

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, León
Área de Conocimiento Ciencias de la Educación y Humanidades
Área Específica de Trabajo Social



Hábitos alimenticios de la familia y su incidencia en la desnutrición de los niños y niñas de 3 a 5 años del barrio Augusto C. Sandino, Chinandega

Monografía para optar al título de licenciado(as) en Trabajo Social

Autores(as):

Bra. Beria Valentina Castillo Ayala 18 – 03011-6

Bra. Ana Judith Hernández López 17 – 01071- 6

Br. Deivy Josué López Molina 17 – 03692 - 6

Tutor:

MSc. Roger Antonio García González

León, 31 mayo de 2024

“2024: 45/19; La Patria, La Revolución”

Resumen

El presente trabajo investigativo, trata sobre los hábitos alimenticios en la vida diaria de los niños y niñas, el problema planteado consistió en los hábitos alimenticios de las familias y como inciden en la desnutrición de niños y niñas del barrio Augusto C Sandino, Chinandega, el objetivo general radicó en Identificar cómo los hábitos alimenticios de las familias inciden en la desnutrición infantil, en los objetivos específicos determinamos el nivel de conocimiento que tienen los padres de familia sobre estilos de vida y nutrición; y valorar el estado nutricional de los niños y niñas, a partir de la incidencia de los hábitos alimenticios de la familia.

La metodología del estudio realizado fue cualitativa descriptiva, el instrumento se basó en aplicación de entrevistas al líder comunitario, a 1 representante del MINSA, a 1 representante de MINED y a padres de familia.

Las practicas alimentarias cotidianas y el fácil acceso a alimentos que poseen escasos de nutrientes fueron los principales hallazgos encontrados a causa del estilo de vida sedentario de las personas, influyendo los problemas económicos y socioculturales en las familias.

Palabras claves: Desnutrición, hábitos alimenticios, ámbitos, desarrollo, socioeconómico.

Carta de autorización del tutor

El profesor Roger A. García, docente del departamento de Trabajo Social,

Certifica

Habiendo sido nombrado tutor de monografía, la cual es requisito para optar al Título de Licenciada en Trabajo Social, de los egresados:

Autores(as):

Bra. Beria Valentina Castillo Ayala

Bra. Ana Judith Hernández López

Br. Deivy Josué López Molina

Hábitos alimenticios de la familia y su incidencia en la desnutrición de los niños y niñas de 3 a 5 años del barrio Augusto C. Sandino, Chinandega

Monografía para optar al Título de Licenciados en Trabajo Social.

Certifico que he revisado y aprobado la estructura y metodología del trabajo de investigación considerándola adecuada y que cumple con los requisitos acordes a la investigación científica, constituyendo un aporte a la carrera de Trabajo Social, cumpliendo con los parámetros del Reglamento de forma de culminación de estudios de la UNAN – León.

Por lo tanto, dicha monografía se encuentra apta para ser evaluada por un tribunal, en la fecha que las autoridades facultativas lo estipulen.

MSc. Roger A. García

Tutor

Índice

Introducción.....	1
OBJETIVOS.....	5
I Marco Referencial.....	6
II HIPÓTESIS	13
III OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.	14
IV DISEÑO METODOLÓGICO	19
a) Tipo de estudio.....	19
b) Área de estudio	19
c) Universo y Población.....	20
d) Muestra	20
e) Criterio de Inclusión.....	20
f) Métodos técnicos y procedimientos utilizados	21
V. Resultados y Discusión.....	25
VI. Conclusiones	32
VII. Recomendaciones	33
VIII. Referencias Bibliográficas	34
IX. Anexos	35

Introducción

El presente trabajo aborda el problema que se crea debido a los **hábitos de alimentación que poseen las familias de los niños y niñas del barrio Augusto C. Sandino** y como esto están incidiendo en su nutrición, ya que afecta distintos aspectos de su desarrollo.

Esta investigación se enfoca en las principales **consecuencias** y la **importancia** que conlleva tener presente en la vida un buen balance alimenticio, lo cual permite tratar de concientizar a las familias con relación a dicha problemática.

Según la ((OMS), 2018) desnutrición es una causa destacada de la mala salud y mortalidad prematura entre los niños en los países en desarrollo, se examina la manera de medir la prevalencia entre los niños y se sostiene que los índices habituales de retraso de crecimiento, emaciación y peso inferior al normal se podrían estar subestimando, cada uno de ellos, a la magnitud del problema. Esto tiene implicaciones importantes para los formuladores de políticas, los planificadores y las organizaciones que están intentando alcanzar las metas internacionales de desarrollo.

Los **hábitos alimenticios** familiares son la clave para obtener una buena nutrición por ende estudiamos como se estarían aplicando en los hogares del Barrio Augusto C. Sandino y así se determinaría de qué manera estos hábitos podrían incidir en la desnutrición de los niños y niñas de esta localidad en el periodo de tiempo de marzo 2018 a junio 2019.

Como investigadores tenemos presente que la desnutrición es considerada uno de los componentes para no alcanzar u obtener un estado de salud optima y garantizar una buena calidad de vida.

Lo que algunas organizaciones opinan sobre la desnutrición en Nicaragua ya que somos un país donde hay un índice alto de desnutrición esto es debido a la falta de información y poca practica de hábitos alimenticios saludables.

Siguiendo a la OMS: la desnutrición es la ingesta insuficiente de alimentos de forma continuada, que es insuficiente para satisfacer las necesidades de energía alimentaria,

sea por absorción deficiente y/o por uso biológico deficiente de los nutrientes consumidos. (De la Mata, 2008)

En Nicaragua, la deficiencia proteico-energética es la forma de desnutrición más generalizada, casi siempre vinculada con condiciones de pobreza y asociada a carencias de nutrientes específicos. Esta deficiencia se manifiesta con un retraso del desarrollo físico e intelectual de los niños y niñas. ((FAO), 2018)

Aunque normalmente no se menciona la pobreza como la causa principal de la desnutrición existen otras causas tan importantes como la presencia de enfermedades (Diarrea, infecciones respiratorias agudas y otras), la falta de educación y de información sobre la buena o adecuada alimentación el no consumo de suplementos vitamínicos o alimentos fortificados, y el costo de los alimentos.

Esta investigación se justifica con la comprobación del gran impacto que producen los malos hábitos de alimentación que poseen las familias ya que se demuestra que afectan directamente la nutrición de los niños y niñas. la profundidad del estudio ayuda a comprender la importancia de crear estrategias efectivas que busquen dar solución al problema que se desencadena con la desnutrición de niños y niñas en Chinandega y en Nicaragua como tal.

El **MINSA**, garante de los derechos de los nicaragüenses a la salud y a estar protegidos contra el hambre, considera el combate a la desnutrición como uno de los ejes centrales de sus políticas públicas; por tanto, a partir del año 2008 se definió el uso del indicador de desnutrición crónica en niños menores de 5 años, incluidos en la matriz de seguimiento al logro de los Objetivos del Desarrollo Del Milenio (ODS). (UNAN, Faren Esteli , 2019)

La desnutrición en sus diversas formas es la más común de las enfermedades, tal situación hace pensar que existen prácticas deficientes de las diversas estrategias y acciones comunitarias implementadas por el MINSA. (UNAN, Faren Esteli , 2019)

Las causas de la desnutrición a nivel global son multifactoriales y muchas de ellas se pueden extrapolar al territorio en estudio, por ejemplo, la incidencia del bajo nivel

socioeconómico en dichas familias las cuales se caracterizan por ser numerosas, sufrir de hacinamiento y tener bajo nivel académico. (UNAN, Faren Esteli , 2019)

Otro elemento importante que está vinculado al aspecto sociocultural y que tiene gran impacto en el estado nutricional de la niñez es la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida, la cual de no cumplirse genera la no transmisión de anticuerpos y por tanto niños y niñas con mayor número de hospitalizaciones, así como la utilización de sucedáneos de la lactancia materna y ablactación temprana.

El **MINED** a través del Programa Integral de Nutrición Escolar (PINE) busca contribuir al mejoramiento de las condiciones de educación, nutrición y cultura alimentaria de los niños, niñas mediante la implementación de los 4 componentes de la estrategia de seguridad alimentaria y nutricional del MINED, con la participación activa de las familias y las comunidades en los centros educativos del país. (MINED, 2007)

Como investigadores realizamos este trabajo con el fin de contribuir a explicar las causas de la problemática sobre la desnutrición en los niños y niñas proponiendo acciones, como un cambio en la alimentación que sea sana, equilibrada y nutricional, enfocándonos en encontrar soluciones sobre las incidencias que ocasionan los malos hábitos alimenticios, trataremos de informar a las personas para que puedan mejorar sus planes de dietas o agenda nutricional dentro y fuera de sus hogares, proporcionando así una nutrición adecuada a los niños y niñas de 3 a 5 años. Como colectivo de a nivel de carrera y profesionales del trabajo social. Para los estudiantes de la carrera de trabajo social esta investigación es de mucha importancia porque permitirá conocer el papel que están jugando los profesionales de igual forma conocer el gremio que pueden ejercer ante distintas organizaciones gubernamentales y no gubernamentales atendiendo dicha problemática y profundizando en la realización del estudio.

El barrio Augusto C. Sandino, Chinandega en sentido general será beneficiado con el desarrollo de este estudio debido a que los padres de familia podrán tener información actualizada sobre la problemática, ampliando así las posibles intervenciones de distintas instituciones en referente a la salud pública y especialmente en lo primordial a la salud preventiva. Por otro lado, la investigación es de mucha utilidad para el buen manejo de

la alimentación directa e indirectamente a niños, niñas y adolescentes para tratar de mejorar su nutrición.

Por todo lo anterior planteamos el siguiente problema. ¿Cómo inciden los hábitos alimenticios de la familia en la desnutrición de los niños y niñas del Barrio Augusto C. Sandino, del periodo febrero a diciembre 2023?

OBJETIVOS

Objetivo General

Identificar cómo los hábitos alimenticios de las familias inciden en la desnutrición infantil.

Objetivos Específicos

Determinar el nivel de conocimiento que tienen los padres de familia sobre estilos de vida y nutrición.

Valorar el estado nutricional de los niños y niñas, a partir de la incidencia de los hábitos alimenticios de la familia.

I Marco Referencial

Antecedentes:

La desnutrición infantil es un problema grave que afecta a millones de niños y niñas en todo el mundo. Según la **Organización Mundial de la Salud**, 52 millones de niños y niñas menores de 5 años presentan emaciación, 17 millones padecen emaciación grave y 155 millones sufren de retraso del crecimiento. (OMS, 2021)

La desnutrición es considerada uno de los principales componentes para alcanzar el estado de salud optima y garantizar una buena calidad de vida es el factor más importante en el crecimiento y desarrollo del infante para lo que hacer deficitaria o excesiva en los macros o micronutrientes, se produce un retardo en el crecimiento y la maduración de niños y niñas de 3 a 5 años en estado de desnutrición.

Las organizaciones de las naciones unidas para la Agricultura y alimentación (FAO) sitúan a Nicaragua como un país donde hay un índice alto de desnutrición esto implica que de 6 millones de pobladores el 27% sufre de desnutrición a causa de la pobreza que hay en el país siendo así comparativamente el más alto de centro América entre el 20% y 10%.

Según el programa Mundial de alimentación (PMA) y las organizaciones de las Naciones Unidas para la Agricultura y la alimentación (FAO), realizo una evaluación rápida de la seguridad Alimentaria y nutricional de las familias rurales en situaciones de pobreza en los municipios de corredor seco del país. Este estudio al evaluar la variedad de la dieta en los hogares encuestado encontró que estaban consumiendo tres grupos de alimentos de un mínimo de cinco recomendados nutricionalmente tales como son: cereal leguminoso y proteínas de origen animal (huevos) lo que determina una dieta pobre. (Agricultura, 2007)

En Chinandega se realizó un estudio del tema sobre los factores que inciden en la desnutrición infantil hay algunos organismo que han tratado el tema de la desnutrición, la alta vulnerabilidad principalmente de niños y niñas de 3 a 5 años así como los hábitos higiénicos, sanitarios inadecuado que predomina en la población, así mismos se

identificó la poca capacidad de adquisición de producto nutritivo que permite tener una vida saludable, las principales enfermedades que se presentan como mayor frecuencia en las comarcas, caseríos y barrios son las infecciones respiratorias aguda (IRA) con un 43 % seguido por las enfermedades de la piel con un 20% y las enfermedades diarreicas agudas (EDA) con un 10% y un 14% con anemia provocada por la desnutrición.

Las condiciones de desnutrición traen consecuencias graves para las niñas, principalmente, por que tendrían en un futuro cuando sea una joven adulta o un niño desnutrido. Además, la condición de esta mamá se agravaría durante el embarazo y la lactancia, a la vez que él bebé tendría problema serio de salud, si es que no muere meses después de haber nacido.

Fundamentación teórica:

De acuerdo a la definición de la Organización Mundial de la Salud (**OMS**), la mala alimentación o malnutrición “se refiere a las carencias, los excesos y los desequilibrios de la ingesta calórica de nutrientes de una persona”.

En otras palabras, una alimentación inadecuada es aquella que supone algún desequilibrio en nuestra salud. Esto incluye las dietas cargadas de grasas y azúcares refinados y que, a su vez, no aportan los nutrientes esenciales que promueven el buen funcionamiento del organismo.

Existen cuatro tipos principales de desnutrición: emaciación, retraso del crecimiento, insuficiencia ponderal, y carencias de vitaminas y minerales. Por causa de la desnutrición, los niños, en particular, son mucho más vulnerables ante la enfermedad y la muerte. (OMS, 2021)

La insuficiencia de peso respecto de la talla se denomina emaciación. Suele indicar una pérdida de peso reciente y grave, debida a que la persona no ha comido lo suficiente y/o a que tiene una enfermedad infecciosa, como la diarrea, que le ha provocado la pérdida de peso. Un niño pequeño que presente una emaciación moderada o grave

tiene un riesgo más alto de morir, pero es posible proporcionarle tratamiento. (OMS, 2021)

La talla insuficiente respecto de la edad se denomina retraso del crecimiento. Es consecuencia de una desnutrición crónica o recurrente, por regla general asociada a unas condiciones socioeconómicas deficientes, una nutrición y una salud de la madre deficientes, a la recurrencia de enfermedades y/o a una alimentación o unos cuidados no apropiados para el lactante y el niño pequeño. El retraso del crecimiento impide que los niños desarrollen plenamente su potencial físico y cognitivo. (OMS, 2021)

Los niños que pesan menos de lo que corresponde a su edad sufren insuficiencia ponderal. Un niño con insuficiencia ponderal puede presentar a la vez retraso del crecimiento y/o emaciación. (OMS, 2021)

Es conocido que la desnutrición en niños y niñas de 3 a 5 años tiene un impacto de ciclo de vida, hay consenso específico acerca de que en esta etapa se modelan y estructura la base fundamental de la característica física cognitiva psicológica que se consolidan en sucesiva etapa del desarrollo. En ninguna otra etapa de la persona se repiten niveles semejantes de desarrollo cerebral como lo existente en la primer infancia. Los niños que se desnutren en los primeros años de vida, se exponen a mayor riesgo de muerte durante su infancia y morbilidad y de desnutrición durante todo el ciclo de vida. Alimentando su potencial de desarrollo físico e intelectual de oportunidades de desarrollo se acentúa por el hecho comprobado de que la capacidad infantil afecta a la capacidad cognitiva y física lo que trae como consecuencia bajo rendimiento escolar e incluso deserción. Esto limita las oportunidades de desarrollo, profesional y económico a lo que contribuye a perpetuar el ciclo de la pobreza.

La incidencia de los hábitos alimenticios influye en la desnutrición como causa de enfermedades:

Los nutricionistas y sanitaristas no tienen en cuenta que la desnutrición es la causa de todas las enfermedades y que además toda la enfermedad es aguda y con un denominador común que es la inflamación. Los mecanismos del hambre, especialmente del hambre celular, unos pasan hambre 1/3 de la población Municipal, cuando la

alimentación no está balanceada y no es suficientemente alcalina por carecer de micronutriente, la nutrición celular será deficiente y será el motivo por el cual se dispara el mecanismo del hambre, para reclamar esos micronutrientes ausentes en la comida chatarra.

Como calcular el estado nutricional infantil

Para evaluar el estado nutricional en niños menores de 5 años se han utilizado convencionalmente los índices peso/edad (P/E), talla/edad (T/E) y peso/talla (P/T), y en los últimos años se ha manejado adicionalmente el índice de masa corporal (IMC = peso [kg]/talla² [m]). El índice P/E se ha utilizado para identificar bajo peso para una edad determinada y permite hacer el diagnóstico de la desnutrición cuando existe un déficit mayor al 10%, T/E para identificar niños con baja talla o desmedro, mientras que el P/T permite determinar la desnutrición aguda (1). El IMC desarrollado por Quetelet en 1869 se ha utilizado principalmente en adultos y, en fechas recientes, para evaluar el estado nutricional de niños y adolescentes (2). El IMC es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad. Por su simpleza, bajo costo y adecuada correlación con la grasa corporal total, la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo recomienda también para evaluar antropométricamente el estado nutricional de la población menor de 20 años (3). Sin embargo, no se debe olvidar que es un índice global de corpulencia que no permite diferenciar la masa grasa de la masa magra y, por tanto, no es una medida precisa de adiposidad a nivel individual (4). Actualmente, es uno de los indicadores más utilizados para caracterizar el estado nutricional, no solo en adultos sino también en niños y adolescentes, y ha sido empleado tanto en estudios epidemiológicos como clínicos. (Estado Nutricional, 2017)

Factores que influyen en la desnutrición infantil

Factor Socioeconómico:

El estado socioeconómico tiene una gran influencia sobre la alimentación y está sobre la salud. A lo largo de la historia, la pobreza se ha asociado con dietas deficientes y enfermedades carenciales y enfermedades infecciosas. En la transición epidemiológica,

las enfermedades crónicas desplazan a las infecciosas como primera causa de defunción. Se produce también una transición nutricional pasando a consumir dietas más hipercalóricas y ricas en grasas saturadas. Paralelamente, se invierte el patrón de mortalidad y son las personas de menor nivel socioeconómico, las que presentan las mayores tasas de obesidad, diabetes y morbi-mortalidad por enfermedades cardiovasculares (EVC). (Corella Dolores, Ordovas Jose Maria, 2015)

Influencias culturales

Las influencias culturales conducen a diferencias en el consumo habitual de determinados alimentos y en las costumbres de preparación de los mismos; en ciertos casos, pueden conducir a restricciones tales como la exclusión de la carne y de la leche de la alimentación. Sin embargo, es posible cambiar las influencias culturales: cuando un individuo pasa a vivir en otro país, suele adoptar los hábitos alimentarios concretos de la cultura local de ese país. (Vida Sana, 2006)

Disponibilidad de recursos en la localidad

Una gran mayoría de familias no posee los suficientes recursos para adquirir y establecer una alimentación sana, nutritiva y balanceada en la que incluyan alimentos como carne roja, carne blanca, pescado, lácteos, verduras, frutas, legumbres o bien ya sea porque los precios se elevan demasiado y eso lo hace poco accesible. Al estar presente esas dificultades para adquirir dichos alimentos y tener la facilidad de conseguir más carbohidratos, azúcares y grasas saturadas. Hace que la alimentación sea un factor que influye en la desnutrición infantil.

Acceso a buena alimentación

La desnutrición tiene relación con la pobreza y la desigualdad social ya que los individuos que se enfrentan a condiciones de extrema vulnerabilidad económica, social y educativa. sufren de acceso inequitativo a servicios de salud y a dietas de buena calidad, siendo también una de las principales causas de mortalidad en infantes

Entorno social

Aunque la mayoría de los alimentos se ingieren en casa, cada vez hay una mayor proporción de alimentos que se consumen fuera de casa; por ejemplo, en los colegios, en el trabajo y en restaurantes. El lugar en el que se ingiere la comida puede afectar a la elección de alimentos, especialmente en cuanto a qué alimentos se ofrece a la gente. La disponibilidad de alimentos saludables en casa y fuera de casa incrementa el consumo de los mismos. Por desgracia, en muchos entornos de trabajo y escolares, el acceso a opciones alimenticias saludables es escaso. Ese hecho afecta en especial a quienes tienen horarios de trabajo (y, por ende, de alimentación) irregulares o a quienes tienen determinados requisitos (por ejemplo, las personas vegetarianas). (Vida Sana, 2006)

Conceptos:

¿Qué es comida chatarra?

La comida chatarra o comida basura es toda aquella que **no tiene un perfil nutricional recomendable**. Es así un término que se usa de forma extensa para referirse a diferentes tipos de comida no es saludable para el cuerpo

¿Cómo afecta la comida chatarra a los niños y niñas?

En los primeros años de vida, que son cruciales para el aprendizaje y desarrollo de los niños, el abuso de la comida chatarra puede provocar menos capacidad de atención, deterioro de la memoria y peor humor,

Consumo de alimento adecuado:

se refiere a que las persona deben consumir su alimento en su momento preciso y en cantidad suficiente de acuerdo a su necesidad de cada uno de ellos y está relacionado con la selección de las mismas actitudes, creencia y practica alimentaria.

La desnutrición:

Es el estado patológico provocado por exceso de gasto metabólico. Es la deficiencia de nutriente que generalmente se asocia a la dieta pobre en vitamina, minerales, proteína, carbohidratos y grasas.

La cultura alimentaria:

Es aquella que impide que aun disponibilidad y acceso a una alimentación saludable suficiente y variada, el individuo no la adquiera y consuma.

Nutrición:

Es la ciencia encarda del estudio y mantenimiento del equilibrio del organismo a nivel molecular y micro sistémico garantizando todo el evento fisiológico se efectúa de manera correcta y adecuada previniendo enfermedades.

Nutrición adecuada:

Es la que cubre el requerimiento adecuado de energía atravésé de la metabolización de nutriente como el carbohidrato proteínas y grasas.

Desarrollo alimentario en los niños y niñas:

En el período que se extiende desde el nacimiento hasta los 3 años de edad, la alimentación desempeña un papel fundamental para el desarrollo del niño ya que la mayoría de sus sistemas y órganos maduran durante este tiempo.

II HIPÓTESIS

Los malos hábitos alimenticios de la familia inciden negativamente en el estado nutricional de los niños y niñas del Barrio Augusto C. Sandino.

III OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

Variable independiente: los hábitos alimenticios que posee la familia.

Variable dependiente: Desnutrición en niños y niñas de 3 a 5 años.

Variable independiente	Definiciones	Dimensiones	Componentes	Indicadores/Descrptores	Índices
Los hábitos alimenticios que posee la familia.	El hábito alimentario, también conocido como régimen alimentario o a veces como dieta, es el conjunto de sustancias alimentarias que se ingieren formando hábitos o comportamientos nutricionales para los seres humanos y forma parte de su estilo de vida	Social	Núcleo Familiar	Hábitos de alimentación dentro y fuera de casa	Buenos Regular Malos
				Consumo de alimentos saludables	Alto Medio Bajo

			Educación	Conocimiento que poseen acerca de Nutrición adecuada.	Alto Medio Bajo
				Uso de recetas o guías de nutrición	Alto Medio Bajo
			Cultural	Influencia de la familia en la alimentación	Alta Media Baja

				Tradiciones y costumbres que poseen	Alta Media Baja
--	--	--	--	--	-------------------------------

Variable dependiente	Definición	Dimensiones	Componentes	Indicadores/Descr iptores	Índice
Desnutrición en los niños y niñas de 3 a 5 años.	La desnutrición infantil es una enfermedad producida por un insuficiente aporte de proteínas y/o calorías, necesario para satisfacer las necesidades alimentarias del organismo	Económica	Familia	Ingresos familiares	Alto Medio Bajo
				Número de Hijos	Muchos Pocos
				Cuántas personas viven en casa	Muchos Pocos

		Cultural	Costumbres	Consumo de frutas y verduras durante el día.	Alto Medio Bajo
				Numero de comidas al día	2 3 Más de 3
				Frecuencia con la que consume comida rápida	Alta Media Baja

IV DISEÑO METODOLÓGICO

a) Tipo de estudio

Atendiendo los modelos de la investigación y de acuerdo a las variables que se han utilizado, el estudio ha sido de tipo cualitativo, porque se aplicaron entrevistas en profundidad y se realizó una observación directa del contexto en que se da el problema. La variable cualitativa en lo que respecta a los hábitos alimenticios, calidad de vida, salud.

Este estudio se ha realizado a partir de un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, ya que se abordan las distintas opiniones y comportamientos que presentan las familias respecto a los hábitos de alimentación que poseen y la manera que estos conllevan a múltiples aspectos perjudiciales en sus vidas.

b) Según el análisis y alcance de los resultados, este estudio es descriptivo porque nos permite, identificar el nivel de conciencia que tienen los padres de familia del Barrio Augusto Cesar Sandino, sobre la incidencia o la gravedad que tiene la desnutrición infantil y como afecta a los niños y niñas de dicha localidad, este método nos permite analizar los patrones de alimentación que ponen en práctica las familias basándose en su cultura y tradición y sobre todo en las preferencias alimentarias que estos poseen.

c) Según la relación causa efecto, es retrospectiva.

d) Según el período o secuencia es **Transversal**: Según el periodo de secuencia en el tiempo que utilizamos para realizar esta investigación será trasversal ya que utilizamos el periodo febrero a diciembre 2023 creando así una línea de tiempo específica para la culminación de este estudio.

b) Área de estudio

El barrio Augusto César Sandino se divide en 2 sectores Augusto César Sandino 1 y Augusto César Sandino 2 se encuentra ubicado en la parte oeste del municipio de Chinandega, el cual se encuentran 30 niños y niñas de 3 a 5 años.

Este barrio limita:

Al norte con el barrio San Agustín

Al este con el barrio Camilo ortega

Al sur con el barrio bello amanecer

Al oeste con el barrio Walter Arata

c) Línea de investigación del estudio: Determinantes sociales.

c) Universo y Población

Universo.

Según datos obtenidos por dirigentes de esta localidad el Barrio Augusto Cesar Sandino cuenta con 6,980 habitantes los cuales conforman más de 483 familias que en la mayoría cuentan con números de 4 y hasta 12 integrantes por vivienda.

Población.

El MINSA nos brinda información sobre el número de casos de desnutrición que registra el cual da como resultado a 10 casos de desnutrición que está dentro del rango de las edades de 3 a 5 años. Todos estos habitantes del Barrio Augusto Cesar Sandino de la ciudad de Chinandega.

d) Muestra

Se entrevistaron a 10 personas en total, en las que 7 eran madres y padres de los niños de los que se obtuvo la edad y el peso, las cuales constituye la muestra de la entrevista.

Además, se realizaron entrevistas a profundidad para la obtención de información con otras tres personas 1 informante clave y 2 personas que trabajan de cara a cara con las problemáticas que surgen en el barrio.

e) Criterio de Inclusión

Los participantes con los cuales se realizará el estudio conformado por la muestra definida a conveniencia de este grupo de investigación, deberán cumplir los siguientes criterios

- ✓ Ser mayor de 18 años.
- ✓ Habitar en el barrio Augusto Cesar Sandino, Chinandega.

- ✓ Estar dispuestos a participar con las actividades que se realicen en el proceso de recolección de datos.

Tipo de muestreo:

El tipo de muestreo que se utilizó en este tipo es no probabilístico (por conveniencia) ya que se caracteriza por que no es impórtate la probabilidad equitativa que cada unidad tiene, esta debe ser incluida en la muestra en este caso se escogieron a informantes clave como los representantes de los organismo e instituciones que abordan dicho tema.

El caso de los niños y niñas de 3 a 5 años, para realizar el muestreo, se tomó como criterio de selección la edad, por considerar lo más vulnerable al problema en estudio.

Elegimos este tipo de muestra para poder identificar el nivel de conciencia que tienen los padres de los niños del barrio Augusto Cesar Sandino del municipio de Chinandega. Sobre los hábitos familiares que inciden en la desnutrición, esta muestra es de tipo no probabilística porque es de participación voluntaria y de expertos de casos.

f) Métodos técnicos y procedimientos utilizados

En el estudio utilizamos instrumentos que garantiza la calidad y objetividad del proceso investigativo también permite la comprobación de la hipótesis y el cumplimiento de los objetivos del estudio, estos instrumentos fueron:

Se aplicaron entrevistas a 10 personas, a 7 padres y madres de los niños y niñas seleccionado en la muestra. (Estas herramientas son de suma importancia para la obtención de los resultados de nuestra investigación).

Entrevistas a profundidad: Fue dirigida al líder comunitario, a representante de la institución MINSA y a representante de MINED. (3 personas).

A su vez también nos guiamos con la técnica de la observación en la localidad para recolectar datos que reflejan la realidad del problema.

Todo este proceso se hizo con el fin de indagar en el problema que se abordó de cómo inciden los hábitos alimenticios familiares en la desnutrición de niños y niñas de 3 a 5 años de edad.

Procedimiento: Se visitaron los hogares del Barrio Augusto Cesar Sandino para proceder a realizar nuestra entrevista y poder obtener información sobre el conocimiento que tienen los padres de familia sobre los hábitos alimenticios que inciden en la desnutrición.

Se visitaron instituciones como el MINSA y MINED para verificar el control que llevan sobre los casos de desnutrición que hay en el barrio.

Plan de tabulación: El procesamiento de las entrevistas es por medio de análisis argumentativo para determinar frecuencia y coeficientes de la correlación donde se realizó la variable tales como hábitos alimenticios inadecuados y estado nutricional de los niños y niñas de 3 a 5 años.

El proceso de análisis de información, se hizo de acuerdo a la triangulación de la información y el procesamiento de los instrumentos que se aplicaron a las familias, líder comunitario y representantes de las instituciones MINSA y MINED.

Triangulación

Dimensión	Objetivo Especifico	Entrevista a padres de familia	Entrevista a informantes claves	Guía de Observación
- social - económico	Determinar el nivel de conocimiento que tienen los padres de familia sobre estilos de vida y nutrición.	sexo	sexo	-
		Edad	Edad	-
		Nivel academico	Nivel académico	-
		¿Sabes cómo debe ser una alimentación saludable?	¿Qué son los hábitos alimenticios?	-
		¿Tienes idea de cómo alimentarnos correctamente?	¿Cuáles son los factores socioeconómicos que pueden influir en la adopción de malos hábitos alimenticios?	-
		¿Sabes por qué es importante tener una buena alimentación?	¿Existen patrones culturales que contribuyan a la prevalencia de malos hábitos alimenticios en ciertas comunidades?	-
		¿Sabes que problemas puede ocasionar una alimentación no adecuada?	¿Cuáles son los desafíos más significativos que enfrenta la sociedad en la promoción de hábitos alimenticios saludables?	-
		¿Crees que existe relación entre nutrición y salud?	¿Cuál es la importancia de la planificación de comidas y la conciencia de	-

			las porciones en la prevención de malos hábitos alimenticios?	
		¿Cuál es la mejor forma de prevenir una mala alimentación?	¿Cuál es la mejor forma de prevenir una mala alimentación?	-
		¿Sabes cuál es el desayuno ideal para niños y niñas de 3 a 5 años?	¿Cómo puede la colaboración entre profesionales de la salud, educadores y comunidades abordar eficazmente los malos hábitos alimenticios?	-
		Según su criterio ¿Cuántas veces hay que comer al día?	-	hay una afectación de la cultura y costumbres en la familia ya que en la cultura Nicaragüense es muy común hacer solamente 3 tiempos de comida

V. Resultados y Discusión.

En este punto presentamos los resultados que se obtuvieron de esta investigación, con el fin de cumplir los objetivos específicos. se realizó una triangulación de la siguiente manera:

consideramos los aspectos de mayor impacto sobre el tema, estos revelan una conexión significativa entre los aspectos social y económico.

Los resultados obtenidos gracias a las entrevistas que se realizaron a padres de familia fueron los siguientes:

Objetivo: Determinar el nivel de conocimiento que tienen los padres de familia sobre estilos de vida y nutrición.

1. ¿Sabes cómo debe ser una alimentación saludable?

Si, una alimentación saludable es aquella donde debemos consumir alimentos Nutritivos y saludables para nuestra salud (madre de familia).

Si, aunque nos alimentamos con lo que tenemos al alcance de nuestro bolsillo (madre de familia)

Un entorno familiar donde prevalecen alimentos poco nutritivos puede resultar en una ingesta inadecuada de vitaminas y minerales esenciales para el crecimiento y desarrollo infantil. La falta de variedad en la dieta y la escasa incorporación de alimentos ricos en nutrientes pueden afectar negativamente la salud nutricional de los niños.

2. ¿Tienes idea de cómo alimentarnos correctamente?

A mi criterio nos alimentamos correctamente siempre que consumimos alimentos saludables (madre de familia)

Las familias en su mayoría consumen grandes cantidades de carbohidratos, alimentos procesados, grandes cantidades de frituras y escasas cantidades de los otros grupos de alimentos que son adecuados para una dieta balanceada y saludable.

3. ¿Sabes por qué es importante tener una buena alimentación?

Tener una buena alimentación es importante porque nos ayuda a mantenernos bien de salud (padre de familia)

Algunos tienen conocimiento de la importancia de una buena alimentación, aunque no la ponen en práctica en su totalidad, debido a factores económicos y por falta de tiempo en sus casas para la preparación de sus alimentos.

4. ¿Sabes que problemas puede ocasionar una alimentación no adecuada?

Sí, entre ellas enfermedades y sobre peso, problemas cardiacos, diabetes por consumo de alimentos chatarra, entre otros (madre de familia).

Estos problemas en algunas ocasiones son desencadenados por problemas hereditarios en unión con las dietas chatarras que son de fácil acceso para las familias y ambientes en los que frecuentan los niños.

5. ¿Crees que existe relación entre nutrición y salud?

Sí, porque si no nos alimentamos bien no tendremos una buena salud (padre de familia).

La poca absorción de nutrientes necesarios para el cuerpo debido a una cultura de consumo excesivo de alimentos no saludables, es lo que conlleva al incremento de la tasa de desnutrición en los niños por lo cual a su vez a una salud que se deteriora poco a poco al no frenar esto.

6. ¿Cuál es la mejor forma de prevenir una mala alimentación?

Consumiendo alimentos saludables (madre de familia).

Un enfoque equilibrado y educativo por parte de los padres puede ayudar a prevenir la desnutrición al promover una alimentación saludable y proporcionar ejemplos positivos para los niños.

7. ¿Sabes cuál es el desayuno ideal para niños y niñas de 3 a 5 años?

Ideal en si no, pero si algunas ideas que nos pueden ayudar como por ejemplo un vaso de leche, panques frutas huevo (madre de familia).

La mayoría de familias ya sea por factor tiempo debido a sus labores, por el factor económico que consumen lo que tienen a su alcance conforme sus ingresos e integrantes en sus familias o por la cultura alimenticia en la que se han acostumbrado hay una mayoría que consumen 2 o 3 grupos alimenticios en el desayuno.

8. Según su criterio ¿Cuántas veces hay que comer al día?

Según mi criterio debe ser 5 veces Desayuno Merienda almuerzo Merienda cena (madre de familia).

La alimentación que más se aseguran tener son las 3 principales (desayuno, almuerzo y cena) y las meriendas las toman como un lujo debido a las posibilidades económicas de las familias.

Los resultados encontrados en las entrevistas a informantes claves fueron los siguientes:

1. ¿Qué son malos hábitos alimenticios?

Los malos hábitos alimenticios son todos aquellos que cometemos al no alimentarnos de manera correcta o sobre pasar en comer lo que no debemos. (informante MINED)

Los malos hábitos alimenticios se refieren a comportamientos regulares relacionados con la alimentación que pueden afectar negativamente nuestra salud. (informante MINSA)

Es muy importante tener presente. Cuáles son los hábitos alimenticios que debemos seguir día a día para lograr obtener una alimentación equilibrada y saludable.

2. ¿Cuáles son los factores socioeconómicos que pueden influir en la adopción de malos hábitos alimenticios?

El menor nivel educativo (falta de información) y el desempleo que conlleva a los bajos ingresos. (informante MINED y líder comunitario)

Es evidente que uno de los factores más influyentes en la mala nutrición es la falta de conocimiento sobre esta, es muy necesario e importante saber cómo debemos alimentarnos correctamente.

3. ¿Existen patrones culturales que contribuyan a la prevalencia de malos hábitos alimenticios en ciertas comunidades?

A mi criterio no, cada persona se alimenta según sus ingresos y sus conocimientos no hay una cultura que les imponga que deben consumir. (líder comunitario)

Si hay, ya que estos mismos son influenciados por la formación cultural y social en su consumo. (informante MINSA y MINED).

Es importante reconocer y respetar estas tradiciones, al mismo tiempo que se promueve la educación alimentaria para fomentar hábitos más saludables. Esto puede implicar la adaptación de recetas tradicionales para que sean más nutritivas, la promoción de la comida casera frente a los alimentos procesados y la enseñanza de habilidades culinarias básicas para preparar comidas saludables en el hogar.

4. ¿Cuáles son los desafíos más significativos que enfrenta la sociedad en la promoción de hábitos alimenticios saludables?

La falta de conocimiento, el rechazo a los alimentos saludable, el consumo de alcohol y la inactividad física son unos de los principales que se pueden mencionar, aunque existen otras que tienen un menor peso en comparación a las antes mencionadas. (informante MINSA)

Se sabe que hay muchos desafíos que enfrenta la sociedad en la promoción de hábitos alimenticios saludables, pero los que más podemos destacar son la falta de educación que presentan las personas sobre conocimientos básicos de nutrición, los estilos de vida que estas personas poseen y las costumbres que estas tienen, la disponibilidad y accesibilidad a alimentos que sean útiles para una nutrición adecuada.

5. ¿Cuál es la importancia de la planificación de comidas y la conciencia de las porciones en la prevención de malos hábitos alimenticios?

Planificar una alimentación saludable nos ayudara a conocer que alimentos. debemos consumir y que nos aportara cada uno, así como también como debemos de

consumir, cada cuanto y las porciones adecuadas de acuerdo a nuestra edad, peso y talla de nuestro cuerpo. (informante MINSA)

Tener un plan de alimentación adecuado nos permite tener buena salud y bienestar a lo largo de nuestra vida.

6. ¿Cuál es la mejor forma de prevenir una mala alimentación?

Consumir una alimentación saludable y balanceada (líder comunitario)

Disminuir la ingesta de azúcar, sal, grasas, alimentos procesados y aumentando el consumo de todos los grupos de alimentos de una manera balanceada y saludable y a su vez consumiendo agua de acuerdo a lo que el cuerpo necesita. (informante MINSA)

Al implementar estrategias como persona somos capaces de adoptar un enfoque consiente sobre alimentación, esto nos ayudará a prevenir recaídas y nos facilitará la fomentación de un estilo de vida saludable.

7. ¿Cómo puede la colaboración entre profesionales de la salud, educadores y comunidades abordar eficazmente los malos hábitos alimenticios?

Realizar charlas con padres de familias que tengan por objetivo hablar de cómo están afectando, los malos hábitos alimenticios y sus consecuencias, utilizar los medios tecnológicos para brindar información sobre temas que orienten los malos hábitos alimenticios y sus perjuicios a través de ilustraciones mostrando lo que debemos hacer y lo que debemos consumir. (informante MINSA y MINED)

Es muy importante promocionar información clara y accesible sobre los principios de una alimentación saludable y lo importante que es consumir Una variedad de alimentos que proporcionen nutrientes a nuestros cuerpos.

Discusión

Observamos que las familias con ingresos más bajos tienden a depender más de alimentos procesados y de bajo costo, mientras que aquellas con ingresos más altos tienen más acceso a opciones de alimentos frescos y saludables.

También identificamos desafíos sociales y culturales. Como la falta de tiempo debido a las responsabilidades laborales y familiares, que contribuyen a la preferencia que estos presentan por comidas rápidas y poco saludables. Sabemos que los hábitos alimenticios de los padres desempeñan un papel fundamental en la nutrición de sus hijos. Si los padres tienen una dieta desequilibrada o deficiente en nutrientes, existe el riesgo de transmitir esos patrones alimenticios a sus hijos, lo que puede contribuir a la desnutrición.

Además, los hábitos alimenticios de los padres influyen en la actitud de los niños hacia la comida y su disposición a probar diferentes alimentos.

Gracias a las entrevistas realizadas a padres de familia, pudimos identificar limitantes que están favoreciendo directamente a la evolución de esta problemática.

Un aspecto muy influyente sobre los malos hábitos alimenticios son el bajo nivel educativo y poco acceso que tienen a una información nutricional, esto contribuye de gran manera a la práctica de hábitos que no favorecen en nada a una nutrición adecuada.

Cabe destacar que cada individuo se alimenta de acuerdo a sus circunstancias específicas y su nivel de ingresos, la cultura que estos poseen o el nivel de conocimientos que estos tengan sobre nutrición adecuada también influye directamente en su plan nutricional o manera de alimentarse.

Estos hallazgos resaltan la necesidad que hay en la sociedad y la importancia de abordar determinantes sociales y económicos de los hábitos alimenticios. Estos dejan en evidencia la necesidad de promover una alimentación más saludable y equitativa en todas las localidades que presenten estos perjuicios sociales.

Un punto muy importante a destacar es la labor que aporta el gobierno de Nicaragua por medio de instituciones como el MINSA y MINED implementando estrategias que favorecen y ayudan a reducir la tasa de desnutrición que se ha presentado en los

últimos años y que está afectando a niños y niñas en su mayoría. Todo esto con la finalidad de obtener Índices bajos de desnutrición. Los cuales la población de Nicaragua goza de manera gratuita y equitativa con el fin de hacer valer sus derechos en temas de salud y educación alimenticia.

VI. Conclusiones

Esta investigación ha logrado alcanzar su objetivo general al identificar cómo los hábitos alimenticios de las familias inciden directamente en la desnutrición de niños y niñas del Barrio Augusto C. Sandino. Los hallazgos destacan la importancia de trabajar en mejoras para los aspectos económicos, socioculturales y educativos ya que son puntos clave y ayudan de gran manera a la promoción de una alimentación más saludable y las mejoras del estado nutricional de los niños y niñas.

Observamos que el factor económico influye de gran manera en este problema ya que, debido a la falta de dinero, familias numerosas no tienen la capacidad de cumplir con una dieta alimenticia adecuada que proporcione los nutrientes que el cuerpo necesita consumir para su correcto desarrollo.

Los aspectos socioculturales que poseen las familias favorecen de gran manera a la presencia de una mala nutrición de niños y niñas. Esto se debe a la forma o costumbres que estos tienen en la preparación de los alimentos, la calidad y cantidades de comidas que estos consumen día con día.

Las malas costumbres de alimentación y el fácil acceso a alimentos pobres de nutrientes (comida chatarra) es uno de los factores que más influye en la mala Nutrición de niños y niñas

El poco conocimiento que tienen los padres de familia de este barrio sobre alimentación saludable es otro de los puntos que está afectando directamente a la mala Nutrición de los niños y niñas.

Actualmente se está impulsando distintos programas gubernamentales que se enfocan en combatir con la desnutrición de niños y niñas por medio de MINSA y MINED en colaboración de miembros de las comunidades y personal docente.

La hipótesis de la investigación se comprueba ya que los malos hábitos alimenticios de las familias inciden negativamente en el estado nutricional de los niños y niñas.

VII. Recomendaciones

A los padres de familia:

- Establecer una dieta saludable y rica en nutrientes para poder obtener una excelente salud en los niños y niñas.
- Empaparse de información sobre el tema de alimentación y nutrición saludable. Esto con el fin de obtener información de calidad sobre alimentos y los nutrientes que estos aportan a la dieta de sus hijos.

A estudiantes de Trabajo social:

- Sugerimos seguir realizando investigaciones sobre esta problemática ya que es muy importante profundizar las raíces que tiene esta y el impacto que genera está en la sociedad.
- Realizar enfoques en áreas débiles de la sociedad como barrios y comunidades con poco acceso a información y proporcionar información sobre hábitos de alimentación saludable.

VIII. Referencias Bibliográficas

- BIBLIOGRAPHY (FAO), O. d. (2018). *DESNUTRICION*.
- (MINSA), M. d. (s.f.). *HABITOS DE ALIMENTACION*. CHINANDEGA.
- (OMS), O. M. (2018). *Seguridad Alimentaria*.
- Agricultura, O. d. (2007). *seguridad alimentaria*.
- Corella Dolores, Ordovas Jose Maria. (2015). *Nutricion y Salud*. Valencia.
- De la Mata. (2008). *Desnutricion* . Paraguay .
- MINED. (2007). *Programa Integral de Nutricion Escolar*. Nicaragua.
- OMS, O. M. (2021). *Mal Nutricion*.
- UNAN, Faren Esteli . (2019). *Prevencion de la Desnutricion* . Esteli, Nicaragua .
- Vida Sana. (2006). *Factores determinantes de la eleccion de alimentos*.

IX. Anexos



Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, León

Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades

Departamento de Trabajo social

Estimada (do) padre madre o tutor, nosotros somos estudiantes egresados de la carrera de Trabajo Social UNAN-LEÓN. Por medio de esta entrevista tenemos como fin obtener información para nuestro trabajo monográfico y de esta manera evaluar y conocer el nivel de conocimiento que poseen sobre hábitos de alimentación y la importancia de alimentación saludable.

Sexo: M__ F__ Edad: Nivel académico:

9. ¿Sabes cómo debe ser una alimentación saludable?

10. ¿Tienes idea de cómo alimentarnos correctamente?

11. ¿Sabes por qué es importante tener una buena alimentación?

12. ¿Sabes que problemas puede ocasionar una alimentación no adecuada?

13. ¿Crees que existe relación entre nutrición y salud?

14. ¿Cuál es la mejor forma de prevenir una mala alimentación?

15. ¿Sabes cuál es el desayuno ideal para niños y niñas de 3 a 5 años?

16. Según su criterio ¿Cuántas veces hay que comer al día?



Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, León

Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades

Departamento de Trabajo social

Estimada (do) informante clave, nosotros somos estudiantes egresados de la carrera de Trabajo Social UNAN-LEÓN. Por medio de esta entrevista tenemos como fin obtener información para nuestro trabajo monográfico y de esta manera evaluar y conocer el nivel de conocimiento que poseen sobre hábitos de alimentación y la importancia de alimentación saludable.

Sexo: M__ F__ Edad: Nivel académico:

8. ¿Qué son los hábitos alimenticios?

9. ¿Cuáles son los factores socioeconómicos que pueden influir en la adopción de malos hábitos alimenticios?

10. ¿Existen patrones culturales que contribuyan a la prevalencia de malos hábitos alimenticios en ciertas comunidades?

11. ¿Cuáles son los desafíos más significativos que enfrenta la sociedad en la promoción de hábitos alimenticios saludables?

12. ¿Cuál es la importancia de la planificación de comidas y la conciencia de las porciones en la prevención de malos hábitos alimenticios?

13. ¿Cuál es la mejor forma de prevenir una mala alimentación?

14. ¿Cómo puede la colaboración entre profesionales de la salud, educadores y comunidades abordar eficazmente los malos hábitos alimenticios?



Entrevista a padre de familia



Entrevistas a madres de familia



Entrevista a persona clave MINSA