trabajan. Desde que nació me metieron en la cabeza que los hombres comen más. Como mi papá trabajaba, mi mamá los lunes compraba una pechuga y le preparaba a mi papá sus tacos con la pechuga deshebrada. Yo le preguntaba, ¿porqué nada más a mi papá le pones pechuga en las tortillas?, pues, porque tu papá se va a trabajar. A todos los hermanos nos tocaba probar lo que quedaba embarradito en la cacerola. Mi mamá siempre nos repetía lo mismo: que nos metiéramos en la cabeza que el hombre se debe de alimentar bien porque él es quien se va a trabajar y trae el dinero... Mujer, contexto rural. Tomado de Pérez et al. (2008) p. 122.*

El sacrificio de las mujeres que dan más y mejores alimentos a sus esposos o hijos tiene que ver con la identificación de las mujeres con sus roles de género, ya que ser madre en la cultura latina, en la cultura mexicana, significa ser buena y santa (Contreras 2002). Se socializa a las niñas para cuidar a los hermanos pequeños, limpiar la casa y a ver por los otros antes que por sí misma; las mujeres reciben el mandato de nutrir, comprender, proteger y sostener a otros. Aprenden a tener un cuerpo para las otras personas (Contreras 2002; García et al. 2008).

Estas creencias se concretan en prácticas discriminatorias en la distribución alimentaria por género, que a la larga trae consigo consecuencias graves para ambos sexos. Por ejemplo, varios estudios de poblaciones indígenas en México han observado claras diferencias antropométricas entre niños y niñas (ENAL, 1996), con una mayor prevalencia de desnutrición infantil en éstas; por otro lado,

estudios más recientes realizados en población urbana hacen evidente la mayor frecuencia de obesidad en varones que en niñas, lo que ocurre también a nivel nacional (ENSANUT, 2006).

Los roles aprendidos y desempeñados contribuyen a la socialización de todos los miembros de la familia (García y Oliveira 1994), entendiendo por socialización el proceso complejo en el que se memorizan roles y se forman identidades (Gracia y Musitu 2000). Así, la construcción de la identidad de género femenina y masculina se da en un contexto social, integrado por madres, padres, hermanos, amigos, sociedad y cultura (Burín y Meler 1998). A las mujeres se les adjudica la toma de decisiones sobre la organización cotidiana del hogar, que implica aquellas sobre la comida diaria, educación, ropa y alimentación de los hijos y a los hombres el papel de proveedor; en general, en la familia se prepara a niños y niñas para que realicen estas funciones futuras.

La mayoría de los estudios de género centran su atención en mujeres adultas pero este tipo de investigación debe extenderse a todas las etapas de la vida. En algunos casos se reporta que, sobre todo en comunidades rurales, la infancia de las niñas es intervenida, desde edades tempranas, por la responsabilidad de cuidar a otros miembros de la familia (Sabaté y Rodríguez 1995) mientras que en el caso de los niños lo suele ser por el apoyo a las actividades de sustento de la familia, acompañando a las labores del padre o hermanos mayores.

Así mismo, es importante incluir las relaciones de edad en el estudio de género, puesto que las relaciones de poder en la familia suelen estar en función de la edad entre las propias mujeres, lo que implicaría que estuvieran expuestas a prácticas de limitación de alimentos, ya sea por cuidado de la estética corporal, por ser mujeres, o bien por dar preferencia a los otros miembros de la familia.

Se ha encontrado una relación entre el exceso de peso y porcentaje de grasa corporal de las madres y sus hijas, asumiendo que es debida a una identificación y vínculo de género; las niñas se identifican con mayor facilidad con las madres y suelen adoptar las prácticas de éstas al reconocerse como iguales; Fisher y Birch (1999) dejan claro que las mujeres adultas tienden a consumir

cantidades mayores que los varones de frutas, verduras y, en general, alimentos saludables. El consumo de estos alimentos es asociado con la preocupación por el peso corporal (Conner *et al.* 2004). La conducta alimentaria distintiva entre niños y niñas tiende a relacionarse con la preocupación corporal de las madres, a mayor preocupación por el peso corporal materno mayor es la tendencia a cuidar el tipo de alimentos que hijos e hijas consumen.

En un estudio realizado por Birch (en Scaglioni 2008) las madres que se preocupan por su estética corporal, cuando perciben que las hijas tienen sobrepeso les restringen ciertos alimentos, a diferencia de sus hijos varones. De acuerdo a Johannsen *et al.* (2006) existe cierta distinción de género en la preocupación de las madres por el peso corporal pues procuran que las hijas, a diferencia de los varones, sean delgadas; ambos estudios fueron realizados en zonas urbanas estadounidenses.

Brewis (2003) en un estudio realizado en Veracruz, México, sobre la prevalencia de sobrepeso y obesidad encontró que los niños tienen mayor exceso de peso en comparación con las niñas, a pesar de que no hay diferencias en el tipo y cantidad de actividades de esparcimiento y físicas que realizan; el autor menciona que para explicar esta diferencia en el estado físico de niños y niñas es necesario conocer las prácticas alimentarias.

Daltabuit (1992) menciona que en una localidad rural de Yucatán, México, los hombres consumían más calorías que las mujeres en todos los grupos de edad, principalmente los adultos. En el caso del sexo femenino, sólo el consumo diario de las mujeres adultas alcanzó lo recomendado; las niñas y adolescentes tuvieron un consumo bajo de energía, que las sometía a estrés, lo cual se reflejó, según la autora, en que las mujeres, a todos los grupos de edad, tuvieran mayor prevalencia de estatura baja que los hombres, de acuerdo a tablas de estatura para la edad por sexo (Daltabuit 1992); los resultados encontrados en este estudio son atribuidos a la prioridad que se le da al rol masculino, proporcionando al varón mayor cantidad de alimentos al considerarlo el proveedor de la familia. En contraste, otro estudio (Cervera, 1994) orientado a conocer el cuidado y atención infantil que niños mayas en edad escolar, habitantes del sur de Yucatán, recibían

relacionándolos con su crecimiento, no encontró diferencia en el cuidado proporcionado a niños y niñas y aunque la desnutrición estuvo presente, la proporción fue la misma para ambos sexos.

Las diferencias en la repartición de alimentos dentro de una familia dependerán de características familiares tales como su tamaño, etapa del ciclo familiar en que se encuentre, diferencias de género aceptadas social y culturalmente, su lugar de residencia, rural o urbano, de que viva en un país latinoamericano, anglosajón. En México la diferenciación alimentaria entre niños no es tan evidente, a pesar de que sí hay una diferencia entre niños y niñas en la prevalencia tanto de desnutrición como de exceso de peso.

#### 2.4 Características del crecimiento en la edad escolar

Es necesario para este estudio considerar ciertos patrones de crecimiento para conocer el esperado para el grupo de estudio, relacionar y comparar el consumo alimentario.

Los niños a estudiar son de diez años de edad, están dentro de la niñez tardía y la adolescencia temprana para el caso de madurantes tempranos, si los ubicamos de acuerdo a las etapas de crecimiento.

Comas (1976) llama gran infancia al período comprendido entre los siete años y las primeras manifestaciones del crecimiento acelerado que ocurre durante la adolescencia que se puede iniciar a los 11 años en las niñas y 12 en los varones; esta etapa se caracteriza por un crecimiento mayor de las extremidades inferiores, en comparación con el resto del cuerpo y los cuerpos adelgazan por la pérdida de grasa, observándose alargamiento morfológico. La cabeza aumenta escasamente de volumen y la frente adquiere mayor oblicuidad siendo los huesos de la cara más visibles, haciendo que las facciones sean más marcadas; el cuello también se alarga y adelgaza y el tronco parece más reducido en comparación con las extremidades inferiores; debido al poco aumento del tejido graso se observa un alargamiento corporal, se señala claramente la cintura y la sección transversa del tórax es ya oval (Comas, 1976; Bogin 1994).

Entre los 6 y los 10 años de edad los incrementos de peso y estatura se mantienen relativamente constantes. Conforme la edad aumenta, las niñas ganan más peso y estatura que los niños, diferenciación que comienza a notarse a los 10 años aproximadamente y a los 11 años la estatura y peso promedio de las niñas son mayores que las de los niños por 1.5 cm y 1.7 kg. Las curvas de velocidad y aceleración del crecimiento muestran que en este período la velocidad decrece y parece ser una etapa de latencia (Cameron 2002).

Las áreas grasa y muscular muestran diferencias entre sexos, las niñas experimentan aumento de masa grasa entre los 9 y 12 años, aumento que después de esta edad se mantiene constante (Cameron 2002). En los varones dicho aumento se da entre los 7 y 12 años, para después iniciar un aumento en la masa muscular. En ambos sexos el crecimiento de las extremidades es mayor que el del tronco (Comas 1976; Bogin 2001).

## 2.5 Alimentación

La alimentación es un imperativo de la reproducción biológica, la satisfacción del hambre se hace de maneras muy diversas según la situación geográfica, las normas y los valores asociados de los alimentos, la ocasión, el género, la edad, así como la accesibilidad y disponibilidad de alimentos, entre otros factores (Casanueva *et al.* 2001).

La nutrición es el proceso fisiológico a través del cual las células utilizan los elementos contenidos en los alimentos para convertirlos en energía y usarlos en los procesos metabólicos que cubren las necesidades del organismo (Casanueva *et al.* 2001). Las necesidades nutricias cambian conforme se atraviesa por las etapas del ciclo de vida y para satisfacerlas es necesario que haya cambios en la cantidad y tipo de alimento en de las diferentes edades. Durante la infancia tardía, la energía necesitada es menor a la que se requerirá durante la adolescencia pues si bien los nutrimentos necesarios son similares la cantidad de estos es diferente, por lo que es recomendable que se consuman, principalmente, las cantidades de energía, proteínas, calcio, zinc y hierro, necesarias para continuar con el crecimiento y maduración de los niños en edad escolar, de tal manera que en la

dieta de estos debe encontrarse las cantidades recomendadas de leche, carnes rojas, pescado, frutas y cereales.

Las recomendaciones de ingesta de energía y proteínas, para individuos de ambos sexos, de 7 a 10 años, es de 70 kilocalorías (Kcal) diarias por kg y 20 gramos de proteína por kg de peso (Tabla 1).

**Tabla 1.** Equivalentes\* recomendados para escolares por día

<b>Grupo de alimentos</b>	<b>Equivalentes</b>
Frutas	3-4
Verduras	3-4
Cereales y tubérculos	9-11
Leguminosas	1-2
Alimentos de origen animal	3-4
Leche y derivados	
Aceites y grasas	2-3
Azúcares	3-5
<b>Energía total (Kcal)</b>	<b>1800 – 2150</b>

\*Equivalente: estandarización de los alimentos de un mismo grupo en tamaños que proporcionen cantidades similares de macronutrientes para crear igualdades entre ellos. Ejemplo, del grupo de frutas una manzana es equivalente, en macronutrientes, a ½ plátano. Fuente: Casanueva *et al.* (2001) p. 63.

Los alimentos más populares en México varían regionalmente pero hay ciertas regularidades dependiendo de la clase social a la que se pertenezca. Se espera que la clase media, típicamente formada por algunos trabajadores especializados, ciertos prestadores de servicios, comerciantes y profesionistas, tenga una dieta menos monótona y más elaborada que la de los sectores marginados e incluya mayor cantidad de grasas y azúcar y menor cantidad de fibras (Bourges 2004). La presencia de refrescos embotellados, dulces y botanas es frecuente en este grupo social y se come más a menudo fuera de casa en establecimientos de "comida rápida", consume una mayor proporción de alimentos industrializados y hay en ellos mayor influencia de las modas (Bourges 2004). Hace unos 20 años, estos grupos eran los que todavía tenían la dieta más satisfactoria, pero en una fracción creciente ésta se ha "modernizado", reduciéndose la presencia de tortilla, frijol, frutas y verduras y aumentando la de productos refinados de trigo, arroz, cereales de caja en el desayuno y productos de origen animal, cambios que, en conjunto, suelen traducirse en mayor ingestión

de grasa saturada, azúcar, colesterol y menos fibra (Bourges 2004). Particularmente se ha analizado la dieta de la población yucateca, principalmente de familias de la ciudad de Mérida, observando que se conforma por harinas refinadas, consumo de carne de cerdo, huevo, leguminosas y tortillas de maíz principalmente, a pesar de su cercanía a la costa la población incluye con poca frecuencia el pescado a su dieta, es decir su consumo es de una vez al mes en promedio (Casanueva *et al.*, 2001).

### 3. Justificación

Esta tesis investiga la manera en que padres y madres influyen en la alimentación de sus hijos, la relación que tiene ésta con su estado de crecimiento y las posibles diferencias por género en el cuidado alimentario.

El ambiente familiar es un lugar de aprendizaje, conforme van creciendo los niños adquieren cierta autonomía en sus decisiones, que incluye la libertad para elegir los alimentos a consumir, pero la elección se hace con base en la oferta que les proporcionan. Son los padres los que deciden la disponibilidad de alimentos dentro del hogar; por ello, es necesario conocer los hábitos alimentarios parentales para obtener respuestas sobre su dieta y si guía la alimentación de los niños.

Por otro lado, madres y padres influyen en sus hijos al ser los encargados de establecer las normas sobre lo “bueno” y “malo” en los aspectos alimentarios. Así, la dieta y acciones que los padres realizan durante los tiempos de comida son una de las directrices para la formación de gustos, preferencias y consumo alimentario de los niños.

Las pautas que padres y madres den para la selección de alimentos son, muy posiblemente, las que sus hijos sigan y, por lo tanto, la conducta que aquellos muestren hacia los alimentos moldeará las preferencias que estos tendrán (Patrick y Niklas 2005) combinándolas con las aprendidas de los padres y otros ambientes. Padres y madres que disfrutan consumir comida rápida y botanas de alta densidad calórica y las prefieran sobre alimentos como las frutas o las verduras, generalmente forman hijos con estas mismas preferencias alimentarias contribuyendo así a las condiciones actuales de obesidad infantil y juvenil (Patrick y Niklas 2005; Scaglioni 2008).

Realizar estudios sobre la influencia familiar en la alimentación contribuye a tener un panorama más integral y completo de la situación en la que se desarrolla la elección de alimentos; ésta es de trascendencia porque determina la calidad de la dieta lo que, a su vez, impacta en el estado físico. Una adecuada alimentación

generalmente favorecerá las condiciones para que un individuo crezca de manera óptima.

La obesidad infantil es de los problemas más alarmantes en nuestros tiempos, se ha hablado de contextos ambientales, sociales y culturales obesogénicos, es decir, ámbitos que favorecen el balance energético positivo y, como resultado, propician un aumento de peso y tejido graso (Bourges 2004; Rivera, 2008). Los estudios de cuidado parental, al estar relacionados con la situación alimentaria de los niños, pueden proporcionar respuestas a los problemas de salud pública actuales. Además, el conocimiento sobre la relación padres-hijos-conductas contribuye diseño eventual de estrategias de intervención de mayor impacto (Cullen 2000).

En México los estudios que abordan el cuidado parental alimentario y su influencia sobre la salud y crecimiento de los hijos e hijas son escasos (Briz *et al.* 2004), nuestro estudio proporciona datos sobre esta situación hasta ahora poco conocida a nivel nacional y estatal.

Decidimos dar al presente estudio un enfoque de género porque al ser la alimentación un proceso en el que están involucrados elementos sociales y culturales, sería de esperar que el género esté presente y marcando diferencias en la dinámica familiar alimentaria.

Puesto que los estudios de género no son tan comunes dentro de las áreas de la salud y nutrición más allá de lo relativo a los aspectos reproductivos, no se ha explorado lo suficiente con respecto a la existencia de alguna diferenciación alimentaria entre hombres y mujeres, niños y niñas. Con nuestros resultados contribuimos a cultivar esta área poco desarrollada; pero sobre todo exploramos si hay o no diferencias en el cuidado que padres y madres dan a sus hijos e hijas con respecto a su alimentación y, si las hay, en qué consisten.

Indagar sobre las diferencias en el cuidado parental, en caso de existir, permite conocer su influencia en la alimentación, gustos y hábitos de los niños y niñas y si las diferencias están relacionadas positiva o negativamente con la alimentación y el crecimiento de ellos.

#### 4. Objetivo general:

Identificar la influencia de los hábitos parentales sobre la alimentación y crecimiento de niñas y niños de 10 años de edad de Mérida, Yucatán.

##### 4.1 Objetivos específicos:

- Identificar los hábitos de los individuos estudiados y sus padres y madres.
- Conocer el consumo alimentario de los niños según género y su relación con el cuidado parental.
- Relacionar el consumo alimentario de niños con su crecimiento mediante variables antropométricas selectas.

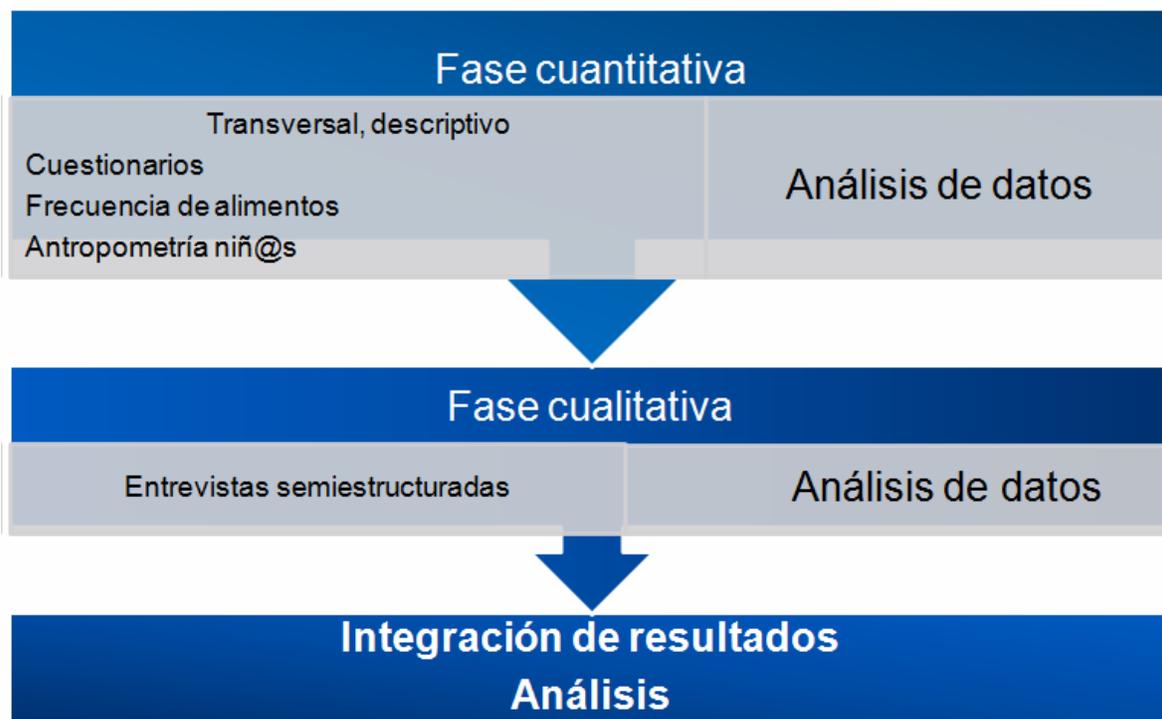
##### 4.2 Hipótesis

- Hi: Las preferencias alimentarias y dieta de los hijos e hijas son similares a las de padres y madres.
- Ho: Las preferencias alimentarias y dieta de los hijos e hijas no son similares a las de sus padres y madres.
- Hi: La dieta de las hijas es más vigilada en tipo y cantidad de alimento que la de los hijos.
- Ho: La dieta de las hijas no es más vigilada en tipo y cantidad de alimento que la de los hijos.

## 5. Metodología

El abordaje de esta investigación es desde un paradigma pragmático con metodología mixta, utilizando el modelo explicativo (Creswell 2003). La obtención y análisis de datos cuantitativos se realizó en una primera etapa que posteriormente dio lugar a una fase cualitativa, que ampliara y complementara los resultados de la fase cuantitativa (Figura 1).

**Figura 1. Diseño metodológico**



Fuente: Diseño propio con conceptos de Creswell, 2003.

### 5.1 Fase cuantitativa

Para la realización de la fase cuantitativa, de tipo transversal descriptiva, se solicitó permiso a los directores de las seis escuelas primarias ubicadas dentro de la zona oriente de la ciudad (colonias Nueva Alemán, Jardines de Mérida, Itzimná,

Jesús Carranza, Industrial y México), Realizamos la investigación en el oriente de la ciudad para tener acceso a familias de clase social media: padres y madres de escolaridad media superior o superior, empleados o dueños de pequeños comercios principalmente (Baldrige, 1978). La zona fue elegida pensando en la clase social a la que pretendíamos tener acceso, puesto que la ciudad de Mérida está claramente estratificada y segregada desde el punto de vista social (Cruz, 2009; Dickinson, F., A. García y S. Pérez, 1999) y escogimos la clase social media, en primer lugar, por las limitantes de tiempo que nos impedían abarcar a familias de distintas clases, en segundo lugar, porque con base en la experiencia de otro proyecto<sup>3</sup> realizado en la ciudad, las familias de clase media tienen mayor interés en participar y, en tercer lugar, porque la mayoría de los estudios revisados, aunque en otros países, son realizados en esta clase social (Briz, 2000; Brown y Ogden, 2003; Birch y Fisher, 1998, Brewis, 2003).

Nuestro universo de estudio estuvo conformado por los niños de 4° y 5° grados, 591 niños en total de los cuales 353 tenían 10 años cumplidos. Se explicó el proyecto a los maestros de grupo y se pidió su colaboración, acordando con ellos los tiempos para trabajar en la escuela.

La selección de la muestra fue a conveniencia de acuerdo a los criterios de inclusión del estudio: niños sanos de 10 años que viviera con ambos padres en una familia nuclear. Los criterios fueron establecidos con base en la revisión de la bibliografía (Briz, 2000) con variables similares a las nuestras, además de la decisión arbitraria de incluir a los padres dentro del estudio, por ser pocas las investigaciones que cuestionan la relación del padre en la alimentación familiar (Briz, 2000; Brown y Ogden, 2003). Por el hecho de ser un estudio exploratorio el tamaño de la muestra no fue calculado buscando la representatividad, aunque si se buscó que las variables pudieran ser analizadas paramétricamente.

Seleccionamos a los niños por medio de la aplicación de una tarea (Anexo I) cuyo objetivo fue conocer su edad, las personas que vivían en su casa y si comía en la casa donde vivía; 179 niños cumplieron con los criterios de inclusión,

---

<sup>3</sup>Proyecto Ecología Humana de la Migración, Cinvestav-Unidad Mérida, Laboratorio de Somatología. Responsable Dr. Federico H. Dickinson B.

y a éstos en una segunda visita se les entregó la carta de consentimiento dirigida a ambos padres. La carta explicaba el objetivo y procedimiento de la investigación y pedía la dirección y teléfono de los padres para contactarlos así como su firma de autorización en caso de aceptar participar (Anexo II). Solamente los niños que entregaban la carta firmada fueron incluidos en el estudio.

De los niños invitados 85 respondieron afirmativamente con una porcentaje de aceptación de 50.2 %. A estos últimos aplicamos las mediciones antropométricas, los cuestionarios sobre hábitos alimentarios de los niños (Anexos III y IV) y la frecuencia de alimentos (Anexo V) en las escuelas y sus domicilios en horarios acordados mediante citas telefónicas. Eliminamos 25 casos por encontrarse en circunstancias familiares especiales (separaciones, pérdidas familiares, viajes, cambio de entidad federativa etc.) de tal modo que son 60 casos (31 niños y 29 niñas) sobre los que presentamos sus resultados más adelante.

#### 5.1.1 Instrumentos y variables del estudio

En el estudio hay distintas variables que conforman los tres ejes de esta investigación: 1) hábitos alimentarios de los padres, 2) hábitos alimentarios de los hijos y 3) crecimiento de éstos. Dentro de los hábitos alimentarios parentales y filiales se encuentran: las preferencias alimentarias, la dieta actual y las acciones llevadas a cabo durante los tiempos de comida: desayuno, almuerzo y cena (Casanueva *et al.* 2001); las variables para el crecimiento son: peso para la edad, talla para la edad e IMC para la edad. Todas estas variables fueron analizadas por edad y sexo, tomando en cuenta que la edad es el tiempo medido en años que una persona ha vivido desde su nacimiento (Bogin 2001) y el sexo es la identificación de hombre o mujer según los genitales (Lamas 2002); para evaluar estas variables se adaptaron cuestionarios de hábitos alimentarios tomados de estudios con objetivos similares (Cullen 2000; Ogden *et al.* 2006; Scaglioni 2008; Briz, 2004) e instrumentos de frecuencias de alimentos, estos dos instrumentos fueron aplicados tanto a padres como a hijos. Además se aplicó una breve

encuesta socioeconómica por familia que contenía preguntas sobre la escolaridad, edad, posición laboral e ingreso de ambos padres.

Los cuestionarios de Hábitos Alimentarios Familiares para Niños (IHAF-N, anexo IV) y padres (IHAF-P, anexo VII) contienen preguntas referentes a las acciones que se realizan durante los tiempos de comida; obtuvimos las respuestas a través de una escala tipo Likert, en la que otorgamos puntaje para evaluar las dimensiones del cuestionario, además en este instrumento se preguntó sobre las comidas o alimentos favoritos.

Para conocer el tipo de dieta que tenía cada uno de los participantes se utilizó la frecuencia de alimentos (anexo V), se preguntaron un total de 74 alimentos divididos en 8 grupos: cereales, alimentos de origen animal (AOA), leguminosas, aceites y grasas, frutas, azúcares, verduras y platillos típicos de la región. Los alimentos que se incluyeron en el instrumento fueron aquellos considerados como típicos de la región, además de tomar como referencia instrumentos realizados en estudios con objetivos similares (Briz, 2000, Proyecto Ecología Humana de la Migración<sup>4</sup>) (anexo V).

Solamente a los niños se les realizaron mediciones antropométricas. Para esto diseñamos una cédula antropométrica que incluye las mediciones realizadas: estatura, peso corporal, perímetro de cintura y brazo y, panículos adiposos (subescapular, tricipital, bicipital, suprailíaco y de pantorrilla) (Anexo III). La cédula antropométrica incluyen mediciones antropométricas que en esta investigación no se han considerado, esto es porque las demás mediciones formaron parte del proyecto de las otras personas que colaboraron con nosotros.

Para evaluar el crecimiento utilizamos diferentes técnicas somatométricas, que midieran aquellos segmentos en los cuales se pudieran apreciar las dimensiones corporales esperadas para la edad (Bogin, 1994). El indicador de peso y talla para la edad más utilizado en la evaluación de crecimiento es el IMC, que refleja la historia nutricia del individuo y su estado actual y permite valorar la masa corporal en relación con la estatura, se calcula a partir de la división del

---

<sup>4</sup> Comunicación personal y participación en el proyecto Ecología Humana de La migración en Yucatán, Cinvestav - unidad Mérida.

peso, en kilogramos, entre la estatura, en centímetros cuadrados, cruzando este cociente con la edad. El indicador se clasificó con base a los estándares de la Organización Mundial de la Salud, es decir los niños ubicados por debajo del percentil 15 se clasificaron con bajo peso, con peso normal entre los percentiles 15 a 85, entre 85 y 95 sobrepeso y aquellos por arriba del percentil 95 como obesos (OMS, 2007; Casanueva *et al.* 2001; Mahan y Escott-Stump 2001).

Todos los instrumentos, tanto los dirigidos a niños como a padres y madres, fueron aplicados de manera piloto para ajustar la redacción de los reactivos y su pertinencia a 28 niños y niñas de 5° año y a 15 madres de familia de niños de diferentes grados escolares que aceptaron participar en ella. Como resultado se modificó la redacción de dos reactivos de los instrumentos dirigidos a los niños y se decidió aplicar a modo de encuesta la frecuencia de alimentos y no como cuestionario autoaplicable.

#### 5.1.2 Análisis de datos. Fase cuantitativa

El análisis de los resultados encontrados se hicieron utilizando estadística descriptiva, análisis correlacional y de diferencia de medias para explorar diferencias y relaciones entre los hábitos, dieta y preferencias alimentarias parentales y filiales.

Se aplicaron pruebas estadísticas paramétricas descriptivas y de tendencia central para conocer la distribución de la muestra. Específicamente se aplicaron pruebas *t* de Student y se corrieron correlaciones lineales de Pearson para las comparaciones intergrupales entre padres, madres e hijos. Las primeras pruebas permiten conocer si las diferencias de medias grupales son estadísticamente significativas y qué grupo consumía con mayor o menor frecuencia determinado alimento; las correlaciones de Pearson permitieron conocer si la ingesta, los gustos o hábitos parentales se relacionaban positiva o negativamente con los de los niños. Aquellas comparaciones en las que se usaron variables categóricas u ordinales se aplicó la correlación lineal de Rho de Spearman y Chi cuadrada para conocer si las diferencias entre medias resultaron estadísticamente significativas.

Todas las pruebas estadísticas se hicieron con el programa SPSS versión 15.0.

## 5.2 Diseño de la submuestra. Fase cualitativa

La selección de la submuestra, para la fase cualitativa, fue a conveniencia. Los criterios de selección fueron establecidos con los datos de la fase cuantitativa previa. Se realizó un análisis de correlación de Pearson en el que se observó significancia estadística ( $p \leq 0.05$ ) entre la edad y escolaridad de los padres y madres por lo que decidimos utilizar éstos como criterios de selección.

De acuerdo a los datos cuantitativos la clase modal en la escolaridad de ambos padres es el bachillerato, se tomó como primer criterio de selección a padres y madres de los extremos de la variable escolaridad, es decir padres y madres con escolaridad básica (primaria y secundaria) y con escolaridad superior (licenciatura y posgrado).

El segundo criterio de selección considerado fue la edad, la media de la muestra se ubicaba en los 37 años, los padres seleccionados debían ser menores o mayores a 37 años.

Como tercer criterio de selección se consideró el IMC para la edad de los hijos, es decir, peso normal, sobrepeso u obesidad. De este modo tres variables fueron consideradas para la selección de los casos de la submuestra: escolaridad, edad de los padres y el estado físico de los niños.

Por las limitantes de tiempo en las que se desarrolló esta investigación, decidimos incluir ocho participantes, cuatro padres y cuatro madres. En la base de datos cuantitativos de los 60 padres de la muestra, localizamos 13 personas que cubrían con los criterios de selección de la submuestra; en aquellos casos en los que teníamos más de una persona que cubriera los criterios, se seleccionó por azar quién sería invitado a participar en la entrevista, los criterios de las personas que conformaron la submuestra, para la fase cualitativa, se resumen en la tabla 2.

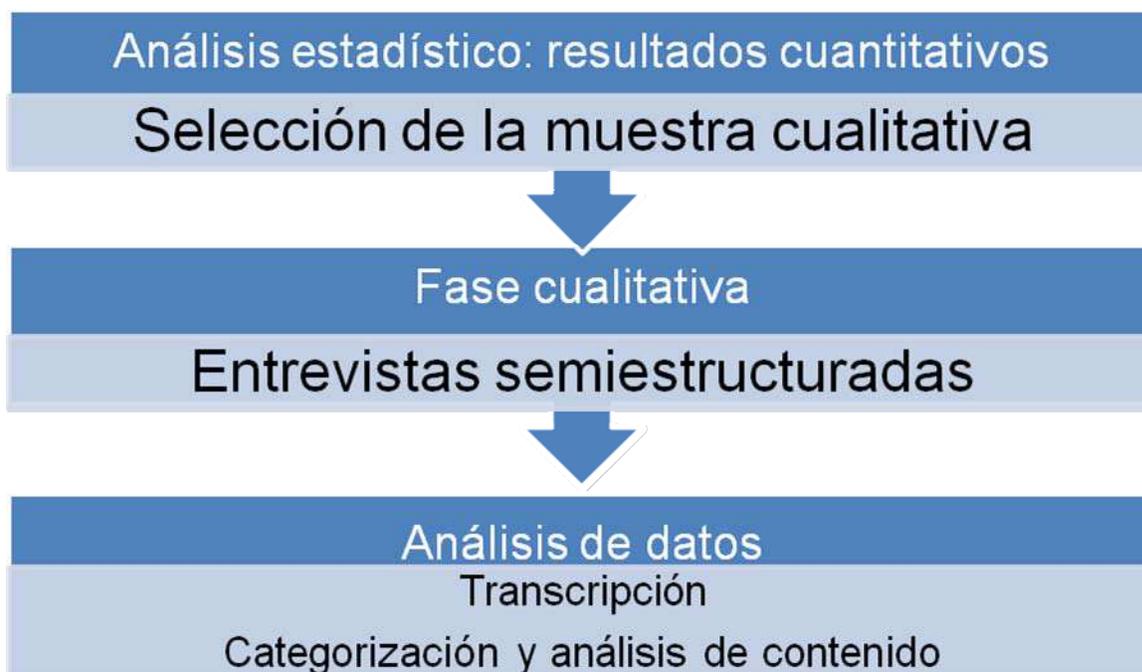
Con la selección de la submuestra se procedió con la fase cualitativa, que consistió en la aplicación de entrevistas semiestructuradas, para posteriormente

analizar los datos obtenidos a través de ellas, la figura 2 ilustra el desarrollo de la fase cualitativa del estudio.

**Tabla 2. Características de los padres y madres que conformaron la submuestra de acuerdo a los criterios de selección establecidos.**

Género	Edad	Escolaridad	IMC/edad hijo
Femenino	37	Secundaria	Obesidad
Masculino	37	Licenciatura	Obesidad
Femenino	42	Posgrado	Sobrepeso
Masculino	52	Primaria	Obesidad
Masculino	39	Secundaria	Normal
Femenino	44	Licenciatura	Normal
Masculino	45	Licenciatura	Normal
Femenino	47	Primaria incompleta	Normal

**Figura 2. Fase cualitativa**



Fuente: Diseño propio con conceptos de Rodríguez y García, 1999; Creswell, 2003.

### 5.3 Aplicación de entrevistas

La invitación y el arreglo de la cita para la entrevista fueron mediante llamadas telefónicas. Tres personas se negaron a participar, dos madres con hijas con peso normal, una de ellas de escolaridad superior y la otra de educación básica, y una madre de escolaridad básica con hija con sobrepeso

Las citas fueron concertadas en días y horas convenientes para los y las entrevistados; todas las entrevistas se llevaron a cabo en el hogar de cada uno, a excepción de un padre de familia que prefirió se realizara en su centro de trabajo.

Las entrevistas tuvieron el objetivo de profundizar en cuestiones como: ¿qué es lo que padres y madres conocen sobre la alimentación recomendada para niños? ¿Cuáles son las creencias que los padres y madres tienen con respecto a determinados alimentos? ¿Qué acciones realizan los padres y madres para cuidar la alimentación de los hijos? ¿Cómo es la alimentación familiar? ¿Cuáles son los alimentos preferidos de sus hijos? y ¿Creen que los niños y niñas les gustan alimentos diferentes? (Anexo VIII).

Las ocho entrevistas fueron grabadas, contando con la autorización de los entrevistados, y posteriormente fueron transcritas para crear una base de datos que nos permitiera ordenar, categorizar y analizar su contenido.

#### 5.3.1 Análisis de contenido

La transcripción de entrevistas fue hecha con ayuda del Reproductor de Windows Media<sup>MR</sup>. Las categorías establecidas fueron: la dieta familiar en los tiempos de comida (desayuno, comida o almuerzo y cena), que incluyó los días entre semana y en fin de semana, la organización y responsabilidad de padres, madres e hijos en la preparación de alimentos, la dieta de los niños en la escuela, los gustos de los niños, selección de alimentos en ocasiones especiales (cumpleaños, fiestas y premios), recomendaciones alimentarias para los niños y recomendaciones alimentarias y gustos por género. Al colocar el contenido en las categorías

seleccionamos parte de algunas respuestas textuales que ilustraran lo referido por la mayoría de los padres en determinada categoría o algún dato de relevancia. Después de la asignación de categorías se analizó nuevamente el contenido para reconsiderar las categorías o bien reubicar el contenido. Se crearon nuevas categorías: los abuelos y su rol en la alimentación de los niños, y la percepción corporal y permisividad alimentaria de los padres.

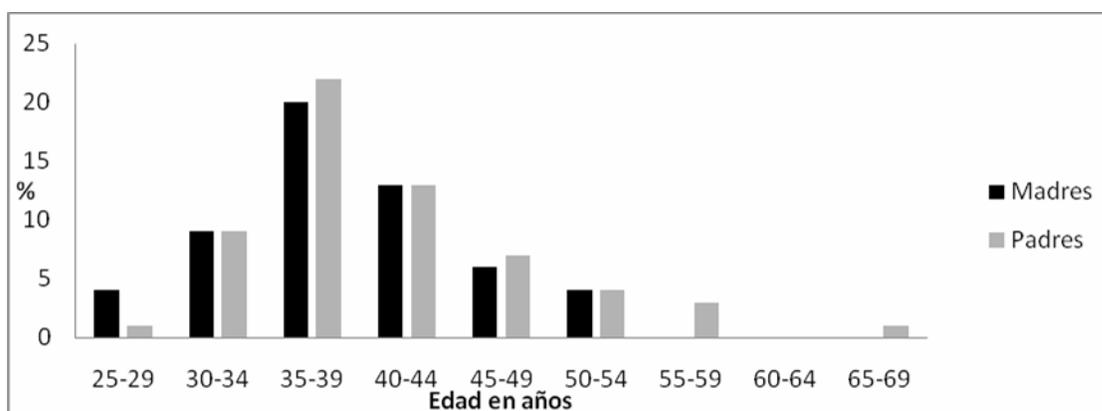
Se realizaron comparaciones del contenido entre los participantes con características contrastantes, como la escolaridad, edad y condición física de los niños (IMC/edad).

## 6. Resultados

### 6.1 Descripción de la muestra

La edad de padres y madres oscila entre los 25 y 59 años y 27 y 52 años, respectivamente, la media de los padres es de 40 años y de las madres de 39 (Gráfica 1). El rango del ingreso familiar mensual<sup>5</sup> es de \$1,200.00 a \$40,000.00; tanto la clase modal como la media aritmética ( $\bar{X} = \$5,860.00$ ) se encuentran entre los \$5,000.00 y \$10,000.00 mensuales (Tabla 3). La escolaridad de padres y madres de familia tiene una distribución normal similar, aunque la clase modal está en diferentes categorías para cada uno: para la madre en la secundaria completa mientras que para los padres en licenciatura completa (Gráfica 2).

**Gráfica 1. Edad de los padres y madres de la muestra.**

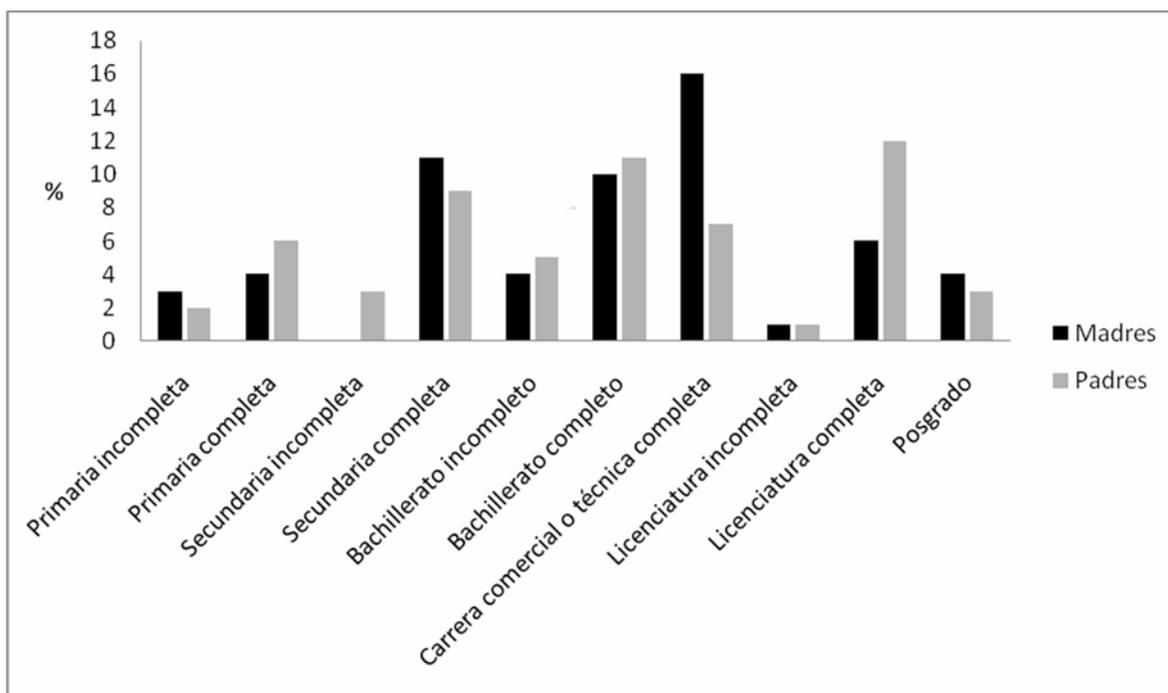


**Tabla 3. Ingreso familiar mensual en pesos.**

Medidas de dispersión	Ingreso económico (\$)	Fr	%	% acumulado
Mínimo	1200 ≤ 5000	14	24.1	24.1
Máximo	40000 5001 - 10000	25	43.1	67.2
Media	10573 10001 – 15000	8	13.8	81.0
	≥ 15001	11	19.0	100.0
<b>Total</b>		<b>58</b>	<b>100.0</b>	

<sup>5</sup> Ingreso familiar: ingreso económico mensual de todos los miembros de la familia, incluidos los apoyos gubernamentales en caso de contar con ellos.

**Gráfica 2. Distribución de la escolaridad de ambos padres**



## 6.2 Hábitos alimentarios

Los cuestionarios de los hábitos alimentarios contenían preguntas referentes al número de comidas que se hacen al día, si se come o no en familia y las acciones que se realizan durante estos tiempos de comida (desayuno, almuerzo o comida y cena) como ver televisión, leer y usar la computadora. Con base en esto dividiremos los resultados en las actividades o hábitos realizados durante los tiempos de comida y lo relativo a la dieta.

### 6.2.1 Actividades durante los tiempos de comida

Los resultados de los tiempos de comida realizados, desayuno, almuerzo, cena y colaciones, muestran que tres cuartas partes de los niños participantes realizan esos tiempos de comida todos los días y un 20% efectúa siempre una colación, matutina o vespertina. En cuanto a los padres, más del 80% consume el desayuno y almuerzo todos los días aunque solamente 60% cenan y menos de la cuarta parte realiza una colación. Una distribución similar tienen las madres, si bien 68%

de ellas mencionó no cenar nunca (Tabla 4); hay que aclarar que al analizar los resultados relativos a la cena, notamos que pudo haber tenido un sesgo de concepto, puesto que algunas madres o padres pueden considerar que “no cenan” cuando no ingieren alimentos “pesados”, aunque sí consuman alimentos como una taza de café con leche, café o sólo leche, pero esto no fue detectado al momento de realizar el estudio piloto.

**Tabla 4. Frecuencia con la que padres, madres e hijos realizan los tiempos de comida\***

Tiempo	Respuestas	Madres		Padres		Niños	
		Fr	%	Fr	%	Fr	%
<b>Desayuno</b>	Nunca	2	3.3	1	1.7	2	3.3
	Algunas veces	6	10.0	11	18.3	10	16.7
	Siempre	52	86.7	48	80.0	46	76.7
<b>Almuerzo</b>	Algunas veces	1	1.7	4	6.7	9	15.0
	Siempre	59	98.3	56	93.3	49	81.7
<b>Cena</b>	Nunca	2	3.3	2	3.3	1	1.7
	Algunas veces	17	28.3	17	28.3	9	15.0
	Siempre	41	68.3	41	68.3	50	83.3
<b>Colación</b>	Nunca	21	35.0	22	36.7	16	26.7
	Algunas veces	31	51.7	32	53.3	32	53.3
	Siempre	8	13.3	6	10.0	12	20.0
<b>Total</b>		<b>60</b>	<b>100.0</b>	<b>60</b>	<b>100.0</b>	<b>60</b>	<b>100.0</b>

\*Por tiempo de comida nos referimos a las comidas hechas durante el día: desayuno, comida o almuerzo, cena y colación.

El desayuno es el tiempo de comida en que hay menos acompañamiento, cuando menos se come en familia, pues sólo el 8.3% (5 casos) de las madres y 10% (6 casos) de los padres desayunan con sus hijos todos los días, más de dos cuartas partes de los padres y madres sólo desayunan con los hijos algunos días (Tabla 4).

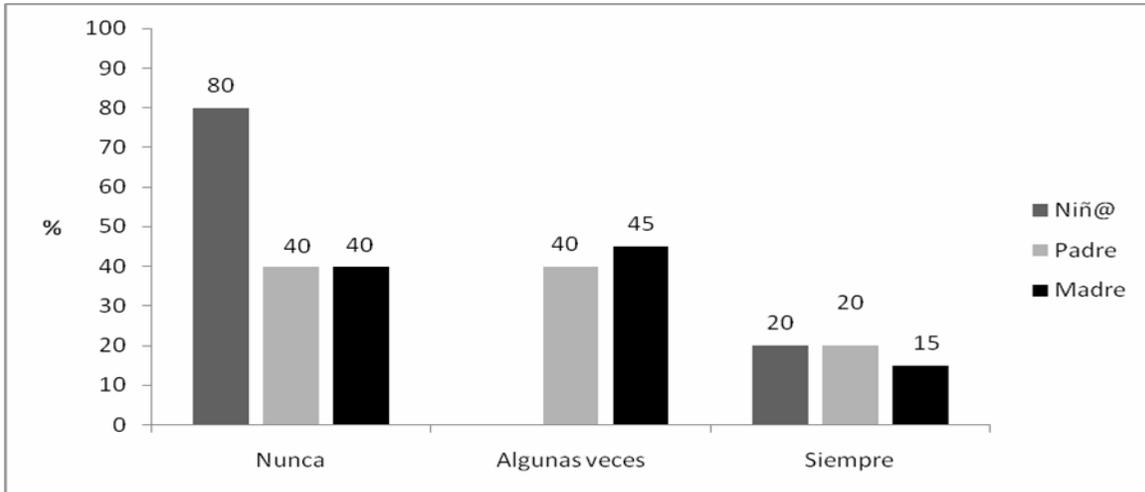
La frecuencia de almuerzos en familia es mayor y es la madre la que convive más con los niños durante este tiempo de comida, en comparación con el padre (tabla 4) pues 85% de ellas comen con sus hijos todos los días mientras que sólo el 8.3% y 70% desayuna y cena con ellos respectivamente. En el caso de los padres el tiempo de comida en el que más acompañan y son acompañados por sus hijos es la cena.

La correlación de Spearman calculada no arrojó resultados estadísticamente significativos ( $p \leq 0.05$ ) entre el número de comidas efectuadas por los niños y por padres o madres es decir, el número de comidas que los hijos realizan es independiente del de los padres y madres. Si los padres desayunan o no, no influye en que los hijos lo hagan; lo mismo ocurre para la cena y el almuerzo.

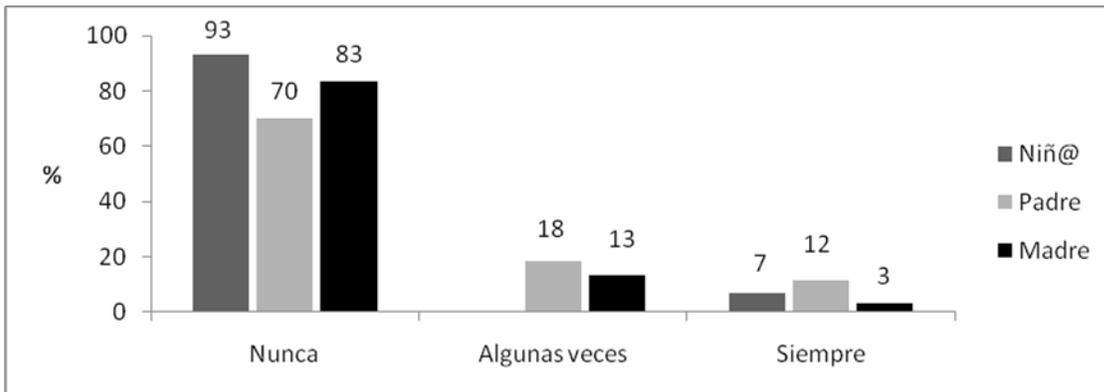
La preocupación por consumir alimentos “que engordan” no es algo común entre los niños y niñas pues 80% de ellos respondió que nunca se preocupan por consumir este tipo de alimentos, sin embargo el 20% ( $n = 12$ ; 8 varones y 4 mujeres) restante sí lo hace (Gráfica 3). Comparando esta variable con la de padres y madres, hay una relación estadísticamente significativa  $R = 0.008$  ( $R$  Spearman  $\leq 0.01$ , significancia bilateral) entre la preocupación por el consumo de alimentos “que engordan” de los padres y los hijos, mientras que esto no sucede en el caso de las madres; a mayor preocupación de los padres hay más casos de niños que se preocupan por el consumo de alimentos identificados por ellos con el término de “engordativos”, es decir alimentos densamente energéticos (fritos, azucarados, grasosos, dulces, etcétera).

El consumo de alimentos *light* es una práctica común en las madres pero no tiene relación con el de los hijos ni con el de las hijas, como ninguna de las otras acciones realizadas por ellas durante los tiempos de comida. La frecuencia con la que realizan las acciones durante los tiempos de comida se encuentra en las Gráficas 3 a la 8. Pero como mencionamos con anterioridad, solamente encontramos una relación, estadísticamente significativa, entre la preocupación de los padres y los hijos varones por consumir alimentos que engordan.

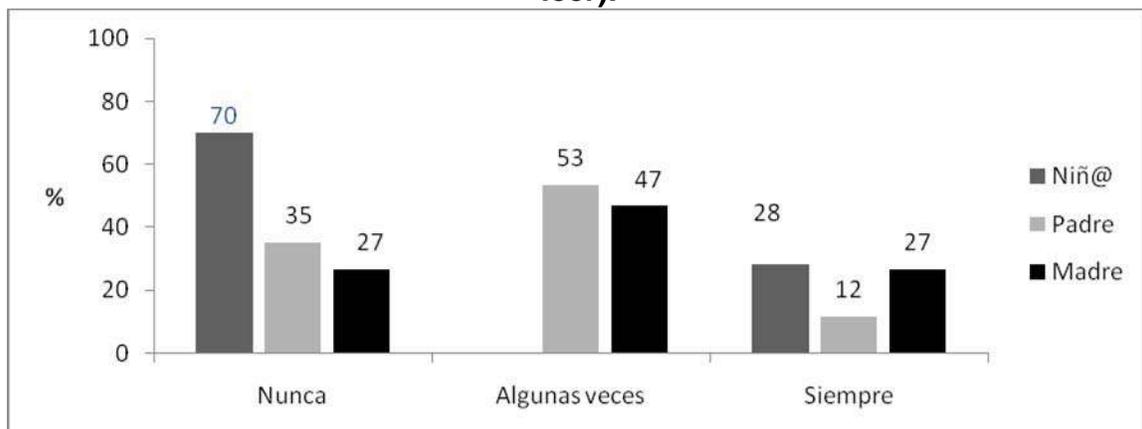
**Gráfica 3. Porcentaje de padres, madres e hijos que evitan comer ciertos alimentos porque creen que engordan.**



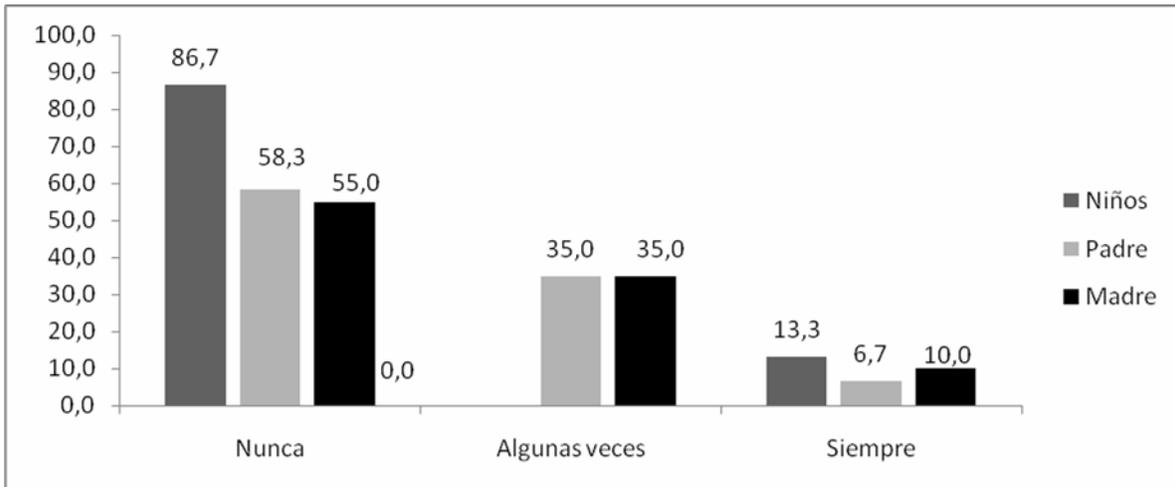
**Gráfica 4. Porcentaje de padres, madres e hijos que agregan sal a su comida antes de probarla.**



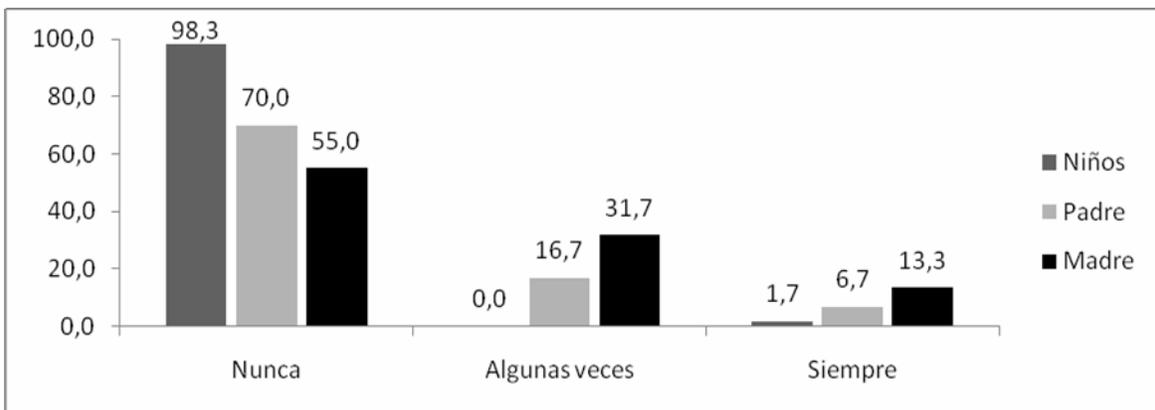
**Gráfica 5. Porcentaje de padres, madres e hijos que realizan otra actividad mientras comen (como ver televisión y leer).**



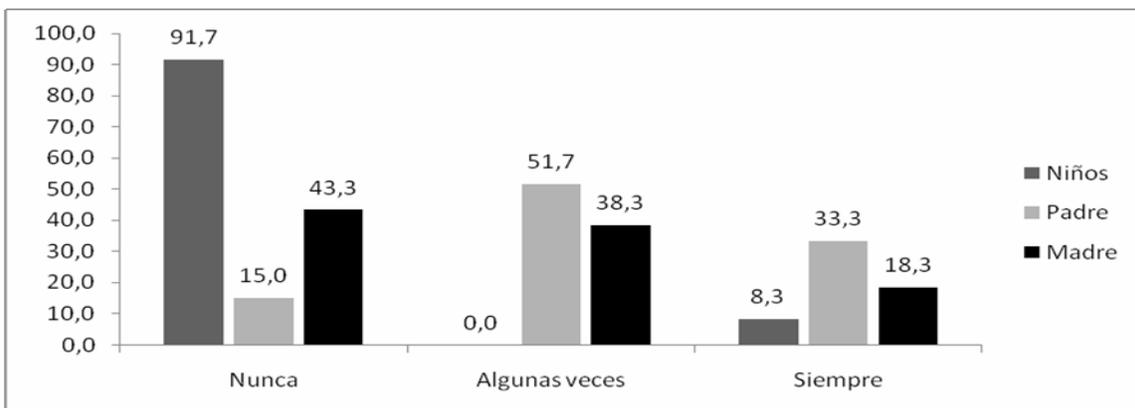
**Gráfica 6. Porcentaje de padres, madres e hijos que comen aunque no tenga hambre**



**Gráfica 7. Porcentaje de padres, madres y niños que consumen alimentos *light***



**Gráfica 8. Porcentaje de padres, madres y niños que terminan de comer antes que todos**



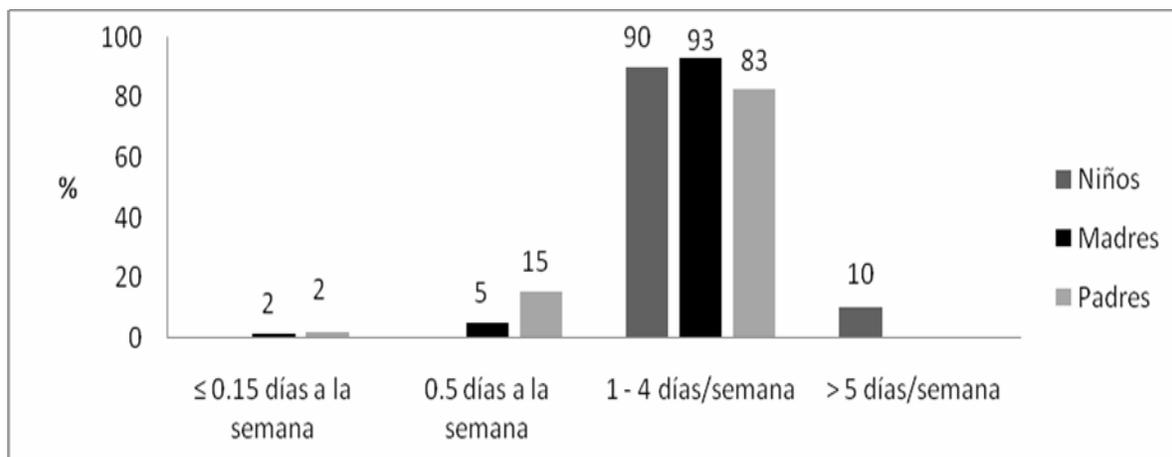
## 6.2.2 Dieta

La frecuencia de consumo de alimentos de los hijos se analizó por rangos y media de consumo. Se construyeron 4 rangos de consumo: 1) menos de una vez al mes ( $\leq 0.15$  días a la semana), 2) 1 vez a la quincena (0.5 días a la semana), 3) 1 a 4 días a la semana y 4) más de 5 días a la semana.

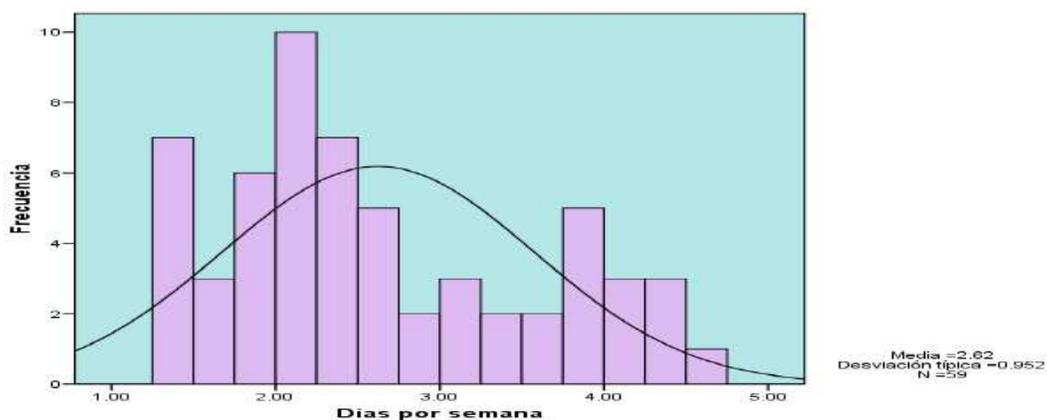
La frecuencia de consumo analizada por rangos, es similar tanto en padres, madres e hijos; el consumo de uno a cuatro días a la semana es el porcentaje mayor en los grupos de alimentos de cereales, alimentos de origen animal, frutas, verduras y leguminosas (Gráficas 9 - 14).

Todos los niños estudiados consumen cereales de uno a cuatro días a la semana. La Gráfica 13 muestra la distribución por promedio de consumo de los niños y niñas del grupo de cereales, donde la clase modal se ubica en un consumo de 2 días a la semana; el alimento de este grupo de alimentos que ellos más consumen es el cereal de caja, en el caso de padres y madres es la tortilla (Tabla 5).

**Gráfica 9. Distribución del consumo de alimentos del grupo de cereales entre ambos padres y niños.**



**Gráfica 10. Distribución de consumo de cereales de niños.**



**Tabla 5. Alimentos de cada grupo de alimentos consumidos con mayor frecuencia\*.**

Grupo de alimentos	Niños		Madres		Padres	
	Alimento	Días/ semana	Alimento	Días/ semana	Alimento	Días/ semana
<b>Cereales</b>	Cereal	4.4	Tortilla de maíz	4.9	Tortilla de maíz	5.0
	Tortilla de maíz	4.3	Pan francés	3.3	Pan francés	3.5
	Pan blanco	3.4	Galletas	2.3	Galletas	2.7
	Galletas	3.2	Cereal	2.3	Cereal	2.4
<b>Alimentos de Origen Animal</b>	Leche	5.0	Leche	3.6	Queso	3.3
	Jamón	3.8	Queso	3.0	Jamón	3.0
	Queso	3.4	Jamón	2.8	Leche	2.8
	Yogurt	2.9	Pollo	2.6	Pollo	2.5
<b>Frutas</b>	Naranja dulce	3.5	Plátano	2.4	Plátano	2.9
	Plátano	3.4	Manzana	2.3	Naranja dulce	2.4
	Manzana	3.1	Naranja dulce	2.0	Manzana	1.9
	Uva	2.2	Papaya	1.4	Sandía	1.0

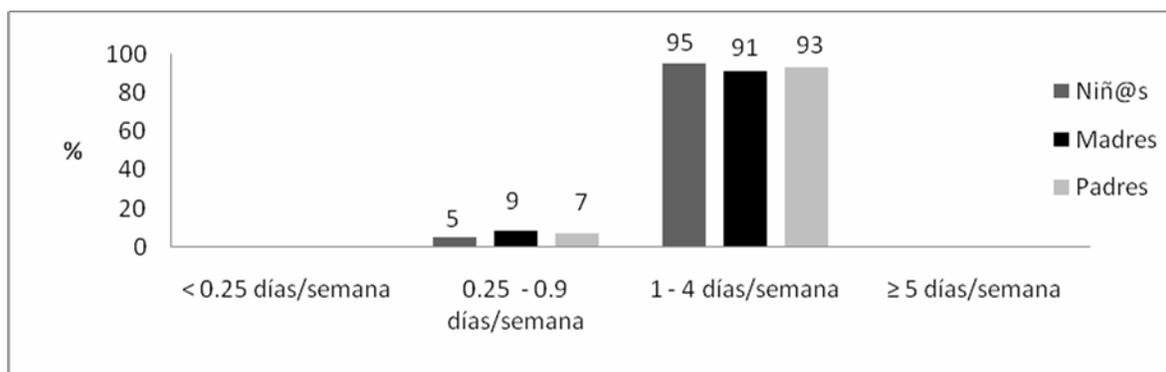
Continúa

**Tabla 5. Alimentos consumidos con mayor frecuencia (termina).**

Grupo de alimentos	Niños		Madres		Padres	
	Alimento	Días /semana	Alimento	Días /semana	Alimento	Días /semana
Azúcares refinados	Refrescos	3.6	Refrescos	4.0	Refrescos	5.2
	Juguitos	3.6	Juguitos	1.7	Juguitos	2.2
	Bolis	2.8	Dulces	1.2	Dulces	1.2
	Dulces	2.8	Bolis	0.8	Bolis	1.0
Verduras	Zanahoria	2.9	Tomate	4.4	Tomate	4.0
	Lechuga	2.8	Lechuga	2.6	Lechuga	2.5
	Tomate	2.6	Zanahoria	2.0	Zanahoria	1.7
	Calabaza	1.7	Calabaza	1.9	Calabaza	1.2
Comidas	Panuchos	1.8	Espagueti	0.9	Panuchos	1.0
	Pizza	1.5	Panuchos	0.7	Espagueti	0.8
	Espagueti	1.5	Cochinita	0.6	Cochinita	0.7
	Tamales	1.4	Pizza	0.6	Pizza	0.5

Prácticamente todos los niños (94.5%) consumen alimentos de origen animal entre uno y cuatro días a la semana, distribución muy similar a la de padres y madres quienes tienen arriba del 90% de su distribución en este rango (Gráfica 11). Los alimentos más consumidos por los niños dentro de este grupo son la leche en primer lugar, en segundo el jamón y el queso (Tabla 5). Tanto padres como madres tienen un consumo frecuente de este tipo de alimentos, con la pequeña diferencia que en los padres la leche ocupa el tercer lugar. Tanto padres como madres e hijos tienen dentro de sus primeros lugares de consumo leche, queso y jamón (Tabla 5).

**Gráfica 11. Comparación sobre el consumo de alimentos de origen animal entre ambos padres y niños.**

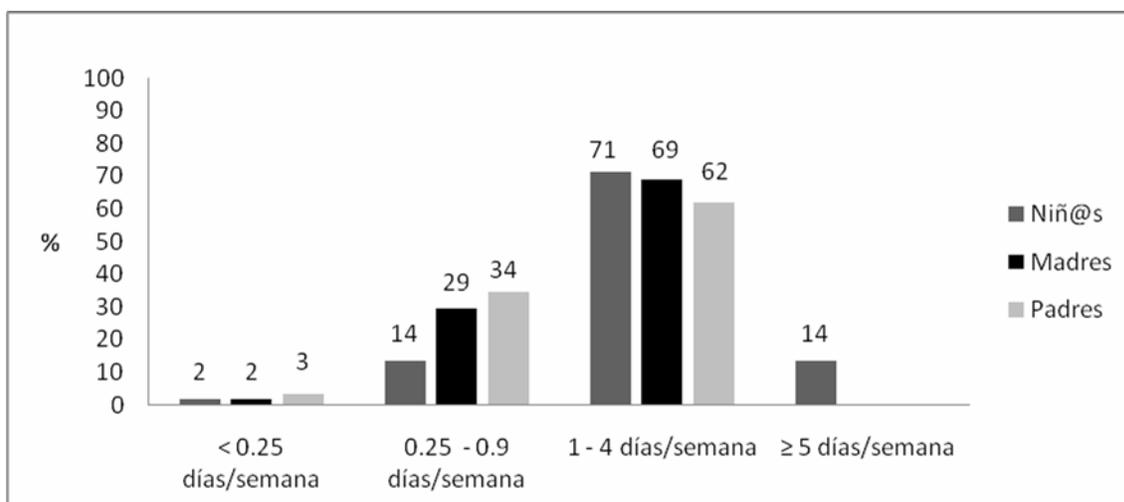


Del conjunto de frutas sobre las que se inquirió el consumo (manzana, plátano, naranja dulce, sandía, melón y papaya) la más consumida por niños y niñas fue la naranja dulce, localmente llamada “china”, en el caso de madres y padres es el plátano; para este grupo de alimentos sucede algo similar a lo ocurrido con el de origen animal, aunque el alimento consumido con más frecuencia por niños, madres y padres no es el mismo, dentro de sus tres primeros lugares sí están los mismos alimentos, en el caso de las frutas plátano, naranja dulce y manzana (Tabla 5).

La frecuencia de alimentos, al ser un método retrospectivo que depende de la memoria, tiene dentro de sus debilidades el sesgo de la temporalidad, es decir, debemos tener en cuenta el período en el que la investigación fue realizada, porque influye en la disponibilidad y consumo de alimentos, principalmente del grupo de frutas y verduras locales.

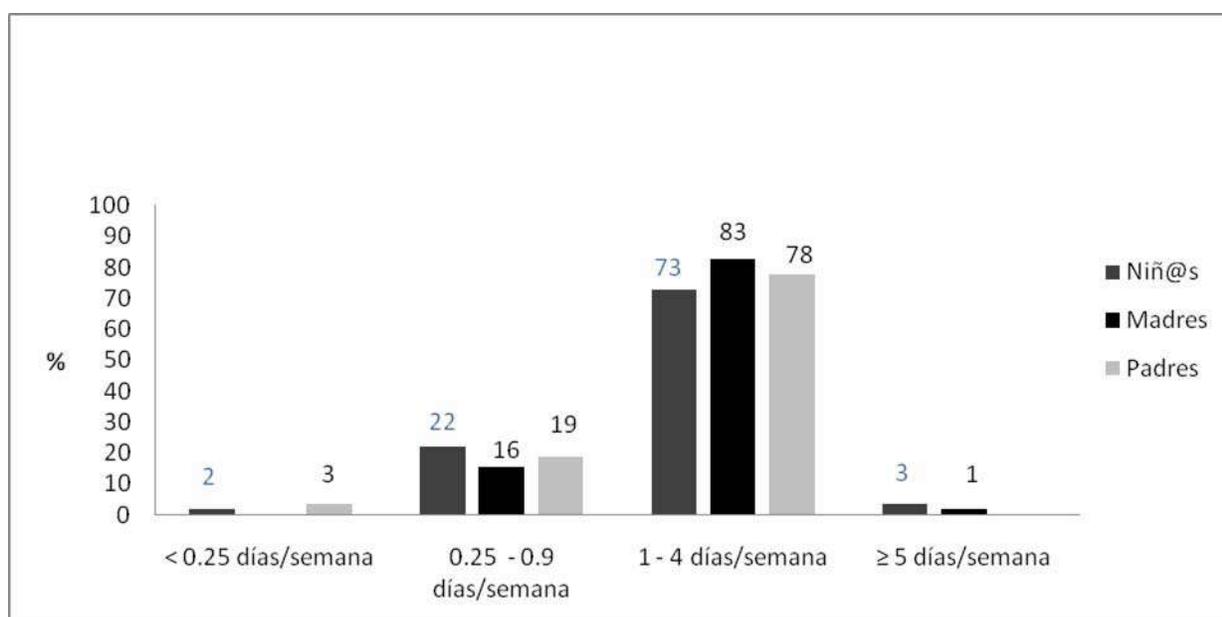
La distribución del consumo de frutas indica que los niños consumen más frutas que los padres y madres, aunque en los tres grupos su mayor distribución se encuentre en el rango de uno a cuatro días de consumo a la semana (Gráfica 12).

**Gráfica 12. Comparación del consumo de frutas entre ambos padres y niños.**



Ningún padre de familia consume verduras (chayote, calabaza, zanahoria, tomate, lechuga, apio y brócoli) cinco o más días a la semana, a diferencia de madres (1.7%) e hijos (3.4%) que sí lo hacen. Dentro del rango de mayor frecuencia de consumo para los tres grupos, de uno a cuatro días a la semana, las madres tiene un porcentaje de consumo mayor, en segundo lugar están los padres y en tercero los hijos (Gráfica 13). Para padres, madres e hijos las verduras más consumidas son zanahoria, tomate y lechuga (Tabla 5).

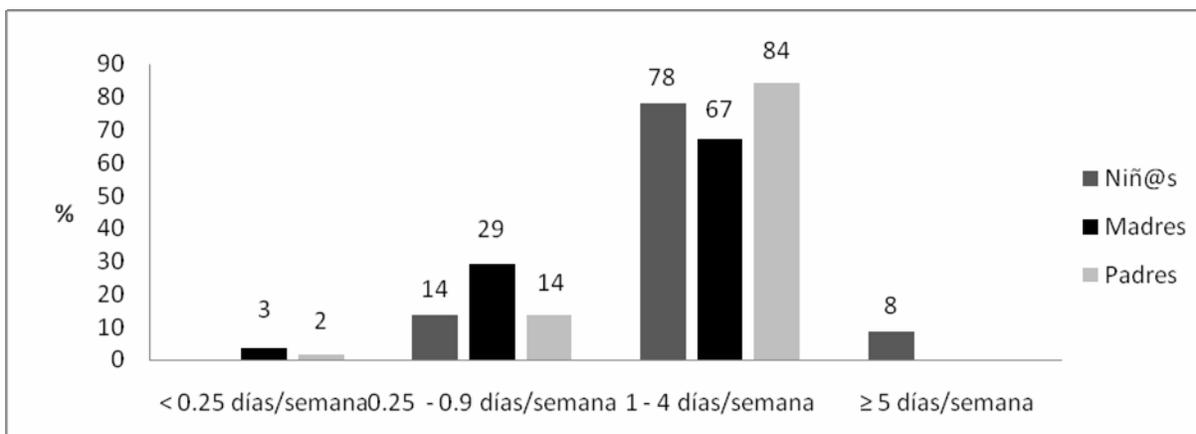
**Gráfica 13. Comparación del consumo de verduras entre ambos padres y niños.**



En lo relativo al consumo de azúcares, los niños tienen una frecuencia de consumo mayor y dentro de esta categoría incluimos solamente azúcares simples. En los tres grupos la cajeta es el alimento con menor frecuencia de consumo, un día al mes o menos, y el más consumido son los refrescos embotellados (Gráfica 14).

Es pertinente mencionar que al analizar los resultados con base en el lugar de consumo, notamos que niños y niñas, además de los azúcares que consumen en casa, también lo hacen en la escuela, especialmente los “juguitos” y “bolis” (Tablas 6).

**Gráfica 14. Comparación del consumo de alimentos del grupo de azúcares entre ambos padres y niños.**



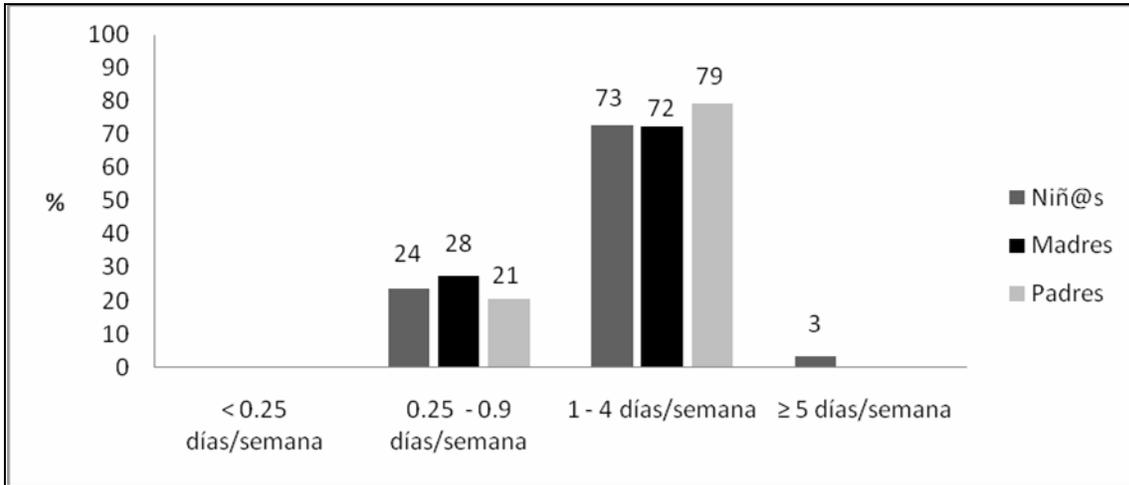
**Tabla 6. Alimentos comúnmente consumidos en la escuela comparándolos con la frecuencia de consumo en casa.**

Alimentos	Escuela		Casa	
	Fr*	%	Fr*	%
Pizza	7	11.7	52	86.7
Refrescos	11	15.1	50	83.5
Juguitos	19	31.7	50	83.3
Galletas	10	16.7	46	76.7
Bolis	17	28.3	35	58.3
Dulces	13	21.6	51	85.0

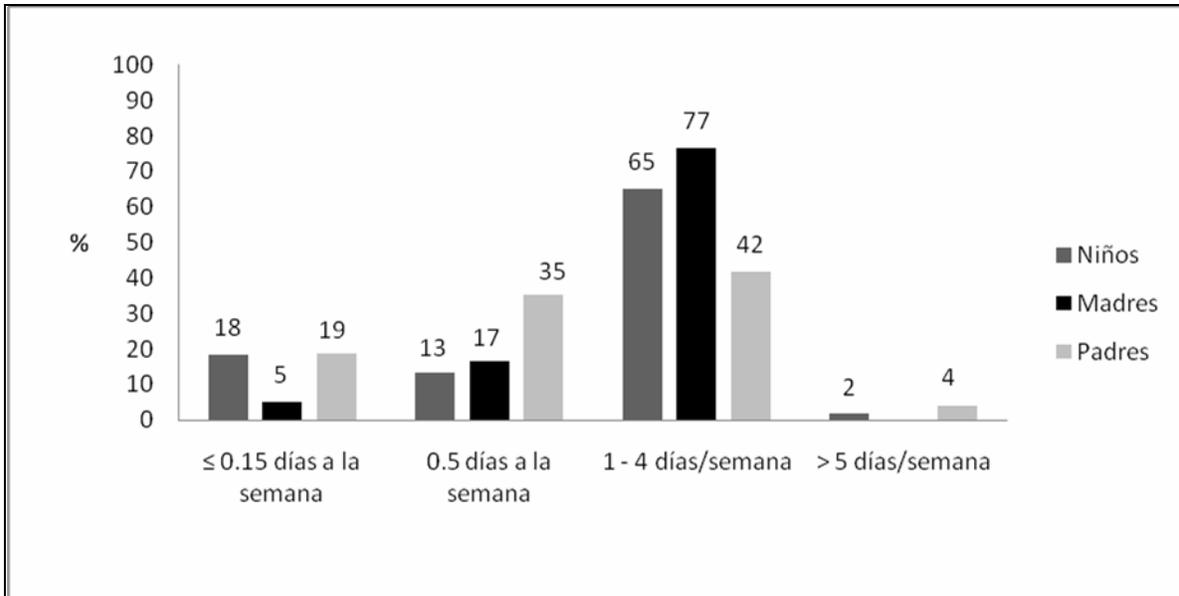
\*Numero de veces mencionadas.

Del grupo de leguminosas (frijol, lentejas y cacahuates) las lentejas son el alimento más consumido, y del grupo de aceites y grasas (margarina, mayonesa y aguacate) la mayonesa, esto último posiblemente relacionado con la frecuencia elevada de embutidos como el jamón y queso, cuya preparación más popular son los sándwiches o tortas (Gráficas 15 y 16).

**Gráfica 15. Comparación del consumo de alimentos del grupo de leguminosas entre ambos padres y niños.**



**Gráfica 16. Comparación del consumo de alimentos del grupo de aceites y grasas entre ambos padres y niños.**



Además de reportar la frecuencia de consumo de alimentos se pidió a los participantes escribieran y enumeraran en orden descendente sus cinco alimentos favoritos, fueran alimentos individuales, como alguna fruta o golosina, o algún

platillo. Encontramos que para los padres el platillo que mencionaron con más frecuencia fue el frijol con puerco, las madres el puchero y los niños la pizza (Tabla 7). Hay una clara diferencia entre los gustos de madres y padres, por un lado, y los niños por otro, pues ambos padres prefieren alimentos y comidas típicas de la región, mientras los niños prefieren consumir los clasificados como comida rápida, pizzas, hamburguesas y *hot dogs*. Dividiendo los gustos de los niños por sexo, encontramos que los varones mencionaron con mayor frecuencia la pizza (17 veces) que las niñas (9 veces). Los tres principales alimentos preferidos por los varones son pizza, hamburguesas y *hot dogs*, identificados como energéticamente densos (Tabla 8).

**Tabla 7. Alimentos favoritos de padres, madres y niños.**

	Padres		Madres		Hijos	
		Fr		Fr		Fr
Frijol con puerco	30	Puchero	22	Pizza	25	
Cochinita	11	Mole	16	Hamburguesas	15	
Puchero	10	Frijol con puerco	14	Espagueti	11	
Pescado	10	Pozole	10	Pozole	10	
Carne Asada	9	Pollo asado	6	Mole	9	
Relleno Negro	8	Potaje	6	Frijol con puerco	8	
Mole	7	Espagueti	5	Hot dogs	6	
Potaje	6	Manzana	5	Sopa de verduras	6	
Carne Molidas	5	Pescado	5	Tamales	6	
Mondongo	5	Bistec	4	Arroz con leche	5	

**Tabla 8. Alimentos favoritos\* más frecuentes de niñas y niños**

Niñas	Fr	Niños	Fr
Espagueti	10	Pizza	17
Pizza	9	Hamburguesas	11
Pozole	6	Hot dog	7
Arroz con leche	4	Frijol con puerco	6
Mole	4	Torta de jamón y queso	6
Hamburguesas	4	Mole	5
Tamales	4	Papas fritas	5
Chilaquiles	3	Espagueti	4
Frijol con puerco	3	Pozole	4
Sopa de verduras	3	Tacos de carne al pastor	4

\*Los alimentos se encuentran ordenados de manera descendente de acuerdo al valor de la frecuencia con que fueron mencionados.

### 6.2.3 Comparación de la dieta de los padres y madres con la de los hijos

En la sección anterior presentamos la distribución de la frecuencia con la que ambos padres e hijos consumen los distintos grupos de alimentos, de acuerdo al análisis por rango de consumo todos tuvieron una distribución similar, al ser el mayor porcentaje de consumo el rango de uno a cuatro días a la semana. Pero esto no es suficiente para asumir que el consumo de alimentos es similar o igual entre padres, madres e hijos, es necesario realizar análisis estadísticos que indiquen diferencias y relaciones. Para ello presentamos a continuación los resultados de las correlaciones de Pearson y diferencias de medias, que nos permitan analizar si las dietas de padres, madres e hijos, están relacionadas entre sí.

Al comparar el consumo de los grupos de alimentos entre padres, madres e hijos (Tabla 9, 10 y 11) hay diferencias estadísticamente significativas en casi la totalidad de la dieta. Lo que indica ambos padres y sus hijos no consumen con la misma frecuencia los alimentos, y el consumo de los primeros no se asocia con el de los segundos.

Ahora bien, comparando niños con niñas, las diferencias no son estadísticamente significativas ( $p \leq 0.05$ , bilateral), es decir, no hay diferencias entre la frecuencia con la que niños y niñas consumen los alimentos de origen animal, cereales, frutas, verduras azúcares, leguminosas y aceites, indicando con

esto que la dieta entre varones y niñas es similar. Comparando la frecuencia de consumo de madres con hijos (Tabla 10) difiere ( $p \leq 0.05$  o  $\leq 0.01$  bilateral) de la frecuencia con la que los hijos consumen esos mismos alimentos, con excepción de, aceites y grasas y verduras. Mientras que la comparación de la dieta de los padres con los hijos difiere estadísticamente ( $p \leq 0.05$  o  $\leq 0.01$  bilateral) con excepción del consumo de aceites y leguminosas.

**Tabla 9. Medidas de tendencia central del consumo por grupo de alimentos de padres, madres y niños.**

Grupo de alimentos	Parentesco	Consumo en días/semana				
		Media	Moda	Mínimo	Máximo	
Cereales	Padre	1.9	2.00	0.00	3.8	
	Madre	1.8	2.00	0.00	3.0	
	Hijo	Niño	2,7	2.60	1.20	4.4
	Hijo	Niña	2.5	1.80	1.30	4.5
AOA*	Padre	1.7	1.00	0.80	2.9	
	Madre	1.7	1.30	0.40	3.0	
	Hijo	Niño	2.3	1.90	0.80	3.9
	Hijo	Niña	2.2	2.50	1.00	4.7
Aceites y grasas	Padre	2.1	3.70	0.00	5.0	
	Madre	1.9	2.30	0.30	4.8	
	Hijo	Niño	1.7	0.25	0.00	4.8
	Hijo	Niña	1.8	1.00	0.00	6.0
Leguminosas	Padre	1.6	1.10	0.25	4.3	
	Madre	1.4	1.80	0.25	3.3	
	Hijo	Niño	1.9	2.00	0.30	5.3
	Hijo	Niña	1.8	0.70	0.25	7.0
Frutas	Padre	1.4	1.70	0.10	4.0	
	Madre	1.5	0.50	0.25	4.0	
	Hijo	Niño	2.5	1.80	0.25	5.3
	Hijo	Niña	2.3	1.60	0.60	6.2
Verduras	Padre	1.7	1.30	0.00	4.0	
	Madre	2.0	2.90	0.50	6.1	
	Hijo	Niño	1.9	0.70	0.00	7.0
	Hijo	Niña	1.9	1.90	0.30	7.0
Azúcares	Padre	1.5	1.40	0.25	3.9	
	Madre	1.2	0.25	0.00	3.9	
	Hijo	Niño	2.8	2.70	0.60	5.9
	Hijo	Niña	2.3	2.40	0.25	6.1

\*AOA: Alimentos de Origen Animal.

**Tabla 10. Diferencias del promedio de consumo\* por grupo de alimentos entre madres e hijos.**

<b>Consumo por grupo de alimentos</b>	<b>Hijo</b>	<b>Madre</b>	<b>t</b>	<b>Sig. (2-tailed)</b>
Cereales	2,6239	1,8485	-5,429	0,000**
AOA	2,2482	1,6802	-4,581	0,000**
Aceites	1,7592	1,9390	0,731	0,466
Leguminosas	1,8778	1,3882	-2,553	0,012*
Frutas	2,3790	1,4710	-3,945	0,000**
Azúcares	2,5945	1,2341	-6,472	0,000**
Verduras	1,9226	1,9709	0,213	0,832

\*El consumo está medido en días por semana.

AOA: Alimentos de origen animal; \*p≤ 0.05, bilateral; \*\*p≤ 0.01, bilateral.

**Tabla 11. Diferencias del promedio de consumo\* por grupo de alimentos entre padres e hijos.**

<b>Consumo por grupo de alimentos</b>	<b>Hijo</b>	<b>Padre</b>	<b>T</b>	<b>Sig. (2-tailed)</b>
Cereales	2,6239	1,9506	-4,301	0,000**
AOA	2,2482	1,7103	-4,483	0,000**
Aceites	1,7592	2,0732	1,209	0,229
Leguminosas	1,8778	1,5311	-1,724	0,088
Frutas	2,3790	1,3631	-4,512	0,000**
Azúcares	2,5945	1,5106	-5,140	0,000**
Verduras	1,9226	1,6323	-1,338	0,184

\* El consumo está medido en días por semana.

AOA: Alimentos de origen animal; \*p≤ 0.05, bilateral; \*\*p≤ 0.01, bilateral.

La correlación entre el consumo de padres e hijos no fue estadísticamente significativa lo que quiere decir que un mayor o menor consumo de verduras de los niños es independiente del de los padres. A diferencia de los padres, las madres sí tienen un consumo de verduras relacionado positivamente con el de hijos ( $t = 0.276, \leq 0.05$  bilateral), a mayor consumo de verduras de las madres mayor es el consumo de verdura de los hijos (Tabla 9). Y al realizar las pruebas estadísticas por sexo encontramos que la relación significativa solamente está presente con las niñas (varones  $t = 0.518$ ; niña  $t = 0.004, p \leq 0.05$  o  $\leq 0.01$  bilateral).

En la búsqueda para encontrar una mayor o menor relación de alguno de los dos padres relacionamos el consumo de cada uno de ellos con el de sus hijos. El consumo de leguminosas de los padres está relacionado de manera negativa y estadísticamente significativa ( $t = -0.406$ ,  $p = 0.029$  bilateral) con el de las niñas (pero no con el de los niños) es decir, a menor consumo de leguminosas de los padres hay un mayor consumo de leguminosas de las hijas (Tabla 12). En cuanto a las madres la relación encontrada con las verduras, también está dada por las niñas ( $t = 0.0518$ ,  $p = 0.004$ ), lo que indica que hay una relación directamente proporcional, a mayor consumo de verduras de las madres, mayor es el consumo de las niñas. Según este resultado son las niñas las que tienen una relación, en dos grupos de alimentos, con sus padres, lo que podría vincularse con un mayor apego a ellos.

**Tabla 12. Relación entre los grupos de alimentos consumidos por padres, madres e hijos**

Niños	Madre	Padre
Cereales	-.229	-.195
AOA <sup>1</sup>	.071	-.051
Aceites	.082	.042
Leguminosas	-.049	-.317(*)
Frutas	-.047	.009
Azúcares	.111	.196
Verduras	.276(*)	.112

\* Coeficiente de correlación de Pearson significativo al nivel 0,05 (bilateral).

1. Alimentos de Origen Animal.

Realizamos análisis comparativos entre la dieta de hijos cuyas madres laboran fuera de casa y las que no, y encontramos que hay una diferencia en el consumo de azúcares y cereales, los hijos de madres que trabajan fuera de casa tienen un consumo más elevado de azúcares simples como refrescos embotellados, jugos industrializados, bolis y helados; y de cereales (Tabla 13).

**Tabla 13. Diferencias del consumo\* de azúcares y cereales entre hijos de madres que trabajan fuera de casa y las que están en casa.**

Grupos de alimentos	x̄ Hijos de madres que		t	Df	Sig. (2-tailed)
	trabajan fuera de casa	Amas de casa			
Cereales	2.93	2.13	-3.82	56.88	0.000
Azúcares	3.06	1.81	-3.56	55.11	0.001

\* El consumo está medido en días por semana.

### 6.3 Crecimiento

De acuerdo a las tablas de IMC para la edad de la OMS (2009), los niños y niñas estudiados tienen una prevalencia de obesidad alarmante, de 43.3% (Tabla 14) y, si agregamos el 6.7% de sobrepeso, tenemos que uno de cada dos individuos estudiados tienen exceso de peso (sobrepeso+obesidad) (Tabla 14). Los varones tienen un porcentaje más elevado de sobrepeso y obesidad que las niñas pero no hay diferencias estadísticamente significativas ( $p \leq 0.05$ ) entre su peso y su IMC (Tabla 15).

**Tabla 14. Estado nutricional de los niños estudiados de acuerdo al índice de masa corporal para la edad (IMC/edad)**

Estado nutricional	Fr	%	%
			Acumulado
Bajo peso	2	3,3	3,3
Normal	28	46,7	50.0
Sobrepeso	4	6,7	56.7
Obesidad	26	43,3	100,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>	

Rangos de acuerdo a la OMS, 2009

**Tabla 15. Estado nutricional de los niños de acuerdo al Índice de Masa Corporal para la edad (IMC/edad) por sexo**

Estado nutricional	Niños			Niñas		
	Fr	%	% acumulado	Fr	%	% acumulado
Bajo peso	0	0.0	0	2	6.9	6.9
Normal	13	41.9	45.2	15	51.7	58.6
Sobrepeso	3	9.7	54.8	1	3.4	62.1
Obesidad	15	48.3	100.0	11	37.9	100.0
Total	31			29		100.0

Rangos de acuerdo a la OMS, 2009

En lo que se refiere a la estatura para la edad, las dos terceras partes (66.7%) de los individuos estudiados fueron clasificados como normales, sin diferencias por sexo, el resto (23.3%) presentó estatura baja, siendo los varones los que tienen mayor prevalencia 15% (n=9) en comparación con las niñas (8.32%) (Tablas 16 y 17) pero esta diferencia no resultó estadísticamente significativa.

**Tabla 16. Estado de crecimiento de los niños de acuerdo a la talla para la edad**

Estado de crecimiento (estatura)*	Fr	%	% acumulado
Baja	14	23.3	23.3
Normal	40	66.7	90.0
Alta	6	10.0	100.0
Total	60	100.0	

\*Rangos de referencia de la OMS 2007.

**Tabla 17. Estado de crecimiento de los niños estudiados de acuerdo a la estatura para la edad, por sexo**

Sexo	Estatura						Total
	Baja		Normal		Alta		
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	
Masculino	9	29.0	20	64.5	2	6.4	31
Femenino	5	17.2	20	68.9	4	13.8	29

#### 6.4 Resultados fase cualitativa

En las respuestas a las entrevistas, padres y madres hicieron notar que no hay convivencia entre los miembros de la familia durante el desayuno, básicamente por los horarios y la prisa por llegar a tiempo a la escuela pues la entrada es muy temprano; los niños usualmente desayunan algo ligero entre 6:00 y 6:30 de la mañana, ya sea solos o acompañados por aquellos padres de familia que salen rumbo al trabajo a la misma hora que ellos (Tabla 18).

La elección de los alimentos para el desayuno se hace con base en la rapidez de su preparación y los gustos de los niños, por lo tanto suelen ser licuados de leche con algún polvo sabor chocolate, plátano, un vaso de leche o un sándwich de jamón y queso (Tabla 19).

**Tabla 18. Frecuencia con la que los niños desayunan solos o acompañados.**

Desayuno	%	Casos	Motivos para desayunar	
			Solos	Con otro miembro
Niños solos	75	6	Falta de apetito	Similitud en horarios
Con padre	14.5	1	Prisa por el	
Con padre o hermanos	14.5	1	horario de la escuela	

Ninguna madre entrevistada desayuna con los niños.

Las familias acostumbran dar *lunch* a los niños para que coman en la escuela y complementarlo con una “gastada” (dinero) para comprar un refresco, papas o lo que se les antoje. El dinero que llevan los niños varía entre los \$10 y \$15 diarios, teniendo libertad amplia para comprar no sólo uno sino varios productos durante el recreo.

**Tabla 19. Alimentos de consumo frecuente por los niños en los desayunos por periodo de semana**

<b>Entre semana</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fin de semana</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>
	<b>(niños)</b>			<b>(niños)</b>	
Huevo	2	11.1	Huevo con jamón	4	23.5
Leche con sabor a chocolate	3	16.6	Lechón al horno o cochinita pibil	3	17.6
Leche	5	27.7	Hot cakes	2	11.7
Tortas de jamón y queso	3	16.6	Fruta	2	11.7
Leche con cereal	2	11.1	Chilaquiles	1	5.8
Fruta picada	1	5.5	Carne asada	1	5.8
Yogurt	1	5.5	Panuchos	1	5.8
Arroz con leche	1	5.5	Chocolate con pan o galletas	1	5.8
			Leche con cereal	1	5.8
			Molletes	1	5.8

A través de la observación participante, realizada en las escuelas, registramos los alimentos que venden, que son similares en las seis escuelas participantes; dependiendo de la matrícula escolar es la variedad de alimentos que ofrecen, a mayor alumnado más golosinas, bebidas azucaradas y guisos. Por ejemplo, en las escuelas más grandes, había al menos siete opciones, entre golosinas y guisos, para que los niños complementaran su *lunch*. Pudiendo comprar desde las frituras, refrescos industrializados, juguitos y dulces como chicles, chocolates, paletas de caramelo, caramelo con chile, hasta guisos como burritas, empanadas, pizzas individuales, *hot dogs* o perros calientes, bolis o agua de sabor congelada.

En días especiales, cuando permiten el acceso a la escuela a miembros de la Sociedad de Padres de Familia, la variedad se amplía a espagueti, polcanes<sup>6</sup>, kibis<sup>7</sup> y tamales. Durante la fase cuantitativa constatamos estos cambios en el menú escolar en tres ocasiones en dos escuelas.

Lo que se prepara con mayor frecuencia como *lunch* son sándwiches de jamón y queso, siete de los ocho entrevistados mencionaron que son de preparación rápida y fácil; afirmaron también que el dinero que les dan a sus hijos lo emplean en comprar papas fritas y bebidas azucaradas a la hora del recreo y, si les sobra, a la hora de salida de la escuela (Tabla 21).

Padres y madres que cuentan con escolaridad básica mencionaron que sus hijas varían los alimentos que compran en la escuela, ellos aprueban “que no tomen coca todos los días”, en algunos días prefieren que consuman los preparados a base de polvos azucarados (té, naranja, etcétera) o refresco “de sabor”, es decir refrescos gasificados diferentes a la cola.

*...entonces tratamos de darle su lunch todos los días, para que no tengan que comprar, si le damos su lunch se compran un refresquito, últimamente he observado que le gusta el Shandy, y yo veo que le gusta mucho el té, porque sí le damos coca-cola, pero yo veo como que le gusta más los juguitos de sabor, o su Shandy o su té, no todos los días toma coca-cola...*

Padre de 39 años, escolaridad básica

Todos los entrevistados informaron que los guisos varían en los fines de semana; dos padres de familia, uno con escolaridad superior y el otro con escolaridad básica, menores de 37 años de edad, mencionaron como algo “natural” el cambio de alimentos en fin de semana, argumentando que hay más tiempo para preparar los alimentos, todos los integrantes de la familia están juntos, no hay trabajo ni escuela y están sin prisas (Tabla 22).

La leche, que es el alimento más frecuente entre semana para los desayunos de los niños, deja de serlo para el fin de semana; esto también fue

---

<sup>6</sup> Polcanes: platillo tradicional yucateco hecho a base de masa de maíz frita rellena de *ibes* (frijoles).

<sup>7</sup> Kibis: platillo hecho con trigo y carne molida, fritos, pueden estar rellenos o no.

mencionado por los niños mientras convivíamos con ellos en las mediciones y aplicación de cuestionarios. Los alimentos más frecuentemente consumidos en los fines de semana, según los padres y madres entrevistados, fueron el huevo y, en segundo lugar, la cochinita *pibil*<sup>8</sup> o lechón al horno (Tabla 20).

**Tabla 20. Frecuencia de niños que consumen *lunch* en la escuela y alimentos consumidos en ésta.**

Comen en la escuela	%	Llevar	%	Consumen	No.	%
Sí	87.5	Lunch y dinero	37.5	Papas fritas	4	28.6
				Sándwich de jamón y queso	4	21.4
No, sólo un día	12.5	Sólo dinero	37.5	Bebidas azucaradas*	3	21.4
				Jugo de verduras	1	7.1
				Galletas	1	7.1
				Sopa fría	1	7.1
				Salchicha frita	1	7.1
		Sólo <i>lunch</i>	25.0			

\*bebidas azucaradas: refrescos embotellados, jugos de bolsa, nestea.

**Tabla 21. Razones para escoger los guisos consumidos en el desayuno.**

Entre semana	%	Fin de semana	%
Apetito de los niños	36.3	Familia junta	21.4
Fácil y rápida preparación	45.4	Los niños no van a la escuela	14.2
Algo ligero	18.1	Más tiempo por descanso laboral de los padres	64.2

En relación al almuerzo, como se llama en Yucatán a la comida, las familias en las que ambos padres trabajan fuera de casa recurren a los abuelos para auxiliarse en el cuidado de los niños, desde recogerlos a la salida de la escuela hasta prepararles el almuerzo y cuidarlos parte de la tarde (Tabla 22). Solamente una familia, en la que ambos padres trabajan, no recurren a los abuelos o a otros familiares por ser inmigrantes del centro del país y “no tener la suerte”, como el entrevistado mencionó, de tener esos lazos familiares que les ayuden, de tal modo

<sup>8</sup> *Pibil* es un término maya que significa ‘enterrado(a)’

que el niño se queda solo todo el día, aunque los papás turnan sus horarios para que uno y/u otro lo acompañe en los tiempos de comida.

**Tabla 22. Lugar y personas con quienes los niños almuerzan.**

<b>En casa</b>		<b>En casa de los abuelos</b>	
	<b>%</b>		<b>%</b>
Sólo con madre	50.0	Todos juntos	25.0
Sólo con hermanos	12.5	Sólo con abuelos	12.5

Las madres que se dedican al trabajo en casa acompañan a sus hijos durante el almuerzo. Ellas eligen los guisos basándose en los gustos de los niños y los alimentos que saben que comerán. Preparan la comida mientras sus hijos están en la escuela y cuando llegan les sirven la comida y los acompañan a comer. En ocasiones, como fue el caso de dos de las entrevistadas, durante la comida con sus hijos solamente “pican” o “pellizcan” para esperar al esposo y comer junto con él.

Dos de las familias que son auxiliadas por los abuelos utilizan el tiempo de comida que les dan en sus empleos para ir a casa de los suegros o padres y comer todos juntos, después regresan al trabajo para, al término de su jornada laboral, recoger a los niños e ir todos a casa.

Al igual que el desayuno, los almuerzos también cambian los fines de semana. Aquellas familias que entre semana realizan el almuerzo con los abuelos, en fin de semana lo hacen en casa y viceversa; o bien las familias salen de casa y comen en el lugar al que van a pasear. Todos los participantes en esta fase cualitativa mencionaron que los fines de semana, en particular domingos, tratan de no preparar comida en casa para que las madres “responsables” de la cocina “descansen”, así mencionan “en domingo la cocina está cerrada”, “como es fin de semana pues trato de no cocinar” o “pues es que a veces compramos comida porque mi esposa no cocina, porque es fin de semana y quiere descansar” (Tabla 23).

**Tabla 23. Motivos por los que cambian los guisos en fines de semana.**

<b>Motivo</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>
Comen fuera, compran comida	5	45.4
Comen en casa de los abuelos	2	18.2
Cocina la madre y no los abuelos	2	18.2
Hay más tiempo para cocinar	1	9.1
La familia está junta	1	9.1

Si analizamos de manera global las respuestas dadas a la pregunta sobre los guisos consumidos durante el almuerzo preparados en casa y los preparados en casa de los abuelos (Tablas 24 y 25) no hay diferencias evidentes, el factor edad en esta parte cualitativa exploratoria no parece ser un elemento que cree diferencias en los guisos y/o alimentos elegidos para el consumo. Sin embargo, sí hay diferencias entre comer en casa o comer con los abuelos en los fines de semana, pues con éstos generalmente se consumen comidas típicas y de fiesta, “más elaboradas” o “comidas con más grasa”, así una madre de familia menciona lo siguiente: “...los fines de semana las llevo con mi mamá y pues mi mamá es la que ve la comida, porque ella siempre, ella cocina comidas así más laboriosas, típicas, comidas de caldo y eso...” Madre de 44 años, escolaridad superior

Si se quedan en casa es frecuente que la madre no cocine, compra comida o bien comen lo que ha sobrado de la comida entre la semana (Tabla 25), siendo la comida que compran, por lo general, elaborada con más grasa o bien a base de cereales refinados.

Entre los padres de escolaridad superior (licenciatura y posgrado) es más frecuente salir a comer a establecimientos o plazas comerciales en fines de semana, probablemente esto se asocie con el mayor ingreso económico que tienen en comparación con los padres y madres entrevistados de escolaridad básica (primaria y secundaria), esto últimos tienden a consumir productos cercanos a la zona donde viven o van con los abuelos.

**Tabla 24. Guisos consumidos en el almuerzo entre semana y lugar de consumo.**

Casa de abuelos				Casa de papás			
Fr niños	Guisos	Fr	%	Fr Niños	Guisos	Fr	%
3	Pollo asado con sopa	2	13.3	5	Pollo asado con sopa	4	17.3
	Pollo a la plancha	2	13.3		Frijol	3	13.0
	Arroz	2	13.3		Arroz	3	13.0
	Frijol	2	13.3		Pechuga empanizada	2	8.7
	Verduras al vapor	1	7.7		Pechuga a la plancha	2	8.7
	Sopa de verduras	1	7.7		Chuletas	2	8.7
	Pescado	1	7.7		Frijol con puerco	1	4.4
	Caldo de verduras	1	7.7		Pollo con verduras	1	4.4
	Carne molida	1	7.7		Cazón entomatado	1	4.4
	Puerco frito	1	7.7		Huevo	1	4.4
	Huevo	1	7.7		Albóndigas	1	4.4
					Bistec	1	4.4
					Poc chuc	1	4.4

**Tabla 25. Guisos consumidos para el almuerzo o comida en fin de semana y lugar de consumo.**

Con abuelos	En casa						Plazas comerciales				
	Fr	%	Mamá cocina		Compran comida		Fr	%			
			Fr	%	Fr	%					
Puchero	2	28.6	Restos de la semana	2	25.0	Pollo asado	4	44.5	Comida china	3	33.3
Chocolomo*	1	14.3	Huevo	1	12.5	Carne asada	2	22.2	Hamburguesa	3	33.3
Frijol con puerco	1	14.3	Ceviche de pescado	1	12.5	Chicharra	2	22.2	Tacos al pastor	1	11.1
Caldo de verduras	1	14.3	Pescado empanizado	1	12.5	Pescado frito	1	11.1	Sushi	1	11.1
Relleno negro	1	14.3	Mole	1	12.5			Pastas	1	11.1	
Salpimentado	1	14.3	Puerco asado	1	12.5						
			Puerco frito	1	12.5						

\*Platillo típico yucateco: caldo de res y sus vísceras, se consume con rábano, cilantro y naranja agria (salpicón).

Los hijos de padres y madres entrevistados participan en la dinámica alimentaria familiar eligiendo y sugiriendo qué guisos y alimentos consumir. La elección de alimentos en cada una de las familias está basada en lo que gusta a los niños y, en menor medida, en las preferencias parentales. Tanto padres como

madres asumen el papel de proveedores y protectores, consienten o son más versátiles que los niños. En fin de semana hay mayor oportunidad de que cada miembro de la familia elija lo que desea consumir mientras que entre semana los guisos comunes se basan en buena medida en “la mejor opción para los niños”, esto significa lo que les “convenga más” o sea más recomendable para su salud, acepten y coman con más facilidad, estando dentro de estas opciones guisos que contengan carne, frijol y leche, algunos días elaboran guisos con verduras y tratan de evitar que consuman alimentos fritos. Ambos padres modifican sus propios hábitos y selección de alimentos y guisos para lograr que los niños consuman los alimentos preparados.

Una madre de 47 años, con escolaridad superior, ama de casa, organizaba las comidas con base en lo que sabía le gustaba a sus hijas, para garantizar que comieran una cantidad que ella considera como aceptable.

*...mayormente es comida seca lo que cocino, o sea arroz, frijol colado, kabax no te lo comen, pechuga así marinada o pechuga empanizada y albóndigas, bistec, poc chuc así cosas secas que sé es lo que les gusta...o pastas o espaguetis igual también de sopa de coditos esa les encanta, les gusta más que nada como antojitos, chilaquiles...*<sup>9</sup>

Las madres tienen la completa responsabilidad de los guisos y la vigilancia de la alimentación de los niños, a los padres les es dado -y adoptan- el rol de respaldo a las madres, por esto mismo es que ellos suelen verse más consentidores al ser intermediarios entre hijos y madres e, incluso, en ocasiones son ajenos a las decisiones de la alimentación de los niños. Los abuelos cercanos que tienen a su cargo el cuidado temporal de los niños, son percibidos por padres y madres como consentidores al ceder con frecuencia a las peticiones de los nietos, pero también les ofrecen un cuidado mayor (Tabla 26).

---

<sup>9</sup> *Kabax* término maya que significa ‘sencillo’ o ‘simple’; *poc chuc* es un guiso de carne de cerdo, cuyo significado es “quemado”, va acompañado con cebolla morada asada y repollo aderezado con naranja agria.

*... con el varoncito, con él sí, mira Juan hay esto, lo otro, y lo cuidamos y mi papá dice, 'no, déjalo, deja que coma', también mi mamá dice 'oye, déjalo', porque bueno yo les digo bueno es que su mamá sabe porqué se lo dice, porque mi esposa lo mide, y no, no, porque... bueno, pues es a la antigua ¿no?. Dice (sus papás) 'dejen que se sienten y coman', mi mamá hay veces se enoja...*

Padre de 39 años, escolaridad básica

*...la comida la elabora mi suegra, bueno ella nos hace el favor de recoger a la niña y es más especial porque en la elaboración hace pescado, verduras...sí le dedica más tiempo y procura hacer una comida que tenga verdura, que tenga carne, cuida mucho eso, le gusta que los niños coman bien...*

Padre de 37 años, escolaridad superior

**Tabla 26. Rol de abuelos, madres y padres en relación a los niños**

<b>Abuelos</b>	<b>Fr</b>	<b>Madres</b>	<b>Fr</b>	<b>Padres</b>	<b>Fr</b>
					1
Consienten más	3	Vigilan qué y cuánto comen	8	Vigilan que acaben la comida Respaldan lo que dice la mamá	3
Cuidan mucho la comida	1	Cocinan y reparten la comida	8	Regañan cuando no hacen caso Hablan con los niños para que entiendan lo que debe comer	1
Comida más grasosa, "típica"	1			No intervienen en las decisiones	2
No influyen porque no conviven con ellos	4			Consienten más	2

Si durante los desayunos se convive menos, la cena es su opuesto, porque es frecuente que tanto padres como madres ya hayan terminado su jornada laboral. Dos padres de familia mencionan que cenan más tarde que sus hijos; en esos casos aunque niños y/o esposa ya hayan comido le hacen compañía al padre y, en ocasiones, comen pequeñas cantidades de su comida (Tabla 27). Los participantes señalan que la cena es tiempo de reunión familiar, especialmente entre semana. La diferencia entre las cenas de los sábados y domingos con las del resto de la semana radica en que la familia tiende a cenar alimentos más "pesados" o "especiales", aunque dependerá del horario en el que se hizo el

almuerzo y la cantidad consumida en él, o si el esparcimiento familiar se extiende hasta la noche (Tabla 28).

Podríamos decir que en fin de semana los guisos del almuerzo y cena están determinados por el hecho de que las madres no cocinan y “descansan” de su responsabilidad en la alimentación de la familia.

**Tabla 27. Personas que acompañan a los niños a cenar y motivos**

<b>Cena</b>	<b>%</b>	<b>Casos</b>	<b>Motivos</b>
Todos juntos	75.0	6	Todos ya terminaron sus actividades
Con hermanos	14.5	1	Mamá no cena y el papá no ha terminado sus actividades
Madre y hermanos	14.5	1	El padre no ha terminado sus actividades

**Tabla 28. Alimentos frecuentes durante las cenas.**

	<b>Cena</b>					
	<b>Entre semana</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fin de semana*</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>
Leche		3	15	Panuchos y <i>salbutes</i> **	3	21.4
Quesadillas		3	15	<i>Hot dogs</i>	2	14.3
Sándwiches de jamón y queso		2	10	Leche	2	14.3
Pan tostado con mantequilla, miel o mermelada		2	10	Misma comida del almuerzo	2	14.3
Cereal con leche		2	10	Quesadillas	1	7.1
Misma comida del almuerzo		2	10	Hamburguesas	1	7.1
Avena con leche		1	5	Sándwiches de jamón y queso	1	7.1
<i>Hot dogs</i>		1	5	'Nachos' de carne al pastor	1	7.1
Tacos al pastor		1	5	Tacos de carne al pastor pastor o árabes	1	7.1
Molletes		1	5			
Yogurt		1	5			
Fruta		1	5			

\*De las ocho familias estudiadas, sólo una (12.5%) no cambia, para el fin de semana, los alimentos consumidos en la cena.

\*\*Panuchos son tortillas fritas rellenas de frijol, que tiene encima carne deshebrada de pollo o pavo asado, repollo, cebolla curtida, zanahoria, aguacate y tomate. *Salbutes*, tortilla frita de consistencia suave que al igual que el panucho tiene carne deshebrada de pollo o pavo asado, repollo, cebolla curtida, zanahoria, aguacate y tomate.

Las cenas, al ser el momento de convivencia familiar más común, se utilizan como un espacio para celebrar las ocasiones especiales, dándole importancia a la persona festejada al permitirle elegir los alimentos o guisos que la familia comerá. Las personas entrevistadas relataban que en los cumpleaños de sus hijos los guisos elegidos dependen de la magnitud del festejo, es decir, si a él acude sólo la familia nuclear, e incluso parte de los familiares más cercanos, o si se incluyen amistades y familia extensa, dependerá de si se “hace fiesta” o no.

Si el presupuesto económico familiar lo permite, los niños pueden escoger qué guisos habrá en su festejo, siendo los más populares espagueti, tacos al pastor y sandwichón y, en segundo plano, *hot dogs* y hamburguesas (Tabla 29).

Los individuos entrevistados con escolaridad superior mencionaban que es común que los niños prefieran las hamburguesas o pizzas, como alimentos favoritos para las ocasiones especiales, pero que sus hijos difieren de esto y prefieren otras cosas como los tacos al pastor. A través del tono de voz de los entrevistados se detectó el simbolismo y etiqueta negativa para “hamburguesas y pizzas” y positivo a “otros alimentos”, diciendo de manera implícita que sus hijos hacen mejores elecciones en comparación con otros niños.

*“...a los niños les gusta más llevar y comer, por eso les gusta más las pizzas y hamburguesas... a Sara le gusta más la comida china, el sushi se los pones y los devoran incluso manejan los palillos súper bien... me gusta que coma ensaladas, que le guste el sushi.”*

Padre de 45 años, escolaridad superior

**Tabla 29. Guisos consumidos en la celebración de cumpleaños de los niños según el tipo de reunión**

<b>Con familia nuclear</b>	<b>Fr</b>	<b>Con familia extensa y amigos</b>	<b>Fr</b>
Pollo encebollado	1	Espagueti	3
Enchiladas suizas	1	Tacos al pastor	3
Chilaquiles	1	Sandwichón	3
Pizza	1	<i>Hot dogs</i>	2
Flautas	1	Pizza	2
		Tamales	2
		Hamburguesas	1
		Pastel	1
		Sopa fría	1

“Sacar buenas calificaciones”, ganar un concurso o tener un comportamiento positivo, también es una ocasión especial, y premian a sus hijos para reforzarlos llevándolos a lugares de interés para los niños como, por ejemplo, lugares con videojuegos o al cine, pero es poco común que los premien con comida, sólo un padre de familia de escolaridad básica de 39 años premia a sus hijos con comida.

Padres y madres se muestran más o menos permisivos en la medida en que perciben a sus hijos con sobrepeso o no, de tal manera que aprueban un consumo más frecuente de sus alimentos favoritos y golosinas mientras los vean delgados y sanos. Por ejemplo, los padres y madres participantes que tienen un hijo delgado y otro “gordito” permitían al primero comer lo que quiera, mientras que al otro lo limitaban y controlaban dependiendo de sus creencias y conocimientos. También cuando los perciben como “melindrosos” y “delgados” se preocupan por la cantidad de comida que ingieren, de tal modo que la selección de alimentos y guisos podría tener una mayor influencia de los niños con el fin de que coman una cantidad considerada como “aceptable” por padres y madres.

Las respuestas ofrecidas por los padres evidencian que la percepción corporal que tengan de sus hijos media las actitudes y cuidado hacia ellos. Hay afirmaciones como *“yo de repente sí lo dejo que coma que si sabritas o cosas así, porque le gustan, pero no siempre porque lo veo un poco llenito”* (mujer de escolaridad básica, 42 años), *“Sara siempre ha sido delgada, por eso dejamos que ella se compre lo que a ella le gusta con su gastada, que si unas papas, o un refresco”* (padre de escolaridad superior de 45 años). Otro ejemplo es el comentario de un padre con escolaridad básica de 39 años, quien mencionó:

*A ella no la tengo que medir porque veo que está flaca y como que no le gustan mucho de esas cosas (golosinas), pero en cambio al varón... a ese sí, hay que medirlo porque si no siempre te quiere comer de eso y pues sabemos que él está pasado de peso”.*

Otro elemento claramente identificado fue la diferencia que padres y madres dan de acuerdo al género, cinco de los ocho entrevistados mencionan que los gustos alimentarios entre niños y niñas son diferentes, siendo los niños quienes tienen “mayor gusto” hacia las golosinas: principalmente “sabritas” y

refrescos embotellados, mientras que las niñas prefieren las frutas (Tabla 30). Un ejemplo de las respuestas obtenidas es el siguiente:

*...quién sabe por qué, por ejemplo a Juan le gusta mucho las cosas con chamoy, sabritas y Fátima como que más fruta, ella te puede comer... no sé, jícame y así y lo come, en cambio Juan no lo come, como que (come) más golosinas..*

Padre de 39 años, escolaridad básica

**Tabla 30. Respuestas dadas sobre las diferencias entre los gustos de niños y niñas**

Diferencia	¿En qué cambia?	
	<b>Fr</b>	<b>Fr</b>
Sí	5	5
		1
No	3	

Si bien la mayoría de los padres establece lo que interpretamos como diferencias por género en los gustos y preferencias, esta diferencia se hace todavía más obvia cuando se trata de la cantidad que debe comer niños y niñas. Siete de los entrevistados mencionaron que sí hay diferencias en lo que deben comer los niños con respecto a las niñas (Tabla 31). La escolaridad parental no influye en las ideas sobre diferenciación por género respecto a la cantidad de alimentos a consumir por los niños y niñas, pues a excepción de un padre de 37 años, médico cirujano de profesión, el resto de los entrevistados considera que las cantidades de alimentos a consumir por los niños debe ser mayor a las niñas. Las opiniones de padres y madres entrevistados ilustran al respecto: “... *creo como que los niños son de tener más actividades físicas y por eso comen más...*” (Padre 35 años, escolaridad superior) “...*sí hay diferencia, porque los varones comen más que las niñas... es porque son varoncitos, porque son más fuertes, son más fuertes que las niñas, yo lo veía con mi hijo...*” (Madre de 42 años, escolaridad básica).

**Tabla 31. Respuestas sobre las diferencias de la cantidad del consumo de alimentos recomendados para niñas y niños.**

¿La cantidad que un niño debe consumir es diferente de las niñas?	¿Por qué?		Fr	%
	Fr	%		
<b>Sí</b>		Los varones tiene más actividad física que las niñas, ellos son más fuertes	3	42.8
		Los varones tienen mayor apetito	2	28.6
		Los varones necesitan más porque son más fuertes	2	28.6
<b>No</b>	1*			12.5

\* Médico general de profesión.

Nuestros resultados muestran también que la vigilancia hacia las niñas en cuanto a su peso es ligeramente mayor que hacia los varones como lo evidencia respuestas como la siguiente: *“Yo no tengo hijas gordas, pero si las tuviera las cuidaría más que a mis varones”* (mujer de 42 años y de escolaridad superior). De acuerdo a nuestra observación participante en campo las niñas mostraron mayor ansiedad por su peso, algunas solicitaron al grupo de trabajo no decir su peso en voz alta o mostraban su preocupación cuando se subían a la báscula cerrando los ojos o suspirando, mientras que los niños a simple vista no mostraron preocupación, e incluso bromeaban entre ellos asumiendo que los más “gruesos” son más fuertes y pueden “golpear y aplastar” a sus compañeros más pequeños o delgados.

Los resultados cualitativos sobre las diferencias alimentarias por género no concuerdan con los resultados cuantitativos, pues no hay diferencia en la frecuencia de consumo de alimentos de niños y niñas, aunque los padres y madres entrevistados reportan diferencias en las preferencias alimentarias entre niños y niñas.

Las características contrastantes que los padres y madres entrevistados tenían respecto a su escolaridad, IMC de sus hijos y la edad no reflejaron diferencias en las respuestas dadas. La dieta que padres y madres con hijos de IMC normal recomiendan y dan a éstos son similares a las dieta que proporcionan padres de hijos con exceso de peso. Lo mismo ocurre en el caso de la edad; solamente la

escolaridad deja ver algunas diferencias en los alimentos que los padres reconocen como “buenos” o “malos”. Los padres de escolaridad superior consideran poco recomendables los alimentos que tienen exceso de aceite y la comida rápida. Con base en la observación participante fue posible notar que los padres y madres de escolaridad superior reconocen con más objetividad el estado físico en el que sus hijos se encuentra, si tienen exceso de peso o no, y reconocen las posibles causas de éste, a diferencia de los de escolaridad básica. Así escuchamos algunas pláticas o pequeños regaños a los hijos que estaba presentes por eventos recientes en los que ha habido una ingesta excesiva de alimentos o bien un consumo de alimentos densamente energéticos y poco recomendables.

## 7. Discusión

Antes de comenzar la integración, comparación y discusión de los resultados es necesario recordar que sólo la mitad de las familias de los niños y niñas invitadas a participar en esta investigación aceptó hacerlo. Este hecho pudo deberse a varios motivos: la carta de invitación fue enviada a través de los niños y es posible que algunos por olvido no la entregaran y los padres ni siquiera se hayan enterado de la invitación; también puede ser que madres, padres e hijos no hayan aceptado participar por no querer ser evaluados, objetando falta de tiempo. De tal modo que hay la posibilidad que los padres y madres que hayan aceptado participar sean aquellos con un interés mayor en la salud de sus hijos, sin embargo no podemos medir si hay o no diferencias en los hábitos alimentarios entre familias que aceptaron y no aceptaron participar, por ello debemos tener cuidado en el análisis de nuestros resultados y las conclusiones que de ellos se deriven.

Oliveria y colaboradores (1992) mencionan que los tiempos de comida en familia han ido disminuyendo por las actividades laborales parentales, al ser más común que madre y padre trabajen fuera de casa, ocasionando que el tiempo de convivencia y comida colectiva familiar entre semana sea poco. Encontramos que la cena es el tiempo de comida de mayor convivencia de ambos padres con sus hijos, de acuerdo a los testimonios dados durante las entrevistas, se debe a que madres y padres durante la noche ya terminaron con sus actividades laborales, mientras que el desayuno, por los horarios de escuela de los niños y del trabajo de padres y madres, es cuando hay más prisa y se convive menos. No podemos afirmar que en esta investigación los tiempos de comida colectiva han ido disminuyendo, pues nuestro estudio es de tipo transversal, sin embargo nuestros resultados concuerdan con lo reportado por Oliveria (1992) sobre la poca frecuencia de los tiempos de comida en familia entre semana relacionado a las actividades laborales.

El estar toda la semana en la rutina laboral hace que madres y padres tomen los fines de semana como tiempo de esparcimiento familiar, en estos días

la convivencia aumenta y los tres tiempos de comida se realizan en familia. En fin de semana la comida no necesariamente se prepara en casa, los padres no invierten su tiempo de esparcimiento necesariamente en la cocina, sino que compran comida para consumirla en casa o en los establecimientos destinados para ello. Hay autores (Brewis 2003; Drewnoski y Specter 2004; Drewnoski y Darmon 2005) que concuerdan en que los padres de familia no “sacrifican” sus tiempos de esparcimiento para de invertirlos en la mejora de la calidad de alimentos para la familia, puesto que generalmente los alimentos comprados son alimentos congelados, precocidos, elaborados con más grasa y en general menos saludables. Drewnoski y Specter (2004) mencionan que las comidas caseras tienen un menor contenido de azúcares y grasas saturadas, pero dadas las condiciones laborales actuales las madres prefieren comprar alimentos aun en sus días de descanso laboral. En nuestro estudio las madres “descansan” al menos un día del fin de semana de la responsabilidad de preparar los alimentos, en el que “la cocina está cerrada”, según mencionaron, y la familia consume alimentos restantes de la semana, se compra comida para comer en casa o en la calle. Los guisos comprados en fines de semana varían de los consumidos entre semana, los consumidos en fin de semana son más calóricos sobre todo aquellos que se encuentran disponibles en las plazas comerciales.

La combinación de la prisa de padres y madres entre semana, por su rutina de trabajo o las actividades de los hijos, con los tiempos de descanso en los fines de semana, puede ser el origen de que, en la muestra estudiada, haya una frecuencia mayor en el consumo de embutidos, comida china, pizza y otros alimentos que no suelen ser cocinados en casa y están disponibles en establecimientos, cocinas económicas o plazas comerciales. Esto podría concebirse como un círculo vicioso porque cada día hay más oferta de esta gama de alimentos pre-cocidos, comida rápida o la facilidad de la entrega a domicilio, reforzada por la mayor demanda que las familias tienen. También hay mayor influencia de las modas y estilos “modernos” promovidos por la globalización y que, por sus propias características, la industria trasnacional también promueve. Bourges (2004) señala que en la clase media el consumo de refrescos

embotellados, dulces y botanas es mayor y más frecuente. Así mismo, Anderson (2006) señala que familias que tienen una condición económica relativamente estable comen más a menudo fuera de casa en establecimientos de comida rápida, consumiendo mayor proporción de alimentos industrializados.

Con respecto a los hábitos durante los tiempos de comida no se encontró relación entre los hábitos parentales y los filiales. Solamente un hábito tiene relación estadísticamente significativa entre padres e hijos, este es la preocupación por el consumo de alimentos energéticos. El 20% de los niños y niñas evitar comer ciertos alimentos porque creen que engordan y está relacionado positivamente entre los niños y los padres; mientras más padres se preocupan por los alimentos que engordan, más hijos varones lo hacen; por ahora dejaremos pendiente este punto para retomarlo más adelante y para concentrarnos en la falta de correlación entre el resto de hábitos alimentarios de ambos padres e hijos.

Patrick y colaboradores (2005) y Oliveria y colaboradores (1992) mencionan que la familia puede tener diferentes efectos en la alimentación, pero éstos dependerán del tiempo que padre y madre inviertan en estar con sus hijos y de las estrategias de educación alimentaria. Padres y madres que trabajan medio tiempo o invierten más tiempo en estar en casa tienen hijos con un consumo mayor de frutas y , fibra, alimentos saludables en comparación con aquellos que no están en casa la mayor parte del día. Por otro lado, se ha reportado que los niños de 10 años tienen más independencia por la edad en la que se encuentran, que los padres les permiten cierta libertad en sus decisiones alimentarias, y que reciben influencia de otros ambientes, sobre todo el escolar y de los medios de comunicación (Le Bigot Macaux, 2001). Algunos de los estudios sobre la influencia parental (Warde, 2003 y Brewis, 2003) argumentan que padres y madres son el principal determinante en la niñez para la formación de hábitos, sin embargo también mencionan que la influencia parental sólo tiene relación con ciertos hábitos alimentarios y generalmente está determinada por el tiempo de convivencia familiar, la edad de los hijos y la condición laboral y otros factores socioeconómicos de la familia.

Nuestros resultados indican que, en cuanto a la dieta de padres, madres e hijos, los alimentos consumidos con más frecuencia son los mismos, pero la frecuencia de consumo es diferente y no hay relación entre el consumo parental y filial.

Como se mencionó en párrafos anteriores la convivencia familiar durante los tiempos de comida es poca, sobre todo entre semana. Gillman y colaboradores (2000) en su estudio sobre el consumo de frutas y verduras en niños y adolescentes analizan la relación de hábitos y el comer en familia y reportan que comer en familia se relaciona con hábitos positivos similares en todos los integrantes y, específicamente, con un mayor consumo de frutas y verduras en comparación de aquellos individuos que no comen en familia. Los pocos tiempos de convivencia puede ser una de las explicaciones por la que los padres no influyen en el mayor o menor consumo de cierto tipo de alimentos de los niños.

Por el contrario, un menor número de comidas en familia está relacionado con una mayor ingesta de grasa y bebidas azucaradas (Hanson *et al.* 2005). Considerando las afirmaciones de Gillman *et al.* (2000) y de Hanson *et al.* (2005) supondríamos que los niños que tienen un mayor número de comidas en familia tienen un mayor consumo de alimentos saludables (frutas y verduras) y un consumo menor de alimentos no saludables (azúcares refinados y aceites y grasas). En nuestros resultados no hay diferencia estadísticamente significativa en el consumo de verduras, azúcares, aceites y grasas entre los niños que realizan comidas en familia y los que no lo hacen, aunque sí tienen una media mayor de consumo de frutas aquellos que cenan en familia (frutas  $\chi^2 = 0.057$   $g/l = 2$ ). La falta de diferencia puede deberse a que los padres no tienen un consumo recomendable de frutas y verduras, de ahí el que los hijos coman o no con ellos no fomenta que haya este consumo. La media de consumo de frutas y verduras de los padres y madres es menor que la de los hijos, por lo tanto aunque comer en familia se asocia con hábitos positivos, en nuestra muestra los niños que comen en familia no manifiestan este efecto porque tanto padres como madres tienen hábitos homogéneos y ambos un consumo bajo de este tipo de alimentos.

Podemos afirmar, con base en lo anterior, que la falta de relación en el consumo alimentario de padres e hijos puede deberse al poco tiempo de convivencia familiar durante los tiempos de comida. Y en cuanto a la asociación de alimentos saludables con un menor o mayor tiempo de comida, en nuestro estudio no se da tal, pues el consumo de este tipo de alimentos por los padres es menor al de los niños, sin influir en su consumo.

La situación no es clara pues mientras Hanson (2005) y Devine *et al.* (1998) reportaron relación entre los hábitos positivos o saludables a medida que se come en familia, algunos sugieren que la relación no es directa (Devine *et al.* 1998; Sweeting y West 2005) y otros (Sweeting y West 2005; Anderson y Butcher 2006) piensan que el factor determinante que influye en los hábitos es la condición laboral de la madre. Que ésta trabaje o no fuera de casa resulta un factor mucho más notable que los tiempos de comida en familia pues, al ser ella la responsable de vigilar qué, cómo y cuánto comen los hijos e hijas, es de esperar que al tener responsabilidades laborales fuera de casa disminuya el tiempo destinado a tareas domésticas como las mencionadas. Aunque esto no forma parte de nuestros objetivos al ser una variable de relevancia y dada la falta de asociación entre la dieta parental y filial, se consideró dentro de nuestros resultados y es pertinente discutir lo encontrado en la exploración de la variable.

En nuestros resultados encontramos que los hijos e hijas de madres que trabajan fuera de casa tienen un consumo mayor de azúcares y cereales ( $t \leq 0.001$ ), en comparación con aquellos cuyas madres son amas de casa o bien se dedican a venta de productos de catálogo y, por lo tanto, no necesitan estar un tiempo prolongado fuera de casa. Esto sugiere que la condición laboral de los padres, sobre todo la de las madres, tiene una influencia en la formación de hábitos no por la condición laboral en sí misma, sino porque al disminuir el tiempo de convivencia y supervisión los niños tienen mayor libertad y autonomía y, por lo tanto, reciben mayor influencia de otros medios.

Nuestros resultados son muy similares a los reportados en estudios realizados en población urbana estadounidense sobre hábitos y consumo de *snacks* o botanas (Gillman, 2000 y Cutler y Philips en Ferting, 2009) pues reportan

que la condición laboral materna se asocia con el consumo de alimentos ricos en azúcares y grasas, como papas, comida precocida, leche entera, etcétera; en el que la madre trabaje fuera de casa se asocia con un consumo mayor de azúcares, refrescos embotellados, jugos industrializados, bolis, dulces, panes y harinas. Al igual que lo reportado en la bibliografía (Anderson y Butcher, 2006) en nuestra investigación la posición laboral de la madre no se relaciona con un consumo mayor o menor de alimentos saludables sino con un mayor consumo de alimentos poco recomendados (azúcares simples y cereales refinados).

En nuestro estudio no obtuvimos información sobre el número de horas invertidas, por día o semana, por la madre en actividades laborales fuera de casa, pues no formaba parte del objetivo de estudio, pero es importante mencionar los factores que condicionan esta variable pues fue de significancia en la dieta de los niños, y estudios posteriores deben considerar que en la literatura (Anderson, 2003 y Ferting, 2009) se ha relacionado la influencia de la condición laboral materna con el número de horas que trabaje fuera de casa, así como su educación e ingreso económico; madres que trabajan más de doce horas al día tienen una frecuencia mayor de hijos con exceso de peso.

La importancia de la condición laboral materna radica en su rol de género, pues su incorporación al mercado laboral no la exenta de las tareas domésticas ni tampoco hace común que éstas sean compartidas con la pareja (Bird, 1999), por lo que su carga de trabajo aumenta y la lleva a buscar otras estrategias, como el consumo de alimentos de preparación fácil y rápida (Craig 2006) que suelen ser más calóricos. Durante las entrevistas de la fase cualitativa de nuestro estudio los padres y madres identificaban la responsabilidad alimentaria en las madres, ellas están a cargo de la vigilancia y cuidado alimentario de los niños, independientemente de su condición laboral, mientras que el padre tiene el papel de respaldar las decisiones tomadas por las madres y negociarlas con los hijos.

Si bien inferimos que la falta de relación entre la dieta y hábitos de hijos y padres, se debe a la condición laboral de los padres y madres participantes esto no quiere decir que las funciones del cuidado alimentario queden sin ser atendidas mientras ellos trabajan, sino que pueden estar siendo atendidas por otro miembro

de la familia. La literatura reporta que cuando ambos padres trabajan suelen delegar funciones de cuidado, específicamente las responsabilidades de alimentación al menos en algún tiempo de comida, en otra persona de la familia y que los abuelos son generalmente los cuidadores por excelencia (Jingxiong *et al.* 2007; Teufel *et al.* 1999). Aunque en nuestro estudio seleccionamos a niños que vivieran con ambos padres, es común que los niños coman con los abuelos quienes son responsables de la preparación de al menos un tiempo de comida, generalmente el almuerzo, y por lo tanto es de esperar que tengan alguna relación con la formación de hábitos de los niños, pues eligen el tipo de guisos, permiten, premian o restringen con base en sus propias experiencias y creencias (Anderson y colaboradores 2003 y Jingxiong *et al.*, 2007); sin embargo la oferta de alimentos de los abuelos puede ser parcialmente dependiente de sus hijos, sea a través de compra de despensa o dinero para la compra y preparación de alimentos para los nietos (Teufel *et al.* 1999).

En nuestro caso parece que los abuelos tienen cierta autonomía en la selección de guisos a preparar, como lo sugirieron respuestas como la siguiente: *“mi suegra elige qué comida se preparará, afortunadamente a ella le gusta que los niños coman bien, y prepara cosas con pescado y verduras”* (padre de 45 años, escolaridad superior) y *“...mi mamá prepara generalmente puerco porque es lo que ellos (los abuelos) comen”* (madre de 37 años, escolaridad básica). Sin embargo, no contamos con suficientes datos para conocer la influencia que ejercen los abuelos sobre los nietos a su cuidado, aunque es necesario tener presente que hay más miembros de la familia interviniendo en la alimentación de los niños y que pudieran estar influyendo en la poca relación estadística de los hábitos filiales con los hábitos parentales.

Sea que los padres sean los únicos cuidadores o que hayan otros durante el día, los niños están limitados por la oferta que se les proporciona en su ámbito, es decir consumen los alimentos que se les presentan en la casa, escuela, casa de los abuelos y/o cuidadores (Anderson *et al.* 2003; Jingxiong *et al.* 2007). Esto tiene que ver con la similitud en el tipo de alimentos consumido. Los alimentos consumidos con mayor frecuencia son los mismos para padres, madres e hijos en

todos los grupos de alimentos a pesar de que los niños están en otros ambientes y comen en otros lugares fuera de casa como, por ejemplo, la escuela (Tabla 5, capítulo de Resultados). Concordamos con Arroyo *et al.* (2007) y Rozin (1996) respecto a la oferta alimentaria en el hogar como principal determinante en la dieta de los niños.

McGinnis (2006) menciona que los niños son altamente influenciados por los medios de comunicación, los productos expuestos en ellos serán los que los niños soliciten para comprar y consumir a corto plazo; los alimentos demandados serán aquellos más populares o de moda, como hamburguesas, pizzas, carnes frías, leche y refrescos industrializados (Anderson y Butcher 2006), y son estos mismos los alimentos más consumidos por los niños y niñas de nuestra muestra. La influencia de la televisión y la intensa propaganda de los medios de comunicación son variables relacionadas con la gran preferencia hacia la comida rápida de los niños de nuestra, en lo que difieren de los gustos de sus padres y madres.

En la literatura consultada referente a hábitos o conducta alimentaria es contundente la presencia del factor cultural como un medio diferencial entre grupos (Contreras 2002; Bourges 2004) y, aunque nuestros resultados y análisis se basan en que uno de los factores que está diferenciando los hábitos filiales de los parentales es la condición social, específicamente la laboral, hay algunos aspectos que manifiestan la clara presencia de factores culturales; en primer lugar, el consumo elevado de comida pre-cocida y embutidos también se relaciona con la publicidad elevada que estos alimentos tienen y que los coloca como productos de “moda” (Bourges 2004). La publicidad que este tipo de productos utiliza enfatiza la rapidez, la facilidad y el ahorro de tiempo en su preparación sin sacrificio de la calidad nutritiva de los alimentos. Nuestros participantes concuerdan con estas razones al dar su explicación sobre el consumo de comida rápida entre las familias y, específicamente en relación a los gustos de los niños, los participantes mencionan que la comida rápida es la moda para los niños, porque su grupo social, compañeros, pares o amigos, la promueven y además porque mucha de la publicidad de este tipo de alimentos es dirigida a los niños, a través de imágenes, juguetes o juegos.

Madres y padres marcan la alimentación de los niños al condicionar su oferta dentro del hogar. Sin embargo en el contexto social en el que funciona la familia moderna, las decisiones sobre alimentación son discutidas y negociadas frecuentemente con los niños, quienes por insistencia o manipulación influyen en éstas (González *et al.*, 2007). Madres y padres se preocupan por la cantidad de alimentos que comen sus hijos y tienden a darles alimentos que les sean agradables para conseguir un consumo suficiente (González *et al.*, 2007; Domínguez *et al.*, 2008) siempre y cuando estos alimentos sean prácticos y de rápida preparación (Arroyo y Méndez, 2007). La cantidad de alimentos puede estar siendo percibida como un indicador importante para el bienestar y salud de los hijos e hijas, considerando que los alimentos y guisos a preparar sean de su agrado. Así, encontramos que las familias participantes comen un mayor número de veces los alimentos favoritos de los hijos y en menor proporción los platillos preferidos por ambos padres, como es el caso de la cochinita *pibil* o lechón horneado, que se consume 0.5 veces a la semana en comparación de la pizza, hamburguesas o espagueti que se consumen una vez a la semana.

Hasta ahora, habíamos dejado a un lado la discusión de nuestros hallazgos relacionados con el género. En párrafos anteriores expusimos que hay una relación entre la preocupación de los hijos varones con la de los padres por los alimentos considerados como hipercalóricos, mientras que las madres no tuvieron relación en este rubro con sus hijos e hijas; este resultado necesita ser analizado con cuidado pues lo mencionado en la bibliografía señala lo contrario, diversos autores Cutting *et al.* (1999); Reynolds *et al.* (1999) y Birch *et al.* (2003) reportan que son las niñas las que tienen mayor preocupación por su peso en comparación con los niños, y esta preocupación es asociada con las madres.

La existencia de una relación estadísticamente significativa entre la preocupación de padres y niños sobre los alimentos que engordan no indica diferencia entre la dieta de los varones y las niñas en cuanto a los alimentos grasos o “que engordan” y así mismo, los padres comen con más frecuencia aceites y grasas en comparación con las madres, niños y niñas. Los niños tienen como comidas favoritas en primer lugar las pizzas, en segundo las hamburguesas

y en tercero los *hot dogs*, para los dos últimos la frecuencia es de 0.5 días/semana, mientras que para las pizzas es de 1.3 días/semana. Por su parte las niñas prefieren en primer lugar el espagueti y lo consumen 0.5 días/semana, la pizza en segundo lugar con una frecuencia de 1 día/semana, seguido del pozole y arroz con leche, 0.25 días/semana, lo que nos indica que no hay diferencia entre la frecuencia de consumo de niños y niñas para los alimentos densamente energéticos; más aun, si analizamos sólo por las frecuencias un mayor número de niños tiene preferencia por la comida rápida y la consume con más frecuencia que las niñas.

Es posible que la preocupación de los hijos varones por los alimentos que engordan, que está relacionada, de manera estadísticamente significativa, a la de los padres, se explique en parte por la imitación de la figura paterna y la formación de la identidad de género. Sin embargo la preocupación por el peso para ambos queda en un plano teórico, pues no hay relación entre ésta y la calidad de alimentos consumidos, sin embargo, para tener explicaciones más concretas faltaría explorar un poco más la preocupación por el peso y la percepción de alimentación saludable tanto parental como filial.

Aunque niñas y niños, según las bases nutricionales, deben comer una cantidad similar de alimento (Casanueva *et al.*, 2001), los padres y madres entrevistados mencionaron diferencias en las cantidades recomendadas, consintiendo que los varones consuman mayor cantidad de alimentos en general, y aluden a diferencias biológicas para explicar la distinción en gustos entre géneros: las niñas tienen una tendencia “natural” hacia las frutas, mientras que los niños hacia alimentos industrializados y golosinas. Pero, a pesar de esto, no hay diferencias estadísticamente significativas en la dieta de niños y niñas que respalden el discurso parental.

Esta discrepancia entre los datos y las respuestas parentales puede explicarse por la diferencia entre el discurso y las prácticas: tal como ocurre en estudios realizados en zonas rurales con mujeres adultas (Pérez *et al.*, 2006), se atribuye que los hombres son más fuertes y comen más alimentos, sin embargo no hay prácticas discriminatorias o de privación de tipo y cantidad de alimento. Sin

embargo sí se identifican diferencias en la percepción corporal y en las recomendaciones alimentarias para mujeres y hombres (Pérez et al, 2008), tal como sucede en nuestros resultados. Hay pocos estudios de diferencias alimentarias genéricas en niños, lo que nos limita en la comparación y análisis de resultado.

Aunque los padres asumen que los hijos deben consumir más cantidad de alimento y consideran que tienen más gusto por las golosinas, no necesariamente se traduce en que limiten a las niñas y promuevan una mayor frecuencia de consumo en los varones, puesto que las recomendaciones que los padres dieron, con excepción de la cantidad, no son diferentes para los niños que para las niñas. Para conocer si hay concordancia entre el discurso parental, referente a las cantidades alimentarias que recomiendan consumir a uno u otro género, sería necesario evaluar cantidades de ingesta, datos que no se obtuvieron en este estudio.

Sin embargo no podemos ignorar ciertos datos que nos llevan a pensar que a pesar de la falta de datos cuantitativos para mostrar la diferencias alimentarias por género éstas no existen, al menos en el cuidado parental, en primer lugar por lo mencionado por padres y madres respecto a la distinción en cantidades y en segundo lugar por la importancia que las niñas, a diferencia de los niños, dan al peso corporal, pudiendo percibirlo durante la realización del trabajo de campo al sentirse inquietas o nerviosas cuando se les iba pesar y a medir la cintura. Es común (Brewis, 2003), que los varones, sobre todo durante la infancia, no muestren problemas de seguridad personal o autoestima por su condición de sobrepeso y obesidad, a diferencia de las niñas; lo anterior revela un contenido de género y, por lo tanto, puede estar relacionado con una diferencia en el aprendizaje y enseñanza del cuidado alimentario.

Esta distinción genérica alimentaria, en un contexto urbano,(Birch *et al.* 2003; Pérez y Díez, 2007; Cutting *et al.* 1999; Walcott *et al.*. 2003) no está asociada con privar de alimentos a uno u otro género, sino que de manera indirecta a través del cuidado corporal, se propicie una atención mayor a los hábitos saludables entre las niñas que entre los varones.

El hecho de haber encontrado una relación positiva y significativa ( $p \leq 0.004$ ) entre las niñas y sus madres con respecto al consumo de verduras nuevamente sugiere que sí hay una diferencia genérica con respecto a la alimentación saludable, pues lo reportado es que las madres influyen en la alimentación de las hijas más que en la de los varones (Webber *et al.*, 2001; Swetting y West, 2005). Las madres e hijas tienden a consumir alimentos más recomendables y tener mayor cuidado con su estética corporal (Brich *et al.*, 2003). Esta mayor atención de las mujeres al peso corporal, puede generar estrés y un énfasis exagerado en la alimentación, ejercicio físico y peso corporal, aspectos que típicamente colocan a las mujeres como grupo de mayor riesgo a padecer trastornos de la conducta alimentaria (Walcott *et al.* 2003).

Con respecto al estado físico de los niños, la mitad de ellos presentó exceso de peso, siendo los varones los que tuvieron mayor prevalencia de obesidad, lo que coincide con resultados de las últimas encuestas nacionales y locales (ENSANUT, 2006) y con datos no publicados de estudios sobre crecimiento infantil y juvenil realizados en el Laboratorio de Somatología del Cinvestav-Mérida<sup>10</sup>.

El exceso de peso es asociado con un balance energético positivo, por ello se esperaría que los niños con exceso de peso consumieran con mayor frecuencia alimentos comprados y precocidos que dan una mayor probabilidad de ingerir más calorías de las necesarias y aumentan el riesgo de acumular grasa y peso corporal (Anderson *et al.*. 2003; Anderson y Butcher 2006), al igual que un mayor consumo de bebidas azúcaradas (Anderson *et al.*, 2006; Popkin y Gordon-Larsen, 2004). En nuestro estudio no hay relación entre el consumo de azúcares o bebidas azucaradas, ni de ningún otro grupo de alimentos, con la obesidad; es decir, los niños con sobrepeso u obesidad no difieren del promedio de la frecuencia de consumo de alimentos de los niños con peso normal. Pero las cantidades consumidas no fueron evaluadas, de modo que no podemos conocer la asociación entre cantidad de energía y macronutrientes y el exceso de peso.

---

<sup>10</sup> Dickinson, comunicación personal con base en resultados del proyecto *Ecología Humana de la Migración en Yucatán*.

La única diferencia encontrada entre los niños con exceso de peso es la mayor prevalencia de niños con obesidad entre las madres que trabajan fuera de casa (56%) comparadas con las que no lo hacen (44%), pese a que la diferencia entre los grupos no resulta estadísticamente significativa. De nueva cuenta el factor laboral es de relevancia en nuestros datos.

El número de horas (González *et al.*, 2007) que las madres invierten en el empleo tiene una relación directa con la prevalencia de obesidad de los niños, pudiendo tener un efecto en la dieta al aumentar el consumo de alimentos precocidos y, por lo tanto, con mayor densidad energética como ya se ha mencionado. Sin embargo, a pesar de que en nuestros resultados hay una mayor prevalencia de exceso de peso de madres con empleo formal no hay diferencias estadísticamente significativas, lo que pudiera estar relacionado con que los hijos no se quedan solos y sin supervisión mientras los padres no están. Los estudios (Anderson, 2006; Anderson y Butcher 2006) que relacionan directamente la condición laboral formal de las madres con el exceso de peso de sus hijos fueron realizados en poblaciones estadounidenses urbanas, en las que es común que los niños si no están con los padres se queda en casa solos, sin embargo en nuestra muestra, las redes de la familia extensa se encuentran activas y el niño si no es cuidado por los padres lo es por algún familiar. Lo anterior pudiera estar influyendo en la falta de diferencia en el exceso de peso de niños con madres que trabajan fuera del hogar y niños con madres que se quedan en casa, pues sí hay supervisión todo el día. Además, es posible que los niños de madres que trabajan fuera de casa tengan a mano en casa el consumo de alimentos precocidos y comida congelada y de fácil acceso pero que, al quedarse con los abuelos, la comida puede ser más casera.

Los guisos que los niños consumen cuando se quedan en casa y cuando comen con los abuelos, entre semana, no varían mucho, pero es posible que las madres trabajadoras, al tener menos tiempo, estén utilizando ingredientes precocidos o alimentos comprados que den una mayor carga energética a los guisos.

Nuestros resultados concuerdan con la literatura respecto a la prevalencia mayor de sobrepeso y con una diferencia significativa en el consumo de azúcares y cereales en hijos de madres con empleo formal. Por lo que pensamos es posible que tengan también un balance energético positivo asociado a su condición física de exceso de peso, pero no podemos afirmarlo dado que no medimos la ingesta calórica.

Para corroborar lo que nuestros datos apenas sugieren, respecto a las diferencias en el cuidado parental por género y la influencia de la condición laboral de las madres es necesario hacer nuevas búsquedas, aplicar instrumentos más específicos, como recordatorios de 24 horas y hacer entrevistas a un mayor número de padres, madres y niños para evaluar el consumo exacto de éstos en cuanto a energía y macronutrientes.

Todo el análisis hecho hasta ahora nos lleva a decir que la hipótesis número uno, que afirma que las preferencias alimentarias y dieta de padres y madres son similares a la de sus hijos e hijas, queda rechazada, al diferir los gustos y frecuencia alimentaria filial de los parentales. Estas diferencias se relacionan con lo que Rozín (1996) llama la “*paradoja familiar*” que se refiere al hecho que aunque los padres limitan la oferta alimentaria de los niños, a través de la disponibilidad de alimentos en el hogar, y son los modelos directos de los niños por su cercanía, no siempre hay una relación clara entre los hábitos particulares parentales y filiales, puesto que se involucran factores como la influencia de hermanos, pares, maestros y medios de comunicación e identificación de género. Así se habla de consumo de alimentos y de hábitos alimentarios familiares similares entre padres del mismo género, pero es muy probable que al estudiar específicamente su influencia o relación ésta no sea directa, al haber más factores que la median.

Lo anterior deja claro que a pesar de la diferencia en gustos y frecuencia de consumo parental y filial, sí haya relación en el tipo de alimentos consumidos en la familia, por ejemplo, los alimentos de origen animal que la familia consume más frecuentemente son la leche, el jamón y el queso, del grupo de azúcares son los refrescos, jugos industrializados y bolis, del grupo de cereales, son cereal de caja,

la tortilla y el pan blanco. Así podemos hablar que hay un consumo familiar similar en el que es común que los alimentos consumidos sean de rápida preparación y fácil consumo, posiblemente por la condición laboral de ambos padres y a que son productos de “moda” que los niños prefieren.

A pesar de su condición laboral, la madre juega un importante papel en la alimentación y por esto hay una asociación mayor con ella en diferentes variables, tales como el consumo de azúcares simples en sus hijos. La explicación radica en su rol de madre-mujer, como *responsable de la* alimentación familiar. Cuando las mujeres tienen doble jornada, de responsabilidades familiares y laborales, necesitan implementar ciertas estrategias ahorradoras de tiempo que agilicen y faciliten el proceso alimentario, tales como incluir en la dieta productos congelados, precocidos, embutidos o comprarlos ya hechos. Las mujeres, que trabajan fuera de casa como las que no lo hacen, piden-exigen tiempo libre y de esparcimiento, durante el cual la familia compra comida o come fuera de casa, de manera que no tengan esa responsabilidad en los días de descanso.

Al no encontrar diferencia estadísticamente significativa en las frecuencias de consumo entre niñas y niños no podemos afirmar que haya diferencias genéricas en el cuidado alimentario y la repartición de alimentos, por lo tanto también rechazamos la hipótesis dos. Aunque se pudo observar una preocupación por el peso corporal en las niñas y que los padres distinguen entre el cuidado que dan a las hijas y a los hijos, tendiendo a asumir que las niñas deben consumir menor cantidad de alimentos y golosinas. Por lo tanto sería recomendable hacer futuras investigaciones para conocer si hay o no estas distinciones genéricas en el cuidado alimentario o bien si los padres las tienen en su discurso pero no se aplican en este período de la niñez.

## **8. Conclusiones**

Los resultados encontrados en esta tesis no fueron conforme a lo esperado, hay poca relación entre el consumo de alimentos parental y el filial, porque el tiempo invertido en la convivencia familiar es poco relacionándose con la carga laboral de los padres, y porque los niños tienen mayor libertad en la elección alimentaria.

Contrario a lo que se esperaba el consumo parental no resultó de influencia para que los niños consuman más o menos alimentos de determinado grupo, con excepción del consumo de verduras entre madres e hijas. Pero sí hay concordancia en el tipo de alimentos más consumidos por la familia, mediado por la oferta que los padres dan en el hogar la cual tiene como determinante la rapidez en su preparación y los gustos de los niños.

No hay distinción en la dieta de niños y niñas. Aunque sí hay una percepción diferente en las recomendaciones que padres y madres tienen sobre la cantidad de consumo. No haber encontrado diferencias en la frecuencia de consumo por sexo no quiere decir que niños y niñas estén consumiendo cantidades iguales de alimentos, puesto que éstas no fueron evaluadas, por lo tanto no podemos hacer afirmaciones categóricas al respecto.

## 9. Referencias

Anderson, P. y K. Butcher (2006). "Childhood obesity: trends and potential causes." The Future of Children **16**(1): 19-45.

Anderson, P., K. Butcher, et al. (2003). "Maternal employment and overweight children." Journal of Health Economics **22**: 477-504.

Anderson, P., K. Butcher, et al. (2003). "Economic perspectives on childhood obesity." Economic Perspectives. Federal Reserve Bank of Chicago: 30-48.

Arroyo, P. y O. Méndez (2007). "Densidad energética y diversidad de dietas en hogares rurales y urbanos de México e ingreso familiar (1992–2002)." Gaceta Médica de México **143**(4): 301-307.

Baldrige, J. (1979) Sociología, estudios de los problemas del poder, de los conflictos y los cambios sociales. Limusa, México.

Behar, R. y M. de la Barrera (2002). "Feminidad, masculinidad, androginidad y trastornos del hábito del comer." Revista Médica de Chile, **130**:964-975.

Benería, L. y M. Roldán (1992). Las encrucijadas de clase y género. Trabajo a domicilio, subcontratación y dinámica de la unidad doméstica en la ciudad de México. El Colegio de México. Fondo de Cultura Económica, México.

Benton, D. (2004). "Role of parents in the determination of the food preferences of children and the development of Obesity." International Journal of Obesity: 858-869.

Bertran, M. y P. Arroyo (2006). Antropología y Nutrición. Fundación Mexicana para la Salud. Universidad Autónoma Metropolitana, México.

Birch, L. (1998). "Psychological Influences on the childhood diet. Symposium: The effects of childhood diet on adult health and disease." The Journal of Nutrition. American Society for Nutritional Sciences Supplement: 407s-410s.

Birch, L. y J. Fisher (1998). "Development of eating behaviours among children and adolescent." Pediatrics **101**: 539-549.

Birch, L., J. Fisher, et al. (2001). "Confirmatory factor analysis of the Child Feeding Questionnaire: a measure of parental attitudes, beliefs and practices about child feeding and obesity proneness." Appetite **36**(3): 201-210.

Birch, L., J. Orlet, et al. (2003). "Learning to overeat: maternal use of restrictive feeding practices promotes girl's eating in the absence of hunger." American Journal of Clinical Nutrition **78**: 215-220.

Bird, B. (1999). "Cooperation and conflict: the behavioral ecology of the sexual division of labor." Evolutionary Anthropology **8**: 65-75.

Bogin, B. (1994). Patterns of human growth. Second Edition, Cambridge University Press, London.

Bogin, B. (2001). The growth of humanity. Wiley, Nueva York.

Bourges, H. (2004). Abasto y consumo de alimentos: una perspectiva nutricional. El desarrollo agrícola y rural del tercer mundo en el contexto de la mundialización. del Valle Rivera M. d C. México, Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Económicas 433-451.

Bowman, S., S. Gortmaker, et al. (2009). "Effects of Fast-Food consumption on energy intake and diet quality among children in National Household Survey." Pediatrics **113**(1): 112-118.

Brewis, A. (2003). "Biocultural aspects of obesity in young mexican schoolchildren." American Journal of Human Biology **15**: 446-460.

Briz, A., L. García, et al. (2004). "Hábitos alimentarios y actividad física en un grupo de escolares de la Ciudad de México: el modelaje." Nutrición Clínica **17**(1): 9-23.

Brown, R. y J. Ogden (2004). "Children's eating attitudes and behaviour: a study of the modelling and control theories of parental influence." Health Education Research **19**(3): 261-271.

Burín, M. y I. Meler (1998). Género y familia. Poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad. México.

Cameron, N. (2002). Human Growth and Development. San Diego, California, Academic Press.

Carper, J., J. Fisher, *et al.* (2000). "Young girls' emerging dietary restraint and disinhibition are related to parental control in child feeding." Appetite **35**(2): 121-129.

Casanueva, E., M. Kaufer *et al* (2001). Nutriología Médica. 2º edición, editorial Panamericana, México D.F,

Cerón, P. (2006). "Aplicación de la perspectiva de género en artículos publicados en cuatro revistas nacionales de salud." Salud Pública de México **48**(4): 332-40.

Cervera, M. D. (1994). Caretaker-infant interaction and nutrition among yucatec mayan children: an intervention study. Escuela de Medicina. EUA, Universidad de Boston. Doctorado en Filosofía (PhD).

Comas, J. (1976). Manual de Antropología Física. Universidad Nacional Autónoma de México. Instituto de Investigaciones Antropológicas, México, D.F.

Conner, M., C. Johnson, et al. (2004). "Gender, sexuality, body image and eating behaviours" Journal of Health Psychology **9**: 505-515.

Contreras, J. (2002). Alimentación y cultura, necesidad, gustos y costumbres. Alfa Omega Grupo Editor, México.

Cook, D. (2009). "Semantic Provisioning of Children's Food: Commerce, care and maternal practice." Childhood **16**: 317-334.

Craig, L. (2006). "Does Father care mean fathers share?: a comparison of how mothers and fathers in intact families spend time with children." Gender Society **20**: 259-281.

Creswell, J. (2003). Research Design. Qualitative and Quantitative Approaches. Thousand Oaks, California, SAGE.

Cruz, M. (2009) Diagnóstico sobre la realidad social, económica y cultural de los entornos locales para el diseño de intervenciones en materia de prevención y erradicación de la violencia en la región sur. Secretaría de Gobernación, Gobierno Federal, 1-268.

Cullen, K. (2000). "Social-environmental influences on children's diets: results from focus groups with African-, Euro- and Mexican-American children and their parents." Health Education Research Theory & Practice **15**(5): 581-590.

Cutting, T., J. Fisher, et al. (1999). "Like mother, like daughter: familial patterns of overweight are mediated by mothers' dietary disinhibition." American Journal of Clinical Nutrition **69**: 608-613.

Daltabuit, M. (1992). Mujeres mayas: trabajo, nutrición y fecundidad. Instituto de Investigaciones Antropológicas, Universidad Nacional Autónoma de México.

Devine, C., M. Connors, et al. (1998). "Life-Course influences on fruit and vegetable trajectories: qualitative analysis of food choices." Society for Nutrition Education **30**: 361-370.

Dickinson, F. (2004). "Ecología humana en México una frontera con (casi) todo por hacer." Avance y Perspectiva **23**: 5-11.

Dickinson, F., A. García y S. Pérez (1999). Social differentiation and urban segregation in a Mexican regional metropolis. Problems of megacities: Social Inequalities, Environmental Risk and Urban Governance. A. Guillermo Aguilar and I. Escamilla. México, D. F., Universidad Nacional Autónoma de México: 345-358.

Domínguez, P., S. Olivares, et al. (2008). "Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil." Archivos Latinoamericanos de Nutrición **58**(3): 249-255.

Doode, S. y E. Pérez (1994). Sociedad, Cultura y Economía, Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo A.C. (CIAD, A.C.) Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social (CIESAS); Hermosillo, Sonora, México.

Drewnoski, A. y N. Darmon (2005). "The economics of obesity: dietary energy density and energy cost." American Journal of Clinical Nutrition **82**(supplement): 265s-273s.

Drewnoski, A. y S. Specter (2004). "Poverty and obesity: the role of energy density and energy costs." American Journal of Clinical Nutrition **79**: 6-16.

Drewnowski, A. (1997). "Taste preferences and food intake." Annual Review of Nutrition **17**: 237-253.

Drewnowski, A., C. Kurth, et al. (1991). "Taste preference in human obesity: environmental and familiar factors." American Journal of Clinical Nutrition **54**: 635-641

Encuesta Nacional de Alimentación y Nutrición, ENAL-(1996). Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubiran. "

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) (2006) Instituto Nacional de Salud Pública disponible en: [www.insp.mx](http://www.insp.mx); fecha de consulta: enero de 2010.

Fertig, A., G. Glomm, et al. (2009). "The connection between maternal employment and childhood obesity: inspecting the mechanisms." Review Economics Household **7**: 227-255.

Fisher, J. y L. Birch (1999). "Restricting access to palatable foods affects children's behavioral response, foods selection, and intake." American Journal of Clinical Nutrition **69**: 1264-1272.

Galloway, A., L. Fiorito, et al. (2006). "'Finish your soup': Counterproductive effects of pressuring children to eat on intake and affect." Appetite **46**(3): 318-323.

García, B. y O. Oliveira (1994). Trabajo femenino y vida familiar en México. México D.F., El Colegio de México.

García, M., J. Pardío, et al. (2008). "Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios." Estudios sobre las Culturas Contemporáneas, Universidad de Colima **14**(27): 9-46.

Gil, S. y L. Vega (2003). "Reflexiones sobre la diferenciación genérica en el consumo de alimentos y el estado nutricional de mujeres y hombres de México." Estudios de Antropología Biológica **11**: 407-422.

Gillman, M. (2000). "Family dinner and diet quality among older children and adolescents." American Medical Association **9**: 235 - 240.

González, D., T. González, et al. (2007). "Alimentos industrializados en la dieta de los preescolares mexicanos." Salud Pública de México **49**(5): 345-356.

Gracia, E. y G. Musitu (2000). Psicología social de la familia. Temas de Psicología, Paidós, Barcelona.

Hanson, N., D. Neumark, et al. (2005). "Associations between parental report of the home food environment and adolescent intakes of fruits, vegetables and dairy foods." Public Health Nutrition **8**: 77-85.

Harris, M. y E. Ross (1987). Food and Evolution: Toward a Theory of Human Food Habits. Philadelphia, EUA, Temple University Philadelphia.

Jain, A., S. Sherman, et al. (2000). "Why don't low-income mothers worry about their preschoolers being overweight? ." Pediatrics **107**(5): 1138-1146.

Jingxiong, J., U. Rosenqvist, et al. (2007). "Influence of grandparents on eating behaviors of young children in Chinese three-generation families." Appetite **48**(3): 377-383.

Johannsen, D., N. Johannsen, et al. (2006). "Influence of parents' eating behaviors and child feeding practices on children's weight status." Obesity **14**(3): 431-439.

Kasemsup, R. y M. Reicks (2006). "The relationship between maternal child-feeding practices and overweight in preschool children." Ethnicity & Disease **16**: 187-193.

Klesges, R., C. Hanson, et al. (1988). "Accuracy of self-reports of food intake in obese and normal weight individuals: effects of parental obesity on reports of children's dietary intake." American Journal of Clinical Nutrition **48**(1252-1256).

Klesges, R., R. Stein, et al. (1991). "Parental influence on food selection in young children and its relationships to childhood obesity." American Journal of clinical Nutrition **53**: 859-864.

Lamas, M. (2002). Cuerpo: diferencia sexual y género. Editorial Taurus, México D.F.

Le Bigot Macaux A. (2000) Eat To Live or Live To Eat? Do Parents and Children Agree? Public Health Nutrition. **4**(1A): 141-146

Maganto, C. y S. Cruz (2000). "La imagen corporal y los trastornos alimenticios: una cuestión de género." Cuadernos de psiquiatría y psicoterapia del niño y del adolescente **30**: 45-48.

Mahan, K. y N. Escott-Stump (2001). Nutrición y dietoterapia de Krause. Mc Graw Hill México D.F.

Martín, F. y F. López (2007). "Hogares con jefatura femenina." Medicina Social Para Todos **2**(4).

Meiselman H y H. Macfiel (1996) Food choice, acceptance and consumption. Black Academy and Profesional, Champman and Hall. London.

Montgomery, C. (2006). "Parental feeding style, energy intake and weight status in young Scottish children." British Journal of Nutrition **96**: 1149-1153.

Ogden, J. (2005). Psicología de la alimentación. Madrid Ediciones Morata S.L.

Ogden, J., R. Reynolds, et al. (2006). "Expanding the concept of parental control: A role for overt and covert control in children's snacking behaviour?" Appetite **47**(1): 100-106.

Oliveria, S., R. Ellison, et al. (1992). "Parent-child relationships in nutrient intake: the Framingham Children's " Study13. American Journal of Clinical Nutrition. **56**: 593-598.

OMS (2007). Valores percentilares de IMC para la edad de niños de 5 a 19 años, Organización Mundial de la Salud.

Patrick, H. y T. Niklas (2005). "A review of family and social determinants of children's eating patterns and diet quality." Journal of the American College of Nutrition **24**(2): 83-92.

Peña, E. (2003). "Un encuentro con las estrategias de supervivencia doméstica: salud y estado de nutrición del preescolar en el Valle del Mezquital." Estudios de Antropología Biológica **11**: 383-406.

Pérez, S., S. Díez-Urdanivia, et al. (2006). "El proceso y las prácticas alimentarias en mujeres de dos comunidades rurales de México." Retrieved 5 de Mayo de 2010, from [www.ciesas.edu.mx/lerin/doc-pdf/Perez-17.pdf](http://www.ciesas.edu.mx/lerin/doc-pdf/Perez-17.pdf)

Pérez, S. y S. Díez (2007). "Estudios sobre alimentación y nutrición en México: una mirada a través del género." Salud Pública de México **49**(6): 445-453.

Pérez, S., A. Vega, et al. (2008). "El proceso alimentario y la división sexual del trabajo doméstico: el caso de una comunidad rural mexicana " Cuaderno Espacio Femenino **20**(2): 99-130.

Pérez, A. y L. Marván (2006). Manual de dietas normales y terapéuticas. México D.F., La Prensa Médica.

Popkin, B. y P. Gordon-Larsen (2004). "The nutrition transition: worldwide obesity dynamics and their determinants." International Journal of Obesity **28**: 52-59.

Powell, L. y Y. Bao (2009). "Food prices. Access to food outlets and child weight. ." Economics and Human Biology **7**:64-72.

Reynolds, K., T. Baranowski, et al. (1999). "Patterns in child and adolescent consumption of fruit and vegetables: effects of gender and ethnicity across four sites." Journal of the American College of Nutrition **18**(3): 248-254.

Rivera, J., O. Muñoz-Hernández, et al. (2008). "Consumo de bebidas para una vida saludable: recomendaciones para la población mexicana." Salud pública de México **50**(2): 173-195.

Rozín P. en Meiselman H y H. Macfiel (1996) Food choice, acceptance and consumption. Black Academy and Profesional, Champman and Hall. London.

Sabaté, A. y Rodríguez (1995). Mujeres, espacio y sociedad. Hacia una geografía de género. Madrid.

Scaglioni, S. (2008). "Influence of parental in the development of children eating behavior." British Journal of Nutrition **99**(1): 22-25.

Shunk, J. y L. Birch (2004). "Validity of dietary restraint among 5- to 9-year old girls" Appetite **42**(3): 241-247.

Steptoe, A. y T. Pollard (1995). "Development of a measure of the motives underlying the selection of food: the food choice questionnaire." Appetite **25**: 267-284.

Story, M., K. Kaphingst, et al. (2006) The Role of Child Care Settings in Obesity Prevention. **16**(1):143-168.

Sweeting, H. y P. West (2005). "Dietary Habits and children's family lives." Journal of Human Nutrition y Dietetics **18**(2): 93-97.

Sorensen G., A. Stoddard, *et al.* (1999) Increasing Fruit and Vegetable Consumption Through Worksites and Families in the Treatwell 5-a-Day Study. American Journal of Public Health. **89**(1):54-60.

Teufel, N., C. Perry, *et al.* (1999). "Pathwayss family intervention for third-grade American Indian Children." American Journal of Clinical Nutrition **69**: 803-809

Ulijaszek, S. (2000). The Cambridge Encyclopedia of Human Growth and Development. Londres, Cambridge University Press.

Van de BerGhe, P. (1983). Sistemas de la familia humana una visión evolucionista, Fondo de Cultura Económica. México D.F.

Vizcarra, I. (2008). "Entre las desigualdades de género: un lugar para las mujeres pobres en la seguridad alimentaria y el combate al hambre." Argumentos. Universidad Autónoma Metropolitana – Xochimilco, México. **21**(57): 141-170.

Walcott, D., H. Pratt, *et al.* (2003). "Adolescents and eating disorders: gender, racial, ethnic, sociocultural and socioeconomic issues." Journal of Adolescent Research **18**: 223-243.

Wardle, J. y L. Cooke (2008). "Genetic and enviromental determinants of children's food preference" British Journal of Nutrition **99**(1): 15-21.

Wardle J., Herrera M. *et al.* (2003) Modifying children's food preferences: the effects of exposure and reward on acceptance of an unfamiliar vegetable. European Journal of Clinical Nutrition. **57**: 341:348.

# Anexos

Anexo I  
Tarea aplicada para seleccionar la muestra

Mi casa y mi familia

Estamos haciendo un estudio para conocer cómo son las familias en Mérida porque las familias actuales pueden ser de varios tipos, por ejemplo, en algunas viven los abuelos, los padres y los nietos; en otras sólo padres e hijos o también otras personas que pueden ser familiares o amigos. En algunas familias puede haber bebés, niños y adolescentes. ¿Podrías ayudarnos? Es fácil, sólo responde algunas preguntas. Si no sabes las respuestas, pide ayuda a algún adulto de la casa.

1. Anota quiénes viven en tu casa y de qué te tocan, es decir, qué son de ti.

Ejemplo:           José Luis           es mi   papá  

\_\_\_\_\_ es mi \_\_\_\_\_

2. ¿Comes en la casa donde vives? \_\_\_\_\_
3. ¿Quién prepara la comida para tu casa? \_\_\_\_\_
4. ¿Quién sirve la comida en tu casa? \_\_\_\_\_

Por último solo anota:

Tu nombre: \_\_\_\_\_ tu edad: \_\_\_\_\_

Grado y grupo: \_\_\_\_\_

¡MUCHAS GRACIAS!



## Anexo II

### CONSENTIMIENTO

Estimados padres y madres de familia, a través de esta carta queremos explicarles un proyecto titulado “Influencia del cuidado parental en la alimentación y crecimiento infantil” que es organizado por el Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional, unidad Mérida, en el que la escuela en donde estudia su hijo(a) participará.

El proyecto tiene como objetivo conocer cómo es la alimentación de las familias de Mérida, y saber si los alimentos que los padres prefieren son similares a los de los hijos, así mismo se pretende evaluar el crecimiento de los niños y niñas que hayan sido seleccionados para participar en este estudio. Las mediciones antropométricas que se harán son el peso, estatura, unos pliegues corporales para conocer la composición corporal, medición de cintura y cadera, estas mediciones se harán en las instalaciones de la escuela y es necesario que el niño(a) lleve puesta ropa ligera, short y camiseta sport en el caso de los varones o blusa de tirantes para las niñas.

Después de las mediciones, ese mismo día en la escuela, los niños(as) contestarán un pequeño cuestionario con preguntas sobre los alimentos que les gustan y sobre los alimentos que consumen con mayor frecuencia.

Para este estudio es necesaria la participación de ambos padres, nosotros acudiremos a sus casas para aplicar un cuestionario para cada uno de ustedes en un horario que les acomode.

Su participación en este proyecto es muy importante pues a través de éste podremos conocer cómo está creciendo su hijo y saber cuáles son los alimentos que consume y si estos son adecuados para su edad y el período de crecimiento en el que se encuentra.

Es necesario aclarar que la información obtenida en este estudio es confidencial y su único fin es académico. Si ustedes están de acuerdo en participar por favor es necesario firmen ambos en el espacio correspondiente, también les agradecemos escriban la dirección de su casa y algún teléfono donde podamos localizarlos y estar en contacto con ustedes.

Papá

Mamá

Nombre y firma

Nombre y firma

Dirección

Teléfono:



## Anexo IV

### Instrumento de Hábitos Alimentarios Familiares- Niños (IHAF-N)

Nombre \_\_\_\_\_ grado y grupo \_\_\_\_\_ Folio: \_\_\_\_\_

**I.- En las siguientes preguntas, por favor marca lo que se te pide a continuación, las respuestas son “siempre” “algunas veces” y “nunca”.**

	Siempre	Algunas veces	Nunca
1. ¿Desayunas en familia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Almuerzas en familia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Cenas en familia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Te obligan a comer frutas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Te obligan a comer verduras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Comes verduras fuera de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿Comes fruta fuera de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ¿Acostumbras desayunar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ¿Acostumbras comer o almorzar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ¿Acostumbras cenar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Además del desayuno, almuerzo y cena ¿comes a media mañana o a media tarde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ¿Evitas comer ciertos alimentos porque crees que engordarías?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ¿Tomas refrescos “light” para no engordar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ¿Acostumbras hacer otras cosas mientras comes (ver televisión, leer etcétera)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. ¿Terminas de comer antes que todos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. ¿Agregas sal a tu plato de comida antes de probarlo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. ¿Comes aunque no tengas hambre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. ¿Después que te llenas, si te gusta la comida, comes un poco más?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ¿Cuándo ves televisión sientes hambre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. ¿Pellizcas la comida de los demás o la comida servida en la cocina?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**II.- Indica por favor tus 10 platillos o alimentos favoritos, los que más te gusten y escribe la frecuencia y el lugar en el que los comes. Después de escribirlos numéralos, poniendo 1 al que más le guste y así sucesivamente hasta llegar a 10, que sería el que te guste menos.**

<b>Platillo o alimentos</b>	<b>Frecuencia (¿Cada cuándo lo comes? 2 veces a la semana, 1 vez cada 2 semanas, 1 vez al mes, etcétera)</b>	<b>Lugar donde lo comes con más frecuencia</b>

## Anexo V

### Frecuencia de alimentos a aplicar en los padres y niños participantes

Fecha de aplicación: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Folio: \_\_\_\_\_

**Nombre:** \_\_\_\_\_ **grado y grupo** \_\_\_\_\_ **folio:** \_\_\_\_\_

Alimentos	¿Te gusta?	Frecuencia	Lugar de consumo
1. Arroz			
2. Cereal (corn flakes, zucaritas, chococrispis, etcétera)			
3. Tortilla de maíz			
4. Tortilla de Harina (burritas, quesadillas)			
5. Pan blanco (para sándwich)			
6. Pan francés (barras)			
7. Papa			
8. Pastas (fideos, espagueti, sopas, etcétera)			
9. Elote			
10. Pan dulce			
11. Hot cakes			
12. Palomitas			
13. Carne de cerdo (poc-chuc, frijol con puerco, chuletas, puerco rojo, etcétera)			
14. Salchicha			
15. Jamón			
16. Hígado			
17. Longaniza			
18. Carne de res (caldo, bistec con papas, mondongo etcétera)			
19. Pescado			
20. Mariscos (camarón, caracol, pulpo, etcétera)			
21. Pollo (pechuga empanizada, pollo con papas, pollo con chícharos, etcétera)			
22. Huevo			
23. Aguacate			
24. Mayonesa			
25. Mantequilla			
26. Frijol			

<b>Alimentos</b>	<b>¿Te gusta?</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Lugar de consumo</b>
27. Lentejas			
28. Cacahuates, nueces y pasas.			
29. Leche			
30. Queso			
31. Yogurt			
32. Pera			
33. Sandía			
34. Papaya			
35. Melón			
36. Naranja dulce (china)			
37. Manzana			
38. Uvas			
39. Fresas			
40. Durazno			
41. Plátano			
42. Refrescos embotellados			
43. Juguitos			
44. Papas fritas o frituras			
45. Dulces, chocolates o chicles			
46. Mermelada			
47. Cajeta			
48. Bolis o congeladas			
49. Helados			
50. Paletas de hielo			
51. Galletas			
52. Calabaza			
53. Chayote			
54. Zanahoria			
55. Tomate			
56. Lechuga			
57. Apio			
58. Brócolí			
59. Chaya			

<b>Alimentos</b>	<b>¿Te gusta?</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Lugar de consumo</b>
60. Tacos			
61. Panuchos, salbutes y empanadas			
62. Barbacoa			
63. Tamales			
64. Mondongo			
65. Pozole			
66. Chicharra			
67. Hamburguesas			
68. Pizzas			
69. Cochinita pibil o lechón			
70. Pollo frito (Kentucky)			
71. Ensalada de verduras			
72. Espagueti			
73. Puchero			
74. Potaje de lentejas			
75. Otras:			



## Anexo VI

### Cuestionario socioeconómico a aplicar a los padres o madres de los niños participantes

Folio: \_\_\_\_\_

1. DIRECCIÓN: \_\_\_\_\_ 2. FECHA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ 3. ENCUESTÓ: \_\_\_\_\_  
(Calle) (Número) (Cruzamientos) (Colonia) día mes año (Iniciales)

4. NOMBRE DEL ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_  
(Apellido paterno) (Apellido materno) (Nombres)

5. NOMBRE DE LA MADRE: \_\_\_\_\_ 6. FECHA DE NACIMIENTO: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
(Apellido paterno) (Apellido materno) (Nombres) día mes año

7. NOMBRE DEL PADRE: \_\_\_\_\_ 8. FECHA DE NACIMIENTO: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
(Apellido paterno) (Apellido materno) (Nombres) día mes año

9. CANTIDAD DE DINERO DESTINADA A LA ALIMENTACIÓN: \$ \_\_\_\_\_ (día) \$ \_\_\_\_\_ (semana) \$ \_\_\_\_\_ (quincena)

10. ¿El niño recibe apoyo de algún programa?: \_\_\_\_ No \_\_\_\_ Sí 11. ¿Cuál(es)? \_\_\_\_\_

1: Oportunidades monetario (familia); 2: Oportunidades Beca Escolar; 3: Oportunidades Servicio Médico; 4: Beca Pronabes; 5: Beca programa "Compartir" (Gobierno del Estado); 6: Comedores Infantiles del DIF Municipal 7. Becas en escuelas particulares 8: Becas SEP Federal 9:Otros (especificar)

12. ¿Cuánto recibe? \_\_\_\_\_ 13. ¿Cada cuándo? \_\_\_\_\_

14. ¿Aparte de este o estos apoyos, la familia cuenta con algún programa de ayuda?: \_\_\_\_ No (0) \_\_\_\_ Sí (1) 15 ¿Cuál(es)? \_\_\_\_\_

1: Oportunidades monetario (familia); 2: Oportunidades Beca Escolar; 3: Oportunidades Servicio Médico; 4: Beca Pronabes; 5: Beca programa "Compartir" (Gobierno del Estado); 6: Comedores Infantiles del DIF Municipal 7. Becas en escuelas particulares 8: Becas SEP Federal 9:Otros (especificar)

16 ¿Cuánto recibe? \_\_\_\_\_ 17. ¿Cada cuándo? \_\_\_\_\_

**CARACTERÍSTICAS FAMILIARES**

<b>18.Parentesco</b>	<b>19.Lugar de nacimiento</b>	<b>20.Edad</b>	<b>21.Escolaridad (último grado estudiado)</b>	<b>22.Estado civil</b>	<b>23.Ocupación</b>	<b>24.Posición Laboral (patrón, empleado, contratista, trabajo por su cuenta etcétera)</b>	<b>25.Ingreso Aproximado (mes)</b>
<b>Padre</b>							
<b>Madre</b>							
<b>hij@</b>							

Anexo VII

**Instrumento de Hábitos Alimentarios Familiares-Padres (IHAF-P)**

Folio \_\_\_\_\_

**I. En las siguientes preguntas, por favor marque lo que se le pide a continuación, las respuestas son “siempre”, “algunas veces”, o “nunca”**

	Siempre	Algunas veces	Nunca
1. ¿Desayuna con sus hijos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Almuerza con sus hijos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Cena con sus hijos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Sus hijos acostumbran comer fruta solo cuando come con ellos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Sus hijos acostumbran comer verdura solo cuando come con ellos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Usted come verduras fuera de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ¿Usted come fruta fuera de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ¿Acostumbra desayunar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ¿Acostumbra comer o almorzar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ¿Acostumbra cenar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Además del desayuno, almuerzo y cena ¿come a media mañana o a media tarde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ¿Come aunque no tenga hambre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. ¿Se siente culpable cuando come mucho?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. ¿Hace dietas para perder peso?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. ¿Evita comer ciertos alimentos porque cree que engordaría?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. ¿Pellizca la comida de los demás o la comida servida en la cocina?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. ¿Consume productos “light” para que no engorde?			
18. ¿Acostumbra hacer otras cosas mientras come (ver televisión, leer etcétera)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ¿Termina de comer antes que todos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. ¿Agrega sal a su plato de comida antes de probarlo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. ¿Cuándo ve televisión siente hambre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**III. Las siguientes frases describen diferentes situaciones a las que se enfrentan algunos padres. Por favor marque que tan de acuerdo o en desacuerdo está con que se apliquen estas frases.**

	Estoy de acuerdo	Ligerament e de acuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Ligerament e en desacuerdo	Total desacuerdo
1. Permiso que el niño(a) coma lo que quiera durante el día	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Permiso que el niño(a) coma a cualquier hora del día	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Permiso que coma la cantidad de alimento que quiera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Me aseguro que mi hijo(a) no coma demasiados dulces	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Me aseguro que mi hijo(a) no coma demasiados alimentos con mucha grasa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Me aseguro que mi hijo(a) no coma demasiado de sus alimentos favoritos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Evito dejar algunos alimentos al alcance de mi hijo(a) a propósito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Premio a mi hijo(a) con dulces (caramelo, nieve, pastel) cuando se porta bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Le ofrezco a mi hijo(a) sus alimentos favoritos a cambio de su buena conducta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Si no cuidara la alimentación de mi hijo(a), comería demasiada comida "chatarra"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Si no cuidara la alimentación de mi hijo(a), comería muchos de sus alimentos favoritos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Mi hijo(a) siempre debe terminarse toda la comida de su plato	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Debo ser muy cuidadosa de asegurarme que mi hijo(a) coma lo suficiente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Si mi hijo(a) dice "no tengo hambre", yo trato de que coma de todos modos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Si no cuidara la alimentación de mi hijo(a), comería mucho menos de lo que debe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Cuando sus hijos le piden que le compren dulces, ¿se los compran?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Cuando sus hijos le piden frituras (sabritas o botanas), ¿se las compran?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Le digo a mi hijo que si se come la fruta, le voy a comprar dulces	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Le digo a mi hijo que si se come la verdura, le voy a comprar dulces	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Le digo a mi hijo que si no se acaba la comida no puede levantarse de la mesa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**IV. Por favor dígame si en su casa, el niño(a) puede tomar sin pedir permiso los siguientes alimentos:**

<b>Alimentos</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>Alimentos</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>
Frutas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Carnes o embutidos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verduras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Leche o yogurt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pan dulce o galletas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Queso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Refrescos o jugos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pan dulce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Papas fritas o chicharrones o demás frituras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Dulces, chocolates o chicles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Anexo VIII

### **Guía de entrevistas semiestructuradas dirigida a padres y madres de familia.**

#### **Fase cualitativa.**

Objetivo del estudio: Identificar la influencia de los hábitos parentales sobre la alimentación y crecimiento de niñas y niños de 10 años de edad de Mérida, Yucatán.

**Objetivo: Conocer las creencias, conocimientos y acciones más comunes que los padres y madres realizan como parte del cuidado parental.**

1. En un día cotidiano ¿Qué es lo que hacen, cómo se distribuyen la responsabilidad de los tiempos de comida?
2. ¿Qué guisos son los más frecuentes?
3. Los fines de semana ¿Cambia los alimentos consumidos? ¿Cuáles? ¿por qué?
4. ¿Cuándo es un acontecimiento especial que es lo que suelen hacer para festejar? Cuando tienen buenas calificaciones, termina un curso escolar, cumpleaños etc.
5. ¿Cuáles son sus alimentos favoritos? ¿cada cuando los consumen?
6. ¿Qué alimentos son los que no les gustan? ¿nunca le han gustado?
7. Hay varias cosas que influyen en formar los gustos alimentarios ¿Qué cree que sea lo que más influye en los niños?
8. ¿Qué es lo que más le gusta a su hij@?
9. ¿Qué es lo que no le gusta comer a su hij@?
10. ¿Quién es más estricto en la alimentación de los niños? ¿el papá o la mamá?
11. ¿Cuáles son los alimentos que procura que coma su hij@?
12. ¿Qué alimentos evita que coma su hij@?
13. ¿Quién le dijo o de dónde obtiene la información sobre las recomendaciones alimentarias?
14. ¿Cree que los gustos cambian entre los niños y las niñas?
15. La cantidad que come un varón y una niña ¿es diferente o igual?
16. ¿Hay algún alimento más recomendable para las niñas? ¿para los varones?