

Representaciones sociales de los/as tutores/as sobre la alimentación de niños/as con sobrepeso y obesidad

Tutor's social representations about overweight and obese children's diet

Florencia del Rosario Cano¹
flo6024@gmail.com

Universidad Católica de Santiago del Estero, Departamento Académico San Salvador,
San Salvador de Jujuy, Jujuy, Argentina

Jorge Luis Vera²
george4840@gmail.com

Universidad Nacional de Jujuy, Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales,
San Salvador de Jujuy, Jujuy, Argentina

Resumen

En las últimas décadas gran parte de la población a nivel mundial ha adoptado nuevas conductas alimentarias producto de la transición nutricional que fue modificando la

¹ Lic. en Nutrición UCSE-DASS. Tec. en Comunicación Social FHyCS-UNJU. Especializando en Comunicación y Salud FPyCS - UNLP. Docente e investigadora en UCSE-DASS.

² Lic. en nutrición. Lic. en educación para la salud FHyCS-UNJU. Educador Sanitario FHyCS-UNJU Especializando en Investigación Educativa FHyCS-UNJU. Docente e investigador en FHyCS-UNJU. Nutricionista en Servicio Penitenciario Federal de Jujuy

selección alimentaria, los modelos del cuerpo, las representaciones acerca de la alimentación y el perfil epidemiológico. En este marco coexisten problemas relacionados con la malnutrición por carencia y por exceso. El presente trabajo aspiró a estudiar el sobrepeso y la obesidad infantil, formas en las que se manifiesta la malnutrición por exceso. La importancia del estudio se basó en la necesidad de abordar esta problemática desde una mirada holística interpelando teorías y metodologías de las ciencias sociales, como la teoría fundamentada, que permita comprender dinámicas relacionadas con las representaciones de los/as tutores/as de niños/as acerca de la alimentación y cómo las mismas influyen en el desarrollo y mantenimiento del exceso de peso en infantes. Considerar a la malnutrición por exceso en preescolares como fenómeno multicausal permitió evidenciar una compleja interacción entre aspectos psicobiológicos y socioculturales, estrechamente relacionada con las representaciones de sus tutores. Los resultados de esta investigación aportan nuevos elementos a la comprensión de las prácticas alimentarias y la nutrición, permitiendo aproximarse al reconocimiento de significados y valoraciones que subyacen en el ámbito familiar de niños/as preescolares con exceso de peso.

Palabras clave

Malnutrición, Sobrepeso y Obesidad, Representaciones Sociales, Prácticas Alimentarias

Abstract

In recent decades, a large part of the population worldwide has adopted new eating behaviors as a result of the nutritional transition that has been modifying food selection, body models, representations about food and the epidemiological profile. In this framework, problems related to malnutrition due to deficiency and excess coexist. The present work aspired to study childhood overweight and obesity, ways in which malnutrition is manifested due to excess. The importance of the study was based on the need to address this problem from a holistic perspective, questioning theories and methodologies of the social sciences, such as grounded theory, which allows understanding dynamics related to the representations of the tutors of children. about diet and how they influence the development and maintenance of excess weight in infants. Considering malnutrition due to excess in preschool children as a multicausal phenomenon allowed us to show a complex interaction between psychobiological and sociocultural aspects, closely related to the representations of their tutors. The results of this research contribute new elements to the understanding of eating practices and nutrition, allowing us to approach the recognition of meanings and assessments that underlie the family environment of overweight preschool children.

Key Words

Malnutrition, Overweight and Obesity, Social Representations, Eating Practices

Introducción

La alimentación puede definirse como proceso consciente y voluntario que consiste en el acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer, como sostiene la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO). En este Trabajo, se considera a la alimentación como un comportamiento conductual que incluye tanto aspectos biológicos como socioculturales, como la selección alimentaria, la elaboración y/o producción de alimentos y la comensalidad, en una dinámica contingente que varía a través del tiempo. Así mismo se buscó estudiar el sobrepeso y la obesidad infantil, que son formas en que se manifiesta la malnutrición por exceso.

La obesidad infantil está fuertemente vinculada con las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) como es el caso de la diabetes, las cardiopatías isquémicas, síndrome metabólico y ciertos tipos de cánceres. En los últimos 40 años, la cantidad de personas obesas en el mundo se triplicó. En América Latina la proporción de personas adultas con sobrepeso y obesidad en el año 2018 fue de 57,7% y 23% respectivamente; mientras que en la población de niños, niñas y adolescentes el 20% presenta sobrepeso y el 25% obesidad (ENNyS, 2019).

En Argentina, para conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños, niñas y adolescentes, la Secretaria de Gobierno de Salud desarrollo la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS) dando a conocer los resultados en septiembre de 2019: el exceso de peso estuvo presente en el 13,6% de la población menor de 5 años, donde la prevalencia de sobrepeso es del 10% y de obesidad del 3,6%. Además, estos valores se ven incrementados a medida que avanza la edad. Según la Encuesta Mundial de Salud del Escolar (EMSE), en Argentina los estudiantes de 13 a 17 años presentan 30,3% sobrepeso y un 7,4% obesidad, prácticamente el doble que en la población menor de 5 años (Ministerio de Salud y Desarrollo Social Presidencia de la Nación, 2019).

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe en conjunto con el Programa Mundial de Alimentos afirman que la malnutrición, por exceso y por déficit, tiene un impacto directo sobre el desarrollo de los países, generando consecuencias económicas que implican costos directos e indirectos, que afectan la capacidad de producir ingresos, comprometen grandes cantidades de recursos públicos y privados, además de ser una importante carga para los sistemas de salud nacionales (Fernández, Martínez, Carrasco, & Palma, 2017). Por todo esto, el exceso de peso constituye un problema grave de salud pública, hasta el punto de considerar a la obesidad una epidemia.

Se piensa que, la creciente epidemia mundial de obesidad infantil refleja los profundos cambios que están ocurriendo en las sociedades, como el predominio de estilos de vida sedentarios y hábitos alimentarios poco sanos. Estos hábitos alimentarios se construyen a lo largo de la historia individual y colectiva de la persona donde la primera infancia es un periodo clave. Suele considerarse a la población preescolar vulnerable ya que

generalmente crece en un ambiente obesogénico donde se encuentran naturalizados aquellos hábitos, conductas y patrones alimentarios relacionados causalmente con el desarrollo del sobrepeso y la consecuente obesidad. Para analizar la alimentación infantil como fenómeno sociocultural es necesario considerar que los adultos a cargo cumplen un rol fundamental en la conformación de los hábitos alimentarios y, por consiguiente, del estado nutricional. (Restrepo & Gallego, 2005). Por ello, el eje principal de este trabajo son las Representaciones sociales de los/as tutores/as sobre la alimentación de NyN con sobrepeso y obesidad que asisten a un jardín de infantes.

Este trabajo se originó en el marco del proyecto de investigación “Miradas Socioculturales de la Alimentación para una mejor Calidad de Vida” del Gabinete de Investigación en Estudios Culturales (GIEC) de la Secretaría de Ciencia y Técnica de la Universidad Católica de Santiago del Estero, Departamento Académico San Salvador, del cual los autores de este trabajo fueron becarios. Este proyecto del GIEC, cuyo equipo de trabajo es interdisciplinario, propició una mirada holística que invitó a contemplar a la alimentación desde facetas socioculturales y permitió indagar otras posibilidades para explicar el sobrepeso y la obesidad infantil desde la multicausalidad.

En este contexto se plantearon las siguientes preguntas de investigación: ¿Las representaciones de los/as tutores/as acerca de la alimentación se relacionan con la salud o con la enfermedad? ¿Las representaciones de los/as tutores/as sobre la alimentación pueden vincularse con gustos y preferencias? ¿Cuál es la relación que existe entre las representaciones que tienen los/as tutores/as sobre la alimentación y las prácticas alimentarias de los/as niños/as? El problema quedó definido de la siguiente manera: ¿Cómo influyen las representaciones de los/as tutores/as sobre la alimentación, en las prácticas alimentarias de niños/as con sobrepeso y obesidad?

Objetivos

Objetivo General

Comprender el modo en que las prácticas alimentarias de los/as niños/as con exceso de peso son influenciadas por las representaciones de los/as tutores/as acerca de la alimentación.

Objetivos Específicos

- . Indagar los discursos de los/as tutores/as acerca de la alimentación de los/as niños/as con exceso de peso.
- . Analizar la relación que se produce entre discursos y prácticas alimentarias de los/as tutores/as de niños/as con exceso de peso.
- . Reflexionar acerca de la multicausalidad de los fenómenos de sobrepeso y obesidad infantil.

Materiales y métodos

Esta investigación se realizó desde un paradigma interpretativo con un enfoque cualitativo, caracterizado por ser emergente e inductivo cuyo diseño es flexible. Se focalizó en las estructuras profundas de acción y significado, asumiendo una actitud abierta, expectante y creativa tanto en la recolección de la información como en el análisis y la interpretación de los datos; se ponderaron las palabras de los entrevistados y el análisis intentó, en términos de Mendizabal (2006) captar reflexivamente el significado de la acción atendiendo a la perspectiva del grupo estudiado.

El campo de estudio lo constituyó el Jardín Independiente N° 8 de la ciudad de Palpalá, en la provincia de Jujuy. En relación con la accesibilidad al campo, se destaca que una de los autores de este trabajo realizó su Práctica Profesional Supervisada de la licenciatura en nutrición en el Centro Integrador Comunitario (CIC) San José de Palpalá, y parte de sus actividades fueron intervenciones educativas que tuvieron lugar en el Jardín Independiente N° 8. El contacto establecido con la institución se consideró altamente relevante como facilitador del acceso al campo.

Las unidades de análisis estuvieron constituidas por los/as tutores/as de NyN con exceso de peso que asisten a dicha institución durante el año 2019. Las mismas fueron captadas por medio de un muestreo intencional conformando un grupo de seis madres de infantes asistentes al jardín.

En cuanto al instrumento de recolección de información se diseñó un protocolo de entrevista semiestructurada a través de grupos focales. De esta manera los informantes, siguiendo espontáneamente la línea de su pensamiento y de sus experiencias dentro del foco principal ubicado por los investigadores, comienzan a participar en la elaboración del contenido de la investigación. (Silva Triviños, 1987)

El análisis de las entrevistas se llevó a cabo por medio de fragmentos de unidad de sentido, para hacer inteligible el relato de los entrevistados. Para avanzar se tomó como referencia a Glasser y Strauss (1967) en cuanto a la teoría fundamentada a partir del método de comparación constante. De esta manera se puede generar conceptos y sus características basadas en patrones de comportamiento que se repiten, es decir regularidades en torno a procesos sociales. De este modo, se elaboraron categorías y subcategorías necesarias para dar cuenta lo que sucedía en el material empírico. Luego se procedió a codificar las categorías en los datos brutos, al margen de la unidad de sentido. Durante el proceso surgieron dimensiones, condiciones, causas o consecuencias. Se fueron integrando otras categorías teniendo en cuenta los objetivos de la investigación, descubriendo analogías y diferencias.

Resultados

El contexto de las prácticas

El Jardín Independiente N°8 es un Centro Educativo del sector público estatal de ámbito urbano que se encuentra ubicado en el Barrio San José de la ciudad de Palpalá, provincia de Jujuy, Argentina.

Este barrio se ubica en la periferia de la ciudad de Palpalá. Las viviendas pueden diferenciarse en dos tipos con características edilicias diferentes, que sectorizan el barrio en dos espacios definidos: uno conocido como “San José Viejo” donde se observan algunos terrenos baldíos y las viviendas han sido realizadas por sus propietarios; el otro sector, posee viviendas realizadas por cooperativas.

Diagnóstico nutricional

El proceso inició con la identificación de NyN que presentan malnutrición por exceso: sobrepeso, obesidad y obesidad mórbida a través del análisis de los datos antropométricos (peso y talla) que se obtuvieron de las planillas provistas por el personal del Jardín Independiente N° 8 de la ciudad de Palpalá.

Los datos fueron cargados al programa WHO Anthro y WHO Anthro Plus³ los cuales permitieron el análisis de mediciones individuales aplicadas a los respectivos gráficos de Índice de Masa Corporal para la edad y sexo. Entonces, el criterio para diagnosticar malnutrición por exceso fue la combinación de las mediciones de peso y talla a partir del Índice de Masa Corporal interpretado según edad y sexo.

Lo resultados arrojaron que, de una población de 82 NyN de entre 3 y 5 años que asisten a Jardín Independiente n° 8 San José de Palpalá, el 3% presenta riesgo de delgadez, el 27% normopeso, el 46% presenta sobrepeso, el 17% obesidad y el 7% obesidad mórbida. En la población sólo se incluyen aquellos NyN que fueron pesados y medidos durante el mes de abril del año 2019, y que además presentan como dato la fecha de nacimiento. De esta manera se logró definir que cuatro de las unidades de análisis correspondían con madres de infantes con exceso de peso.

³ WHO Anthro es un software para el uso en computadoras. Se publicó una primera versión en 2006 en conjunto con el primer lanzamiento de los Estándares de Crecimiento de la OMS (peso para la edad, talla para la edad, peso para la edad, IMC para la edad y logro de seis hitos motores gruesos). Un año después se incluyó el segundo conjunto de estándares para los indicadores de perímetro cefálico para la edad, perímetro medio del brazo para la edad, pliegues tricípital y subescapular para la edad. Se desarrolló para facilitar la aplicación de los Estándares de crecimiento de la OMS para el monitoreo del crecimiento y desarrollo motor en niños individualmente y poblaciones de niños desde el nacimiento hasta los 5 años, rango que se amplió hasta los 19 años en la versión del software WHO AnthroPlus.

Análisis de las entrevistas: Categorización

Para iniciar el análisis de la entrevista, se procedió a la transcripción, como producto de la desgravación de los audios. Tal proceso implicó una traducción en términos de Bourdieu (2007), e incluso una interpretación, por ello, en esta dinámica se puso en juego la toma de decisiones metodológicas en la que se consideró tanto la fidelidad como la legibilidad.

El análisis de la transcripción comenzó con una lectura y con preguntas que intentaron visibilizar las categorías que se propusieron, para acceder al entramado de significados en torno a la alimentación, luego de refinar los conceptos, identificar sus propiedades e integrarlos en el marco conceptual que se propuso.

1.- Ingesta, costumbres y prácticas alimentarias

La ingesta de alimentos en NyN con exceso de peso no respondería sólo a la satisfacción de una necesidad biológica como el hambre, sino que involucra un entramado de aspectos psicológicos y culturales, se ingieren aquellos alimentos que gustan y forman parte de la cocina a la que se acostumbra por tradición (De la Cruz, 2008). Se han identificado una serie de condicionantes de la alimentación que están relacionados a aspectos biológicos y sociales o una combinación de los mismos. Así, la ingesta alimentaria de NyN se lleva a cabo por:

Imitación

Siguiendo en la línea de pensamiento de que los infantes no comen sólo por hambre, aparece en los discursos de las madres, situaciones de imitación por parte de NyN en materia de ingesta alimentaria. La mayor parte de la conducta humana y sobre todo del preescolar, se aprende mediante la observación a otros, las personas pueden aprender de forma aproximada lo que deben hacer y posteriormente, esta información codificada sirve como guía para la acción (Bandura, 1987). Muchos autores han considerado el modelado como un proceso por el cual una persona imita los actos de otras. Mediante la observación del modelo, las personas pueden adquirir habilidades cognitivas y nuevos patrones de conducta (Trujillo De Figarella, 2001).

En la infancia se imitan algunas prácticas alimentarias de familiares, pares y de personas significativas que los NyN consideran modelo para la alimentación, y genera patrones que pueden constituirse como factores de riesgos para la salud como ocurre con el desarrollo y mantenimiento de la malnutrición por exceso. Así ocurre con la compra y consumo de golosinas en la escuela. La imitación entre pares está muy presente, quizás por el deseo de pertenencia al grupo, puede llevar a situaciones en las que el infante ingiera alimentos y bebidas que, en el hogar, no lo consume.

El efecto del modelado ante los pares puede ser negativo si se observa que los mismos rechazan frutas y verduras o alimentos saludables, estos efectos son difíciles de modificar, incluso con modelado positivo que puede existir en el hogar. Por ello, al igual que la exposición es fundamental para aumentar la familiaridad, los comportamientos de los

otros (que ocurren durante la exposición) son cruciales para estimular o desalentar la ingesta de un determinado alimento.

Preferencias alimentarias

La ingesta de alimentos en los NyN, como se viene analizando, es algo que va más allá de lo fisiológico, ya que cada individuo tiene numerosas significaciones emotivo-simbólicas y sociales. La mayoría de las personas comen lo que aman, con preferencia a lo que les gusta y con independencia en muchos casos de su calidad nutricional. En los discursos de las madres entrevistadas se contempla una importante condición de la ingesta alimentaria vinculada a las preferencias dentro del contexto de disponibilidad y accesibilidad alimentaria de cada familia.

Las preferencias alimentarias del infante, dentro de la oferta de alimentos en el hogar, genera la aceptación o el rechazo del mismo. Para evitar el rechazo, las madres deciden responder a sus preferencias con el fin de que coman.

En este contexto se pudo identificar los siguientes binomios de aceptación/rechazo: sopa con puchero/sopa sin puchero, queso/pan, té-mate/leche, verduras en sopa/verduras hervidas-ensaladas, fruta/licuado, yogur/té, comida con queso/comida sin queso, fruta/leche. Esta dicotomía es producto de las preferencias alimentarias de NyN y de la actitud permisiva de las madres. Puede garantizar la ingesta de alimentos en general, pero puede existir el rechazo a alimentos nutricionalmente buenos (consumo de té o mate en lugar de leche), o al revés, el infante prefiere un alimento nutricionalmente bueno en lugar de otro carente de nutrientes (consumo de yogur y no de té).

Alimentación caprichosa o quisquillosa

La ingesta de alimentos durante la infancia puede presentar problemas relacionados con los hábitos alimentarios que implican el rechazo de alimento, sin embargo, esto no tiene por qué estar asociado con el bajo peso (Maiz Aldalur, Maganto Mateo, & Balluerka Lasa, 2014). Una de las situaciones presente en esta investigación y que preocupa a las madres, es la alimentación caprichosa o quisquillosa.

El rechazo de alimentos por parte de los NyN ocurre después de la percepción visual, es decir mientras lo está saboreando. También se identifica una cierta familiaridad con el alimento rechazado, que antes lo comía y ahora no. Esta situación podría explicarse como un comportamiento “caprichoso o quisquilloso”, el cual se define como infantes que consumen una alimentación poco variada y que rechazan alimentos tanto si son familiares para ellos como si no lo son. Básicamente, la alimentación “caprichosa o quisquillosa” se diferencia de la neofobia alimentaria por la familiaridad del alimento presentado, esto es, por el hecho de que el alimento sea muy habitual o nuevo.

Hambre

La sensación de hambre en los NyN podría responder a dos aspectos señalados por González Hita, Ambrosio Macias y Sánchez Enríquez (2006). Pueden manifestarse por

separado o en combinación según las manifestaciones del infante:

a) Psico-social y cultural: Las personas a diferencia de otros seres vivos utilizan un reloj externo en la rutina diaria, incluyendo horario para dormir y comer, este tiempo externo dispara la sensación de hambre. Los horarios establecidos para ingerir alimentos podrían responder a aspectos biológicos para favorecer la digestión y el proceso metabólico de los nutrientes, proporcionando al cuerpo una distribución racional de energía durante el día. Pero este fundamento no es suficiente como para justificar esta estructura del comer. Más bien podría pensarse que es una creación social, en el sentido que la cultura condiciona la necesidad biológica de comer. Es así que la persona, por ejemplo, una vez que se despierta, desayuna aunque no sienta hambre; aparece la sensación del hambre recién al medio día, por lo que almuerza. Lo psicosocial también influye en la presencia del hambre debido a que los NyN consumen más alimentos cuando están presionados, tristes, contentos, aburridos. Les atribuyen a los alimentos cargas emocionales, que les hacen sentir placer o seguridad. Por otro lado, la comida no sólo se usa para comer, sino que existen diversos usos de ésta. Según Aguirre (2004), por ejemplo: iniciar y mantener relaciones sociales, expresar amor y cariño, demostrar la pertenencia a un grupo, hacer frente al stress psicológico o emocional, entre otras. Así también se conforman relaciones sociales, tales como identidad, reciprocidad, comensalidad (Jadzinsky, y otros, 2006).

b) Biológico: Se han postulado diversas teorías basadas en aspectos biológicos, encaminadas a explicar cómo es que se origina la sensación de hambre. No es objeto de este trabajo profundizar esas teorías, sino más bien explicitar qué sensaciones manifiestan los infantes cuando dicen “tener hambre” y en qué contexto. Entonces la sensación de hambre en NyN se manifiesta con sonidos en la panza y situaciones que perciben las madres como incomodidad, molestias e insomnio, que podrían tener una explicación desde la biología, pero también podría coexistir junto a causas de origen psicosocial. Esto se debe a que la alimentación vista como un hecho complejo, no es exclusivamente “biológico” ni tampoco totalmente “social”, sino que une lo biológico y lo cultural de una manera indisoluble que difícilmente se pueda separarlos. Esto se debe a las características de la especie humana como ser social.

Por otro lado, se debe considerar que las madres pueden mostrar una falta de capacidad para decir “no” cuando el NyN dice tener hambre y piensan que al hacerlo estarían hambreado al hijo/a. Por lo tanto, proveer a sus hijos/as con una oferta de alimentos resulta una recompensa emocional importante para las madres. Esta situación puede favorecer el desarrollo y/o mantenimiento en el tiempo del sobrepeso y obesidad debido a que la comida se usaría como herramienta para premiar o castigar a los NyN.

Condicionantes de la selección alimentaria

Lo que el infante come cotidianamente depende de factores diversos que van a determinar la selección alimentaria. Así las madres entrevistadas manifiestan que lo que sus hijos/as van a comer a lo largo del día depende de:

Tiempo para cocinar

Actualmente, con la incorporación de la madre al mundo laboral para mejorar el ingreso económico y la calidad de vida, llevó a que la alimentación sea asignada muchas veces a otros familiares como el padre, a las abuelas/os o hijas/os mayores, vecinos o incluso a instituciones educativas donde el infante pasa gran parte del día. (Cabello Garza & Reyes, 2011). Aun así, se espera que la madre trabaje fuera de casa además de hacer las actividades domésticas. Con este nuevo rol es socialmente aceptable que se recurra a las comidas congeladas, viandas o delivery. Ante esta situación, surge el concepto de comida rápida en el hogar que podría definirse como comidas que se elaboran en un tiempo reducido debido a la falta de tiempo. En contraposición surgen las comidas elaboradas cuando se cuenta con mayor tiempo para su preparación.

El exceso de peso en NyN podría verse influido por la selección alimentaria, específicamente por las preparaciones y la ingesta de comidas rápidas en el hogar, sobre todo si es un consumo frecuente y en cantidades excesivas. Lo cual es producto de la falta de tiempo para la elaboración de las mismas. En los discursos se puede ver que estas comidas presentan poca variedad de alimentos destacándose aquellos ricos en hidratos de carbono y grasas como por ejemplo milanesa, costeleta, fiambre acompañado con papa hervida o puré, arroz, fideo, galletas y pan.

Clima

La selección alimentaria también va a depender del clima, es decir, se elige qué cocinar y comer según si es un día de calor o de frío. Así se puede diferenciar preparaciones para los días fríos y para los días de calor, donde el preescolar puede generar cuestionamiento y rechazo del alimento.

Características organolépticas de los alimentos

Lo que el NyN va a comer y lo que la madre le va a ofrecer depende también de las características organolépticas de los alimentos que van a condicionar, en parte, la aceptabilidad o rechazo de los mismos. Así se pudo identificar en las voces de las madres entrevistadas, situaciones de NyN que consumen o rechazan alimentos según:

Color: Quizá los primeros estímulos que se reciben de un alimento sean los visuales. De ellos recibimos información sobre su tamaño, forma y color denominadas propiedades ópticas.

Gusto y olfato: Estas propiedades se suelen denominar “sentidos químicos” porque responden a estímulos que son esencialmente grupos atómicos o moléculas capaces de

activar los receptores específicos situados en la boca y en la cavidad nasal. Los estímulos del gusto son compuestos químicos no volátiles y solubles en agua y los del olfato, son sustancias volátiles. La percepción conjunta de ambos conforma lo que se conoce popularmente como sabor.

Textura: En los alimentos sólidos, a pesar de los avances conseguidos en algunos estudios, sólo algunas de las propiedades mecánicas como la resistencia a la deformación, a la rotura, al corte, etc. parecen estar relacionadas claramente con algunas de las sensaciones percibidas cuando se manipula y mastica el alimento.

La percepción que el infante tiene de un alimento es el resultado conjunto de la sensación que éste le provoca y de cómo él/ella la interpreta. Esta interpretación incluye referencias a informaciones o situaciones previas almacenadas en la memoria, que modulan la sensación percibida antes de decidir la aceptación o rechazo del alimento.

La publicidad en la venta de golosinas

En la actualidad la publicidad de alimentos utiliza estrategias de venta ante las cuales los NyN son susceptibles (canciones populares, colores vivos o personajes de la televisión). En base a esto, diferentes autores afirman que en la modernidad los alimentos no son buenos para comer sino buenos para vender. (Redondo, 2012)

En las entrevistas los padres reconocen que el acto de comprar golosinas para los NyN se encuentra asociado, por un lado, a la presencia de dibujos coloridos o personajes de la televisión en el packaging y, por otro, a la adquisición indirecta de otros objetos, generalmente juguetes. En lo que refiere al consumo de estos productos alimentarios, según manifiestan las madres, los infantes tienen una ingesta parcial de estos o incluso no los comen ya que su deseo de adquisición es únicamente por el juguete que acompaña a la golosina.

La complejidad de las prácticas alimentarias

Una de las dimensiones de este evento es de carácter sociocultural, el cual determina en parte un conjunto de normas cristalizadas que se traducen en platos, tipo de comensalidad, horarios, etc. Todas las culturas establecen - a través de la práctica cotidiana- quién puede comer qué. Así habrá “comidas de ricos (caviar) y comidas de pobres (fideos)”, platos que se consideran femeninos (pollo) y masculinos (bife), y comidas que se consideren “apropiadas” para los niños (papilla), para los adolescentes (hamburguesas), para los adultos (la mayoría de los platos) y para los viejos (sopas). Estas clasificaciones son relativas, propias de cada sociedad en un tiempo y espacio determinado y establecen la red de significación en la que se inscribe el comer. La manera “correcta” de combinar los alimentos, las horas y las clases de alimentos que hay que tomar a lo largo del día (desayuno, almuerzo, merienda, cena) y a lo largo del año con su ciclo de días hábiles y festivos, el tipo y las combinaciones de alimentos que se consumen en cada evento (desayuno/merienda: acompañadas por infusiones calientes; almuerzo/cena con bebidas

fría), el tipo de alimento que marca los momentos importantes de la vida (torta para el cumpleaños, café para el velorio, champagne para las fiestas, etc.), los alimentos prohibidos y los prestigiosos, etcétera (Aguirre, 2004).

En este contexto se pudieron identificar preparaciones culinarias diferenciadas según día hábil de la semana o fin de semana. A su vez los fines de semana se distinguen en preparaciones de los domingos. Esta complejidad del evento alimentario no sólo se da en las distinciones de las preparaciones, sino que también se las consume en el marco de un determinado tipo de comensalidad. Así se pudo identificar la comensalidad de familia extendida de los domingos.

Estas situaciones que muchas veces se presentan de manera natural, son en realidad una construcción social, que se las vive y transmite entre generaciones. Esto sucede así porque están inscriptas en nuestro esquema de representaciones sociales. ¿Quién dijo que los domingos se debe comer asado? ¿Por qué en una festividad o cumpleaños se elige una comida especial? ¿Quién le dio el carácter especial a esa comida?

Estrategias para que el NyN consuma o no ciertos alimentos

La selección alimentaria que realizan las madres puede generar aceptación o rechazo del alimento por parte de los NyN. Ante esta situación, se diseñan y utilizan determinadas estrategias para estimular el consumo de alimentos que los padres consideran importantes, o contrariamente, generar el rechazo de otros alimentos: a) Estrategias para estimular el consumo de alimentos (alimentos complementarios, acompañamiento de la madre y del padre, negociación). b) Estrategias para evitar o reducir el consumo de ciertos alimentos (reemplazos de alimentos, engaños, alimento/estética)

Cabe mencionar que la probabilidad de que se estimule el consumo de un alimento se relaciona a los gustos y preferencias de los/as tutores/as. Si estos tienen una dieta poco variada, muchos alimentos no estarán presentes como para permitir una adecuada exposición y consumo. Por otro lado, tales estrategias de consumo y de rechazo responden a las representaciones de lo que consideran bueno o malo para sus hijos/as en materia de alimentos.

De todos modos, hay que considerar que, con frecuencia, los padres presionan a sus hijos para que coman ciertos alimentos, lo que genera ambientes estresantes y de frustración por parte de los mayores y puede llegar a afectar negativamente al estado emocional del infante. Finalmente, estos sentimientos son atribuidos a cierto alimento. Por consiguiente, las futuras presentaciones del alimento se vincularán al enojo o a la irritación de los progenitores y el infante continuará rechazando el alimento.

Comensalidad

El evento alimentario se caracteriza por la coexistencia de diferentes modos de comensalidad que responden a las condiciones materiales de los comensales, como así

también a sus esquemas de percepción y acción. Es así que se identificaron 2 tipos de comensalidad, por un lado, la de tipo familiar y por otro la individual.

Comensalidad familiar: comer juntos estrecha los lazos familiares y la mesa es el punto de encuentro, esparcimiento y diálogo, de enseñanza-aprendizaje y socialización de normas y hábitos alimentarios. Esto se da en parte, por la presencia de horarios fijos para comer, producto de las costumbres familiares, y por otro lado, depende de las actividades que realicen los miembros de la familia (trabajo y escuela) que también determina quienes van a compartir la comida. Se han identificado grupos de comensales con una composición diversa: familia nuclear, madre-hijos/as, hijos/as, madre-padre, familia extendida.

Comensalidad individual: Por otro lado, sentarse a comer todos juntos en la mesa, no es condición suficiente para definirlo como comensalidad familiar. Los comensales pueden estar juntos pero comer platos individuales que se preparan siguiendo el gusto o la necesidad de cada uno. Y cada comensal debe comer lo que quiere o puede, poniendo del lado del sujeto la decisión de qué comer y cuánto comer. Se comparte la mesa, pero la comida es individual, cada uno ha elegido según su necesidad, gustos y creencias.

Proceso de salud y enfermedad

Una de las dimensiones de la salud que más se destaca es la alimentación, proceso contingente, que puede considerarse como un factor protector o de riesgo de la salud; en esta dimensión confluyen representaciones sobre lo que significa estar saludable, así también se denota aquellos hábitos tanto saludables como no y el significado de comer bien o comer sano, en el cual se diferencian alimentos buenos y alimentos malos.

Los hábitos y la salud

La salud también se ve reflejada en las actitudes y comportamiento de los NyN en el contexto de la vida cotidiana. Así se pueden diferenciar aquellas acciones que funcionan como factores protectores de la salud o hábitos saludables, de aquellas que representan una conducta de riesgo para la salud o hábitos no saludables.

Hábitos saludables

En los discursos de las madres subyacen hábitos que, aunque no estén vinculadas directamente a la alimentación, si se relacionan con el exceso de peso y con la salud en general. Así aparece la práctica de actividad física y el consumo de agua.

Hábitos no saludables

Se vinculan más con la falta de salud bucal y el consumo de alimentos no saludables como los aderezos. Estas prácticas que se repiten cotidianamente constituyen factores de riesgo para la salud del NyN.

Comer bien/sano

Comer bien es una frase que lleva a múltiples interpretaciones propuestas por diferentes

actores según el rol que desempeñe en la sociedad. Así, en las sociedades actuales, múltiples voces autorizadas nos dicen “qué es comer bien”: están los profesionales de la salud que nos enseñan a comer sano y evitar enfermedades, desde la industria una legión de publicistas nos sugieren qué felices seremos comiendo rápido y procesado, desde el buen vivir los gourmets nos dicen como comer rico, mientras la abuelita siguiendo la tradición nos señala las virtudes de la comida local y bien intencionadas ecónomas nos ayudan a comer barato...entre otros discursos normativos. (Aguirre, 2004). Pero en la sociedad también están las voces de las madres, que más que autorizadas, son protagonistas de la realidad social en materia de alimentación. Es así que “el comer bien,” según sus representaciones, significa comer poco, que la porción sea poquita (una mano), comer frutas y verduras en particular y variado en general.

Alimentos y salud

Alimentos buenos: (carnes, lácteos, verduras, frutas como licuado o jugos naturales y el agua)

Alimentos malos: (golosinas, salchichas, exceso de carne, azúcar y sal, salsas envasadas, frituras, gaseosas y jugos industrializados con colorantes). En los discursos el consumo de golosinas no estaría relacionado directamente con el exceso de peso, sino que, más bien, existe una muy marcada relación con la salud bucal en cuanto a la generación de caries. Por otro lado, el contenido de azúcar de las golosinas se relaciona con la diabetes, ya que, al existir antecedentes familiares de la enfermedad, se genera una sensación de miedo lo que conlleva al rechazo de las golosinas. El consumo excesivo de azúcar también se relaciona con comportamientos intranquilos de los prescolares.

La cualidad de “alimentos malos” deviene de la asociación del consumo de ciertos alimentos con alguna reacción adversa o enfermedad. Así ocurre por ejemplo con el consumo excesivo de salchichas, que estaría asociado a la anemia, o el consumo de alimentos procesados (salsa de tomates envasadas) se relacionaría con las alergias. En cuanto al consumo de carne, puede considerarse bueno debido a su contenido de nutrientes. Frente a esto, cuando la frecuencia de consumo es excesiva y de poca variedad, pierde esa bondad y pasaría a formar parte de los alimentos malos. En compensación se varía con otros tipos de carne o vísceras.

Concepción del Niño/a sano

En las representaciones de algunas madres entrevistadas el NyN sano o saludable es aquel que está “gordito”, en contraposición del niño “flaquito” que representa la enfermedad. También se vincula con el peso y la talla para lo cual asisten a los controles en los servicios de salud. Las características de un NyN sano es que sean inquietos, que estén haciendo algo siempre, que jueguen y que sean “jodiditos”. Más allá de ello la salud también se reduce a la ausencia de la enfermedad, lo que también influye en la realización de los controles de salud.

Exceso de peso como problemática

El exceso de peso en NyN aparece expresado como un problema vinculado, por un lado, al peso y al “engordar mucho” que estaría relacionado, en parte, al sedentarismo, ya que el hecho de realizar algún deporte favorecería la solución del problema del peso. Por otro lado, emerge la obesidad como problema, “estar gordita” lleva a experiencias de realización de dietas, acompañada por un adulto y que terminan siendo un fracaso, dando continuidad a la problemática.

Imagen corporal y valores estéticos

Alimento/estética

La alimentación es una práctica sociocultural materializada en prácticas y patrones alimentarios que se desprenden de las diversas representaciones que atraviesan a cada persona en particular y a la sociedad en la que se desenvuelve. Dentro de estas representaciones se encuentran modelos corporales regidos por valores estéticos en tanto manifestaciones de belleza, como la dicotomía lindo/feo que, a su vez, se ve asociada a ciertos alimentos.

Imagen corporal

Cabe recordar que, según Restrepo (2007) los escolares, no se preocupan inicialmente por su exceso de peso. La preocupación por la imagen corporal, es decir, cómo la persona se ve a sí misma y cómo se percibe cuando se mira al espejo, se da a medida que se acercan a la pre-adolescencia y desean estándares corporales aceptados socialmente. Mientras tanto, son los padres quienes se preocupan de las repercusiones que la alimentación pueda tener sobre la estética corporal.

En la mayoría de los casos no advierten el exceso de peso que sus hijos/as presentan como enfermedad. Esta percepción alterada de la imagen corporal que tienen algunas madres podría considerarse un factor de riesgo para la malnutrición, ya que éstas no serían capaces de advertir situaciones de exceso de peso.

Naturalización del exceso de peso

Tal como se anticipó, el hecho tener un NyN gordito/a, en el contexto de la vida cotidiana, puede generar un acostumbamiento de ver a ese NyN con una determinada imagen corporal.

Uno de los rasgos de lo cotidiano es que los hechos se aceptan como parte de un todo conocido, autoevidente, como lo que simplemente es. Los hechos y fenómenos en los que, en este caso las madres, día a día se les presentan, aparece como algo que no tiene sentido ni cuestionar ni problematizar (De Quiroga & Racedo, 1993). Esta naturalización del NyN gordito/a surge de un sistema de representaciones que interpreta lo cotidiano como “natural”, “normal” y que además de encubrirlo, lo vela.

En este sentido, los intereses de los profesionales de la nutrición en particular y de la salud en general, como así también para las políticas públicas de lucha contra el sobrepeso y la obesidad infantil, irían en contramano con los anhelos y experiencias cotidianas de las madres de NyN con exceso de peso. Esto se debe a que en la cotidianidad hay aspectos que se manifiestan y otros que se ocultan.

Se manifiesta el anhelo del “niño/a gordito/a” como un hecho concreto y se oculta un proceso de naturalización en el que subyacen representaciones vinculadas, por ejemplo, a la salud y a la enfermedad. Esta representación social aparece como “la realidad absoluta”, “lo natural”, “incuestionable”, “es así y no puede ser de otra manera”.

El exceso de peso como anhelo

En contraposición al exceso de peso como una problemática, surge el anhelo de las madres de tener un NyN “gordito/a”. Dicho deseo podría estar vinculado, entre otras cuestiones, a representaciones del cuerpo, de salud-enfermedad y de género. También podría pensarse que el anhelo del NyN gordito/a, es producto de un proceso de naturalización en el contexto de la vida cotidiana de las familias.

Es notoria la manera en que las madres se refieren a sus hijos/as utilizando el lenguaje como herramienta de identificación. Las denominaciones como “mi gordo”, “el gordito”, “panzoncita”, fuera de expresar relación con el peso, denotan cariño. Por el contrario, “hinchada” o “robusta” son términos que no refieren un estado permanente y, además, no relacionados con el diagnóstico clínico de sobrepeso u obesidad.

Rol social

Rol materno

Cuando una familia se sienta a compartir una comida en la mesa se presenta una marcada división de roles que evidencia algunos vestigios de la estructura tradicional patriarcal, donde a la mujer se le asigna el rol de madre protectora y al hombre el rol de padre proveedor. En este sentido, la alimentación contribuye a la separación de géneros y condiciona los cuidados que cada uno ejercen respecto a los infantes. Los discursos analizados muestran claramente que la responsabilidad de alimentar a la familia recae sobre la madre. También se presentan responsabilidades preventivas, terapéuticas y asistenciales en torno a la alimentación.

El incumplimiento de estos deberes socialmente asignados a la madre, o incluso prohibir gustos al hijo/a para cumplir con estas responsabilidades, puede generar sentimientos de culpa e impotencia. Para enfrentar esta situación o, evitar caer en ella, las madres suelen desarrollar ciertas estrategias, como se mencionó con anterioridad, para lograr que sus hijos/as coman, casi como si el fin justificara los medios.

En la actualidad la mujer madre ya no se encuentra totalmente sumida en el hogar y en el

ámbito de lo privado. Ahora es socialmente aceptable y en algunos casos, esperable, que sea capaz de estudiar y/o trabajar fuera de casa sin descuidar las actividades domésticas. Es así como la figura materna representa a una mujer empresaria capaz de administrar y gestionar su domicilio sin delegar tareas.

Los roles paterno y materno adquieren nuevos significados a finales del siglo XIX, donde la división de tareas es más equitativa basada en las cualidades de cada integrante de la pareja y no en razón a las representaciones de género que fijaban a la mujer a la crianza por el hecho de ser madre (Cristiani, y otros, 2014). Sin embargo, el cuidado familiar sigue estando más vinculado a la mujer (Beltrán, 2012). En el discurso se muestra que algunas madres no admiten la intervención del padre como cuidador y responsable de la alimentación del preescolar, producto de la desconfianza hacia la figura paterna. Esto podría deberse a que la estructura patriarcal en la que se encuentran inmersos continúa ejerciendo poder sobre las representaciones tradicionales y acciones de la madre cuidadora y del padre proveedor.

Rol paterno

El sistema patriarcal ha sido el núcleo de desarrollo y validación cultural de la denominada masculinidad hegemónica. Dentro de ésta se encuentra la paternidad tradicional donde el hombre ejerce el papel de proveedor en un sentido económico. Además, no se le permite el involucramiento en el cuidado de los hijos ni demostraciones de cariño, ya que se considera como responsabilidad propia de las mujeres (Gallardo, Gómez, Muñoz, & Suárez, 2006). Los autores, además, señalan que los padres ejercen control sobre la conducta de sus hijas e hijos, situación secundada por la madre. Frente a este modelo tradicional y con el quiebre de la designación del género femenino al ámbito privado y del masculino al público, el hombre asume su función de cuidador y protector de su descendencia saliendo de la imagen de autoritarismo y logrando cuasi equipararse al rol materno.

Los discursos de la madres evidencian que la presencia constante de un padre responsable y que cuente con un trabajo estable, facilita y mejora las condiciones de alimentación de la familia, debido a que la disponibilidad de ingresos permite la compra de alimentos más variada en cantidad y calidad (Restrepo & Gallego, 2005)

Rol de otros actores

La incorporación de la madre al mundo laboral llevó a que la alimentación sea asignada muchas veces a otros familiares como las abuelas/os, tíos/as, hermanos/as mayores o incluso vecinos (Cabello Garza & Reyes, 2011), sin embargo continúan siendo las mujeres, madre y/o abuela, quienes mantienen un rol fundamental en los procesos de crianza (Cristiani, y otros, 2014). Las madres mencionan que no siempre están de acuerdo con las prácticas alimentarias que promueven las abuelas, ya que esto, muchas veces afecta negativamente la salud de sus hijos/as.

Aquí entra en juego una disputa por el papel de cuidadora, donde ambas asumen la responsabilidad por la crianza de los y las más pequeños/as, situación que suele generar

roces poco agradables. Esta relación de confrontación puede responder a diferentes intereses, la madre, en estos casos, busca mejorar la salud evitando el consumo de ciertos alimentos entendidos como malos; mientras que el motivo de la abuela podría ser el de consentir o ganarse el afecto del nieto/a.

Rol femenino/masculino

Desde que se nace, a todas las personas se les impone un modelo de feminidad y de masculinidad que, de alguna manera, obliga bajo ciertas reglas socioculturales a ajustarse a esos patrones. Es decir, existe una forma de ser socialmente aceptada propia para los hombres y otra para las mujeres (Cabello Garza & Reyes, 2011). Los discursos denotan una división entre niños y niñas en la manera que tienen de enfrentar el momento de comer, más específicamente la selección alimentaria. Esto se debe, en parte, al rol de género que sus padres sostienen y reproducen; el cual funciona como modelo a imitar por parte de los hijos/as, donde el sexo masculino tiene voz de decisión y el sexo femenino tiende a la sumisión. Entonces, se perpetúa el esquema patriarcal donde “el papel dulce, tierno, reproductivo y doméstico sea asunto de las mujeres; y que por lo contrario, el papel de fuerte, sin sentimientos, de macho y productivo, sea masculino” (Cabello Garza & Reyes, 2011).

El exceso de peso y su relación con el rol de género, podría verse en la magnitud diferenciada en cuanto a la cantidad de alimentos que se les ofrece a los niños y niñas. Ocurre, por ejemplo, cuando se les presenta una porción más grande de comida a los niños ya que se les considera más activos, a diferencia de las niñas que, consideradas más tranquilas, se les provee porciones más pequeñas. Por otro lado, se reconoce la existencia de ciertos platos con significados atribuidos al género, por lo que habría platos masculinos como las carnes rojas y la cerveza, en contraposición de los femeninos como las carnes blancas, las ensaladas, alimentos light, entre otros.

Seguridad alimentaria

Entendiendo que la Seguridad Alimentaria “se consigue cuando todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico y económico a suficiente alimento, seguro y nutritivo, para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias, con el objeto de llevar una vida activa y sana” (Programa Especial para la Seguridad Alimentaria - PESA - Centroamérica, 2011), las familias cuentan con diferentes medios para cumplir con, al menos una, de las dimensiones necesarias para que se cumpla la alimentación como derecho fundamental y evitar caer en la Inseguridad Alimentaria.

Los discursos evidencian las diferentes estrategias que adoptan las familias. Por ejemplo, la ayuda de terceros para abastecerse de alimentos. Se ven mecanismos para disminuir los gastos destinados a la compra de alimentos sin ahorrar en nutrientes, como reemplazar alimentos por otros o ser beneficiarios de planes o programas de asistencia nutricional de

nivel provincial. En cuanto a la utilización biológica de los alimentos surge como resultado del uso individual de los mismos abarcando la ingestión y absorción por parte del organismo; las madres refieren la importancia que tienen ciertas comidas del día, como el desayuno, para la obtención de energía ya que entienden que es una etapa fundamental en el desarrollo y crecimiento de sus hijos/as.

En las representaciones sociales de las madres, no aparece explícitamente la Seguridad Alimentaria, pero se ve reflejada en determinadas prácticas que garantizarían la disponibilidad, la accesibilidad y la correcta utilización biológica.

Discusión y conclusiones

Para acceder al estudio del problema del investigación se conceptualizó a la malnutrición por exceso como fenómeno multicausal y la primer decisión metodológica que se asumió fue analizar los discursos de los/as tutores/as de NyN con exceso de peso, a partir de siete categorías analíticas: 1) Ingesta, costumbres y prácticas alimentarias; 2) Condicionantes de la selección alimentaria; 3) Comensalidad familiar; 4) Proceso de salud y enfermedad; 5) Imagen corporal y valores estéticos; 6) Rol social, 7) Seguridad Alimentaria.

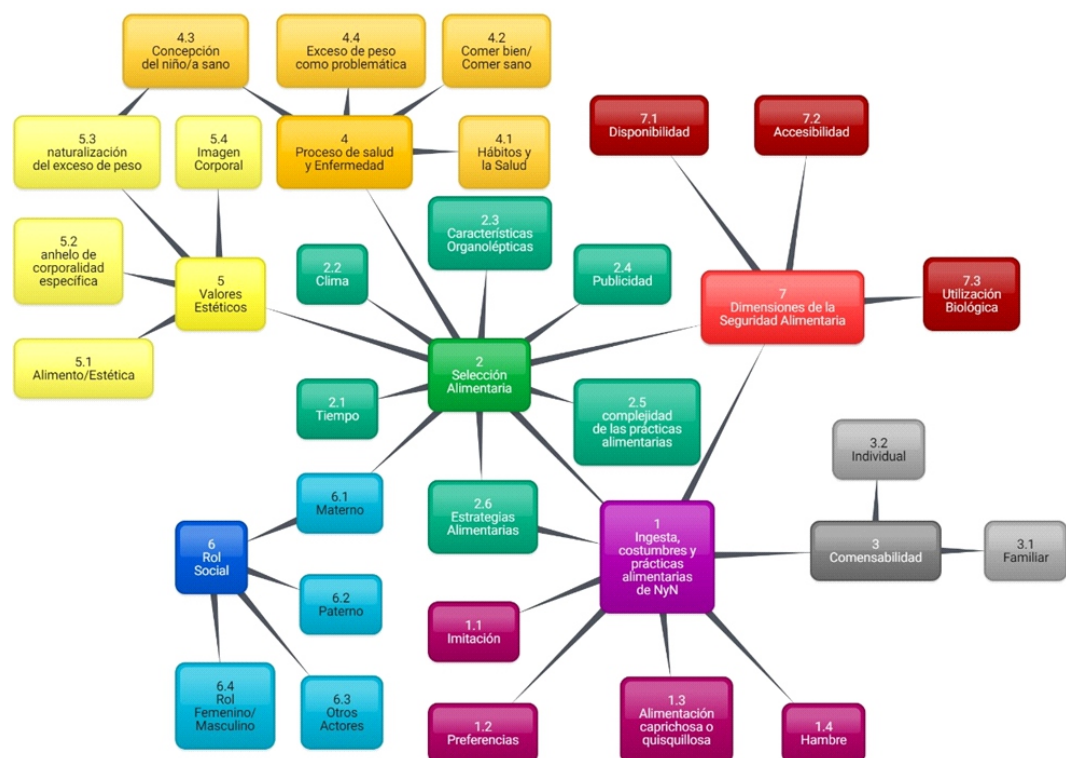


Gráfico 1: Esquema sobre Representaciones sociales de tutores/as de la alimentación de niños/as
Fuente: elaboración propia

A partir del esquema propuesto (1), es posible visibilizar categorías y subcategorías que se desprenden de las representaciones de los/as tutores/as acerca de la alimentación. Dichas representaciones conforman un sistema de valores, normativas e ideas que establecen un orden permitiéndoles orientarse en su mundo material y simbólico y solo pueden ser comprendidos en su realidad holística, no resultando pertinente desagregar.

Se ha podido observar que, las representaciones sobre la alimentación posibilitan la comunicación entre los miembros de una familia y comunidad proporcionándoles un código para el intercambio social, a partir del cual pueden nombrar y clasificar sin ambigüedades los diversos aspectos de las prácticas alimentarias. La malnutrición por exceso se expresa en el sobrepeso, en la obesidad y en última instancia en la obesidad mórbida. Desde una mirada holística, es un fenómeno sociocultural complejo, por lo que, en su abordaje, tanto en intervención como en investigación, es necesario abordarlo desde un marco interdisciplinario e intersectorial.

En cuanto a los roles, generalmente es la madre quien, al interior del grupo familiar, asume el papel principal respecto a la crianza, el cuidado y, por lo tanto, la alimentación. En la mayoría de los discursos se advierte que algunas madres demostrarían una falta de capacidad para decir “no” cuando los mismos solicitan ingerir más alimentos (generalmente ricos en grasas saturadas, azúcar y sal), aduciendo tener hambre. Esto podría contribuir a la generación y mantenimiento del exceso de peso por conformarse una alimentación sin límites establecidos en cuanto a la cantidad o tipo de alimento.

Es posible captar a través de los discursos, sensaciones de culpa e impotencia en las madres dado que no siempre pueden cumplir con las responsabilidades de alimentar satisfactoriamente al NyN, y algunas piensan que generan cierto grado de estrés en el infante cuando lo fuerzan a comer. Para sobrellevar esta situación, elaboran estrategias para que el pequeño/a coma, por ejemplo, distraendo su atención por medio de la televisión; sin embargo, diferentes estudios afirman que el hecho de comer viendo la televisión, generaría un exceso en la ingesta debido al hecho de que la persona no es consciente de qué ni de cuánto come. En este sentido, se considera importante que el momento de comer sea sin distracciones, acompañado de un adulto en lo posible y que se desarrolle en un ambiente tranquilo. Por otro lado, algunas madres no admitirían la intervención del padre como cuidador y responsable de la alimentación del NyN, producto de la desconfianza hacia la figura paterna. Esto lleva a inferir que la estructura patriarcal en la que se encuentran inmersos ejerce poder sobre las representaciones tradicionales y condiciona las funciones de la madre cuidadora y del padre proveedor.

Se piensa que una manera posible para revertir esta situación sería que el padre asuma su responsabilidad plena en la toma de decisiones sobre la alimentación de sus hijos/as, más allá de brindar sostén económico y material. De todos modos, las estructuras familiares tradicionales están sufriendo cambios en los albores del siglo XXI, y es posible advertir cada

día más presencia de familias monoparentales dirigidas por hombres que asumen con eficacia todas las responsabilidades del cuidado del NyN.

Los discursos muestran que generalmente es la madre quien se hace responsable de la alimentación, generando estrategias para que la comida no falte. Por ejemplo, por medio de la participación de terceros en el abastecimiento de alimentos, reemplazando alimentos por otros más económicos, o siendo beneficiarios de planes o programas de asistencia nutricional que permitan garantizar la Seguridad Alimentaria del hogar.

En ocasiones se manifestó que la selección alimentaria que realizan las madres estaría condicionada por el tiempo con el que cuentan para cocinar. Esto permite diferenciar la comida rápida de las elaboradas. Lamentablemente, son las comidas rápidas las que se preparan en la mayoría de los casos, dada la disponibilidad de tiempo, y estas suelen ser las más ricas en hidratos de carbono y grasas. La selección alimentaria en ocasiones genera aceptación o rechazo del alimento por parte de los NyN. Ante esta situación, algunas madres diseñan y utilizan estrategias como incorporar alimentos complementarios que sean del gusto de los NyN, en otros casos los padres están presentes durante la comida para asegurarse que tomen todos los alimentos, otra posibilidad es la negociación para estimular el consumo de alimentos que consideran importantes o no, lo que genera el rechazo de alimentos que no se consideran sanos.

Se advierte en los discursos que en ocasiones lo que el infante va a comer y lo que la madre le va a ofrecer depende también de las características organolépticas de los alimentos (colores, sabores, olores y texturas), que suelen condicionar, en parte, la aceptabilidad o rechazo de los mismos, siempre se pudo observar que las elecciones están relacionadas a la cultura de la que forman parte.

Otro condicionante de la selección alimentaria es el marketing de los productos destinados a NyN. En algunos discursos se menciona que existen productos alimentarios que los NyN demandan a sus padres en función de modas y/o estrategias publicitarias (como el acompañamiento del mismo con juguetes, juegos o figuras coleccionables) en sus empaques; algunas madres son conscientes de que los prescolares son muy susceptibles a estas estrategias de mercado que no favorecen la nutrición, sino más bien la incorporación de golosinas y alimentos ricos en azúcares simples, grasas y sal. Estas conductas se potencian en el ámbito preescolar, donde la imitación entre pares está muy presente, quizás por el deseo de pertenencia al grupo.

En relación con la ingesta alimentaria de NyN con exceso de peso, se desprende que la misma involucra un entramado de aspectos psicológicos y culturales y no respondería únicamente a la satisfacción de una necesidad biológica como el hambre. Respecto a la sensación de hambre que experimentan y expresan los NyN, algunas madres entienden que no siempre responden a necesidades biológicas; en ocasiones se piensa que la comida permite satisfacer necesidades sociales y afectivas y muchas veces predispone al desarrollo

y mantenimiento del exceso de peso.

Se ha detectado que, en algunos casos se produce el fenómeno de alimentación quisquillosa o caprichosa, que provoca el rechazo de ciertos alimentos, influyendo de alguna manera sobre el estado nutricional, en relación con la carencia de algunos micronutrientes y el exceso de alimentos “malsanos” que favorecen el exceso de peso.

Por otro lado, se pudo evidenciar que existe un proceso de naturalización de la imagen corporal del NyN gordito/a producto de verlo así diariamente, lo que genera un acostumbramiento y una situación que no se cuestiona. Incluso, algunas madres expresaron el deseo de que el hijo/a suba de peso sin ser necesario, debido en parte, a que la imagen corporal de un NyN “gordito/a” y “panzoncito/a” se encuentra internalizada como sinónimo de salud y de cierto modo, denotan cariño. Se detectó además la presencia de otros calificativos como “hinchado” y “robusto” que tampoco se asociaron a la condición de sobrepeso u obesidad.

Se ha podido observar que las representaciones de los tutores/as sobre la alimentación se relacionan con las representaciones de salud/enfermedad, y éstas, a su vez, con ciertos valores estéticos referidos a la imagen corporal. Se evidencia una recurrencia entre las representaciones sociales de las madres de NyN con sobrepeso a considerar que el NyN sano/a o saludable es aquel que está “gordito/a”, en contraposición del niño/a “flaquito/a” que representa la enfermedad. Por ello, no se considera al exceso de peso como un factor de riesgo, en consecuencia, no asisten a los controles sanitarios al entender que infante no estaría enfermo/a, dando continuidad al exceso de peso.

En los diferentes discursos se evidencia que estas representaciones se materializan en determinadas prácticas que incluyen tipos de comensalidad, preferencias y selección alimentaria, que, a su vez, están condicionadas tanto por el tiempo para cocinar, el clima, la accesibilidad y disponibilidad de alimentos, como por la utilización biológica de los mismos. Todo esto permite hacer posible a la Seguridad Alimentaria del grupo familiar, principalmente asegurando la alimentación del NyN por sobre las necesidades de otros miembros de la familia.

Los resultados de esta investigación aportan nuevos elementos a la comprensión de las prácticas alimentarias y a la nutrición de los NyN preescolares en el ámbito familiar, para aproximarse al conocimiento de significados y valoraciones que subyacen en las prácticas alimentarias de las familias de NyN con malnutrición por exceso.

Por lo demás, se pudo comprobar que esta problemática dado el nivel de complejidad debe ser analizada desde abordajes teórico-metodológicos interdisciplinarios, contrariamente a lo que suele ocurrir en la realidad, cuando este tipo de investigaciones e intervenciones se fragmentan desde un campo disciplinar, lo que impide dar respuestas eficientes a esta problemática de salud que está mostrando un crecimiento significativo a nivel global en los últimos años.

Es importante destacar que el problema de la malnutrición por exceso infantil demanda la voluntad de diversos actores. En esta investigación, se observa que la madre no contempla al sobrepeso y obesidad como una problemática de salud, por lo que es pertinente que el primer paso en el tratamiento de la malnutrición por exceso se centre en que la madre reconozca la presencia de la problemática en sus hijos/as. Es decir, se debe trabajar para que las familias reconozcan, desnaturalicen y acepten el problema que el NyN con exceso de peso presenta y asuman su responsabilidad en la promoción de prácticas alimentarias saludables en un entorno familiar que favorezca su mantenimiento. Por supuesto, todo esto sumado a acciones intersectoriales e interdisciplinarias por parte del sistema de salud en un marco de políticas públicas acordes a la lucha contra el sobrepeso y la obesidad.

Bibliografía

- Aguirre, P. (2004). Ricos flacos y pobres gordos. La alimentación en crisis. Buenos Aires: Capital Intelectual.
- Araya Umaña, S. (2002). Las representaciones sociales: Ejes teóricos para su discusión. San José.
- Beltrán, C. B. (2012). La influencia de la cultura occidental en los cuidados del cuerpo relativos a la estética, a la actividad física y la alimentación. *Cultura de los cuidados*, 16(34), 11 - 19.
- Bourdieu, P. (2007). La miseria del mundo. Buenos Aires: Fondo de la cultura Económica.
- Contreras, J., & Gracia, M. (2005). Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas. Barcelona: Ariel.
- Costell, E. (2001). La aceptabilidad de los alimentos: nutrición y placer. *Arbor*, 168(661), 65-85.
- Cristiani, L. S., Bertolotto, M., Anderson, M., Polinelli, S. N., Collavini, M., Seijo, F., & Delfino, M. (2014). Significado cultural de la crianza y de los roles maternos y paternos. *Aportes a la reflexión teórica*. Buenos Aires.
- De la Cruz, E. (2008). La Alimentación: un acto para repensar, reflexionar y redefinir desde la perspectiva educativa. *Revista del Instituto Pedagógico de Miranda José Manuel Siso Martínez*, 8(2).
- De Quiroga, A., & Racedo, J. (1993). *Crítica de la vida cotidiana*. Buenos Aires: Ediciones Cinco.
- Faar, R. (1984). Las representaciones sociales. En Moscovici, S. *Psicología Social II. Pensamiento y vida social. Psicología Social y problemas sociales*. Barcelona-Buenos Aires-México: Paidós.
- Figuroa Rodriguez, A., García Rocha, O., Revilla Reyes, A., Villarreal Caballero, L., & Unikel

- Santoncini, C. (2010). Modelo estético corporal, insatisfacción con la figura y conductas alimentarias de riesgo en adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 48(1), 31-38.
- Gajardo Ibañez, P. (2003). Factores socioculturales familiares asociados a la obesidad en el preescolar beneficiario de JUNJI, Región Metropolitana. Santiago de Chile, Chile.
- Gallardo, G., Gómez, E., Muñoz, M., & Suárez, N. (2006). Paternidad: Representaciones sociales en jóvenes varones heterosexuales universitarios sin hijos. *SciELO*, 15(2), 115-116.
- Glaser, B., & Strauss, A. (1967). El método de comparación constante de análisis cualitativo. En B. Glaser, & A. Strauss, *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research* (F. Forni, Trad., págs. 101-115). New York: Aldine Publishing Company.
- Guber, R. (2005). *El salvaje metropolitano. Reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo*. Buenos Aires: Paidós.
- Maiz Aldalur, E., Maganto Mateo, C., & Balluerka Lasa, N. (2014). Neofobia y otros trastornos restrictivos alimentarios en la infancia y consumo. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 20(4), 150-157.
- Mendizábal, N. (2006). Los componentes del diseño flexible en la investigación cualitativa. En I. Vasilachis de Gialdino, *Estrategias de investigación cualitativa* (págs. 65-105). Barcelona, España: Gedisa.
- Programa Especial para la Seguridad Alimentaria - PESA - Centroamérica. (2011). *Seguridad Alimentaria Nutricional, Conceptos Básicos*.
- Redondo, M. A. (2012). Preferencias alimentarias de las madres y su utilidad como predictor del patrón de consumo de sus hijos en edad escolar.
- Restrepo, L. S. (Abril de 2007). Percepciones frente a la alimentación y nutrición del escolar. *Perspectivas en Nutrición Humana*, 9(1), 23-35.
- Sandoval, C. A. (1997). *Investigación cualitativa. Programa de especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social*. Medellín.
- Sautu, R. (2005). *Todo es teoría. Objetivos y métodos de investigación*. Buenos Aires: Ediciones Lumiere.