

## CONOCIMIENTO SOBRE HÁBITOS ALIMENTICIOS E HIGIÉNICOS EN CENTROS DE DESARROLLO INTEGRAL DE SABANALARGA ATLÁNTICO.

María Montoya López  
Hilary Orozco Sánchez  
Camila Niebles  
Melanie Ramos Samudio  
Aura Sánchez Iglesias

Tutores  
**Mariela Elisa Suarez Villa**  
**Edna Aldana Rivera**

### RESUMEN

**Antecedentes:** La primera infancia es la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo cognitivo, psicológico, biológico y social, y comprende la franja poblacional que va de cero a seis años. Esta es una etapa donde el niño desarrolla plenamente sus facultades por lo que es fundamental tener en cuenta las prácticas relacionadas con alimentación y hábitos higiénicos que permitan un desarrollo integral. A nivel mundial, uno de cada tres niños menores de 5 años en zonas rurales sufre desnutrición crónica en comparación con uno de cada cuatro de los que viven en zonas urbanas. Por otro lado, los estudios epidemiológicos sobre obesidad infantil realizados en España en los últimos años revelaron que la prevalencia de obesidad infantil-juvenil es de un 13,9%, alcanzando el sobrepeso un 12,4%. Además, entre el 10 y 20% de niños europeos con edades comprendidas entre 3 y 7 años presenta sobrepeso.

**Objetivo.** Analizar hábitos alimenticios e higiénicos en centros de desarrollo integral de Sabanalarga atlántico. **Materiales y métodos:** Estudio, descriptivo de corte transversal con enfoque cuantitativo, realizado en una población de 365 acudientes de niños de centro de Desarrollo Integral de Sabanalarga, Atlántico, por muestreo no probabilístico, se seleccionó una muestra de 75 padres de familia, 17 cuidadores y 8 auxiliares para una muestra total de 100 personas. Criterios de inclusión. Madres de niños entre 0-5 años, con la disponibilidad de realizar las encuestas y que quisieran participar en el estudio. Criterios de exclusión. Madres de niños/as con edades mayores de 5 años. Para la recolección de la información se aplicó un cuestionario, el cual se le hizo previamente una prueba piloto para validar su comprensión de la cual sugirieron modificaciones al cuestionario, en relación al lenguaje de algunos ítems de opinión y datos sociodemográficos; las modificaciones al cuestionario fueron necesarias para evitar interpretaciones erradas de las preguntas. Previa explicación de la investigación se le entregó a cada participante el consentimiento informado y asentimiento y el cuestionario semiestructurado para su diligenciamiento

atendiendo en todo momento las dudas durante su diligenciamiento; posterior a esto se agruparon todo los datos en el programa Microsoft Excel que permitió la organización, agrupación y procesamiento de los mismos para la construcción de tablas y gráficos para su respectivo análisis. Como consideraciones éticas para el presente estudio se tuvo en cuenta la resolución de 8430 de 1993, que clasifica esta investigación de riesgo bajo. **Resultados:** En cuanto a las características sociodemográficas la mayor participación fue de mujeres representada en un 85%, las edades que prevalecen son entre 19 a 23 años representados en 37%, en unión libre el 42%, en cuanto a los conocimientos sobre lactancia materna en menores de 6 meses que tiene los padres / cuidadores se evidencia que el 91% saben que deben alimentar al recién nacido solo con leche materna, el 97% que debe ser lactancia materna exclusiva, el 70% sabe que la alimentación es a libre demanda, es decir cada vez que el bebé quiera y el 74% de las personas que trabajan respondió que alimentan a su bebé practicando la extracción de leche materna a mano y almacenarla. En lo que respecta a la higiene bucal los padres encuestados, usan hilo dental para remover restos de alimentos que han quedado en los dientes del niño solo el 13%, cuentan con cepillo de dientes y crema dental especial para niños el 87 % y el 85% cambian estos cepillos cada 3 meses. **Conclusiones.** Los antecedentes alimentarios de este grupo mostraron que los niños, recibieron lactancia materna, sin embargo, el uso de fórmulas lácteas fue una práctica común. En este sentido, reconocemos que se debería seguir reforzando y fortaleciendo los programas de promoción de la salud a nivel escolar, ya que se ofrece una gran oportunidad para beneficio de los estilos de vida saludable de los infantes.

**Palabras clave.** Hábitos Alimenticios; niño; Higiene Personal (DeCS)

## ABSTRACT

**Background:** Early childhood is the stage of the life cycle in which the foundations for cognitive, psychological, biological and social development are established, and includes the population range that goes from zero to six years. This is a stage where the child fully develops his faculties, so it is essential to take into account the practices related to food and hygiene habits that allow an integral development. Globally, one in three children under the age of 5 in rural areas suffers from chronic malnutrition compared to one in four of those living in urban areas. On the other hand, epidemiological studies on childhood obesity carried out in Spain in recent years revealed that the prevalence of childhood and youth obesity is 13.9%, with overweight reaching 12.4%. Furthermore, between 10 and 20% of European children between the ages of 3 and 7 are overweight. **Objective.** Analyze eating and hygiene habits in integral development centers of Sabanalarga Atlántico. **Materials and methods:** A descriptive, cross-sectional study with a quantitative approach, carried out in a population of 365 caregivers of children from the Integral

Development Center of Sabanalarga, Atlántico, by non-probabilistic sampling, a sample of 75 parents, 17 caregivers was selected and 8 assistants for a total sample of 100 people. Inclusion criteria. Mothers of children between 0-5 years old, with the availability of conducting the surveys and who would like to participate in the study. Exclusion criteria. Mothers of children over 5 years of age. To collect the information, a questionnaire was applied, which was previously a pilot test to validate its understanding, which suggested modifications to the questionnaire, in relation to the language of some opinion items and sociodemographic data; modifications to the questionnaire were necessary to avoid misinterpretation of the questions. After an explanation of the research, each participant was given informed consent and assent and the semi-structured questionnaire for its completion, attending to any doubts during its completion at all times; After this, all the data were grouped in the Microsoft Excel program that allowed the organization, grouping and processing of the same for the construction of tables and graphs for their respective analysis. As ethical considerations for the present study, it was taken into account Resolution 8430 of 1993, which classifies this research as low risk. **Results:** Regarding the sociodemographic characteristics, the highest participation was of women represented by 85%, the prevailing ages are between 19 to 23 years represented in 37%, in free union 42%, in terms of knowledge about breastfeeding In children under 6 months of age who have parents / caregivers, it is evident that 91% know that they should feed the newborn only with breast milk, 97% that it must be exclusive breastfeeding, 70% know that feeding is on demand , that is, every time the baby wants and 74% of the people who work responded that they feed their baby by expressing breast milk by hand and storing it. With regard to oral hygiene, the surveyed parents use dental floss to remove food remains that have remained on the child's teeth, only 13% have a toothbrush and special toothpaste for children 87% and 85 % change these brushes every 3 months. **Conclusions.** The dietary history of this group showed that the children were breastfed; however, the use of milk formulas was a common practice. In this sense, we recognize that health promotion programs should continue to be reinforced and strengthened at the school level, since it offers a great opportunity to benefit the healthy lifestyles of infants.

**Keywords.** Feeding Habits; boy; Personal Hygiene (DeCS)

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Alvarado de Ojeda I.; Montenegro L.; García O. Formación de hábitos alimentarios y de estilos de vida saludables. [Online]. Available from: <https://www.unicef.org/venezuela/spanish/educinic9.pdf> [Accessed 18 May 2019].

2. Atención Integral a la Primera Infancia. Lineamiento Técnico de Alimentación y Nutrición para la Primera Infancia. 2012, 5-70.

3. Crespo Blanco M. La alimentación saludable en educación infantil como recurso esencial e indispensable para la vida. Facultad de educación de palencia universidad de valladolid. Junio 2017.Tesis, Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26265/TFG-L1691.pdf;jsessionid=6AA3FE4BB761B46CC723AC2CBD9A8D31?sequence=1>

4. De la Fuente de Lleras C. Encuesta nacional de la situación nutricional en colombia. República de Colombia, Ministerio de la Protección Social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. 2010 Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/ensin-colombia-2018.pdf>

5. Yaneth H, Lilia C, Floralinza G, Mariela S, Méndez O, Francisco V. Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes de barranquilla. *Salud Uninorte*. 2017; 33(3) Retrieved from <https://ezproxy.unisimon.edu.co:2120/docview/1984782591?accountid=45648>

6. Ministerio de protección social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Resolución 3588 de 2008. Lineamientos Técnicos para garantizar el derecho al desarrollo integral en la primera infancia Diario Oficial No. 47.407 2009. Recuperado en: [http://icbf.gov.co/cargues/avance/docs/resolucion\\_icbf\\_3588\\_2008.htm](http://icbf.gov.co/cargues/avance/docs/resolucion_icbf_3588_2008.htm)

7. UNICEF. Únete por la niñez. Educación inicial. Primera infancia. 2013 Disponible en:

[https://www.unicef.org/lac/UNICEF Key facts and figures on Nutrition ESP.pdf](https://www.unicef.org/lac/UNICEF_Key_facts_and_figures_on_Nutrition_ESP.pdf)

8. ENSIN: Encuesta Nacional de Situación Nutricional. Nutrición en la primera infancia. Contraloría delegada sector social; 2013.

9. Barreno García I. Estudio de los hábitos saludables en educación infantil: la higiene y el descanso. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/1042/1/TFG-B.9.pdf> [Consultado el 18 de mayo de 2019]).

10. Baena A, Ruiz M. Propuesta didáctica para la creación de hábitos de salud desde el primer ciclo de primaria: higiene y alimentación. Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud; 2010, 2(2), 303-314

[https://www.researchgate.net/publication/287214761\\_PROPUESTA\\_DIDACTICA\\_PARA\\_LA\\_CREACION\\_DE\\_HABITOS\\_DE\\_SALUD\\_DESDE\\_EL\\_PRIMER\\_CICLO\\_DE\\_PRIMARIA\\_HIGIENE\\_Y\\_ALIMENTACION\\_DIDACTIC](https://www.researchgate.net/publication/287214761_PROPUESTA_DIDACTICA_PARA_LA_CREACION_DE_HABITOS_DE_SALUD_DESDE_EL_PRIMER_CICLO_DE_PRIMARIA_HIGIENE_Y_ALIMENTACION_DIDACTIC)  
[PROPOSAL FOR THE CREATION OF HEALTH HABITS FROM THE FIRST STAGE OF PRIMARY HY](https://www.researchgate.net/publication/287214761_PROPUESTA_DIDACTICA_PARA_LA_CREACION_DE_HABITOS_DE_SALUD_DESDE_EL_PRIMER_CICLO_DE_PRIMARIA_HIGIENE_Y_ALIMENTACION_DIDACTIC)

11. Malos hábitos alimenticios de la familia generan sobrepeso y obesidad. (2016, Mar 27). *Notimex* Retrieved from <https://ezproxy.unisimon.edu.co:2120/docview/1776009776?accountid=45648>

12. Lewis K, Burton-Freeman B. The Role of Innovation and Technology in Meeting Individual Nutritional Needs. *The Journal of Nutrition* del 2010 140 (2), 426S - 36S. Doi:0.3945 / jn.109.114710.

13. Rebecca D. La salud y los Objetivos de Desarrollo del Milenio. Organización Mundial de la Salud (2000, 2005, 2015). [https://www.who.int/hdp/publications/mdg\\_es.pdf](https://www.who.int/hdp/publications/mdg_es.pdf)

14. Macias M Adriana Ivette, Gordillo S Lucero Guadalupe, Camacho R Esteban Jaime. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la

educación para la salud. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2012 Sep [citado 2019 Abr 23]; 39(3): 40-43. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>.

15. Liria Reyna. Consecuencias de la obesidad en el niño y el adolescente: un problema que requiere atención. Rev. perú. med. exp. salud pública [Internet]. 2012 jul [citado 2019 Abr 23]; 29(3): 357-360. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342012000300010&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000300010&lng=es).B

16. Visser R. Plan de acción holístico contra el sobrepeso y la obesidad en niños en Aruba. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2005 Dic [citado 2019 Nov 17] ; 31( 4 ). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662005000400014&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662005000400014&lng=es).

17. Los malos hábitos alimenticios responsables del 67% del sobrepeso en P.rico: P.RICO-SALUD (previsión). (2011, Apr 19). *EFE News Service* Retrieved from <https://ezproxy.unisimon.edu.co:2120/docview/862468817?accountid=45648>

18. Miriam AS, Raymundo M, Juana R, Iraiza P. La edad preescolar Como momento singular del desarrollo humano (Rev cubana pediatria V79, Oct Diciembre 2007) [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312007000400010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312007000400010)

19. Comisión intersectorial para la atención integral de primera infancia, Lineamiento Técnico de Alimentación y Nutrición para la Primera Infancia. [Online]. Available from:

<http://www.deceroasiempre.gov.co/QuienesSomos/Documents/4.De-Alimentacion-y-nutricion-para-la-Primera-Infancia.pdf> [Accessed 18 May 2019]

20. Alvarado de Ojeda I.; Montenegro L.; García O. FORMACIÓN DE HÁBITOS ALIMENTARIOS Y DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES. [Online]. Available from:

<https://www.unicef.org/venezuela/spanish/educinic9.pdf> [Accessed 18 May 2019].

21. Martínez Alvares J.R. NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN EN EL ÁMBITO ESCOLAR. [En línea]. Disponible en:

<http://www.nutricion.org/img/files/Nutricion%20ambito%20escolar%20FINALprot.pdf> [Consultado el 18 de mayo de 2019].

22. Solano pinto N., Solbes Canales I. Fernández César R. Calderón López S. Pozo Bardera C. Hábitos en la calidad y la calidad de las mismas. la reflexión. [En línea]. Disponible en:

[https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/16231/28657-105922-1-PB\\_publicado.pdf.sequence=1&isAllowed=y](https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/16231/28657-105922-1-PB_publicado.pdf.sequence=1&isAllowed=y) [consultado el 18 de mayo de 2019].

23. Romanous m. Proyecto: Importancia de la alimentación de los niños y niñas de edad preescolar. [Online]. Available from:

<https://www.monografias.com/trabajos104/proyecto-importancia-alimentacion-ninos-y-ninas/proyecto-importancia-alimentacion-ninos-y-ninas2.shtml> [Accessed 18 May 2019].

24. Rodríguez AG, González G(T, Padilla FMG. Hábitos de alimentación, actividad física y horas de sueño en escolares: un estudio diagnóstico en Educación Primaria. *Educatio Siglo XXI* 2018;36(3):443-463 Disponible en: <https://revistas.um.es/educatio/article/view/350081/251901>