

Creencias y prácticas maternas sobre la alimentación de hijos que asisten a jardines infantiles públicos, Santiago de Chile

Claudia Giacoman Hernández¹, Andrés Stanic Ruiz¹, Pablo Córdova Molina¹.

¹ Pontificia Universidad Católica de Chile.

Resumen

Fundamentos: La familia es el primer lugar donde se modelan las prácticas de alimentación, pues allí, los niños son socializados en gustos, prácticas y clasificaciones considerados relevantes. El objetivo de este estudio es analizar las creencias y prácticas de madres sobre la alimentación de sus hijos de 2 y 3 años, en niños que asisten a jardines infantiles públicos en contextos interculturales de Santiago de Chile.

Métodos: Investigación cualitativa basada en entrevistas semiestructuradas a madres de niños de jardines infantiles públicos en Santiago de Chile.

Resultados: Las entrevistas muestran tres elementos claves sobre la alimentación de las madres a sus hijos: creencias y práctica sobre la alimentación correcta; prácticas de control de alimentación y agencia del infante; y socialización. Estos elementos se encuentran bajo el influjo de los contextos sociales, culturales y económicos de las familias.

Conclusiones: Las creencias de las madres sobre la nutrición correcta influyen en las prácticas de alimentación durante los primeros años de vida. Las madres buscan controlar la alimentación de los hijos para lograr una alimentación saludable, pero se negocia con los gustos, preferencias y necesidades manifiestas de los niños. Estas prácticas deben ser entendidas en su contexto.

Palabras clave: Alimentación Complementaria; Investigación Cualitativa; Relación Padres-Hijos; Contexto Cultural.

Maternal beliefs and practices about feeding children attending public kindergartens, Santiago de Chile

Summary

Background: Family is the first place to shape feeding practices, because there, children are socialized in tastes, practices, and food classifications. This study aims to analyze mothers' beliefs and practices about feeding their children of 2 and 3 years old attending public kindergartens in intercultural contexts of Santiago de Chile.

Methods: Qualitative research using in-depth interviews with mothers of children attending public kindergartens in Santiago de Chile.

Results: The interviews show three key elements about maternal feeding of their children: beliefs and practice concerning a proper meal, infant feeding, and agency control practices, socialization. These elements are influenced by the social, cultural, and economic contexts of families.

Conclusions: Mothers' beliefs about a proper eating influence feeding practices during the first years of life. Mothers seek to control their children's feeding to achieve a healthy diet, but they negotiate with children's tastes, preferences, and manifest needs. These practices must be understood in their context.

Key words: Complementary Feeding; Qualitative Research; Parent-Child Relationship; Cultural Background.

Correspondencia: Claudia Giacoman Hernández
E-mail: cgiacoma@uc.cl

Fecha envío: 08/09/2020
Fecha aceptación: 01/03/2021

Introducción

La alimentación humana es un fenómeno complejo, donde interactúan elementos biológicos, sociales, culturales y psicológicos (1). De modo que el consumo de alimentos no responde exclusivamente a una necesidad biológica, sino que también está modelado por el medioambiente natural, social y cultural en el que los individuos nacen (2). El modelado social de las prácticas de alimentación se produce en primer lugar en la familia, donde los niños son socializados en los gustos, prácticas y clasificaciones considerados relevantes en su grupo de pertenencia (3,4). El presente trabajo se centra en esta etapa, teniendo como objetivo analizar las creencias y prácticas de madres sobre la alimentación de sus hijos de 2 y 3 años, en niños que asisten a jardines infantiles públicos en contextos interculturales de Santiago de Chile.

La literatura sobre creencias y prácticas de alimentación de los niños es abundante, especialmente en lo referente a la lactancia materna y en menor medida, sobre la alimentación en los años posteriores, que es el foco de esta investigación. Los trabajos realizados han sido efectuados principalmente desde las ciencias de la salud y la psicología, buscando categorizar el tipo de creencias y prácticas identificadas, así como evaluar el impacto en la salud de los niños de dichas prácticas. Habitualmente en estas investigaciones se opera bajo el supuesto que existen creencias correctas sobre la alimentación de los niños, así como formas adecuadas de alimentarlos.

Los estudios sobre creencias tienden a indagar si éstas son coherentes con el conocimiento nutricional vigente. En estudios cuantitativos y cualitativos se elaboran preguntas que buscan determinar cuánto conocen las madres las prescripciones

médicas (5,6). Investigaciones, también indican que estas creencias están influenciadas por los contextos culturales (7,8), y que en ciertos grupos de pertenencia estas creencias generan resistencia hacia las recomendaciones entregadas por expertos sobre la alimentación infantil (9).

Por su parte, las investigaciones sobre prácticas parentales de alimentación consideran la influencia de los estilos y formas de alimentación en el desarrollo de pautas de alimentación saludable en niños (10), y en el desarrollo de sobrepeso u obesidad (11). Adicionalmente, varios artículos asocian estas prácticas de alimentación con estilos de crianza autoritarios, reactivos o indulgentes (11,12), siendo los primeros vistos críticamente para el desarrollo de prácticas saludables de alimentación en los niños (11).

En esta investigación, en base a entrevistas en profundidad cualitativas realizadas a madres de niños que asisten a jardines infantiles públicos en Santiago de Chile, se contribuirá a la comprensión de este fenómeno desde conceptos centrales de la sociología y la antropología de la alimentación. Esta investigación se centra en niños que asisten a jardines infantiles (2 a 5 años) dado que es en dicha edad en la que se puede apreciar una fuerte socialización en prácticas y creencias alimentarias (14).

Material y métodos

Revista Española de Nutrición Comunitaria

Este estudio forma parte de un proyecto etnográfico, con metodologías cualitativas, sobre crianza temprana de padres mapuche y no mapuche en Santiago de Chile. Para profundizar sobre el aspecto alimentario de la crianza, se realizaron entrevistas semiestructuradas a madres, entre septiembre y diciembre de 2019. Este trabajo

se basa principalmente en estas entrevistas, aunque también se complementa con algunos datos obtenidos en el marco del proyecto etnográfico mayor.

Para las entrevistas semiestructuradas se realizó un muestreo intencionado (13). Se seleccionó a madres de niños que asistieran a jardines infantiles públicos especialmente en sectores interculturales de algunas comunas de la ciudad (JUNJI e INTEGRAL).

Adicionalmente, se seleccionaron entrevistadas que estuvieran a cargo del cuidado, la educación y la socialización de los niños de forma cotidiana, y que por lo tanto, tomaran decisiones respecto a las actividades, alimentación y crianza de los niños. Tres de las madres entrevistadas formaban parte de las familias participantes en el proyecto etnográfico. Las características de los casos entrevistados se presentan en la tabla 1.

Tabla 1. Características de las entrevistadas.

N° entrevista	Pseudónimo entrevistada	Edad en años	Edad del hijo en años	Nacionalidad o etnia
1	Melisa	25	2	Mapuche
2	Joanna	43	5	Mapuche
3	Pamela	26	4	Chilena
4	Jacinta	26	2	Mapuche
5	Carla	26	4	Chilena
6	Ana	28	4	Chilena
7	Rosario	37	3	Peruana
8	Fernanda	27	2	Mapuche
9	Matilde	35	4	Colombiana
10	Jimena	39	4	Venezolana
11	Marta	33	3	Chilena

Los temas abordados en las entrevistas fueron: presentación personal; maternidad, crianza y cuidado; prácticas y representaciones sobre alimentación de infantes (lactancia, abastecimiento, preparaciones y comidas, formas de consumo, decisiones alimentarias, alimentación adecuada); y relación con instituciones de salud.

Las entrevistas duraron entre 00:46 minutos a 1:47 minutos, fueron grabadas y transcritas. Los participantes firmaron un consentimiento informado.

Se utilizó un análisis de indexación categórica (14), construyendo categorías analíticas afines que permitieron recuperar, identificar y organizar los datos en función de responder al objetivo de investigación. Este proceso se

realizó con el programa MAXQDA. El análisis en general mostró pocas diferencias sustantivas por nacionalidad o etnia en lo referente a creencias y prácticas sobre la alimentación de los niños, no obstante, cuando algunas particularidades fueron encontradas, se mencionan en los resultados.

Resultados

Las entrevistas muestran tres elementos claves respecto a la alimentación de las madres a sus hijos: creencias y práctica sobre la alimentación correcta; prácticas de control de alimentación y agencia del infante; y socialización. Estos tres elementos están bajo el influjo de los contextos sociales, culturales y económicos de las familias. Los resultados se sintetizan en la figura 1.

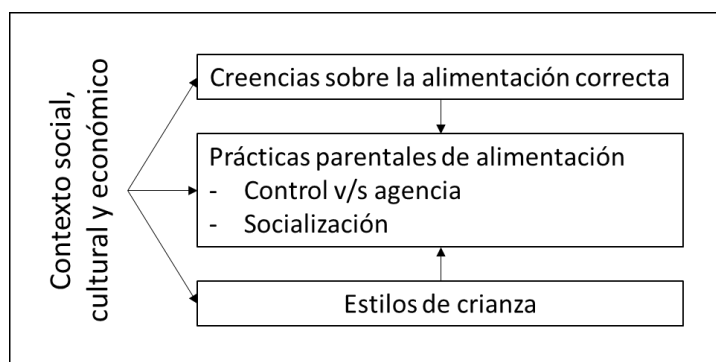


Figura 1. Diagrama con síntesis de resultados.

Creencias y prácticas sobre la alimentación correcta

Las prácticas de alimentación de las madres están permeadas en primera instancia por sus creencias sobre la alimentación correcta. En las entrevistas, éstas referían tanto al contenido de las comidas, como a las formas de consumo.

Respecto al primer punto, comer bien se constituye principalmente en oposición a los productos procesados, los azúcares y la “comida chatarra”. Por el contrario, se destacó el valor de los productos frescos, la comida casera y una dieta balanceada, donde las frutas y las verduras eran centrales. Sobre este tema, Rosario (37 años) declaró: “para mi es comer sano [es comer] cosas no procesadas. [...] eh...si se puede comer un plátano que se lo coma en vez de comerse una papa frita o unas conservas de durazno”, haciendo hincapié en este rechazo a la comida procesada y el valor de las frutas.

Sobre el segundo punto, la alimentación correcta se asoció principalmente a aquella realizada en horarios fijos. Esta creencia tenía su correlato en prácticas. Por ejemplo, Ana (28 años) establecía horarios fijos para las distintas comidas del día, los cuales había determinado basándose tanto en las rutinas del jardín como también en sus propias

condiciones (ya sea por disponibilidad, costumbre, etc.). Así, el almuerzo era a las doce y media, otra comida a las cuatro y la “once” (hora del té en Chile) a las seis y media. Estos horarios se mantenían invariables durante la semana.

El origen de estas creencias es diverso, abarcando tradiciones familiares y culturales, Internet, medios de comunicación y especialistas de la salud. Las entrevistadas tienden a remarcar que sus conocimientos sobre cocina y alimentación se sustentan fuertemente en lo aprendido en la familia de origen, con sus madres y abuelas.

Adicionalmente, para las entrevistadas los pediatras y los nutricionistas fueron fuentes relativamente confiables de orientación para la alimentación de los niños, ya sea en lo relativo a los alimentos que deben ingerir, como aquellos que deben evitar, los horarios, y las porciones. Sin embargo, sus criterios no siempre hacían sentido con las creencias y prácticas de los padres. En el caso de madres inmigrantes esto fue aún más aguzado, como es el caso de Rosario (37 años) de nacionalidad peruana, que señalaba que en su país tenía la costumbre de alimentar a sus hijos pequeños con ceviche, cuestión que fue tajantemente prohibida por los especialistas de salud que consultaba en Chile.

Cabe mencionar que en los casos estudiados la alimentación de los niños estuvo principalmente a cargo de mujeres, tanto en el hogar, como cuando esta era delegada a miembros fuera del hogar (abuelas o jardines infantiles). En el relato de las madres, aunque los padres contribuían en general en la crianza, el grueso de las decisiones y acciones pasaban por ellas.

Control de la alimentación y agencia del infante

La alimentación aparece como un aspecto central en las madres en el cuidado de los hijos, en la medida que a partir de ella se permite lograr que los niños sean saludables. En este sentido, el control de la dieta de los infantes fue un ámbito de preocupación. El relato de una de las madres participantes de la etnografía enfatiza esto, pues señaló que “la gente es lo que come (...) lo que más quisiera es que [la niña] fuera sana y su comida tiene que ser sana”.

Estas prácticas de control están sujetas a las creencias sobre la alimentación correcta vistas en el punto anterior, de modo que al alimentar a sus hijos las madres privilegian frutas, verduras y comidas caseras. Las golosinas son vistas como excepciones y declaran darlas controladamente; por ejemplo, Rosario (37 años) le daba monedas de chocolates a su hijo como premio, o Marta (33 años) le convidaba chocolate en pequeñas cantidades a su hija, pues no consideraba correcto restringir algo que ella también consumía.

No obstante, este control se tensiona frente a otros que intervienen en la alimentación de los hijos, como los abuelos y el jardín infantil. Ambos tienden a considerarse una red de apoyo relevante para delegar el cuidado, pero a veces las madres consideraban que éstos podrían guiar la alimentación infantil de modo contrario a sus ideales.

La tensión sobre este tema fue mayor con los abuelos. Las madres mencionaron que los abuelos tendían a consentir a los nietos, con alimentos juzgados negativamente por ellas. Por ejemplo, Jacinta (26 años) relató “[los abuelos] le dan comida casera, pero también lo regalonean. Por ejemplo, mi mamá es muy de darle bebidas y Coca Cola. Coca Cola. Entonces eso a mí no me gusta”.

Por otro lado, las entrevistas revelan que para las madres era un desafío lidiar con los gustos o los disgustos de los infantes respecto a la comida, así como con su apetito. Por ejemplo, Marta (33 años) contaba que su hija a veces quería comerse todo el plato y otras veces, sin motivo aparente, no tenía ganas. Otras veces tenía deseo por ciertas comidas, pero posteriormente lo perdía, y luego lo recuperaba. Frente a esto, la estrategia de los padres fue generalmente la adaptación y negociación pues como señalaba Carla (26 años) “que coma, que coma algo, lo que sea”, dando a entender que se flexibilizaba la norma con el fin de asegurar la ingesta. Este tipo de adaptación refleja un estilo de parentalidad receptivo en las entrevistadas, que generalmente implicó dar un espacio de decisión al infante y reconocerlo con una capacidad de agencia.

Cabe mencionar que en ocasiones también se mencionó que la adaptación implicaba “engañar” al niño, escondiendo la presencia de ciertos alimentos en las preparaciones o buscar estrategias lúdicas para aumentar la aceptabilidad de las comidas

Las entrevistas también revelan la existencia de factores estructurales que obstaculizan la puesta en práctica de las creencias y normas parentales respecto a una alimentación adecuada. Concretamente, dada la situación socioeconómica de estas familias, en ocasiones algunas no podían contar con los

recursos o condiciones que necesitan para poder cumplir con las pautas de alimentación que consideraban adecuadas para sus hijos. Esto se expresa en la incapacidad de optar a ciertos productos o alimentos. Tal son los casos de Fernanda (27 años) y Carla (26 años), quienes explícitamente señalaron que no podían acceder a la comida que ellas consideraban parte de una buena alimentación para un niño.

Las restricciones temporales también afectaban el control sobre la alimentación. La mayoría de las madres entrevistadas, por necesidad laboral y el trabajo doméstico, debían delegar el cuidado de los niños en algunos momentos en parientes y el jardín infantil. El hecho de no tener una situación que permita pasar más tiempo con los infantes implica no solo dificultades para poder socializar las pautas que se buscan en ellos, sino que también los hace más susceptibles a la influencia de la agencia de los infantes. A su vez, esto conlleva la necesidad de delegar funciones y ajustar las expectativas de acuerdo con las condiciones existentes.

Socialización en la alimentación

El trabajo de campo también muestra que los padres buscan enseñar a sus hijos sobre la alimentación correcta, tanto en lo que refiere a los contenidos, como en los modos de consumo. Esta socialización se realiza principalmente a partir de la puesta en práctica rutinaria de las normas asociadas a la alimentación que los padres consideran adecuada. Es un aprendizaje que el niño adquiere a partir del consumo y ejecución, pero también mediante los refuerzos que los padres realizan de esas acciones o los desincentivos a conductas consideradas inapropiadas. Un ejemplo de ello lo encontramos en Melisa (25 años) de etnia mapuche, quién relata que su hija “come un

rato y juega”, pero que le recuerdan en mapudungún que tiene que comer para que la niña regrese a comer a la mesa. En las entrevistas se evidencia que en esta socialización también intervienen otros parientes que apoyan el cuidado de los hijos, así como el jardín infantil, lugar donde los infantes realizan varias de sus comidas.

La socialización en la comida correcta también se busca a través del contacto con los alimentos. Tal es el caso de Joanna (43) de etnia mapuche, que llevaban a sus hijos/as a la feria para socializarlos en el mundo de las frutas y vegetales.

Esta socialización puede ayudar a explicar que existen niños cuyas preferencias y prácticas (incluyendo también conductas “corporales”, como el tener hambre a ciertas horas) eran afines a las normas establecidas por las figuras parentales. La recientemente citada Joanna (43 años), en la entrevista recalca lo obediente que era su hija, el gusto que tenía por determinadas comidas que ella consideraba sanas y el carácter voluntario de esta conducta adscrita a las normas de su madre.

Si bien los ejemplos aquí mencionados refieren a madres mapuches, los resultados no permiten concluir que estas prácticas sean exclusivas a este grupo étnico.

Discusión

Esta investigación muestra que las madres consideran a la alimentación como un elemento central en la formación de los hijos, en la medida que controlando lo que comen pueden lograr que su hijo se desarrolle de una manera saludable. Esto puede interpretarse por el hecho que la alimentación juega un papel importante en la construcción de la identidad individual y colectiva (15), en la medida que cognitivamente opera el principio de la

incorporación, que corresponde a aquella creencia que lo que consumimos transforma nuestra identidad (16). Según Fischler esta creencia tiene como consecuencia que el control de la alimentación sea un elemento crucial para forjar una identidad (16). En este sentido, si las madres controlan lo que comen sus hijos, podrán controlar su devenir.

El tipo de prácticas parentales de alimentación encontradas en este estudio corresponde a lo que Vaughn y sus colaboradores denominan “estructura”(11), referente a prácticas de control parental sobre la alimentación no coercitivas, donde los padres buscan socializar al niño en reglas y rutinas, pero siendo receptivos a las demandas del niño. El presente trabajo contribuye a la literatura en esta materia, en la medida que muestra que, en este contexto, pese a la importancia que los padres dan a este marco normativo, existe una negociación y adaptación a la voluntad infantil. Llama la atención que este fue un elemento común en las madres participantes, más allá de los diversos marcos culturales de los que provenían. Este tipo de prácticas es coherente con estilos parentales de crianza más receptivos y próximos estudios deberían profundizar en dicho vínculo.

Un hallazgo relevante de esta investigación dice relación con identificar que las madres dan un espacio de decisión a los niños en sus prácticas alimentarias, reconociendo su capacidad de agencia. Así, los infantes no serían meros receptáculos de las normas parentales, sino que también agentes en la conformación de las prácticas alimentarias de las que participan.

Cabe destacar que en las práctica de alimentación parentales, se encuentra subyacente un ideal moral sobre la alimentación correcta (17). Este ideal está fuertemente influenciado por el discurso médico, pero también por normas culturales

de lo que es considerado una comida adecuada (18–20), donde se incluyen elementos asociados a la estructura de las comidas tales como los horarios de alimentación y lugares de alimentación (21). Estudios en Santiago de Chile, muestran que estas normas son a su vez seguidas mayoritariamente por la población chilena (22), no obstante esta investigación muestra que en un contexto intercultural las creencias y prácticas sobre la alimentación correcta y la socialización de los niños en esta materia, puede mostrar variaciones según el origen de las familias.

Por otra parte, la situación socioeconómica de las familias se expresa como un límite tanto monetario como temporal para el tipo de alimentación que las madres dan a sus hijos (15). De modo que cualquier campaña nutricional que busque impactar en esta población, debe hacerse cargo de esta limitante. Adicionalmente, también debe considerar la dimensión de género subyacente a estas prácticas, dado que el cuidado y alimentación de los niños recae principalmente en mujeres (23).

En conclusión, las creencias de las madres sobre la nutrición correcta influyen en las prácticas de alimentación durante los primeros años de vida. Las madres buscan controlar la alimentación de los hijos para lograr una alimentación saludable, pero se negocia con los gustos, preferencias y necesidades manifiestas de los niños. Los factores sociales, culturales y económicos delimitan las prácticas ejecutadas y deben ser tenidos en consideración.

Este estudio contribuye analizando este fenómeno desde conceptos claves de la sociología y la antropología de la alimentación, ayudando así a entender los mecanismos culturales que operan en las prácticas de alimentación parentales.

Agradecimientos

Esa investigación fue financiada por el Fondo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONICYT FONDECYT N°1181503).

Referencias

1. Fischler C. Gastro-nomie et gastro-anomie. *Communications*. 1979;31(1):189–210.
2. Lupton D. *Food, the Body and the Self*. London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE; 1996. 188 p.
3. Bourdieu P. *La distinction. Critique sociale du jugement*. Lonrai: Éditions de Minuit; 2010. 670 p.
4. Ochs E, Pontecorvo C, Fasulo A. Socializing taste. *Ethnos*. 1996 Jan 1;61(1–2):7–46.
5. Alvarado BE, Tabares RE, Delisle H, Zunzunegui M-V. Creencias maternas, prácticas de alimentación, y estado nutricional en niños Afro-Colombianos. *Arch Latinoam Nutr*. 2005 Jan;55(1):55–63.
6. Quispe Ilanzo MP, Oyola García AE, Navarro Cancino M, Silva Mancilla JA. Características y creencias maternas asociadas al abandono de la lactancia materna exclusiva. *Rev Cuba Salud Pública* 2015; 41(4): 582-592.
7. Liamputtong P. Infant Feeding Beliefs and Practices Across Cultures: An Introduction. In: *Infant Feeding Practices: A Cross-Cultural Perspective*. Springer Science & Business Media; 2010. p. 1–20.
8. Van Esterik P. Contemporary Trends in Infant Feeding Research. *Annu Rev Anthropol*. 2002;31(1):257–78.
9. Kannan S, Carruth BR, Skinner J. Cultural influences on infant feeding beliefs of mothers. *J Acad Nutr Diet*. 1999;99(1):88.
10. Busdiecker S, Castillo Durán C, Salas I. Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. *Rev Chil Pediatría*. 2000 Feb;71(1):5–11.
11. Vaughn AE, Ward DS, Fisher JO, Faith MS, Hughes SO, Kremers SPJ, et al. Fundamental constructs in food parenting practices: a content map to guide future research. *Nutr Rev*. 2016 Feb;74(2):98–117.
12. Kalinowski A, Krause K, Berdejo C, Harrell K, Rosenblum K, Lumeng JC. Beliefs about the Role of Parenting in Feeding and Childhood Obesity among Mothers of Lower Socioeconomic Status. *J Nutr Educ Behav*. 2012 Sep 1;44(5):432–7.
13. Flick U. *Introducción a la investigación cualitativa*. Morata. Madrid; 2004.
14. Mason J. *Qualitative Researching*. Los Angeles, London, New Dehli, Singapour, Washington, Melbourn: SAGE; 2017. 289 p.
15. Régnier F, Lhuissier A, Gojard S. *Sociologie de l'alimentation*. La Découverte; 2006. 121 p.
16. Fischler C. Food, self and identity. *Soc Sci Informationsur Sci Soc*. 1988;27(2):275–92.
17. Lahlou S. Les représentations du bien manger. In: Nicolas F, Valceschini E, editors. *Agro-alimentaire : une économie de la qualité*. Paris: Editions Quae; 1995. p. 51–64.
18. Murcott A. Family meals—a thing of the past. In: Caplan, editor. *Food, health and identity*. London: Routledge; 1997. p. 32–49.
19. Douglas M. Les structures du culinaire. *Communications*. 1979;31(1):145–70.
20. Mäkelä J. Meals: the social perspective. In: Meiselman HL, editor. *Meals in science and practice: interdisciplinary research and business applications*. Oxford, Cambridge, New Dehli: Woodhood publishing limited; 2009. p. 37–49.
21. Giacomani C. Eating time in Santiago, Chile: A trade-off between norms and biological and social requirements. *Time Soc*. 2019 Nov 1;28(4):1596–618.
22. Giacomani C, Devilat D. La estructura y las características socio-demográficas de los eventos alimentarios en Santiago de Chile. *Rev Chil Nutr*. 2019;46(2).
23. DeVault ML. *Feeding the Family: The Social Organization of Caring as Gendered Work*. Chicago: University of Chicago Press; 1994. 288 p.

