

FACTORES SOCIOCULTURALES DETERMINANTES DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE NIÑOS DE UNA ESCUELA-JARDÍN EN PERÚ: ESTUDIO CUALITATIVO

Rocío González-Jiménez^{1,a}, Fátima León-Larios^{2,b}, Mercedes Lomas-Campos^{2,c}, María-Jesús Albar^{2,d}

RESUMEN

Con el objetivo de explorar los factores socioculturales que determinan los hábitos alimentarios de niños menores de cinco años de una escuela inicial de Chachapoyas en Perú, realizamos un estudio cualitativo mediante entrevistas semiestructuradas a 18 padres y madres. Los factores determinantes de los hábitos alimenticios fueron: la disponibilidad y facilidad de preparación de los alimentos; horario y trabajo desempeñado por los padres; ingesta de café en niños como práctica común; falta de recursos e incertidumbre económica para la planificación alimenticia, y la falta de conocimientos nutricionales. Asimismo, se identificaron creencias que pueden explicar algunos hábitos alimenticios, como los efectos beneficiosos de la comida en familia, la lactancia materna y otros alimentos, o el papel de la alimentación para el buen desarrollo intelectual y físico de los niños. Los resultados aportan evidencia sobre el modo en que los padres afrontan y entienden la alimentación de sus hijos, determinando, a su vez, la calidad de la misma.

Palabras clave: Hábitos Alimentarios, Creencias, Factores Socio-Culturales, Familia, Perú. (fuente: DeCS BIREME).

SOCIOCULTURAL FACTORS DETERMINANTS OF EATING HABITS OF KINDERGARTEN SCHOOLCHILDREN IN PERU: A QUALITATIVE STUDY

ABSTRACT

To examine the sociocultural factors that determine the eating habits of children aged less than 5 years who attend kindergarten school in Chachapoyas in Peru, we carried out a qualitative study by means of semi-structured interviews of 18 fathers and mothers. The key factors related to eating habits were as follows: availability and easiness to prepare foods, schedule and work done by parents, intake of coffee in children as a common practice, lack of resources and economic uncertainty for food planning, and the lack of nutritional knowledge. Similarly, beliefs that might explain some eating habits, such as the beneficial effects of eating food as a family, maternal breastfeeding, and others, or the role of nutrition for the appropriate intellectual and physical development of children were identified. Our results provide evidence about the ways parents tackle and understand their children's nutrition while, in turn, determining its quality.

Key words: Alimentary habits, beliefs, socio-cultural factors, family, Peru. (source: MeSH NLM)

INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios son definidos como los comportamientos individuales y colectivos relativos al consumo de alimentos, que se adoptan de manera directa o indirecta, como parte de prácticas socioculturales ^(1,4) y determinados, también, por factores socioeconómicos ⁽⁵⁾. Estudios realizados en Latinoamérica han puesto de manifiesto que los hábitos alimentarios de los niños

están determinados, fundamentalmente, por el nivel económico, educativo y la situación laboral de los padres. Esta última incide especialmente en la menor dedicación en la preparación de las comidas y la falta de tiempo para cocinar ⁽⁶⁾. En este artículo se exploran los factores socioculturales que influyen en los hábitos alimentarios de un grupo de niños de una escuela inicial de Chachapoyas. La transmisión de prácticas socioculturales se realiza a través de la familia, que adquiere un papel de gran

¹ Hospital Universitario La Paz. Madrid, España.

² Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología. Universidad de Sevilla. Sevilla, España.

^a Licenciada en Enfermería, master en migraciones internacionales, salud y bienestar; ^b Licenciada en Enfermería, master en bioestadística aplicada a ciencias de la salud; ^c Médico cirujano; ^d licenciada en Psicología, doctora en Psicología.

Recibido: 10/08/2015 Aprobado: 24/08/2016

Citar como: González-Jiménez R, León-Larios F, Lomas-Campos M, Albar MJ. Factores socioculturales determinantes de los hábitos alimentarios de niños de una escuela-jardín en Perú: estudio cualitativo. Rev Peru Med Exp Salud Publica. 2016;33(4). Rev Peru Med Exp Salud Publica. 2016;33(4):700-5. doi: 10.17843/rpmesp.2016.334.2554

relevancia en la adquisición de hábitos alimentarios en los primeros años de vida ⁽⁷⁾. La familia ejerce una fuerte influencia sobre sus miembros y sus conductas relacionadas con la alimentación ⁽⁸⁾, de manera que los hábitos alimentarios aprendidos en su seno familiar llegan a convertirse en patrones de comportamiento alimentarios. Dichos patrones se encuentran influenciados por la construcción social y cultural que se hace de este proceso en la familia ⁽⁹⁾. Por otra parte, hay que tener en cuenta el papel que tienen los padres como modelos de conductas a seguir, también en la alimentación ^(10,11). Por ello, la madre constituye un pilar fundamental en esta etapa, ya que suele ser ella la responsable de la alimentación de sus hijos ⁽⁶⁾.

Además de la importancia de la familia señalada anteriormente, también hay que considerar otros aspectos relacionados con los factores socioculturales que determinan la adquisición y selección de alimentación y la preparación de los menús ⁽⁹⁾.

El presente estudio tiene como objetivo explorar los determinantes socioculturales en la adquisición y selección de alimentos, en la preparación de los menús y en los hábitos familiares.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio cualitativo utilizando la observación y entrevistas semiestructuradas en profundidad. El

ámbito de estudio fue la Escuela Inicial Raquel Robles de Román de Chachapoyas, capital del departamento de Amazonas en el Perú. La unidad de observación fueron los padres de los niños matriculados en dicho colegio, que asistían a una de las seis aulas distribuidas en dos aulas para niños de 3 a 5 años.

Se realizó un muestreo intencional, ya que para la realización de las entrevistas era requisito ser padre de, al menos, uno de los niños menores de 5 años matriculado en la institución. Las unidades de muestreo (personas) fueron elegidas por los docentes de cada aula. No obstante, se intentó convocar el mismo número de padres y madres de cada aula (diferenciadas por edades) para tener una muestra homogénea de progenitores con hijos de 3 a 5 años.

Participaron 3 padres y 15 madres, que eran homogéneos en cuanto a lugar de residencia, centro escolar en el que tienen matriculados a sus hijos, condición de padre o madre. Por otro lado, fueron heterogéneos en cuanto a sexo, condición socioeconómica, nivel de estudios, situación laboral, estado civil y número de integrantes del núcleo familiar (Tabla 1).

Para la recolección de información se utilizó la entrevista semiestructurada. Se elaboró el guion de entrevista en base a la bibliografía y a una observación previa del contexto de estudio (Tabla 2) triangulándose los

Tabla 1. Perfil de los entrevistados

N.º de entrevista	Sexo	Edad	Nivel de estudios	Situación laboral	Estado civil	N.º de integrantes de la familia	N.º de hijos menores de 5 años
1	Hombre	30	Superior universitario	Administrador	Conviviente	3	1
2	Mujer	41	Superior universitario	Docente	Conviviente	5	1
3	Mujer	33	Secundaria no culminada	Ama de casa	Conviviente	4	1
4	Mujer	37	Superior universitario	Docente	Conviviente	4	1
5	Mujer	23	Primaria	Ama de casa	Casada	4	2
6	Hombre	45	Superior universitario	Docente	Casado	6	2
7	Mujer	34	Secundaria no culminada	Construcción civil	Conviviente	4	1
8	Mujer	40	Formación profesional	Ama de casa	Casada	7	2
9	Mujer	28	Superior universitaria	Ama de casa/ Cuidadora en las tardes	Conviviente	4	1
10	Mujer	28	Formación profesional	Ama de casa	Soltera	2	1
11	Mujer	40	Secundaria no culminada	Ama de casa/ Vendedora en el mercado	Conviviente	6	2
12	Mujer	21	Secundaria	Ama de casa	Conviviente	3	1
13	Mujer	36	Formación profesional	Ama de casa/ Costurera	Casada	5	1
14	Hombre	27	Secundaria no culminada	Cocinero	Conviviente	3	1
15	Mujer	36	Superior universitaria	Docente	Casada	4	1
16	Mujer	48	Secundaria	Limpiadora	Soltera	4	1
17	Mujer	23	Superior universitaria	Ama de casa	Soltera	2	1
18	Mujer	25	Secundaria no culminada	Ama de casa	Separada	4	1

Tabla 2. Guion de entrevista semiestructurada

¿Cómo opina que es su alimentación? ¿Qué alimentos toma en mayor cantidad?
¿Horarios? ¿Comen todos juntos? ¿Es importante para ellos comer en familia? ¿Comen fuera o dentro de casa? ¿Cuándo?
¿Toman café sus hijos? ¿Cuándo? ¿Qué opina sobre el hábito de dar café a los niños/as?
¿A qué se dedica? ¿Cuál es su nivel de estudios?
¿Piensa que su condición económica condiciona la manera en que alimenta a su familia? ¿En qué modo?
¿Cómo percibe el modo en que compagina el trabajo y la familia? ¿Qué tiempo le dedica a la preparación de los alimentos?
¿Cómo se organiza? ¿Cuentan con un presupuesto mensual/semanal para comprar alimentos? ¿Por qué?
¿Realizan menús semanales para planificar sus comidas? ¿Cree que es necesario? ¿Por qué?

contenidos con la opinión de expertos en el ámbito: docentes y profesionales sanitarios. Los elementos que contemplaba el guion de entrevistas fueron los siguientes: a) datos sociodemográficos de los participantes; b) selección de alimentos; c) exploración de hábitos alimentarios (alimentos más frecuentes, rutinas familiares relacionadas con las comidas, etc.); c) preparación de menús.

La recolección de información se llevó a cabo durante los meses de septiembre y octubre de 2014. El criterio que se siguió para finalizar la recolección de información fue el de la saturación teórica de Glasser y Strauss ⁽¹²⁾ que implica que no se aporta nueva información por parte de las personas participantes.

Previo al inicio de la entrevista, los participantes leyeron y luego firmaron el consentimiento informado y llenaron una ficha de datos sociodemográficos. En todo momento se les aseguró la confidencialidad de la información y su uso únicamente para fines divulgativos científicos. Asimismo, se intentó adaptar el lenguaje utilizado en las entrevistas a la condición sociocultural de la persona entrevistada.

Una vez transcrita la información de las entrevistas, se realizó un análisis de contenido, clasificando y codificando los diversos elementos del mensaje, con el fin de hacer aparecer el sentido de la mejor manera. Inicialmente, se diseñaron categorías, que, aplicando el principio de circularidad propio de las investigaciones cualitativas, fueron ampliadas con otras emergentes que fueron apareciendo durante el desarrollo de las entrevistas (Tabla 3). Todo este proceso se llevó a cabo mediante la triangulación de investigadores hasta llegar a un consenso en las categorías.

RESULTADOS

Del análisis de la información en las 18 entrevistas se pudieron establecer las categorías incluidas en la Tabla 3, que se exponen a continuación

DETERMINANTES DE LA SELECCIÓN Y ADQUISICIÓN DE ALIMENTOS

La selección y adquisición de alimentos está determinada, fundamentalmente, por la situación económica de la familia. Una de las razones más repetidas que expresaban los participantes para justificar por qué su alimentación no era del todo saludable fue la falta de recursos económicos, la cual les impedía comprar ciertos alimentos. Así explican la escasa variedad en las dietas y el elevado consumo de carbohidratos:

- La alimentación es regular, porque el día que tienes comes bueno y el día que no tienes así comes peor (Ent.11).

- Se sancocha papa, se cuece arroz, lo de todos los días, porque a veces no hay para otras cosas" (Ent.12).

No contar con un presupuesto para comprar alimentos a principio de mes o de semana, influye también en su adquisición diaria; casi todos los entrevistados afirmaron no contar con dicho presupuesto:

- Al día, de acuerdo a lo que como, hay días que gasto más y días que gasto menos, si quieres comer así un poco más bueno más...compro diario (Ent.11).

Tabla 3. Categorías resultantes del análisis

Categorías de análisis
1. Hábitos domésticos relacionados con la alimentación
- Patrones alimenticios.
- Comida en familia.
- Horarios establecidos para las comidas.
- Comida dentro o fuera de casa.
- Ingesta de café en niños.
2. Factores socioeconómicos y laborales relacionados con la alimentación
- Recursos económicos.
- Conciliación familiar.
- Presupuesto semanal/mensual.
3. Planificación y confección de menús

Una de las principales razones que nos dieron la mayoría de los participantes respecto a no fijar un presupuesto para la alimentación fue la incertidumbre económica; es decir, las familias se mantenían a través de sueldos que no eran estables y que les impedía realizar algún tipo de planificación en la adquisición de los alimentos:

- La verdad, como yo soy un trabajador de construcción civil, tampoco soy un profesional, hay ciertos días que trabajo y ciertos que no, el presupuesto baja a veces sube. Depende, cuando hay trabajo, bien, cuando no hay trabajo estamos mal, porque no ganas nada, pasan los días y nadie te da nada. En caso de nosotros, porque en caso de los profesionales si tienen un sueldo fijo (Ent.7).

Mi esposo trabaja en el taxi, el diario trae, no mensual, no es un sueldo fijo, y yo tengo que ver cuánto podemos gastar al día (Ent.8).

No obstante, refirieron adquirir los alimentos básicos a principios de mes, mientras otros, como la carne, el pescado, la verdura, la fruta, etc., se compran diariamente.

PREPARACIÓN DE MENÚS

En cuanto a la preparación de los menús, la mayor parte de los entrevistados refirieron no planificar las comidas que realizaban durante la semana pues lo deciden en el mismo día:

- En el momento, en el momento, normalmente la noche anterior mi esposa decide qué comemos al día siguiente, a veces me dice no sé qué cocinar... (Ent.7).

- No, en el momento ya pienso que cocinar (Ent.10).

Las razones que justifican la falta de preparación de los menús son la falta de tiempo y las dificultades para compaginar el trabajo y la familia.

- No seguimos muchos estándares; por ejemplo, por el tema de repente del tiempo...en ese tiempo en el que uno tiene que trabajar...ah...tiene su cabeza ocupada en otras cosas no atendemos a las reglas, como se debe seguir cierta dieta...o la preparación de los alimentos (Ent.1).

- El problema en sí es el trabajo, que me quita tiempo [...] No puedo decir que nuestra alimentación es buena, porque definitivamente no es balanceada como debiera, es un problema que contribuyen todos los factores, como el tiempo de trabajo (Ent.15).

Hábitos relacionados con la alimentación: todos los entrevistados coinciden en la importancia de comer en familia, ya que opinan que este hábito mejora la relación entre los miembros.

- Así se establece más relación, más confianza con los hijos, es bueno comer juntos" (Ent.6).

- Para conversar, para preguntarles qué tal les fue el día, básicamente mi hogar es la unidad, aunque no haya mucho dinero. (Ent.13).

Esto les supone, a algunas familias, realizar esfuerzos por compatibilizar sus horarios laborales con los escolares de sus hijos:

- Sí, por lo general sí, porque los niños salen a partir de las doce y media y yo entro al trabajo a la una de la tarde...entonces, en ese rato de doce y media a una comemos, ya llegan, yo me voy a trabajar, y comemos todos juntos (Ent.2).

- Adaptamos los horarios al que yo trabajo (Ent.6).

Mantener este hábito implica cierta rigidez en los horarios los días laborables, aunque la mayoría manifiestan que los fines de semana son más flexibles:

- Bueno, nosotros de toda la vida tenemos el horario de desayunar a las 7 de la mañana, todos juntos, porque mis hijas a las siete y cuarto tienen que estar en el colegio. El almuerzo es a la una, una y cuarto, porque mis hijas también llegan a esas horas para comer todos en familia. La cena es a las siete, siete y media. No me gusta que mis hijas salgan del horario, sobrepases, me gusta que mis hijas coman a tiempo. Para mí es un caos pasar de la una o la una y media (Ent.13).

- Los fines de semana sí que a veces la variamos. Fin de semana sí que duermen un poco más, ya varía (Ent.4).

- Entre diario todos los días lo hacemos a la misma hora; sábados y domingos un poco más tardecito porque duermen más las niñitas (Ent.17).

También se observa que los padres con estudios universitarios y que, por tanto, tenían puestos de trabajos profesionalizados, eran los que más problemas tenían a la hora de reunirse con sus hijos para las comidas:

- Eh...a veces sí a veces no, a veces come ella en la universidad, si no acá abajo. Lo que es el almuerzo de fin de semana, como no trabaja su mamá ahí si hay tiempo como para cocinar todos juntos, después de lunes a viernes se come en pensión (Ent.1).

No, en la semana no comemos todos juntos. Bueno, en la cena sí, pero en lo que es el almuerzo no comemos juntos por la diferencia de horarios. Los fines de semana sí que compartimos el almuerzo, estamos todos (Ent.4).

En lo que se refiere al lugar de realización de las comidas, la mayoría de los entrevistados manifestaron comer dentro del propio hogar y cocinar ellos mismos:

- *Siempre comemos en la casa* (Ent.7).
- *Todas las comidas las hacemos en casa, desayuno, almuerzo y cena* (Ent.12).
- *Siempre comemos en la casa, más saludable, así elijo yo lo que voy a cocinar* (Ent.17).

Existen discrepancia de opiniones respecto al hábito de darles café a sus hijos. Mientras algunos padres lo consideran una droga, una sustancia muy estimulante para los niños, otros se cuestionaban su efecto dañino. No obstante, los que admitían dárselos diferenciaban entre distintos tipos de café, afirmando darles café eco y justificando el carácter natural de este.

No...este...yo creo que el café les altera los nervios, y como mi hijito es un poco nervioso el café le hace peor (Ent.3).

- Porque es malo, desde muy antes mi mamá decía que el café era malo para los niños, para sus nervios, mi hijito no ha tomado nunca café [...] El café es droga y siendo droga entonces es malo para el niño (Ent.5).

- No creo que el café sea tan dañino como dicen porque...hay estudios que hablan que el café es bueno, que de repente es un antioxidante, si lo toman solo, si lo tomas acompañado como que le quita ese valor, y también lo negativo que le descalcifica a nosotros, si les doy a veces, toman solo o con leche (Ent.4)

- Bueno, ellos sí toman café, ¿por qué va a ser malo el café con leche? Dicen que es malo, pero yo les doy igual (Ent.11).

- No, bueno, yo personalmente no les doy casi café. A veces, de vez en cuando les preparo, pero les preparamos eco, que es, esto, cebada tostada (Ent.2).

DISCUSIÓN

Los resultados muestran que los hábitos alimentarios en esta población están determinados, fundamentalmente, por factores socioeconómicos. Este hallazgo coincide con otro estudio realizado en Colombia, que encontró que existían diferencias en el estado nutricional de los niños asociadas a un factor socioeconómico concreto, como eran las características del empleo de los padres⁽¹³⁾. Si bien estos factores condicionan la capacidad de adquirir buenos hábitos alimentarios, también se ha mostrado

que diversas intervenciones educativas en personas con condiciones económicas deficitarias pueden mejorar los hábitos alimentarios⁽⁵⁾. Este hecho sugiere que, aunque los factores socioeconómicos pueden ser determinantes de los hábitos alimentarios, la adquisición de conocimientos nutricionales puede amortiguar o moderar esta influencia.

Por otra parte, en aquellos padres que tenían estudios universitarios y que ocupaban puestos de trabajo profesionalizados, con mayor remuneración salarial, los hábitos alimentarios están determinados por el tiempo disponible para la selección y preparación de menús. Este factor también se ha identificado en otros estudios, que ponen de manifiesto su influencia en el mantenimiento de una dieta saludable^(14,15).

Relacionado con el estatus laboral, la inestabilidad laboral también parece que determina los hábitos alimentarios, como afirmaban algunos padres entrevistados. Tener un empleo estable se ha mostrado como un factor protector en la alimentación de las familias⁽⁵⁾.

En cuanto a los hábitos familiares de comer en familia, se constata la importancia de esta práctica como espacio de aprendizaje y socialización de normas y hábitos alimenticios, evidenciada en otros estudios^(8,16).

La falta de planificación de los menús diarios es considerada en otros estudios como un indicador resultado de malos hábitos alimentarios^(17,18).

Finalmente, respecto al consumo de café de los menores, este hábito también se ha encontrado en otros estudios, como el realizado en la ciudad de Valencia, en Venezuela, donde se evidenció que los menores consumían café de forma habitual⁽¹⁹⁾. La repetición de este hábito puede tener que ver con factores culturales o económicos, ya que tanto Valencia como Amazonas, son lugares productores de café.

En cuanto a las limitaciones de este estudio, podemos encontrar la heterogeneidad presente en los grupos de padres y madres encuestados en relación al nivel de estudios, a la edad y situación laboral, que puede aportar una visión más diversa sobre el fenómeno de estudio. Asimismo, la poca representatividad de los resultados al ser este es un estudio local realizado solo en una institución educativa.

En conclusión, los resultados aportan más evidencia cualitativa sobre la importante influencia de los factores socioculturales en el modo en que los padres y madres afrontan y entienden la alimentación de sus hijos,

determinando, a su vez, la calidad de la misma. Es necesario continuar con esta línea de investigación e incorporar la dimensión sociocultural en los programas de intervención para disminuir la desnutrición crónica infantil.

Contribuciones de autoría: RGJ realizó la concepción y diseño del artículo, la recolección y obtención de resultados, análisis e interpretación de datos y redacción del artículo. Además, FLL participó en la concepción y diseño del artículo, el

análisis e interpretación de datos, la revisión crítica del artículo y la aprobación de su versión final. Asimismo, MJAM y MLC contribuyeron en el análisis e interpretación de datos, así como en la revisión crítica del artículo.

Conflictos de interés: los autores declaran no tener conflictos de interés en la publicación de este artículo.

Financiamiento: financiado por la Oficina de Cooperación de la Universidad de Sevilla, España.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Moreiras O, Cuadrado C. Hábitos alimentarios. Tojo, Barcelona, 2001
- Ortiz S, Vázquez V, Montes M. La alimentación en México: enfoques y visión de futuro. *Estud Soc* 2005; 13:8-25
- Contreras J, Gracia M. Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas. Ariel, España, 2005.
- Macías I, Quintero L, Camacho E, Sánchez M. La tridimensionalidad del concepto de nutrición: su relación con la educación para la salud. *Rev Chil Nutr* 2009; 36:1129-35.
- Restrepo SL, Maya M. La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín Antropológico Universidad de Antioquía, Medellín* 2005; 19 (36): 127-48.
- Macías AI, Gordillo LG, Camacho EJ. Hábitos alimentarios de niños y niñas en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Rev Chil Nutr* 2012; 39 (3):40-2.
- Galiano MJ, Moreno JM. El desayuno en la infancia: más que una buena costumbre. *Acta Pediatr Esp.* 2010; 68(8): 403-8.
- Moreno JM, Galiano MJ. La comida en familia: algo más que comer juntos. *Acta Pediatr Esp.* 2006; 64: 554-8.
- García M, Pardío J, Arroyo P, Fernández V. Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios. *Estud Cult Contemp* 2008; 14: 9-46
- Restrepo M. El niño en edad escolar. En: Estado nutricional y crecimiento físico. Universidad de Antioquía, Medellín, Colombia 2000; 255-315.
- Bastidas M. Puericultura del niño en edad escolar. En: el niño sano. Universidad de Antioquía, Medellín, Colombia 1997; 327-59.
- Taylor S, Bogdan R. Ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de los significados. Paidós, Barcelona, España, 15-19.
- Caballero P, Yagui M, Espinoza M, Castilla T, Granados A, Velásquez A, et al. Prioridades regionales y nacionales de investigación en salud, Perú 2010-2014: Un proceso con enfoque participativo y descentralista. *Rev Peru Med Exp Salud Publica.* 2010; 27 (3): 398-411.
- Bento, IC, Esteves, JM, França, TE. Healthy eating and the difficulties faced in making it a reality: perceptions of parents/guardians or pre-school children in Belo Horizonte/MG, Brazil. *Cien Saude Colet.* 2015, 20(8): 2389-2400.
- Dalma A, Kastorini CM, Zota D, Veloudaki A, Petralias A, Yannakoulia M, et al. Perceptions of parents and children, participating in a school-based feeding programme in disadvantaged areas in Greece: a qualitative study. *Child Care Health Dev.* 2016; 42(2): 267-277.
- García-Londoño G, Liévano-Lombo G, Liévano-Fiesco MC, Leclercq-Barriga M, Moreno D. Caracterización de hábitos alimentarios y estilos de vida de los niños del Jardín Vaticanitos, Bogotá, DC. *Perspect Nutr Hum.* 2011; 10 (2): 143-152.
- Moran-Fagúndez L, Rivera-Torres A, Irlés-Rocamora JA, Jiménez-Licera E, González-Sánchez ME, Esteban-Gascón A, et al. La planificación del menú escolar; resultado de un sistema de asesoría dietética para la adecuación a las recomendaciones nutricionales. *Nutr Hosp.* 2013; 28 (4): 1145-1150.
- San-Mauro I, Cendón CS, Rodríguez D. Planificación alimenticia, aspectos nutricionales y económicos. *Nutr Hosp.* 2012; 27(6): 116-121.
- Del-Real SI, Fajardo Z, Solano L, Páez MC, Sánchez A. Patrón de consumo de alimentos en niños de una comunidad urbana de Valencia, Venezuela. *Arch Latinoam Nutr.* 2005; 55 (3): 279-286.

Correspondencia: Rocío González Jiménez
 Dirección: Paseo de la Chopera N.º 3, 7.º B
 Madrid (España) CP: 28045
 Teléfono: +34 625265369
 Correo electrónico: rocio_gonzalez10@hotmail.com