

ORIGINAL

Recibido: 19 de junio de 2017
 Aceptado: 22 de noviembre de 2017
 Publicado: 2 de julio de 2018

DIFERENCIAS CULTURALES EN LAS PREFERENCIAS ALIMENTARIAS DE LA POBLACIÓN ESCOLAR

Alicia Ruiz-Muelle (1), Ingrid Baldrich-Rodríguez (2), María del Mar López-Rodríguez (1)

(1) Universidad de Almería. Almería. España.

(2) Hospital Vithas Virgen del Mar. Almería. España.

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

RESUMEN

Fundamentos: La combinación de culturas puede afectar a la alimentación de la población autóctona e inmigrante, influenciando a la población escolar. El objetivo de este estudio fue analizar los hábitos y costumbres alimentarias de escolares y las relaciones con su entorno cultural.

Métodos: Se realizó un estudio transversal descriptivo de una muestra representativa de 325 padres y alumnos de educación primaria de una población almeriense. Para el análisis de las variables cualitativas se aplicó Chi Cuadrado y para las cuantitativas, se aplicó U de Mann-Witney y Kruskal-Wallis.

Resultados: Los resultados mostraron una mayor preferencia por verduras en niñas (42,22%) que en niños (30,34%). En escolares que no acudían al comedor, el consumo de verdura fue mayor (piezas de verdura $Me=2,15$), así como la preferencia por lácteos (94,4%) y pescado (89,8%). Aunque un 45,6% de hijos de padres norteafricanos refirieron no haber probado la carne de cerdo, el 29,4% mostraron agrado por este tipo de alimento. Observamos un mayor consumo de frutas y verduras en niños y niñas cuyos padres procedían del Norte de África (piezas de fruta $Me=3,42$ y piezas de verdura $Me=2,38$).

Conclusiones: A través de este estudio se observa un mayor consumo de verduras y mayores preferencias por lácteos y pescado en escolares que no acudían al comedor. Así mismo, se observa un incipiente cambio en los patrones alimentarios de la población procedente del Norte de África influenciados por la cultura de la población autóctona, en referencia al consumo de carne de cerdo. En general, los resultados muestran mayor variedad de consumo, en los hijos de padres extranjeros.

Palabras clave: Alimentación escolar, Conducta alimentaria, Cultura, Dieta, Enfermería, Factores socioeconómicos, Padres, Promoción de la salud.

ABSTRACT

Cultural differences in the food preferences of school population

Background: The combination of cultures can affect the feeding of the native population and immigrant, influencing the school population. The objective of this study was to analyze the habits and eating habits of schoolchildren and the relationships with their cultural environment.

Methods: A cross-sectional descriptive study of a representative sample of 325 parents and students of primary school of an Almería population was conducted. For the analysis of the qualitative variables Chi square was applied and for the quantitative ones, U of Mann-Whitney and Kruskal-Wallis was applied.

Results: The results showed a higher preference for vegetables in girls (42.22%) than in boys (30.34%). In schoolchildren who did not go to the school canteen, vegetable consumption was higher (pieces of vegetable $Me=2,15$), preference for dairy products 94.4% and fish 89.8%. Although 45.6% of children, whose parents came from North Africa, reported not having tasted pork, 29.4% were satisfied with this type of food. We observed a higher consumption of fruits and vegetables in children whose parents came from North Africa (pieces of fruit $Me=3,42$ and pieces of vegetable $Me=2,38$, respectively).

Conclusions: Through this study we observed a higher consumption of vegetables and higher preferences for dairy and fish in schoolchildren who did not go to the school canteen. Likewise, it was possible to observe an incipient change in the food patterns of the population from North Africa influenced by culture of the native population, referring to the consumption of pork. In general, the results showed a greater variety of consumption, in the children of foreign parents.

Key words: School, Feeding, Feeding behavior, Culture, Diet, Nursing, Socioeconomic factors, Parents, Health promotion.

INTRODUCCIÓN

La alimentación de la población escolar es considerada un aspecto de gran trascendencia en el desarrollo del menor. Llevar a cabo una correcta alimentación repercutirá positivamente en la salud infantil de hoy y en la salud de los adultos del futuro⁽¹⁾.

La implantación de una educación nutricional resulta especialmente importante en las primeras etapas de escolarización en las que el niño comienza a expresar su autonomía e independencia, con el rechazo de algunos alimentos o el interés por otros⁽¹⁾. Sabiendo que la mayor parte de las comidas que realiza el niño se llevan a cabo en el colegio y en el domicilio, es importante que se ofrezca educación nutricional en ambos espacios^(2,3).

A lo largo de los años se han ido creando múltiples programas de educación nutricional a fin de conseguir una mejora en los patrones alimentarios de los niños así como ofrecer una formación adaptada a su etapa de desarrollo para alcanzar el nivel óptimo de requerimientos nutricionales⁽⁴⁾. Con este objetivo, se han puesto en marcha estrategias como NAOS (Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad) o PERSEO (Programa Piloto Escolar para la Salud y el Ejercicio contra la Obesidad), en España⁽⁴⁾; el proyecto HELENA (HealthyLifestyles in Europe by Nutritious in Adolescents) en toda Europa⁽⁵⁾ o la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) a nivel mundial⁽⁶⁾.

Los malos hábitos alimentarios pueden estar relacionados con la aparición de enfermedades carenciales, o en sociedades desarrolladas, con abundancia de alimentos, con la aparición de enfermedades crónicas como obesidad o diabetes⁽¹⁾. Además, en los últimos años, tanto en España, como en otros países, no se alcanzan las ingestas recomendadas en grupos de población infantil^(7,8,9,10) teniendo repercusiones sanitarias a corto y largo plazo^(4,11).

El sureste español, al igual que otras zonas de España, ha pasado, en las últimas décadas, de ser un país emigrante a convertirse en tierra de acogida de inmigración procedente del este de Europa, el Sur de América y el Norte de África, lo que conlleva una serie de cambios sociodemográficos^(12,13). En los años 80, en la región del sureste español apenas se contaba con el 0,5% de extranjeros con respecto a la población española⁽¹³⁾. Sin embargo, actualmente esta cifra asciende al 33,95%⁽¹⁴⁾. De los 77 países de procedencia, destacan Marruecos, Rumanía, Bulgaria, Rusia, Ecuador, Gambia, Senegal y Mali⁽¹⁴⁾.

Esta combinación de diferentes culturas va a provocar cambios en la alimentación tanto de la población autóctona como en la población inmigrante, que aunque tienda a mantener su propia cultura, se verá inevitablemente influenciada por el nuevo entorno⁽⁴⁾. Además, los factores socioeconómicos, la incorporación de la mujer al mundo laboral, el ingreso cada vez más temprano de los niños al colegio, las nuevas tecnologías y la publicidad televisiva, influyen actualmente en los patrones alimentarios de los niños^(1,15,16). Paralelamente, diversos estudios muestran cómo los estilos parentales pueden ser un factor clave en el comportamiento expresado por sus hijos hacia los diferentes alimentos^(1,17,18,19,20).

El incremento del número de familias monoparentales o con ambos padres trabajando fuera del hogar, repercute en el aumento de niños que acuden al comedor escolar o adquieren productos de desayuno poco saludables y muy azucarados sin supervisión.^(21,22,23,24,25,26)

Los principales objetivos de este estudio fueron conocer los hábitos y costumbres alimentarios de una población formada por escolares de diferentes procedencias y culturas, y analizar las posibles relaciones entre estos hábitos y su entorno cultural.

SUJETOS Y MÉTODOS

Diseño y muestra del estudio. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal, en el que participó una muestra de sujetos compuesta por escolares de educación primaria de El Ejido (Almería), reclutados en cuatro centros educativos de esta localidad. La población de referencia fue de 1.986 niños y niñas entre 8 y 10 años, pertenecientes a diversas nacionalidades, que componían la población total de escolares en ese intervalo de edad y que se encontraban repartidos en los 18 centros de educación primaria existentes en dicho municipio. Los criterios de exclusión establecidos fueron la presencia de alguna patología alimentaria o psicológica que pudiera alterar los resultados del estudio, y las edades fuera de los rangos establecidos, ya que los menores de 8 años podrían encontrar mayores dificultades para completar el cuestionario y los mayores de 10 años presentan una menor influencia parental en cuanto a la alimentación.

El periodo de reclutamiento se produjo entre enero y marzo de 2016. Para la elección de los centros se realizó un proceso de aleatorización entre todos los colegios de educación primaria del municipio, incluyendo escolares de tercer, cuarto y quinto curso de los centros elegidos hasta alcanzar una muestra representativa. El cálculo de la muestra se realizó con un nivel de confianza del $95 \pm 5\%$ y una distribución normal del 50%, obteniéndose que para alcanzar una muestra representativa serían necesarios al menos un total de 323 sujetos. La realización de los cuestionarios se llevó a cabo en el centro y en el domicilio, para escolares y padres respectivamente.

Consideraciones éticas. El estudio fue aprobado por el comité ético de investigación científica de la Universidad de Almería.

Definición de variables. Las variables utilizadas en el estudio fueron clasificadas, según su naturaleza, en variables cuantitativas y cualitativas. Las variables cuantitativas

fueron edad del escolar, número de personas en el núcleo familiar, número de hijos y consumo alimentario de frutas y verduras de los escolares. Las variables cualitativas fueron sexo, lugar de nacimiento del escolar, nacionalidad de padres y madres, tipo de pareja, situación laboral, ocupaciones, asistencia al comedor escolar, estrategias para una correcta alimentación de los hijos y preferencias alimentarias de los escolares.

Para el análisis de la variable nacionalidad, los países se agruparon por áreas geográficas. El norte de África se correspondió con los países de Marruecos y Tánger, Europa (exceptuando España) se subdividió en Europa Occidental (Alemania, Andorra, Suiza y Francia) y Europa Oriental (Rusia, Rumanía, Bulgaria, Lituania y Armenia) y, América abarcó los países de Argentina, Colombia y México. El tipo de pareja, se agrupó en “ambos españoles”, “español y extranjero”, “extranjeros de misma nacionalidad” y “extranjeros de distinta nacionalidad”. Para la situación laboral se clasificó a ambos padres en trabajadores o no fuera de casa, y para la ocupación se utilizaron las categorías agricultura, sanidad, educación, administración y gestión, hostelería, comercial y marketing, servicios socioculturales y a la comunidad, imagen personal, seguridad y medio ambiente, transporte y mantenimiento de vehículos, construcción e informática y comunicación. La asistencia al comedor se respondió de forma dicotómica SI/NO. En relación a las estrategias de alimentación, las categorías utilizadas fueron “Castigo”, “Premio”, “Distracciones”, “Fomento de la participación en la elaboración de las comidas” y “Preparación de los alimentos de forma atractiva”. En cuanto a las preferencias alimentarias, se analizaron frutas, verduras, legumbres (alubias, garbanzos y lentejas), carne de cerdo, lácteos (leche y yogur), pescado, patatas fritas, pasta, arroz, pollo y huevos.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos. Se utilizaron dos cuestionarios adaptados, uno para los padres y otro para los

alumnos, obtenidos del programa PERSEO, iniciado por el Ministerio de Educación en España, para evaluar la eficacia de un programa de control de la obesidad infantil. Puesto que nuestro estudio no evaluaba la obesidad, se eliminaron cuestiones relacionadas con la actividad física(27).

El primer cuestionario, dirigido a los padres, estaba formado por 21 preguntas. Las ocho primeras recogían variables sociodemográficas (nacionalidad de ambos padres y su sexo y, número de personas en la unidad familiar) y el resto recogían cuestiones sobre la alimentación de sus hijos (cantidad de fruta y verdura que consumían) y la frecuencia de consumo alimentario de los propios padres. Además se le añadió una pregunta para conocer las estrategias llevadas a cabo por los padres en la alimentación de sus hijos. También se les adjuntó una hoja de consentimiento informado a fin de autorizar a los menores para su participación. El segundo cuestionario, destinado para la población de 3º, 4º y 5º curso de educación primaria, constaba de 20 preguntas. Las doce primeras recogían variables sociodemográficas (sexo, edad, número de hermanos, situación laboral de ambos padres y ocupación de ambos padres) y antropométricas (peso y talla). El resto de preguntas recogían datos acerca de las preferencias alimentarias en cuanto a frutas, verduras y otros alimentos. Las respuestas de ambos cuestionarios se realizaron mediante escala tipo Likert, respuesta múltiple o abierta.

Procedimiento y análisis estadístico. En un primer momento se estableció contacto con padres de escolares de los diferentes centros para la obtención del consentimiento informado y la respuesta al cuestionario. Para ello se entregaron un total de 640 cuestionarios a padres de escolares, de los cuales se recuperaron 355. Una vez revisados, se descartaron los incompletos y aquellos que negaban la participación de los menores, quedando un total de 342. Los hijos de estos 342 padres, cuyos cuestionarios fueron recopilados, compusieron la muestra de escolares. Posteriormente, un investigador codificó los cuestionarios de padres e hijos para poder enlazarlos, manteniendo el anonimato de los en-

cuestados. Tras revisar y retirar 17 cuestionarios incompletos por parte de los escolares se descartaron los cuestionarios de los padres correspondientes, resultando un total de 325 cuestionarios pareados padre/hijo. Esto supone un porcentaje de respuesta del 50,8% con respecto al número de cuestionarios entregados en un principio.

Los datos fueron analizados a través del programa estadísticos IBM SPSS Statistics versión 23. Primero se analizaron las variables sociodemográficas. Para las variables cuantitativas se obtuvieron las medidas de tendencia central y dispersión y en las cualitativas, se obtuvieron frecuencias y porcentajes.

Antes de la realización de contraste de hipótesis entre variables, se aplicó el test de normalidad (Prueba de Kolmogorov-Smirnov). Después se aplicó Chi Cuadrado para variables cualitativas. En el caso de las cuantitativas, se les aplicó pruebas no paramétricas U de Mann-Withney y Kruskal-Wallis puesto que no seguían una distribución normal. En todos los casos se estableció un nivel de significación para $p < 0,05$.

RESULTADOS

Un total de 325 alumnos pertenecientes a los cursos de 3º, 4º y 5º de primaria con edades entre 8 y 10 años, participaron en el estudio, donde el 55,4% fueron mujeres (N=180). En todos los grupos de edad predominó la nacionalidad española (93,2% del total) (tabla 1).

Por otro lado, 325 padres y madres rellenaron los cuestionarios, de los cuales 261 eran madres (80,30%). La mayor parte de la muestra estuvo conformada por parejas con ambos miembros de origen español (53,50%), seguido de parejas extranjeras de la misma nacionalidad (25,20%) y parejas mixtas (un miembro español y otro extranjero) (20%). Tanto padres como madres fueron en su mayoría españoles (62,80% y 63,70%, respectivamente), seguidos de padres procedentes del norte de África (23,10% y 20,90%, respectivamente) (tabla 1).

Al comparar el número de personas dentro del mismo núcleo familiar con la nacionalidad del padre ($p < 0,001$) y la madre ($p < 0,001$)

Tabla 1
Variables sociodemográficas de los escolares participantes y sus padres y madres

VARIABLES	Total (N=325) Me (RI)	Niños (N) Me (RI)	Niñas (N=180) Me (RI)	U Mann-Whitney	p
Edad	9(2)	9(2)	10(2)	-1,317	0,188
Lugar Nacimiento	N (%)	N (%)	N (%)	-	-
España	300 (93,2)	135 (41,9)	165 (51,2)	-	-
Norte África	11 (3,4)	4 (1,2)	7 (2,2)	-	-
Resto Europa	8 (2,5)	3 (0,9)	5 (1,6)	-	-
América	3 (0,9)	1 (0,3)	2 (0,6)	-	-
Nacionalidad Padre	N (%)	N (%)	N (%)	-	-
España	204 (62,8)	89 (27,4)	115 (35,4)	-	-
Norte de África	75 (23,1)	33 (10,2)	42 (12,9)	-	-
Europa Occidental	8 (2,5)	4 (1,2)	4 (1,2)	-	-
Europa Oriental	26 (8,0)	14 (4,3)	12 (3,7)	-	-
América	12 (3,7)	5 (1,5)	7 (2,2)	-	-
Nacionalidad Madre	N (%)	N (%)	N (%)	-	-
España	207 (63,7)	95 (29,2)	112 (34,5)	-	-
Norte de África	68 (20,9)	26 (8,0)	42 (12,9)	-	-
Europa Occidental	4 (1,2)	2 (0,6)	2 (0,6)	-	-
Europa Oriental	34 (10,5)	16 (4,9)	18 (5,5)	-	-
América	12 (3,7)	6 (1,8)	6 (1,8)	-	-
Tipo de pareja	N (%)	N (%)	N (%)	-	-
Ambos españoles	174 (53,5)	74 (22,4)	100 (30,8)	-	-
Español y extranjero	65 (20,0)	36 (11,1)	29 (8,9)	-	-
Extranjeros misma nacionalidad	82 (25,2)	34 (10,5)	48 (14,8)	-	-
Extranjeros distinta nacionalidad	4 (1,2)	1 (0,3)	3 (0,9)	-	-

Me: Mediana; RI: Recorrido intercuartílico; Fuente: elaboración propia. P<0,05

obtuvimos diferencias significativas, correspondiendo la mediana (Me) más elevada a padres y madres procedentes del Norte de África (Me=5) (tabla 2). Así mismo, observamos diferencias estadísticamente significativas cuando comparamos con la nacionalidad del padre ($p<0,001$) y de la madre ($p<0,001$) con el número de hijos en la unidad familiar (tabla 2).

En relación a la situación laboral, el 34% de las madres (N=109) refirieron no trabajar fuera de casa. En el caso de los padres, sólo el 7,5% (N=24) indicaron no estar trabajando actualmente. Las madres procedentes de

América y España refirieron mayoritariamente trabajar fuera de casa (75% y 72,5% respectivamente), siendo un porcentaje menor en madres del Norte de África (47,1%). En el caso de los padres, el menor porcentaje de aquellos que trabajaban fuera de casa también lo encabezaron padres del Norte de África (80%) (tabla 2).

El 31,1% (N=98) de los escolares encuestados asistían al comedor escolar en el almuerzo. Al comparar este resultado con la nacionalidad de ambos padres se observó que los hijos de madres de Europa Occidental (100%) y madres

Tabla 2
Relación entre la nacionalidad de ambos padres y distintas variables

Variables demográficas/ MADRE		Total	España	Norte África	Europa Occidental	Europa Oriental	América	p
Número de personas en unidad familiar (N=325)	Me (RI)	4 (1)	4 (0)	5 (2)	4 (0)	4 (1)	4 (0)	<0,001
Número de hijos(N=325)	Me (RI)	2 (1)	2 (0)	3 (2)	2 (1)	2 (2)	2 (0)	<0,001
Variables estudiadas/ MADRE		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	
¿Trabaja la madre? (N=321)	SI	212 (66,0)	148 (72,5)	32 (47,1)	3 (75,0)	20 (60,6)	9 (75,0)	
	NO	109 (34,0)	56 (27,5)	36 (52,9)	1 (25,0)	13 (39,4)	3 (25,0)	
¿Acude al comedor escolar? (N=315)	SI	98 (31,1)	76 (38,2)	7 (10,3)	4 (100)	7 (21,9)	4 (33,3)	
	NO	217 (68,9)	123 (61,8)	61 (89,7)	0 (0,0)	25 (78,1)	8 (66,7)	
Estrategias de alimentación Madre (N=450)	Castigo	54 (12,0)	23 (8,2)	23(22,3)	0 (0,0)	7 (14,9)	1 (6,7)	
	Premio	36 (8,0)	16(5,7)	11(10,7)	1(16,6)	8 (17,0)	0 (0,0)	
	Distracción	48 (10,67)	20 (7,2)	14 (13,6)	1 (16,6)	10 (21,3)	3 (20,0)	
	Fomento participación	113 (25,11)	86 (30,8)	16 (15,5)	3 (50,0)	5 (10,6)	3 (20,0)	
	Preparación atractiva	147 (32,67)	95(34,0)	31 (30,1)	1 (16,6)	15 (31,9)	5 (33,3)	
	Otros	52 (11,55)	39(14,0)	8(7,7)	0(0,0)	2(4,2)	3(20,0)	
Variables demográficas/ PADRE		Total	España	Norte África	Europa Occidental	Europa Oriental	América	p
Número de personas en unidad familiar (N=324)	Me (RI)	4 (1)	4 (0)	5 (2)	4 (1)	4 (1)	3 (2)	<0,001
Número de hijos (N=322)	Me (RI)	2 (1)	2 (0)	3 (2)	2 (1)	2 (1)	2 (2)	<0,001
Variables estudiadas/ PADRE		N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	
¿Trabaja el padre? (N=321)	SI	297 (92,5)	195 (96,5)	60 (80,0)	8 (100)	24 (96,0)	-	
	NO	24 (7,5)	7 (3,5)	15 (20,0)	0 (0,0)	1 (4,0)	-	
¿Acude al comedor escolar? (N=315)	SI	98 (31,1)	72 (36,7)	8 (10,7)	3 (37,5)	7 (29,2)	-	
	NO	217 (68,9)	124 (63,3)	67 (89,3)	5 (62,5)	17 (70,8)	-	
Estrategias de alimentación Padre (N=460)	Castigo	54 (11,7)	25 (8,7)	21 (19,4)	2 (18,2)	3 (8,8)	-	
	Premio	36 (7,8)	20 (6,9)	10 (9,2)	0 (0,0)	5 (14,7)	1(5,0)	
	Distracción	47 (10,2)	18 (6,3)	16 (14,8)	0 (0,0)	10 (29,4)	3 (15,0)	
	Fomento participación	123 (26,7)	96 (33,4)	17 (15,7)	1 (9,1)	4 (11,7)	5 (25,0)	
	Preparación atractiva	148 (32,2)	93 (32,4)	36 (33,3)	4 (36,3)	9 (26,5)	6 (30,0)	
	Otros	52 (11,3)	35 (12,2)	8 (7,4)	4 (36,3)	3 (8,8)	2 (10,0)	

Me: Mediana; RI: Recorrido intercuartílico; Fuente: elaboración propia. p= Significación mediante Kruskal-Wallis (<0,05). %: se expresa porcentaje de columna

españolas (38,2%) acudían principalmente al comedor escolar (tabla 2). Al comparar la asistencia al comedor con la situación laboral de ambos padres se obtuvo que la mayor parte de los niños y niñas que referían acudir al comedor escolar, resultaron ser hijos de padres y madres que trabajaban fuera de casa (98% y 74,5% respectivamente).

En cuanto a las estrategias llevadas a cabo para conseguir una correcta alimentación de sus hijos, se obtuvo que la estrategia con mayor puntuación fue “La preparación de alimentos de forma atractiva” con el 32,67% en madres y 32,17% en padres. La estrategia menos utilizada en ambos casos fue “el premio” (8,00%, para las madres y 7,8% para los padres) (tabla 2). Estas estrategias también fueron comparadas con la nacionalidad de los padres. Así, en padres del Norte de África (33,3%), Europa Occidental (36,3%) y América (30%), la preparación de alimentos de forma atractiva fue la estrategia predominante. En el caso de padres españoles, el mayor porcentaje refirió fomentar la participación del escolar en la elaboración de comidas (33,4%), y los padres de Europa Oriental la mayoría afirmó utilizar distracciones (29,4%). En aquellos procedentes del Norte de África y Europa Occidental, destacaba como segunda estrategia, el uso del castigo (19,4% y 18,2%, respectivamente) (tabla 2).

Así mismo, al comparar la estrategia utilizada con el tipo de pareja, el 48,94% de los que eligieron la distracción entre comidas, eran parejas extranjeras de distinta nacionalidad. Sin embargo, el fomento de la participación del escolar en la elaboración de comidas y la preparación de alimentos de forma atractiva predominaban en parejas españolas (65,48% y 54,05%, respectivamente). En parejas extranjeras de la misma nacionalidad, el uso del castigo cobraba mayor importancia (38,89%).

En cuanto a sus ocupaciones, el sector laboral predominante en padres fue la Agricultura (47,7%), seguido de Transporte de mercancías y personas (12,3%). En el caso de las madres, la principal ocupación fue ama de

casa (34%), seguido del área de la Agricultura (27,4%).

En referencia al consumo alimentario de frutas y verduras de los escolares según sus padres, la mediana de consumo de frutas y verduras en niñas fue mayor (3,28 y 2,30 respectivamente). Además este consumo era significativamente mayor en niños y niñas que no acudían al comedor escolar ($U=8785,5$; $z=-2,521$; $p=0,012$) (tabla 3). Además, se obtuvieron mayores medianas de consumo de frutas en hijos de padres procedentes del Norte de África ($Me=3,42$) y, para las verduras, en hijos de padres procedentes de Europa occidental y el Norte de África ($Me=2,53$ y $2,38$ respectivamente). Por el contrario, el menor consumo de frutas se obtuvo en hijos de padres procedentes de Europa Oriental y América. Para el caso de las verduras, el menor consumo correspondía con hijos de padres procedentes de América ($Me=1,46$). En relación a la nacionalidad de la madre, la mayor mediana de consumo de frutas y verduras también pertenecía a escolares cuyas madres proceden del Norte de África (3,42 y 2,57 respectivamente). Sin embargo, el menor consumo de frutas correspondía con hijos de madres procedentes de España ($Me=1,07$), mientras que el menor consumo de verduras correspondía con América ($Me=1,80$) (tabla 3). Al comparar el consumo de frutas y verduras con las diferentes estrategias que llevaban a cabo los padres y madres en la alimentación de sus hijos, no se hallaron diferencias significativas.

En cuanto a la preferencia por la fruta en escolares, se halló que el 100% y el 95,6% de hijos de madres procedentes de Europa Occidental y del Norte de África respectivamente, refirieron que les gustaba la fruta. El menor porcentaje de respuesta positiva correspondía con hijos de madres españolas (72,5%), con similares resultados respecto a la nacionalidad del padre (tabla 4). En relación a la preferencia por las verduras, obtuvimos que el 30,34% de niños indicaron que le gustaban las verduras, frente al 42,22% de niñas.

Además, el 6,9% de los niños, refirieron no haber probado la verdura frente al 1,67% en niñas (tabla 4). Así mismo, se obtuvieron diferencias significativas al comparar las preferencias alimentarias respecto a la carne de cerdo con la asistencia al comedor ($\chi^2(2)=9,692;p=0,008$) ya que el 84,4% de los que acudían indicaron que les gustaba la carne de cerdo, frente al 67,6% de los que no iban al comedor. Además, en hijos de madres procedentes del Norte de África, el 45,6% indicaron no haber probado el cerdo y el 29,4% respondieron que sí les gustaba (tabla 5). Cuando comparamos con otros alimentos como los lácteos (leche y/o yogur), se observó que al 12,8% de los que iban al comedor no les gustaban ningún lácteo, frente al 5,1% de los que no iban al comedor. Además, al 18,2% de hijos de madres procedentes de Europa Oriental no les gusta la leche, frente

al 6,6% de hijos de madres españolas (tabla 5).

Por otro lado, el 20% de escolares que iban al comedor refirieron que no les gustaba el pescado, frente al 8,8% de los que no acudían. Sin embargo, no se encontró ningún escolar, que fuera al comedor, que indicara no haber probado el pescado, frente al 1,4% de los que no acudían al comedor (tabla 5). En otros grupos de alimentos como la pasta, arroz, pollo o huevos no se obtuvieron grandes diferencias al ser comparados ambos grupos con estas variables.

Cuando las preferencias alimentarias se compararon con las estrategias de alimentación de los padres y madres, las diferencias encontradas fueron irrelevantes para el estudio.

Variables sociodemográficas		FRUTAS			VERDURAS		
		Me (RI)	U-Mann Whitney	p	Me (RI)	U-Mann Whitney	p
Sexo escolar	Niñas	3,28 (1)	-0,419	0,675	2,30 (1,23)	-1,395	0,163
	Niños	3,17 (0,79)			2 (1,29)		
Comedor	SÍ	3(0,89)	-1,692	0,091	1,84 (1,31)	-2,521	0,012
	NO	3,28(0,86)			2,15 (1,15)		
Variables sociodemográficas		Me (RI)	Kruskal Wallis	p	Me (RI)	Kruskal Wallis	p
Nacionalidad Padre	España	3,1 (1,07)	59,916	<0,001	2,03 (1,31)	68,712	<0,001
	Norte África	3,42 (0,5)			2,38 (1)		
	Europa Occidental	3,25 (1,32)			2,53 (1,44)		
	Europa Oriental	3,07 (0,75)			2,30 (1,56)		
	América	3,07 (1,12)			1,46 (1,75)		
Nacionalidad Madre	España	1,07(1)	57,384	<0,001	2 (1,23)	51,481	<0,001
	Norte África	3,42(0,55)			2,57 (1,15)		
	Europa Occidental	2,57(0)			2,38 (0)		
	Europa Oriental	3,07(0,77)			2,23 (1,38)		
	América	3,39(0,77)			1,80 (1,52)		

Me: Mediana; RI: Recorrido Intercuartílico; Fuente: elaboración propia. p<0,05

Tabla 4
Preferencias alimentarias de los escolares en relación a frutas, verduras y legumbres

Variables sociodemográficas		FRUTAS				VERDURAS				LEGUMBRES			
		No lo he probado N (%)	No me gusta N (%)	Me gusta N (%)	No lo he probado N (%)	No me gusta N (%)	Me gusta N (%)	No lo he probado N (%)	No me gusta N (%)	Me gusta N (%)			
Sexo Escolar (N=325)	Niño (N=145)	3 (2,07)	26 (17,93)	116 (80,0)	10 (6,9)	91 (62,75)	44 (30,34)	5 (3,4)	52 (35,86)	88 (60,7)			
	Niña (N=180)	3 (1,67)	37 (20,55)	140 (78,0)	3 (1,67)	101 (56,11)	76 (42,22)	4 (2,22)	57 (31,66)	119 (66,11)			
Comedor Escolar (N=315)	SI (N=98)	2 (2,04)	18 (18,36)	78 (79,6)	3 (3,06)	62 (63,26)	33 (33,67)	1 (1,02)	31 (31,63)	66 (67,35)			
	NO (N=217)	1 (0,4)	41 (18,9)	175 (80,6)	4 (1,84)	128 (58,99)	85 (39,17)	4 (1,84)	75 (34,56)	138 (63,59)			
Nacionalidad Madre (N=325)	España (N=207)	5 (2,4)	52 (25,1)	150 (72,5)	10 (4,8)	128 (61,8)	69 (33,3)	6 (2,9)	79 (38,9)	122 (58,9)			
	N. África (N=68)	0 (0,0)	3 (4,4)	65 (95,6)	0 (0,0)	34 (50)	34 (50)	1 (1,5)	15 (22,1)	52 (76,5)			
	E.Occidental (N=3)	0 (0,0)	0 (0,0)	3 (100)	0 (0,0)	2 (66,7)	1 (33,3)	0 (0,0)	1 (33,3)	2 (66,7)			
	E. Oriental (N=34)	1 (2,9)	6 (17,6)	27 (79,4)	3 (8,8)	18 (52,9)	13 (38,2)	2 (6,7)	11 (32,4)	21 (61,8)			
	América (N=12)	0 (0,0)	2 (16,7)	10 (83,3)	0 (0,0)	9 (75)	3 (25)	0 (0,0)	3 (25)	9 (75)			
	España (N=204)	5 (2,5)	51 (25)	148 (72,5)	10 (4,9)	128 (62,7)	66 (32,4)	6 (2,9)	77 (37,7)	121 (59,3)			
Nacionalidad Padre (N=325)	N. África (N=75)	0 (0,0)	4 (5,3)	71 (94,7)	0 (0,0)	40 (53,3)	35 (46,7)	1 (1,3)	19 (25,3)	55 (73,3)			
	E.Occidental (N=8)	0 (0,0)	2 (25)	6 (75)	0 (0,0)	4 (50)	4 (50)	0 (0,0)	2 (25)	6 (75)			
	E. Oriental (N=26)	1 (3,8)	3 (11,5)	22 (84,6)	2 (7,7)	13 (50)	11 (42,3)	2 (7,7)	7 (26,9)	17 (65,4)			
América (N=12)	0 (0,0)	3 (25)	9 (75)	1 (8,3)	7 (58,3)	4 (33,3)	0 (0,0)	4 (33,3)	8 (66,7)				

Fuente: elaboración propia. %: se expresa porcentaje en fila; Frec: Frecuencia

Tabla 5
Preferencias alimentarias de los escolares en relación a carne de cerdo, pescado y lácteos

Variables sociodemográficas	CARNE DE CERDO			LÁCTEOS			PESCADO			p
	No lo he probado N (%)	No me gusta N (%)	Me gusta N (%)	No lo he probado N (%)	No me gusta N (%)	Me gusta N (%)	No lo he probado N (%)	No me gusta N (%)	Me gusta N (%)	
Sexo del Escolar	N = 317			N = 314			N = 315			0,871
Niño	16 (11,5)	20 (14,4)	103 (74,1)	0 (0,0)	10 (7,39)	127 (92,7)	2 (1,4)	17 (12,3)	119 (86,2)	
Niña	24 (13,5)	25 (14,0)	129 (72,5)	1 (0,6)	14 (7,9)	162 (91,5)	1 (0,6)	22 (12,4)	154 (87,0)	
Comedor Escolar	N= 312			N = 309			N = 310			0,008
SI	24 (13,5)	25 (14,0)	129 (72,5)	1 (0,6)	14 (7,9)	162 (91,5)	1 (0,6)	22 (12,4)	154 (87,0)	
NO	1 (0,4)	41 (18,9)	175 (80,6)	4 (1,84)	128 (58,99)	85 (39,17)	4 (1,84)	75 (34,56)	138 (63,59)	
Nacionalidad Madre	N=317			N = 314			N = 315			-
España	7 (3,5)	24 (12,0)	169 (84,5)	0 (0,0)	13 (6,6)	185 (93,4)	3 (1,5)	27 (13,6)	169 (84,9)	
Norte de África	31 (45,6)	17 (25,0)	20 (29,4)	0 (0,0)	5 (7,5)	62 (92,5)	0 (0,0)	6 (8,8)	62 (91,2)	
E.Occidental	0 (0,0)	0 (0,0)	4 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	4 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	3 (100,0)	
E. Oriental	2 (6,1)	3 (9,1)	28 (84,8)	0 (0,0)	6 (18,2)	27 (81,8)	0 (0,0)	5 (15,2)	28 (84,8)	
América	0 (0,0)	1 (8,3)	11 (91,7)	1 (8,3)	0 (0,0)	11 (91,7)	0 (0,0)	1 (8,3)	11 (91,7)	
Nacionalidad Padre	N=317			N = 314			N = 315			
España	4 (2,0)	21 (10,7)	172 (87,3)	0 (0,0)	13 (6,7)	181 (93,3)	3 (1,5)	26 (13,3)	166 (85,1)	
N. África	34 (45,3)	21 (28,0)	20 (26,7)	0 (0,0)	4 (5,3)	71 (94,7)	0 (0,0)	7 (9,3)	68 (90,7)	
E.Occidental	0 (0,0)	0 (0,0)	8 (100,0)	0 (0,0)	1 (12,5)	7 (87,5)	0 (0,0)	2 (25,0)	6 (75,0)	
E. Oriental	2 (8,0)	2 (8,0)	21 (84,0)	0 (0,0)	5 (20,0)	20 (80,0)	0 (0,0)	4 (16,0)	21 (84,0)	
América	0 (0,0)	1 (8,3)	11 (91,7)	1 (0,3)	1 (8,3)	10 (83,3)	0 (0,0)	0 (0,0)	12 (100,0)	

Fuente: elaboración propia. p= Significación mediante Chi Cuadrado (<0,05). %, se expresa porcentaje de fila

DISCUSIÓN

Los profesionales concededores del SPP, no lo hacen a través de fuentes de información científica habituales, poniendo de manifiesto cierto “olvido” científico hacia esta patología.

En el análisis sociodemográfico obtenemos que los núcleos familiares con mayor número de integrantes, y por tanto un mayor número de hijos, corresponden con progenitores del Norte de África, cuyos hijos, además, acuden en menor porcentaje al comedor, ya que sus madres no suelen trabajar fuera de casa. Estos resultados se ven apoyados por el Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE) donde se obtiene que, según datos recogidos en diciembre de 2015, de 14.618 parados extranjeros, el 53,75% eran mujeres, especialmente del Norte de África⁽²⁸⁾.

Los resultados muestran mayor consumo y preferencia de verduras en niñas que en niños. Estos resultados coinciden con los del estudio llevado a cabo por Monje-Rojas⁽²⁹⁾ en el que las niñas también presentan un mayor consumo de verduras.

En relación al comedor escolar obtenemos que, según los padres y madres, los escolares que no van al comedor realizan un consumo significativamente mayor de verduras. Además, en este grupo de escolares destaca una mayor preferencia por los lácteos y el pescado. Sin embargo, ocurre lo contrario con la preferencia por la carne de cerdo, resultando mayor entre quienes acuden al comedor, aunque esto último pudo estar influido por un mayor porcentaje de hijos de familias del Norte de África entre el grupo de escolares que no acuden al comedor. A pesar de que estudios como el de Gil⁽¹⁾ indican un mejor estado de salud nutricional en niños que almuerzan en el comedor escolar, los resultados de nuestro estudio apuntan a que son los niños que realizan sus comidas en casa, quienes presentan mayores preferencias por los diferentes grupos de alimentos junto con un mayor consumo de verduras.

Debido a que la familia representa un papel fundamental en el establecimiento de los patrones alimentarios de sus hijos⁽¹⁷⁾, se establecen en este estudio diferentes relaciones entre los hábitos alimentarios de la población escolar y sus padres. Al comparar dichos hábitos y preferencias alimentarias con la situación laboral de ambos padres, no encontramos diferencias significativas, en contraposición a lo expuesto por Macias y colaboradores⁽³⁰⁾ quienes afirmaban que la situación económica afecta negativamente a la alimentación.

Por otro lado, observamos un mayor consumo de frutas y verduras en niños y niñas cuyos padres proceden del Norte de África, siendo la media más baja de consumo en hijos de padres españoles y Europa Occidental. La preferencia por la fruta es mayor en hijos de padres procedentes de Europa Occidental y Norte de África, siendo mayoritariamente hijos de padres españoles y de Europa Oriental quienes indican no haber probado la fruta. Para el caso de los lácteos también observamos una preferencia significativamente menor en los hijos de padres y madres procedentes de Europa Oriental.

Para la carne de cerdo hallamos grandes diferencias, ya que la mayoría de escolares que no lo han probado son hijos de padres y madres procedentes del Norte de África. Esto puede deberse a unos patrones alimentarios muy marcados por la religión⁽¹²⁾. Sin embargo, dentro de este grupo, existen escolares que indican que sí le gusta, lo cual podría ser indicativo de una modificación en los patrones alimentarios de este grupo poblacional bajo la influencia de la cultura autóctona, en este caso española.

Destacan entre los resultados de este estudio, una mejor y mayor variedad de consumo, y preferencias alimentarias más saludables en hijos de padres extranjeros. Coincidiendo con nuestros resultados, la Comisión Europea recogía en 2012 que la población española cada vez se estaba alejando más de la dieta mediterránea⁽³¹⁾. Tal es así

que en diversos estudios encontramos un nivel bajo de consumo de fruta, verdura, carne y pescado⁽³²⁾, con exceso de proteínas, grasas saturadas y colesterol⁽³³⁾.

En cuanto a las estrategias de alimentación, comprobamos que la más utilizada es la preparación de alimentos de forma atractiva, siendo la segunda más usada en madres españolas el fomento de la participación del hijo en la elaboración de comidas. Sin embargo, en madres y padres procedentes del Norte de África, la segunda estrategia más utilizada es el castigo. Madres procedentes de Europa Oriental y América optan por el uso de distracciones durante las comidas (TV, música...) o el premio con golosinas, videojuegos, etc. El estudio llevado a cabo por Martínez⁽³⁴⁾ apoya estos resultados diciendo que los aspectos culturales podrían influenciar en las estrategias llevadas a cabo por los padres. Además, el estudio de Brazelton⁽³⁵⁾ muestra como en determinadas culturas los padres son juzgados por su capacidad para educar a sus hijos de forma saludable. Sin embargo, en este estudio no se observa ninguna influencia de estas estrategias sobre el consumo y las preferencias alimentarias de los escolares a diferencia de otros estudios⁽¹⁹⁾ donde muestran que padres con estilos de carácter más democrático provocaban mayores niveles de autorregulación en sus hijos.

En cuanto a limitaciones de nuestro estudio señalamos que, aunque se trata de una muestra representativa, algunos datos pueden estar distorsionados debido a una mayoría de participantes españoles. Además, los colegios fueron elegidos de forma aleatoria, pero no los participantes en sí, sin tener en cuenta el efecto del diseño, por lo que los resultados podrían no tener la potencia deseada. Futuras investigaciones podrían, por tanto, ampliar la muestra de individuos procedentes de otros países.

Como conclusión, destacamos una mayor preferencia por las verduras en niñas, así como un mayor consumo de verduras y mayores preferencias por lácteos y pescado

en los escolares que no acuden al comedor. Así mismo, aunque de manera incipiente, se puede observar lo que parece ser un cambio en los patrones alimentarios de la población procedente del Norte de África influenciados por la cultura autóctona, en referencia al consumo de carne de cerdo. En general, los hijos de padres extranjeros, principalmente del Norte de África, presentaron una mejor y mayor variedad de consumo alimentario y preferencias más saludables que los españoles. En cuanto a las estrategias de alimentación, se comprobó que el uso de una estrategia u otra, no supone una modificación significativa de los patrones alimentarios de los escolares. Estos datos suponen un importante y necesario punto de partida en el fomento de una dieta y un estilo de vida saludables en las cada vez más numerosas poblaciones escolares formadas por personas de diferentes procedencias y culturas.

AGRADECIMIENTOS

Los autores agradecen a la dirección de los centros educativos del Municipio de El Ejido que aceptaron participar en el estudio, así como su compromiso en la ayuda para la recolección de cuestionarios. También al comité ético de investigación científica de la Universidad de Almería por el permiso y respaldo concedido durante todo el proceso de estudio.

BIBLIOGRAFÍA

1. Gil A. Tratado de nutrición. Nutrición humana en el estado de salud. 2ª ed. 3º tomo. Medica Panamericana; 2010.
2. Contento I. Nutrition education: linking research, theory and practice. *Clin Nutr.* 2008;17(1):176-9.
3. De Arpe Muñoz C, Villarino Marín A. La nutrición y el comedor: su influencia sobre la salud actual y futura de los escolares. En Martínez J. Nutrición y alimentación en el ámbito escolar. Madrid: Ergon; 2012. p. 45-58.
4. Ramos-Chamorro L. Hábitos, comportamientos y actitudes de los adolescentes inmigrantes sobre nutrición. Recomendaciones educativas [tesis doctoral]. Granada: Universidad de Granada; 2007.
5. Béghin L, Dauchet L, Vriendt T, Cuenca-García M, Manios Y, Toti E, et al. Influence of parental socio-economic

- status on diet quality of European adolescents: results from the HELENA study. *Br J Nutr*. 2014;111(7):1303-1312.
6. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, Alimentación escolar. El papel de la FAO en las escuelas. Roma: FAO, 2016.
7. Ortega RM, González-Rodríguez LG, Jiménez AI, Estaire P, Rodríguez-Rodríguez E, Perea JM, et al. Ingesta insuficiente de vitamina D en población infantil española; condiciones del problema y bases para su mejora. *NutrHosp*. 2012;27(5):1437-1443.
8. Ortega RM, López-Sobaler AM, Jiménez AI, Navia B, Ruiz-Roso B, Rodríguez-Rodríguez E, et al. Ingesta y fuentes de calcio en una muestra representativa de escolares españoles. *NutrHosp*. 2012;27(3):703-711.
9. Ortega R, Jiménez A, Perea J, Navia B. Desequilibrios nutricionales en la dieta media española: barreras en la mejora. *NutrHosp*. 2014;2(30):29-35.
10. Ortega RM, López-Sobaler AM, Pérez-Farinós N. Associated factors of obesity in Spanish representative samples. *NutrHosp*. 2013;28(5):56-62.
11. García-Jiménez M. Breve historia de la alimentación y la nutrición en los colegios españoles. Recursos y currículo. En Martínez J. Nutrición y alimentación en el ámbito escolar. Madrid: Ergon; 2012. p. 1-22.
12. Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (MAPA). Hábitos alimentarios de los inmigrantes en España. Madrid: AC Nielsen Alimentaria, 2004.
13. Checa JC, Arjona-Garrido Á, Checa y Olmos F. Actitudes recientes hacia los inmigrantes en El Ejido (Almería). *Convergencia*. 2010;17(52):125-154.
14. Ayuntamiento de El Ejido. Patrón municipal. El Ejido, 2016.
15. Hernández-Martínez H. Modelo de creencias de salud y obesidad. Un estudio de los adolescentes de la provincia de Guadalajara [tesis doctoral]. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá; 2010.
16. Halford J, Gillespie J, Brown V. Effect of television advertisements for foods on food consumption in children. *Appetite*. 2004;42(2):221-225.
17. Boucher N. Feeding styles and the body weight status of preschool-aged children. *J Nurse Pract*. 2014;10(4):234-239.
18. Clark H, Goyder E, Bissell P, Blank L, Walters S, Peters J. A pilot survey of socio-economic differences in child-feeding behaviors among parents of primary-school children. *PublicHealthNutr*. 2008;11(10):1030-1036.
19. Castrillón I, Giraldo O. Prácticas de alimentación de los padres y conductas alimentarias en niños: ¿existe información suficiente para el abordaje de los problemas de alimentación? *RevPsicol U Antioquia*. 2014;6(1):57-74.
20. Frankel LA, O'Connor TM, Chen TA, Nicklas T, Power TG, Hughes SO. Parents' perceptions of preschool children's ability to regulate eating. *Feedingstyle* differences. *Appetite*. 2014;76:166-174.
21. Contreras-Hernández J, Gracia M, Atie B, Pareja S, Zafra E. Comer en la escuela: una aproximación etnográfica. En Martínez J. Nutrición y alimentación en el ámbito escolar. Madrid: Ergon; 2012. p. 26-36.
22. Polat S, Erci B. Psychometric properties of the child feeding scale in Turkish mothers. *AsianNurs Res*. 2010;4(3):111-121.
23. Aranceta J, Pérez C, Dalmau J. El comedor escolar: situación actual y guía de recomendaciones. *AnPediatr*. 2008;69(1):72-88.
24. Iglesias C. La nutrición y el comedor: su importancia contrastada sobre el rendimiento escolar. En Martínez J. Nutrición y alimentación en el ámbito escolar. Madrid: Ergon; 2012. p. 37-44.
25. Théodore FL, Bonvecchio A, Blanco I, Carreto Y. Representaciones sociales relacionadas con la alimentación escolar: el caso de las escuelas públicas de la Ciudad de México. *Salud Colect*. 2011;7(2):215-229.
26. Piaggio L, Concilio C, Rolón M, Macedra G, Dupraz S. Alimentación infantil en el ámbito escolar: entre patios, aulas y comedores. *Salud Colect*. 2011;7(2):199-213.
27. Bartrina JA, Rodrigo CP, Aranbarri II, López-Para AB, Balentziaga AB, Escobedo AF. PROGRAMA PERSEO - Programa para la promoción de la alimentación y la actividad física saludables en el ámbito escolar. Evaluación Inicial. s.l.: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, Ministerio de Educación, Instituto de Formación del Profesorado, Investigación e Innovación Educativa, 2006.
28. Informe del Mercado de Trabajo de los Extranjeros Estatal. [consultado 2 abril 2016]. Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE). Madrid, 2016. Disponible en: http://www.sepe.es/contenidos/que_es_el_sepe/publicaciones/pdf/pdf_mercado_trabajo/imt2016_datos2015_estatal_extranjeros.pdf
29. Monje-Rojas R, Smith-Castro V, Colon-Ramos U, Garita-Arce C, Sánchez-López M, Chinnock A. Parental feeding styles and adolescents' healthy eating habits. Structure and correlates of a Costa Rican questionnaire. *Appetite*. 2010;55(2):253-262.
30. Macías AI, Gordillo LG, Camacho EJ. Hábitos ali-

mentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *RevChilNutr.* 2012;39(3):40-43

31. Comisión Europea. Informe sobre el estado de los trabajos de la Comisión Europea en el campo de la nutrición en Europa [consultado 15 abril 2016]. Diario oficial de las Comunidades Europeas, 2002. Disponible en: http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition-report_es.pdf

32. Serra L, Ribas L, Salvador G, Román B, Castell C, Cabezas C, et al. Tendencias del estado nutricional de la población española: resultados del sistema de monitorización nutricional de Cataluña (1992-2003). *RevEsp Salud Pública.* 2007;81:559-570.

33. Díez-Gañán L, Galán I, León CM, Gandarillas A, Zorrilla B, Alcaraz F. Ingesta de alimentos, energía y nutrientes en la población de 5 a 12 años de la comunidad de Madrid: resultados de la encuesta de nutrición infantil 2001-2002. *RevEsp Salud Pública.* 2007;81:543-558.

34. Martínez J. La densidad energética y la calidad nutricional de la dieta en función de su contenido en azúcares. *NutrHosp.* 2013;28(4):57-63.

35. Brazelton B. El arte de escuchar al niño: cómo entender los problemas normales de la infancia. Bogotá: Norma, 1989.