



Análisis de la alimentación contextualizada en niños prescolares y escolares en Latinoamérica: revisión sistemática

Analysis of contextualized feeding in preschool and school children in Latin America: systematic review

Análise da alimentação contextualizada em crianças pré-escolares e escolares na América Latina: revisão sistemática

Gloria Susana Sagñay-Llinin ^I
gsagnay@stanford.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-0907-0235>

José Ramiro Ocaña-Noriega ^{II}
jocana@stanford.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-7819-9115>

Correspondencia: gsagnay@stanford.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Revisión

* **Recibido:** 30 de noviembre de 2023 * **Aceptado:** 20 de diciembre de 2023 * **Publicado:** 01 de enero de 2023

- I. Licenciada en Nutrición y Dietética, Docente de la Carrera de Desarrollo Infantil Integral, Instituto Superior Tecnológico Stanford, Riobamba, Ecuador.
- II. Doctor en Ciencias de la Educación Rector-Docente de la Carrera de Desarrollo Infantil Integral, Instituto Superior Tecnológico Stanford, Riobamba, Ecuador.

Introducción

La alimentación es un proceso voluntario y necesario de todos los seres humanos, ya que de esta se obtiene los nutrientes necesarios para el cuerpo para cumplir con las funciones vitales, influyendo esta positiva o negativamente en la salud de los niños preescolares, atribuyendo que el consumo de una alimentación inadecuada es factor de desequilibrio nutricional ya sea esta por déficit como el bajo peso y desnutrición, o por exceso como es el sobrepeso y obesidad, estos, afectando en el desarrollo cognitivos de los infantes y por ende en su rendimiento académico.

El consumo de una alimentación poco o nada saludable específicamente en los niños preescolares es un problema a nivel mundial, produciendo una alteración en el estado nutricional, y estos a su vez en el desarrollo físico y mental de los niños, conllevando a un déficit del coeficiente intelectual repercutiendo en el aprendizaje, afectando negativamente en sus notas y comportamiento (Espinoza, 2020).

De acuerdo al Estado de Seguridad alimentaria y la Nutrición en el mundo, se estima que de 720 a 811 millones de personas pasaron hambre en 2020, debido a los altos costos y a poca disponibilidad de alimentos saludables o nutritivos, incrementado estos datos por la crisis sanitaria ocasionada por el Corona virus (COVID, 2019), debido a la vulnerabilidad y las deficiencias de los sistemas alimentarios mundiales, entendidos como todas las actividades y procesos que afectan a la producción, distribución y consumo de alimentos. (ONU, 2021).

Desarrollo

De acuerdo a datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura indican que, según el panorama regional de seguridad alimentaria y nutricional 2021, el hambre en América Latina y el Caribe se encuentran en su punto más alto desde el año 2020 luego de un aumento del 30% en el número de personas que padecen hambre entre 2019 y 2020. En Sudamérica había 33,7 millones de personas subalimentadas, lo que representa más de la mitad (56%) de las personas subalimentadas en la región, cifras que aumentaron en el contexto de la pandemia de COVID 19. A nivel de Mesoamérica a partir del año 2014-2020 el hambre creció en un 70%, o en un 7,8 millón de personas, y durante el período 2019 a 2020, aumento aún más en 4,6 millones, lo que representa un alza de un 32% apenas en un año. Entre el año 2018-2020 la República Bolivariana de Venezuela mostró un aumento significativo del 22,4 p.p, alcanzando una

prevalencia del 27,4%. Tanto Ecuador como Perú mostraron incrementos mayores a 3 p.p, mientras en México se cifró en 2, p.p. (FAO, 2021, pp. 1-2).

La alimentación es un derecho que tienen todas las personas, sin embargo, existen factores que impiden alcanzar este objetivo, entre ellos la inseguridad alimentaria, ocasionado por la escasa participación del estado, pobreza, sistemas ambientales desfavorables entre otras, agravando esta situación por la emergencia sanitaria por el Covid 19, situación que ha ubicado al Ecuador entre los 10 países más afectados por la pandemia en el continente americano, repercutiendo este en el incremento del hambre y la pobreza. Es así, que un representante de la FAO, alerta que el país ha de incrementar los índices de malnutrición, debido a la caída de los ingresos familiares, lo que conlleva a consumir alimentos de menor calidad aumentando el consumo de carbohidratos, esto debido a la falta de apoyo a la agricultura familiar campesina reduciendo la oferta y disponibilidad de alimentos frescos y sanos. (FIAN Ecuador, 2020, p. 21).

Esta subalimentación ocasionada por la inadecuada alimentación, conlleva a problemas de malnutrición. En el Ecuador la prevalencia de desnutrición crónica es de 25,2% en menores de cinco años, 15% en escolares de cinco a once años y 19,1% en adolescentes. Los datos de la Encuesta de Condiciones de Vida de 2014, muestran que la prevalencia de desnutrición crónica en menores de cinco años es de 23,9% a nivel nacional, 19,7% en las zonas urbanas y 31,9% en zonas rurales y en menores de dos años es 24,8%. Mientras que el sobrepeso es de 6,2% en preescolares, 19% en escolares. 18,8% en adolescentes (Ministerio de Salud Pública, 2018, págs. 22-27).

El no consumir una alimentación variada equilibrada que cubra los requerimientos nutricionales de las personas de acuerdo a las diferentes etapas de la vida, ocasiona un desequilibrio ya sea por déficit que incluye a la desnutrición y a la deficiencia de micronutrientes, estas ocasionadas por el poco acceso y disponibilidad de alimentos de alto valor nutricional, inadecuada distribución de alimentos intrafamiliar, nivel de instrucción bajo de las madres o de las personas encargadas de la alimentación, falta de servicios básicos, déficit en la atención sanitaria, saneamiento insalubres.

Por otro lado, el sobrepeso y obesidad como un desbalance nutricional, este suscitado por el consumo de dietas malsanas, alimentos procesados altos en grasa saturadas, sal y azúcar, consumo de harinas refinadas, y con la disminución, de verduras y frutas, hábitos que a futuro conllevan a originar graves enfermedades crónicas no transmisibles. En ambos casos estos factores de una u otra manera afectan la salud integral de los niños influyendo en su crecimiento y desarrollo,

deteriorando la capacidad física, intelectual, emocional y social, repercutiendo en el aprendizaje escolar, y a largo plazo dificultad en la inserción laboral.

De acuerdo con los datos antes mencionados es necesario aplicar estrategias preventivas ya que una adecuada alimentación basadas en el consumo de alimentos naturales propios de la zona y que permita cubrir los requerimientos nutricionales, conjuntamente con la realización de actividad física, disminuirá los índices de morbimortalidad infantil a causa de la malnutrición.

Materiales y métodos

El desarrollo del trabajo se realizó mediante una revisión sistemática, que es “una investigación fundamental basada en evidencias, ya que proveen el más alto nivel e interviene en la toma de decisiones, el objetivo es el reconocimiento de la evidencia disponible, el nivel de validez de dicha información y el resumen de la misma” (Salcido y otros, 2021, pág. 217).

La ejecución de este estudio se desarrolló siguiendo paso a paso los 27 ítems de la guía PRISMA, diseñada principalmente para revisiones sistemáticas de estudios que evalúan los efectos de las intervenciones, independientemente del diseño de los estudios incluidos. Page et. al (2021, pág. 792).

La presente revisión inicio con la identificación del tema y delimitando la formulación de la pregunta de investigación ¿Cuál es la alimentación contextualizada de los preescolares y escolares de Latinoamérica? Para dar respuesta a la interrogante se realizó una búsqueda de literatura basada en la identificación de estudios que analizaron la alimentación de los preescolares y escolares.

La búsqueda de datos se realizó a partir del análisis de diferentes investigaciones relacionadas a la alimentación de los niños y niñas preescolares escolares, a través de la descripción de artículos, informes, y estudios sobre salud, utilizando las bases de datos como Google académico, Dialnet, Scielo, Scopus, Mujer Andina, Polo del Conocimiento, Latindex y referencias de páginas Web, durante el mes de marzo. Para la búsqueda se utilizó palabras claves como: alimentación saludable, hábitos alimentarios, estado nutricional y malnutrición.

Criterios de inclusión

Para la realización de esta revisión sistemática se incluyeron artículos científicos publicados relacionados a la alimentación y malnutrición de los niños preescolares y escolares con fecha de

publicación entre 2017 a 2023, limitando la búsqueda solo en español y estar disponible a texto completo o acceso libre

Criterios de exclusión

Como criterios de exclusión se tomó en consideración artículos científicos de fuentes no oficiales, artículos con información no relevante, estudios no relacionados con la alimentación de los preescolares y escolares.

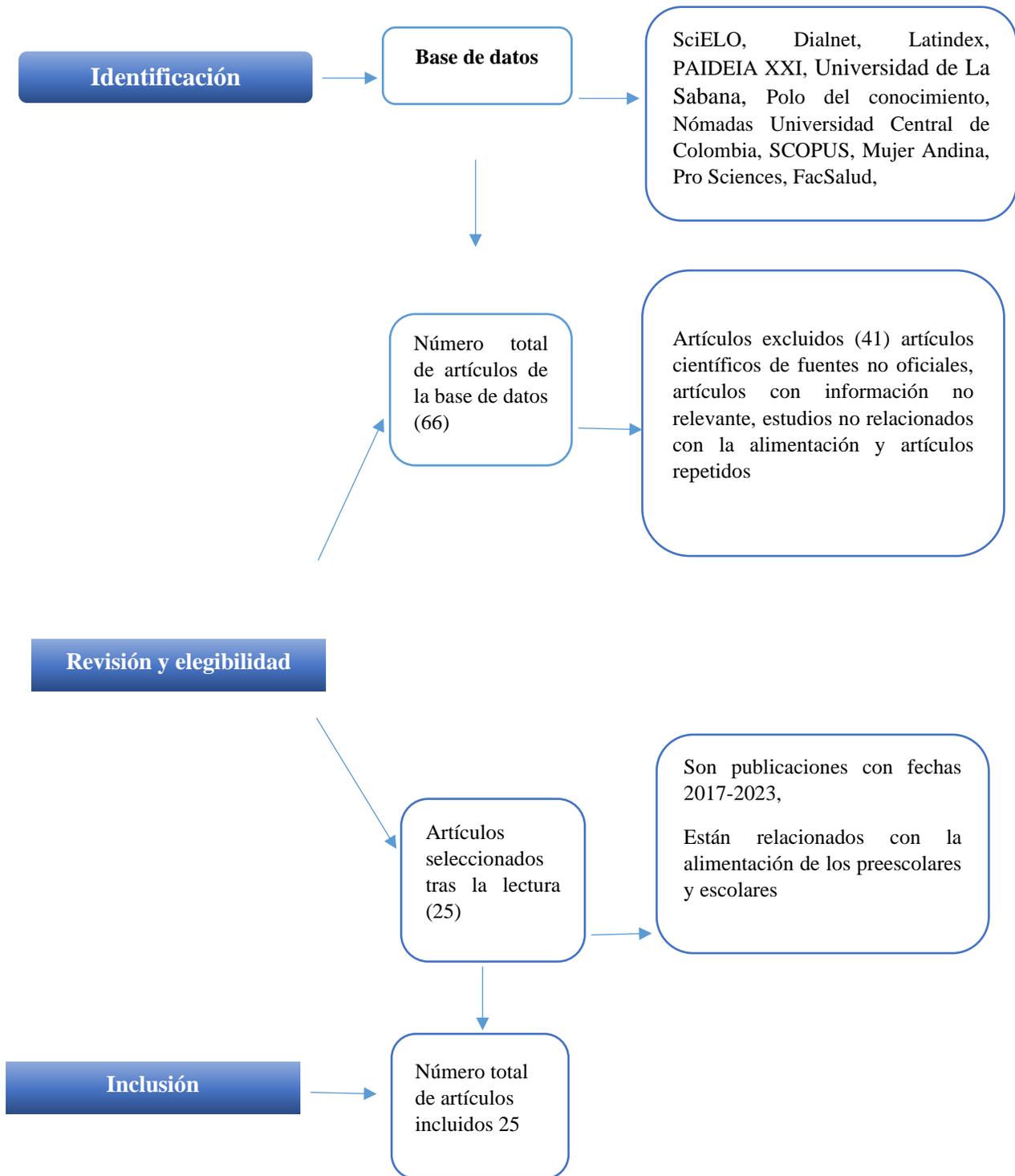
Selección de los artículos

Una vez seleccionados las bases de datos se realizó una primera selección de los artículos con la lectura del tema y el resumen, posteriormente se revisó de que si cumplían o no con criterios de inclusión. Los documentos seleccionados fueron analizados realizando una síntesis de cada uno de ellos, permitiendo su revisión sistemática de una manera óptima.

Resultados

Para la elaboración de revisiones sistemáticas se identificaron 66 artículos extraídos de las diferentes bases de datos como: SciELO, Dialnet, Latindex, PAIDEIA XXI, Universidad de La Sabana, Polo del conocimiento, Nómadas Universidad Central de Colombia, SCOPUS, Mujer Andina, Pro Sciences, FacSalud. A los artículos seleccionados se realizó un análisis del tema y el resumen, permitiendo seleccionar 25 estudios con criterios de inclusión, todos publicados en español publicados entre 2017 a 2023, y son publicaciones de países latinoamericanos, los cuales dotaron de información sobre la alimentación en los preescolares y escolares, así como los hábitos alimentarios y la malnutrición como consecuencia de la inadecuada alimentación. Los 41 artículos fueron considerados con criterios de exclusión ya que no, se ajustaban a la temática de estudio y otro de los casos eran repetitivos o no estaban dentro de los años previstos. A continuación, se describe mediante el diagrama de Prisma, los pasos para la selección de los artículos, esto se puede visualizar en la figura 1.

Figura 1 *Diagrama de Prisma*



Nota: Revisión sistemática

Para la realización de esta revisión sistemática, tal como se muestra en la figura, se identificaron un total de 66 artículos, publicados en diferentes base de datos, una vez aplicados los criterios de exclusión e inclusión, se seleccionaron 25 artículos científicos, de estos el 60,0% están directamente relacionadas con la alimentación de los preescolares y escolares, sin embargo, se hace indispensable analizar los hábitos alimentarios (28,0%), ya que son conductas repetitivas de cómo se alimentan los niños y niñas, siendo fundamental considerar la malnutrición (12,0%), esta como consecuencia de una alimentación inadecuada. Información que permitieron dar respuesta a la interrogante de investigación. A continuación, se presenta una descripción general de los artículos elegibles.

Tabla 1

Revisión sistemática

N	Año	Autor(s)	Revista	Título	Objetivo	Resultados
1	2020	Zulin Fonseca González Ana Julia Quesada Font. Madeline Yoanis Meireles Ochoa Evelyn Cabrera Rodríguez	Multimed. Revista Médica. Granma	La malnutrición; problema de salud pública de escala mundial	Divulgar un tema para que sea consultado por profesionales y estudiantes de la Salud.	El estado de nutrición es consecuencia de diferentes conjuntos de interacciones de tipo biológico, psicológico y social, tal diversidad obliga a ser específicos cuando se trata de valorar el estado de nutrición, por lo tanto, este viene a ser el ejercicio clínico en el que se recogen en los pacientes indicadores o variables de diverso tipo (clínicas / antropométricas / bioquímicas / dietéticas) que, cuando se analizan integralmente, brindan información sobre su estado nutricional, y permiten diagnosticar el tipo y grado de la mala nutrición
2	2017	Romina, Bajaña-Nuñez	FACSalud	Alimentación saludable	Conocer, a través de revisiones	Los efectos de la mala nutrición en el rendimiento académico tanto los padres como los educadores, e incluso

				María-Fernanda, Quimis-Zambrano Miguel, Sevilla ; Lissett, Vicuña-Monar	como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de las instituciones educativas en Ecuador	bibliográficas, la importancia que tiene una alimentación adecuada, equilibrada e integral en los estudiantes de las instituciones educativas en Ecuador	los mismos alumnos, no toman conciencia de la forma en la cual están alimentando, a sus hijos no les proporcionan los nutrientes necesarios ya que su finalidad es satisfacer el hambre y no de cubrir las necesidades de proteínas y calorías que son necesarias para el crecimiento y desarrollo de un niño
3	2020	Eimy Eliana Espinoza Guamán	Revista Científica Agroecosistemas	La alimentación como factor influyente en el rendimiento académico de los niños de educación básica	Socializar reflexiones que permitan conocer la importancia que tiene una alimentación saludable, equilibrada e integral en los estudiantes de la educación básica de Ecuador	La alimentación es un factor que tiene influencia dentro del rendimiento escolar, dado que se da tanto en lugares internos y externos al hogar, por ello se puede concluir que el bajo rendimiento académico, distracción escolar, disminución en la atención, dificultades para comunicarse con los demás tiene mucho que ver con la alimentación, para razonar analíticamente y para acomodarse a nuevos ambientes y personas, se puede considerar que una alimentación saludable representa para el niño un conjunto de defensas contra enfermedades infantiles que en muchos casos suelen dejar secuelas en los niños en su etapa de estudiantes y marcan su desarrollo físico e intelectual en la edad adulta	

4	2019	Jairo Rivera	Rev. Est. de Políticas Públicas	La malnutrición infantil en Ecuador: una mirada desde las políticas públicas	Examinar el estado de la malnutrición infantil en el país, con énfasis especial en el análisis de las políticas públicas usando el esquema propuesto por Hudson y Lowe (2009) en tres niveles: macro, meso y micro	La malnutrición infantil es un problema multidimensional que tiene repercusiones de corto, mediano y largo plazo. No solamente afecta a la persona en esa situación, sino que perjudica a la sociedad en general. Diariamente miles de personas fallecen debido a este problema, por lo que es necesario un compromiso social hacia su erradicación. Una manera adecuada de luchar contra ella son las políticas públicas
5	2018	Rebeca Antolín Rodríguez	Nure investiga Revista científica de enfermería	Alimentación del niño en edad preescolar. Importancia de la educación para la salud	El objetivo de esta revisión sistemática es analizar las distintas intervenciones educativas que se han realizado para mejorar la alimentación de los niños preescolares, para poner de manifiesto las intervenciones más eficaces y los errores más comunes	Las intervenciones educativas deben ir dirigidas tanto a los niños, como a los padres y a los profesores. Por un lado, son los padres los que eligen que dar de comer a los niños por lo que es necesario que tengan conocimientos sobre alimentación saludable, por otro lado, los profesores tienen una gran influencia sobre los comportamientos de los niños y, por último, los niños deben estar predispuestos a modificar sus rutinas. También se debe tener en cuenta la importancia de realizar actividades físicas para su salud y su capacidad motora, y con esto, la necesidad de reducir el tiempo dedicado a los medios electrónicos

6	2021	Lázaro Alberto García-Castillo Geovanny Sebastián Silva-Orozco Diego Ramiro Chacaguas ay-Cepeda Aylín Quintero-Tarno4	Revistas URP versión electrónica	Alimentación saludable en niños del círculo infantil del Buen Vivir de “Retén Macalete Cebadas, Ecuador	Caracterizar el comportamiento alimentario en los niños del Círculo Infantil del Buen Vivir (CIBV) “Sumak Yachay” de la comunidad Retén Macalete de Cebadas, Ecuador en el período comprendido de agosto a septiembre de 2012	La alimentación de los niños pertenecientes al CIBV en su mayoría consumen una alimentación saludable es decir su dieta diaria está constituida por todos los nutrientes esenciales para el organismo. Con frecuencia y horarios adecuados, además ingieren alimentos tradicionales muy nutritivos y beneficiosos.
7	2019	Abadeano Sanipatin, Carmen Elisa; Mosquera Guilcapi, Mariana de Jesús; Coello Viñán, Jenny Elizabeth; Coello Viñán, Byron Eduardo	Revista Eugenio Espejo	Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública	producir un cambio en el conocimiento sobre objeto de estudio y la conducta de los individuos a quienes va dirigida	Los niños que se desnutren se exponen a mayores riesgos de muerte durante la infancia, se limita su potencial desarrollo físico e intelectual y se restringe su capacidad de aprender y trabajar en la adultez, por lo cual se limitan así las oportunidades de desarrollo profesional y económico

8	2019	Yanedsy Díaz Amador Leticia Da Costa Leites Da Silva	Revista Cubana de Enfermería	Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional de los niños y niñas de un centro de preescolares	Caracterizar los hábitos alimentarios y estado nutricional de los niños preescolares de un centro de educación inicial	En cuanto a los padres: 53,60 % eran jóvenes, 32,00 % entre 21 a 25 años de edad, 85,00 % con nivel de instrucción medio, 26,40 % con dificultad para adquirir alimentos. El estado nutricional en los niños fue deficiente, debido al consumo de proteínas de alto valor biológico (3,97 %) y 8,32 %, 7,94 % y 4,70 % demostraron alto consumo en alimentos de baja calidad nutricional.
9	2019	María Lourdes Muquinche Usca Gricelda Emperatriz Valencia Olalla.	de Revistas Dilemas Contempóraneos: Educación, Política y Valores	Propuesta Educativa sobre Alimentación para la prevención de la malnutrición dirigida a madres con hijos menores de 5 años de la localidad de Yaruquíe Ecuador	Determinar la relación entre el conocimiento y la conducta alimentaria de las madres, que inciden en la malnutrición de niños menores de 5 años. Establecer las necesidades de capacitación sobre alimentación saludable que poseen las madres de los niños menores de 5 años.	Las investigadas poseen conductas alimentarias inadecuadas y conocimiento no satisfactorio en torno a la forma de alimentar a sus hijos; por tal razón
10	2023	María José Vargas Grajales	Trabajo de grado para	La alimentación	Analizar la incidencia que tiene una	Los resultados de este estudio presentan dos enfoques: el primero establece las

			<p>optar por el título de Magister en Desarrollo Infantil o Infantil</p> <p>saludable como base del desarroll o infantil: una estrategia pedagógica con niños de preescolar del Colegio Bilingüe José Max León</p> <p>estrategia pedagógica sobre la alimentación de los niños de preescolar.</p>	<p>apreciaciones de los docentes tienen con respecto a la alimentación y el origen natural de los alimentos procesados ultra procesados y el segundo enfoque, presenta cuadros estadísticos que reflejan el porcentaje de los hallazgos respecto a la frecuencia del consumo de alimentos que los profesores consideran referentes a los periodos anteriormente mencionados. En el enfoque uno, se establece que los docentes diferencian los alimentos saludables e inadecuados, pero a pesar de ese criterio se demuestra que el consumo de alimentos procesados y ultra procesados es casi a diario. En el enfoque dos, de manera general los docentes de primera infancia respondieron en sus encuestas acerca de 95 productos alimentarios de estos de estos 46 que equivalen el 49% corresponden al grupo de alimentos naturales, 18 al grupo de alimentos procesados tipo conservas envasados o enlatados que equivalen al 19% y 31 que corresponden a ultra procesados que equivalen 32%.</p>
11	2023	Carmen Luzmila Vera Malavé	<p>Revista Latinoamericana de Ciencias</p> <p>Hábitos alimenticios en niños de 4 a 6 años</p>	<p>Determinar los conocimientos que tienen los padres acerca de los hábitos</p> <p>como resultado se obtuvo que, un gran porcentaje de padres de familia conocen acerca de los hábitos alimenticios adecuados, existiendo gran rechazo hacia los alimentos ultra</p>

		Wilson Alexander Zambrano Vélez Sheyla Jordy Ronquillo Bueno	sociales y humanidades	de una Institución Educativa de la provincia de Santa Elena – Ecuador	de alimenticios de niños entre 4 a 6 años de la Unidad Educativa Teodoro Wolf del cantón Santa Elena, provincia de Santa Elena - Ecuador	procesados; de igual forma, la mayoría desconoce los menús escolares de la Institución.
12	2022	Sandra Zeña-Ñañez Karoline K. Sánchez-Sánchez Virgilio E. Failoc-Rojas	Revista Cubana de medicina militar	Alimentos que contienen los refrigerios de preescolares de institucionales educativas públicas educativas	Identificar los tipos de alimentos que contienen los refrigerios de preescolares de institucionales educativas públicas.	De los 668 alimentos observados, el 95,8 % presentaba alimentos energéticos seguido del 82,6 % de hídrico. Los alimentos de los refrigerios de los niños preescolares fueron un 45,2 % no procesado, seguido del 29,6 % que no tenía alimento de ningún tipo. Conclusiones: Existe un alto consumo de alimentos energéticos en preescolares de Chiclayo y hay similitud entre la frecuencia de los procesados y no procesados, sin embargo, en general los refrigerios tienen una alta presencia de alimentos no procesados
13	2018	Fabiola Paz Henríquez Fabián Ignacio Lanuza Julia Hazbún	Nutrición hospitalaria	Asociación entre conducta alimentaria y estado nutrición al preescola	Asociar el estado nutricional y la conducta alimentaria de preescolares chilenos.	Se obtuvo como resultado que ciento treinta fueron hombres y 117 fueron mujeres, con una malnutrición por exceso del 58,6% y 49,6%, respectivamente. Las puntuaciones de conducta alimentaria (CA) proingesta presentaron una asociación positiva y significativa con el estado nutricional y la dimensión respuesta a los

			res chilenos			alimentos. En cuanto a las puntuaciones de CA antiingesta, se observó una tendencia inversa no significativa con el estado nutricional; sin embargo, existe una asociación negativa y significativa en las dimensiones respuesta a la saciedad y lentitud para comer
14	2017	Romina, Bajaña-Nuñez María-Fernanda Quimis-Zambrano Juan, Calderón-Cisneros Lissett, Vicuña-Monar	FacSalud	Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador	Conocer, a través de revisiones bibliográficas, la importancia que tiene una alimentación adecuada e integral en los estudiantes de las instituciones educativas en Ecuador	Los efectos de la mala nutrición en el rendimiento académico tanto los padres como los educadores, e incluso los mismos alumnos, no toman conciencia de la forma en la cual están alimentando, a sus hijos no les proporcionan los nutrientes necesarios ya que su finalidad es satisfacer el hambre y no de cubrir las necesidades de proteínas y calorías que son necesarias para el crecimiento y desarrollo de un niño
15	2021	Paulina Molina, Patricia Gálvez María José Stecher Marcela Vizcarra María José Coloma	Science Direct Elsevier	Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños	Explorar las influencias de integrantes del grupo familiar en las prácticas de alimentación de madres hacia preescolares,	Las participantes describieron que las influencias familiares sobre las prácticas de alimentación que aplicaban en sus hijos preescolares dependían de la estructura familiar y de la cercanía entre familiares. Algunas de estas influencias afectan directamente la conducta alimentaria del niño~ especialmente en familiares que cohabitan juntos, mientras que

				preescola en familias de otras estaban mediadas por las relaciones generadas entre padres y otros miembros de la familia.
			res de barrios familias vulnerables en la Región Metropolitana de Santiago, Metropol itana de Chile	
16	2022	María de Retos los Ángeles Fuentes Vega	I.	Identificar la asociación de factores psicosociales como la autoeficacia con hábitos saludables y la práctica de AF en escolare
				Se encontraron correlaciones positivas y moderadas entre las variables de AF y autoeficacia hacia la AF, hábitos saludables de alimentación y AF y correlaciones negativas y débiles entre las variables de AF y prácticas sedentarias y hábitos alimentarios inadecuados. El análisis de regresión de la variable de AF con las variables de autoeficacia, hábitos saludables, hábitos alimentarios inadecuados y practicas sedentarias presentó una R2 ajustada de .23 indicando que el 23% de actividad física es explicada por las variables de autoeficacia y hábitos saludables cuyos coeficientes de regresión fueron significativos
17	2022	Martha Cecilia Bonilla-Cacedo Patricia Alejandra Ríos-Guarango	Open Jornals Systems Revisión sistemática	Estrategias de promoción de la salud para una alimentación saludable en niños
			Identificar los diferentes tipos de intervenciones orientadas hacia la promoción de salud infantil a través de una revisión	Se pudo visibilizarse que, si bien existió en los últimos años un incremento en el interés sobre el tema, aún es escasa la profundidad y cantidad de literatura respecto a estrategias específicas sobre la promoción de una alimentación saludable, ya que, en gran parte de los trabajos revisados, este es solo uno de los problemas derivados de la salud

	Patricia Yaulema-Brito Erika Jazmín Sánchez-Osejo		escolares : revisión sistemática	literaria además de ser narrativa/descriptiva, busca establecer una correlación de los aspectos más relevantes sobre este fenómeno en la actualidad.	que escolar y por tanto, forma parte integral de estrategias que atienden a una problemática más general	
18	2023	Luisa Gám ez-Calvo Víctor Hernández-Beltrán Lourdes P. Pimienta-Sánchez Serafín Delgado-Gil	Revista de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición	Revisión sistemática de programas de intervenciones para promover hábitos saludables de actividad física y nutrición en escolares españoles	Describir y analizar los principales programas de intervención, basados en la promoción de hábitos saludables (Nutrición y Actividad Física) en la población infantil y las principales estrategias utilizadas para su implantación en los centros educativos españoles	Se ha identificado que las intervenciones educativas sobre nutrición y/o actividad física realizadas en los centros educativos, resultan positivas en la mejora de los hábitos de alimentación y la práctica físico-deportiva entre los escolares.

19	2022	Jacqueline Páez Herrera Juan Hurtado Almonacid Rosita Abusleme Allimant Ivana Muñoz Arias Génesis Cárcamo Frez Jairo Knabe Sepúlveda Rodrigo Yáñez Sepúlveda	Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física	Conocimiento, hábitos y frecuencia de alimentación de padres según estado ponderal de niños y niñas de seis a 10 años	Comparar el nivel de conocimientos, frecuencia y hábitos alimentarios de padres según el índice de masa corporal (IMC) de sus hijos	Resultados: Se evidenció que padres de los niños bajo peso presentan mejor nivel de conocimiento que los de niños normopeso y sobrepeso/obeso ($p=.00$) y que los padres de los niños normopeso tienen mejor nivel de conocimiento que los de niños sobrepeso/obeso ($p=.00$), en todos los grupos se informa una baja frecuencia de consumo de agua, quesillo y comidas rápidas y una alta frecuencia de frutas y verduras, carnes blancas y rojas. El grupo sobrepeso/obesidad presentó el mayor porcentaje de niños que ven televisión cuando se alimentan
20	2022	Sandra Hernández Pablo Páramo	Revista de investigación en ciencias sociales	La alimentación escolar, una aproximación desde el currículo : revisión sistemática	Identificar y analizar las tendencias de investigación educativa en 142 estudios sobre alimentación escolar y seguridad alimentaria (SA) en el contexto educativo.	Los estudios revisados dieron lugar a siete categorías de análisis: SA, desperdicio y poco aprovechamiento de alimentos, alimentación y currículo, comedor escolar, programas sobre alimentación escolar, biodiversidad y alimentación escolar y, por último, la alimentación y su relación con la dimensión académica. Uno de los hallazgos es que la alimentación no es un constructo multidimensional: en la práctica escolar y en el currículo se reduce a temáticas

						particularmente biológicas, nutricionales y de salud
21	2022	Marcos Tena Campos. Marta López Delpón Patricia Gotor Delso Estefanía Claver Escanilla María del Carmen Muniesa Ciércoles Paula Martín Hernández	Revista Sanitaria de Investigación	II.	Abordar el problema de la obesidad infantil de forma multifactorial, priorizando la alimentación saludable, la actividad física regular, la atención pregestacional y prenatal a sus progenitores, dieta en la primera infancia, en la edad escolar y un adecuado control de peso para poder transformar el entorno y las pautas sociales obesogénicas de forma duradera en el tiempo	Diversos autores y organizaciones reconocen el carácter multifactorial de la obesidad pediátrica. Está suficientemente avalado que unos buenos hábitos alimentarios junto con la realización de ejercicio físico habitual y la aplicación de políticas de prevención, contribuyen a reducir este problema de la sociedad actual
23	2021	Yadira Morejón Rosemary Fonseca Carlos	Revista Chilena de nutrición	Cuestionario de frecuencia de consumo	Construir y determinar la validez relativa del Cuestionario	Nuestros hallazgos mostraron una sobreestimación de la ingesta dietética por parte del CFCA en comparación con nuestro patrón oro; esta tendencia

	Teles Martha Chico Laura Rodríguez Mauricio Barreto Philip Cooper Sheila Alvim	de alimento s para niños de zonas rurales costeras del Ecuador: Construc ción, validez relativa y calibraci ón	de Frecuencia de Consumo de Alimentos (CFCA) para la evaluación de la ingesta entre niños ecuatorianos en edad escolar	también se informó en otros estudios ^{13,41} y esto podría deberse al número de alimentos incluidos, porciones seleccionadas, la frecuencia y el consumo de alimentos de temporada, así como la duración del periodo de referencia del CFCA- doce meses, que puede haber influenciado las correlaciones encontradas os resultados de este estudio deben considerar algunas limitaciones. Para disminuir los sesgos por desconocimiento de consumo de alimentos consumidos fuera de casa, la entrevista fue desarrollada en presencia del niño lo que permitió preguntarle qué alimentos consumió, por ejemplo, en la escuela	
24 2023	Elsa Josefina Albornoz Zamora Marigina Del Carmen Guzmán José Luis González Villanueva Kevin Geovanny Sidel Almache	Ciencia Latina Revista Científic a Multidisc iplinar	Desnutri ción infantil: un problema de salud pública en Pichinch a - Ecuador	interpretar la desnutrición infantil como un problema de salud pública en Ecuador	Los datos sobre desnutrición crónica infantil en Ecuador son alarmantes. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censo (INEC), el 27% de los niños menores de 2 años tienen esta condición. La mayoría de los niños desnutridos viven en áreas rurales, donde vive la mayoría de la población indígena. La desnutrición infantil alcanza el 30,6% en las zonas rurales y el 25,4% en las zonas urbanas La región Sierra Centro tiene la tasa más alta de desnutrición infantil, por encima del promedio nacional

						<p>de 27%. Incluyendo a Pichincha con el 26.8%. Tungurahua es la región con la tasa más alta, con un 41,3% de niños menores de 2 años con este problema. Le siguen Chimborazo (39,3%) y Cotopaxi (34,8%). Sin embargo, la desnutrición crónica también es un problema importante en la Amazonía__problemática, no obstante, es importante reconocer que la naturaleza de esta problemática tiene dos dimensiones, una directa , que esta relacionada con el consumo diario de los alimentos que envuelven una dieta inadecuada y las comorbilidades que vienen asociadas como las infecciones, las anemias, parasitosis, entre otras; las causas indirectas son mas de carácter social, políticas y económicas, la cultura y la pobreza lo que incluye las inequidades , el acceso a los alimentos de calidad y de manera oportuna, los estilos de vida y las conductas perjudiciales de las personas, la inaccesibilidad a los servicios básicos de salud y educación son los principales factores asociados a este fenómeno de la desnutrición infantil.</p>
25	2020	Sebastián Fuentes Belén Estrada	Revista Educación	Alimentación escolar y educación alimentaria	Comprender los límites y alcances de la educación y provisión	<p>Se identificó que los programas de alimentación escolar/educación alimentaria poseen una expectativa de modificación de las conductas alimentarias que se sustenta en una pedagogía implícita</p>

ia: alimentaria en mecanicista, que supone cambios
 tendencia la escuela en automáticos a partir de la
 s un contexto acumulación de información, en un
 recientes donde la curriculum fragmentado o en
 en la malnutrición iniciativas puntuales como talleres
 investiga constituye uno que paralelizan al curriculum
 ción en de los prescripto
 América principales
 Latina problemas de
 entre la población
 2005 y infanto-juvenil
 2021 en la región.

Nota: Resultado de la revisión sistemática.

Discusión

Al realizar la presente revisión sistemática se seleccionó 25 artículos relacionados con la alimentación saludable de los preescolares y escolares. posteriormente al afectar un análisis crítico que los problemas de una mala alimentación y nutrición, de los niños escolares del Ecuador, es probable que traigan consecuencias como bajo rendimiento académico, disminución en la atención, distracción escolar, dificultades para comunicarse, esto debido a que los padres no tienen la importancia debida de como alimentar a sus hijos conllevando esto a no cubrir las necesidades nutricionales que son necesarias para el crecimiento y desarrollo. Bajaan et. al (2017, pág. 37)

De la misma manera se puede indicar que la alimentación de los niños que asisten al Círculo Infantil del Buen Vivir “SUMAK YACHAY” de Ecuador, en un porcentaje mayor es saludable, ya que consumen los nutrientes esenciales para el organismo humano, alimentación combinada adecuadamente, con frecuencia y horarios de alimentación que responden a una dieta favorable a la salud, consumiendo alimentos tradicionales y ancestrales. El agua de que se abastecen baja entubada desde fuentes naturales y es clorada para su consumo, favoreciendo la salud personal de los niños y niñas que asisten al centro. García et. al (2021, p. 72). Resultados que coinciden con Vera et. al (2023) ya que indica que la alimentación de los niños que asisten a los centros infantiles gubernamentales es adecuada e incluso dentro de los hogares, ya que los profesionales y madres de familia tienen conocimientos sobre una alimentación saludable; sin embargo, los infantes y

niños escolares no están exentos de ingerir alimentos poco o nada nutritivos debido a la falta de control de los progenitores. (Vera et al., 2023, p. 1635)

Una dieta adecuada puede prevenir o mejorar determinadas enfermedades. En el ser humano, el normal funcionamiento del cuerpo requiere de la apropiada nutrición a nivel celular; por lo que, las buenas prácticas al respecto resultan un factor primordial para el vigor y el desempeño de las personas. (Abadeano et al., 2019, p. 73). Por lo que se puede indicar que la relación existente entre alimentación inadecuada y aparición de enfermedades prevenibles ha hecho que el tema de la búsqueda de la alimentación saludable constituya una prioridad para la salud pública.

Una de las consecuencias de los desequilibrios nutricionales es la malnutrición está representada como la obesidad, y con ello de sus enfermedades relacionadas, destaca la necesidad de dirigir intervenciones educativas a los niños para luchar contra esta enfermedad, con el fin de que adquieran conocimientos sobre lo que es sano para su desarrollo y lo que no. Por otro lado, otro de los factores que afectan la salud nutricional de los niños es el sedentarismo, ya que cada vez ven más horas de televisión, por lo que es importante promover la realización de la actividad física a través de juegos activos reduciendo las horas dedicadas a los medios electrónicos. (Rodríguez, 2018, pp. 6-8)

El no alimentar saludablemente a los niños preescolares y escolares es hablar de un efecto negativo sobre los procesos de crecimiento y desarrollo psicomotor, social y de hábitos que condicionan el bienestar y la calidad de vida del futuro adulto, estos, además, dependerá del tiempo, gravedad y duración de la deficiencia nutricional. En general, los menores son los más sensibles, por su velocidad de crecimiento elevada y su vulnerabilidad a enfermedades diarreicas, respiratorias, y a otras infecciones. (Fonseca et al., 2020, p. 8) resultados que coinciden con Miranda et. al., (2022) que indican que la población infantil presenta una mayor susceptibilidad a desarrollar problemas nutricionales siendo las causales las condiciones ambientales, y factores macro y macrosociales, estos afectando en su crecimiento y desarrollo.

De acuerdo a los estudios analizados se puede evidenciar que el no consumir una dieta saludable para niños conlleva a problemas nutricionales tanto por déficit como por exceso afectando negativamente en su crecimiento y desarrollo, para lo cual es fundamental implementar estrategias de promoción y prevención enfocados en intervenciones de promoción de la salud, desde su papel como herramienta social, partiendo desde las escuelas contribuyendo a la promoción alimenticia

y, por tanto, a la reflexión en la toma de decisiones respecto al fortalecimiento de las capacidades de los escolares y de la comunidad académica en general, para en lo posterior instruir a las madres con la finalidad de mejorar la salud-nutrición de los niños y niñas preescolares y escolares. Bonilla et. al., (2022)

Conclusiones

Con la revisión de artículos científicos sobre la alimentación de los niños y niñas preescolares y escolares se ha podido precisar que el consumo de una alimentación saludable es fundamental para garantizar un crecimiento y desarrollo físico, psicomotor, social y de hábitos que condicionan el bienestar y la calidad de vida a futuro, un desequilibrio en el consumo de alimentos sea por déficit o exceso, el desconocimiento sobre una adecuada alimentación así como las desfavorables condiciones ambientales y sociales son factores que afectan la salud nutricional de los niños, originando problemas de malnutrición con las consecuencias que estos conllevan.

Basados en los resultados obtenidos, se ha podido evidenciar que las estrategias de intervención aplicadas a los niños, madres de familia y profesores sobre alimentación saludable son fundamentales y muy necesarias para fortalecer y/o prevenir problemas de malnutrición, por lo que se hace necesario implementar políticas y programas de acción preventiva, basados en la seguridad alimentaria y la práctica de actividad física.

Referencias

- Abadeano, C., Mosquera, M., & Coello, J. (2019). Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública. *Revista Eugenio Espejo*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.004.06.09>
- Bajaña, R., Quimis, M., Sevilla, M., & Vicuña, L. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de las instituciones educativas en Ecuador. *FACSalud*.
<file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/Alimentacion%20saludable%20como%20factor%20influyente%20en%20el%20rendimiento%20escolar%20de%20los%20estudiantes%20de%20instituciones%20>

- Bonilla, M., Yaulema, L., Ríos, P., & Sánchez, E. (2022). Estrategias de promoción de la salud para una alimentación saludable en niños escolares: una revisión sistemática. *Polo del Conocimiento*, 7. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i1.3622>
- Díaz, Y. (2019). Caracterización de hábitos alimentarios y estado nutricional. *Revista Cubana de Enfermería*.
file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/CARACTERIZACION%20DE%20HABITOS%20ALIMENTARIOS%20Y%20ESTADO%20NUTRICIONAL.pdf
- Enríquez, F. (2016). *Seguridad Alimentaria*. Quito-Ecuador: Abya-Yala.
- Espinoza, E. (2020). La alimentación como factor influyente en el rendimiento académico de los niños de educación básica. *Revista Científica Agroecosistemas*.
file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/ALIMENTACION%20Y%20RENDIMIENTO%20ESCOLAR.pdf
- FAO. (2021). *Panorama Regional de la Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Chile.
- FIAN Ecuador. (2020). *Crisis alimentaria en Ecuador*. Quito-Ecuador.
- Fonseca, Z., Quesada, A., Meireles, M., & Cabrera, E. (2020). La Malnutrición; problema de salud pública de escala mundial. *Revista médica Granma*.
file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/La%20malnutricion%20problema%20de%20salud%20publica%20de%20escala%20mundial.pdf
- Fuentes, M. (2022). Factores psicosociales asociados con la alimentación saludable y la práctica de actividad física en. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*.
file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/Dialnet-FactoresPsicosocialesAsociadosConLaAlimentacionSal-8549955.pdf

- García , L., Silva, G., Chacaguasay, D., & Quintero, A. (2021). Alimentación saludable en niños del Círculo Infantil del Buen Vivir de "Retén Macalete", Cebadas, Ecuador. PAIDEIA XXI. <https://doi.org/10.31381/paideia.v11i1.3755>
- Henríquez, F., Lanuza, F., Bustos, L., & González, A. (2018). Asociación entre conducta alimentaria y estado nutricional en preescolares chilenos. *Nutrición hospitalaria*. <file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/Asociacion%20entre%20conducta%20alimentaria%20y%20estado%20nutricional%20en%20preescolares%20chilenos.pdf>
- Herrera, J., Hurtado, J., Abusleme, R., Cárcamo, G., & Knabe, J. (2022). Conocimiento, hábitos y frecuencia de alimentación de padres según estado ponderal de. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*. <file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/Conocimiento,%20habitos%20y%20frecuencia%20de%20alimentacion%20de%20padres%20segun%20estado%20ponderal%20de.pdf>
- López, J., Camargo, E., & Yuste, J. (2019). Adherencia a la dieta mediterránea en escolares de Educación. *Revista Cultura, Ciencia y Deporte*. <file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACION%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACION/ARTICULOS/Dialnet-AdherenciaALaDietaMediterraneaEnEscolaresDeEducacion-7427877.pdf>
- Ministerio de Salud Pública . (2018). *Guías Alimentarias basadas en alimentos del Ecuador*. Quito-Ecuador.
- Miranda, G., Ortiz, R., Miranda, P., Ramírez, L., & Heredia , M. (2022). Estado nutricional de población infantil de comunidades indígenas de México. *Mujer Andina*. <https://doi.org/10.36881/ma.v1i1.639>
- Miranda, G., Ortiz, R., Ramírez , L., Heredia , M., & Bulchia, F. (2022). Estado nutricional de población infantil de comunidades indígenas de . *Mujer Andina*, 1. <https://doi.org/10.36881/ma.v1i1.639>

- Molina , P., Gálvez, P., Stecher, M., Vizcarra, M., & Coloma , M. (2021). Influencias familiares en las prácticas de alimentación. Elsevier. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102122>
- Morejón, Y., Fonseca, R., Teles , C., Chico, M., Rodríguez, L., & Barreto, M. (2021). Cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos para niños de zonas . Revista Chilena de Nutrición, 48. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000500687>
- ONU. (2021). Paz dignidad e igualdad en un planeta sano. <https://www.un.org/es/global-issues/food>: <https://www.un.org/es/global-issues/food>
- Page, M., Mckenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., & Mulrow, C. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. Rev Esp Cardiol. <https://doi.org/doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pinos, M., Ramírez, A., Mesa, I., & Aguirre, M. (2021). Estado nutricional en niños menores de 5 años: revisión sistemática. ProSciences, 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol5iss40.2021pp411-425>
- Rodríguez, R. (2018). Alimentación del niño en edad preescolar. Importancia de la educación para la salud. Nure Investigación. <file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACI%C3%93N%204/ARTICULOS%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACI%C3%93N/ARTICULOS/Dialnet-AlimentacionDelNinoEnEdadPreescolarImportanciaDeLa-6442678.pdf>
- Vera, C., Zambrano, W., & Ronquillo, S. (2023). Hábitos alimenticios en niños de 4 a 6 años de una Institución Educativa de la provincia de Santa Elena-Ecuador. Revista LATinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.364>
- Zeña, S., Sánchez, K., & Failoc, V. (2022). Alimentos que contienen los refrigerios de preescolares de instituciones educativas. Revista Cubana de Medicina Militar. <file:///D:/recover2020/INVESTIGACION/INVESTIGACI%C3%93N%204/ARTICULOS%20CIENTIFICOS%20ALIMENTACI%C3%93N/ARTICULOS/Alimentos%20que%20contienen%20los%20refrigerios%20de%20preescolares%20de.pdf>

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).