

CULTURA ALIMENTARIA DE LA FAMILIA Y SU INFLUENCIA EN EL CRECIMIENTO DE NIÑOS DE 0 A 3 AÑOS EN JIPIJAPA

FOOD CULTURE OF THE FAMILY AND ITS INFLUENCE ON THE GROWTH OF CHILDREN FROM 0 TO 3 YEARS IN JIPIJAPA

Dolores Cedeño Mirella ^{1*}

¹ Lic. Enfermería, Máster en Gestión Sanitaria para el Desarrollo Local. Docente de la Carrera de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud, estudiante de doctorado en Ciencias de la Salud. Universidad Estatal del Sur de Manabí. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8572-0327E>. Correo: dolores.cedeno@unesum.edu.ec

Adis Anicia Luna Baez ²

² Lic. Educación. Especialidad de Química. Máster en Ciencias en Educación y gerencia educativa. Docente de la Carrera de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Estatal del Sur de Manabí. Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6260-3454>. Correo: adis.luna@unesum.edu.ec

Mercedes Lucas Choez ³

³ Lic. Enfermería. Máster en Investigación Clínica y Epidemiológica. Docente de la Carrera de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Estatal del Sur de Manabí. Licenciada en Enfermería. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2001-7611>. Correo: mercedes.lucas@unesum.edu.ec

Martha Saida Quiroz Figueroa ⁴

⁴ Lic. Enfermería. Máster en Investigación Clínica y Epidemiológica. Docente de la Carrera de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Estatal del Sur de Manabí, estudiante del Doctorado en Ciencias Biomédicas en el Instituto Italiano del Rosario - Argentina. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0959-0591>. Correo: martha.quiroz@unesum.edu.ec

* Autor para correspondencia: dolores.cedeno@unesum.edu.ec

Resumen

La cultura alimentaria está relacionada con los hábitos y selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas. La familia, y en especial la madre, juega un rol esencial

en la educación y transmisión de pautas alimentarias al niño, que debe centrarse en la entrega de nutrientes, que necesita en el crecimiento y desarrollo de funciones metabólicas, con la energía necesaria para enfrentar de forma precoz enfermedades relacionadas con conductas alimentarias negativas. El objetivo de la investigación realizada es identificar la influencia de la cultura alimentaria de la familia en el crecimiento de los niños menores de 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil Cristo del Consuelo del cantón Jipijapa. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y de corte transversal, mediante la aplicación de encuestas a padres y madres de familia, entrevista a un médico especialista, la medición de peso y talla para la valoración de la frecuencia de crecimiento y el estado de la desnutrición en 34 niños de ambos sexos de este centro educativo, para conocer el estado actual de la calidad de la nutrición, enfermedades, problemas y necesidades de salud. Se destacó, el rol de las familias y personas encargadas del cuidado de los niños para garantizar una alimentación equilibrada en proteínas, lípidos y carbohidratos y que inciden otros factores de riesgos como: pobreza, insuficientes servicios básicos, deficiente atención de salud, bajo nivel educacional y de las culturas adquiridas por la influencia de los hábitos de la gastronomía manabita que imperan en el territorio.

Palabras clave: alimentación; cultura; crecimiento; desnutrición.

Abstract

The food culture is related to the habits and selection of foods that are ingested, the culinary preparations and the quantities ingested. The family, and especially the mother, plays an essential role in the education and transmission of dietary guidelines to the child, who must focus on the delivery of nutrients, which he needs for growth and development of metabolic functions, with the necessary energy to face diseases related to negative eating behaviors early. The objective of the research carried out is to identify the influence of the family's food culture on the growth of children under 3 years of age at the Cristo del Consuelo Child Development Center in the Jipijapa canton. An observational, descriptive and cross-sectional study was carried out, through the application of surveys to fathers and mothers, interviews with a specialist doctor, weight and height measurement to assess the frequency of growth and the state of malnutrition in 34 children of both sexes of this educational center, to know the current state of the quality of nutrition, diseases, problems and health needs. The role of families and people in charge of caring for children was highlighted to guarantee a balanced diet in proteins, lipids and carbohydrates and that other risk factors affect such as: poverty, insufficient basic services, deficient health care, low educational level and of the cultures acquired by the influence of the Manabita gastronomy habits that prevail in the territory.

Keywords: food; culture; growth; malnutrition.

Fecha de recibido: 02/01/2023

Fecha de aceptado: 22/03/2023

Fecha de publicado: 31/03/2023

Introducción

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO, 2016-2025, indica que una buena nutrición es la primera defensa contra las enfermedades y fuente de energía para vivir y estar activo. Los problemas nutricionales causados por una dieta inadecuada pueden ser de muchos tipos, y cuando afectan a toda una generación de niños pueden reducir su capacidad de aprendizaje, comprometiendo así su futuro y perpetuando un ciclo generacional de pobreza y malnutrición con graves consecuencias para los individuos y las naciones (OMS, 2023).

Se considera que la alimentación en los primeros años de los niños es muy importante, siendo la fuente necesaria para su rendimiento y desarrollo de sus capacidades integrales futuras. La composición exacta de una alimentación variada, equilibrada y saludable estará determinada por las características de cada persona (edad, sexo, hábitos de vida y grado de actividad física), cultura alimentaria de su familia y el contexto cultural, los alimentos disponibles en el lugar; de acuerdo con sus condiciones económicas (OPS, 2010).

Las prácticas óptimas de alimentación del lactante y del niño pequeño, se sitúan entre las intervenciones con mayor efectividad para mejorar la salud de la niñez. Se ha estimado que 9.5 millones de niños murieron antes de cumplir los cinco años y que dos tercios de estas muertes ocurrieron durante el primer año de vida. La desnutrición está asociada al menos con el 35% de las muertes que ocurren en la niñez; por otra parte, la desnutrición es la principal causa que evita que los niños que sobreviven alcancen su completo potencial de desarrollo.

Alrededor del 32% de niños menores de cinco años de edad en países en desarrollo presentan baja talla para la edad y el 10% están emaciados (bajo peso para la talla). Se ha estimado que las prácticas inadecuadas de lactancia materna, especialmente la lactancia materna no exclusiva durante los primeros seis meses de vida, provoca 1.4 millones de muertes y el 10% de la 'carga' de enfermedades entre los niños menores de 5 años.

Para mejorar esta situación, las madres y las familias requieren de apoyo para iniciar y mantener prácticas apropiadas de alimentación del lactante y del niño pequeño. Los profesionales de la salud pueden desempeñar un rol crítico para brindar dicho apoyo, influenciando las decisiones relacionadas con las prácticas alimentarias de las madres y las familias. Por lo tanto, resulta crítico que los profesionales de salud tengan conocimientos y habilidades básicas para ofrecer una apropiada orientación y consejería; que ayuden a resolver problemas de alimentación y que conozcan cuándo y dónde deben referir a la madre que experimenta problemas de alimentación de mayor complejidad (OPS, 2010).

El significado de etimológica cultura, deriva del *latín colere* (cultivar). Su acepción primitiva se refiere al cultivo de la tierra (agricultura). Cicerón lo aplicó al cultivo del espíritu, y así surgió el significado humanista y clásico de la palabra cultura, que ha predominado hasta hace poco.

Citando a E.B.Tylor, "valora como la cultura es la totalidad compleja que incluye conocimientos, creencias, arte, ley, costumbres y cualquier otra capacidad y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de una sociedad" (Barrera Luna, 2013).

Young da la siguiente definición de cultura, señalando son "pautas más o menos organizadas y persistentes de hábitos, ideas, actitudes y valores que son transmitidos a los niños por sus mayores o por otros grupos mientras crecen".

Parsons, describe a la cultura como un "sistema de símbolos creados por el hombre, compartidos, convencionales, y por cierto, aprendidos, que suministran a los seres humanos un marco significativo dentro del cual pueden orientarse en sus relaciones recíprocas, en su relación con el mundo que lo rodea y su relación consigo mismos.

El análisis de estas definiciones es de gran valor para el estudio porque está relacionada de forma específica con el desarrollo de una cultura alimentaria, porque permiten revalorar al alimento como un elemento de funcionalidad o disfunción dado que establece la sociabilidad, contribuye a la armonía entre algunos grupos e individuos, además de que representa valores, costumbres y tradiciones.

Es muy válido el análisis que realiza Jeffrey M. Pilcher; cuando señala que las vinculaciones entre lo que la gente es y lo que come, tiene profundas raíces en su historia destacando las influencias manifiestas de género, raza y clase sobre ciertas preferencias en materia de comida desde épocas prehispánicas hasta la actualidad, y que incluso como grupo o comunidad se configura en la evolución de la cocina y su relación con la identidad nacional (Pilcher, 2012).

Los hábitos y cultura alimentaria son manifestaciones recurrentes de comportamientos individuales y colectivos a cómo se consumen los alimentos en el hogar, influyendo mucho el ejemplo que dan los padres de familia a sus hijos brindándoles alimentos nutritivos y variados (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2023).

La cultura alimentaria, están definidos por hábitos, conductas humanas, que existen dentro de una sociedad, que determina las características particulares de la forma en que comen sus habitantes, cómo lo hacen y qué tipo de alimentos acostumbran consumir, esta tendrá variaciones según el país, la región y hasta el tipo familia en la que se desarrollen (Chilpa Aboytes, 2021).

El desarrollo de la cultura alimentaria y las habilidades asociadas durante la infancia es un proceso complejo que implica la regulación fisiológica de la ingesta; crecimiento; peso corporal; aspectos psicológicos del niño, los padres y la familia en su conjunto, e influencias sociales y culturales. Las alteraciones de la conducta alimentaria son comúnmente observadas, y pueden estar asociadas con retraso en el crecimiento, aversiones alimentarias y dificultades en la vida familiar.

El manejo de estas alteraciones debe basarse en una educación preventiva a la madre durante los primeros 2 años de vida del lactante, en la inducción conductual de cambios en el entorno familiar, en esta actualización se valora el desarrollo normal de la conducta alimentaria en sus indicadores, como el apetito y saciedad; aspectos socioculturales y familiares (García, 2003).

Los efectos de la globalización, como la preferencia por los alimentos industrializados en lugar de los étnicos tradicionales y la migración del campo a la ciudad, han propiciado un cambio drástico en el estilo de vida de la población, el cual ha favorecido la transición epidemiológica en México, disminuyendo la prevalencia de enfermedades infecciosas e incrementando el índice de enfermedades crónico-degenerativas (Román, Ojeda y Panduro, 2013).

La educación para la salud es un instrumento fundamental para la revaloración de la dieta tradicional manabita, ya que desde hace unos años ha dejado de dedicarse únicamente a la transmisión de información y a tratar de cambiar los estilos de vida individuales, ahora se concentra más en realizar intervenciones

considerando los factores culturales, sociales, económicos y ambientales que propician estilos de vida saludables en los ámbitos familiares, es decir la educación nutricional no solamente debe contemplar la difusión de información acerca de los alimentos y sus propiedades nutrimentales, sino que también debe proporcionar a las personas herramientas para saber qué hacer y cómo actuar para mejorar su nutrición y salud en general.

El objetivo de la presente investigación realizada es identificar la influencia de la cultura alimentaria de la familia en el crecimiento de los niños menores de 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil Cristo del Consuelo del cantón Jipijapa.

Materiales y métodos

El presente proyecto de investigación se llevó a cabo con la población del Centro de Desarrollo Infantil Cristo del Consuelo, que se encuentra ubicado, en el Barrio Cristo del Consuelo, entre las calles Riofrio y Quito, de la ciudad de Jipijapa, Parroquia San Lorenzo, provincia de Manabí, cuenta con cuatro educadoras que se encargan del cuidado y alimentación de los menores, y tiene una capacidad para atender a cuarenta niños de diferentes lugares del cantón.

Se realizó un estudio descriptivo, retrospectivo, de cohorte transversal, mediante el estudio de las variables: de conceptualización de la cultura alimentaria y su relación con el crecimiento y desarrollo de los niños menores de 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil Cristo del Consuelo, se utilizó el método estadístico aplicado a los datos obtenidos mediante la encuesta que fue aplicada a los madres de familia o representante legal del niño, el universo se constituyó por 36 niños y sus familias del CDI Cristo del Consuelo, en el periodo comprendido entre los meses de enero y febrero del año 2020, dos niños se excluyeron del estudio porque los padres no se encontraban en la ciudad por motivos de fuerza mayor, quedando la población total conformada por 34 niños, se decidió trabajar con la totalidad de estos para obtener datos claros y resultados certeros.

A nivel de métodos cuantitativos, se usan las bases oficiales del Ecuador sobre malnutrición infantil y se complementan con estadísticas oficiales y, a nivel de métodos cualitativos, se usa información primaria recopilada en el trabajo de campo mediante la observación, grupos focales y entrevistas, e información secundaria de investigaciones sobre la temática

Como instrumento para la recolección de la información, se utilizó la encuesta, que fue aplicada a las madres de familias o representantes de los niños del Centro de Desarrollo Infantil Cristo del Consuelo, previo consentimiento informado escrito donde se le solicitó autorización, además, para la recolección de los datos se redactó una solicitud dirigida a la coordinadora del Centro de Desarrollo Infantil, para llevar a cabo la investigación del presente trabajo, previa autorización para la ejecución del mismo, se realizó una reunión en conjunto con la coordinadora y las educadoras de la institución, donde se dio a conocer los objetivos y la finalidad del estudio investigativo.

Se procedió a la búsqueda de los niños donde se aplicó la encuesta a las madres y/o representantes, se realizó la medición de peso y talla a los niños y se le aplicó el test de Denver para valoración del crecimiento y desarrollo psicosociomotriz, previo a esta actividad el investigador recibió una capacitación sobre la

valoración con el instrumento del Test de Denver en el Centro de Salud de Jipijapa. Se realizó una entrevista que constaba de 5 preguntas relacionadas al tema de investigación, a los médicos y enfermeras

Resultados y discusión

Los datos se recopilaron mediante una encuesta general para lo que corresponde a datos sociodemográficos, cultura alimentaria y crecimiento y desarrollo psicosociomotriz. La encuesta se aplicó a 34 madres y /o representantes de los niños menores de 3 años de edad que cumplieron con los criterios de inclusión. Los datos obtenidos fueron ingresados en el formulario de la encuesta y luego se recopilaron en una base de datos de *IBM SPSS Statistics 25*.

Los criterios de inclusión fueron: niños menores de 3 años de edad y madres de familias o representantes que pertenecen al Centro de Desarrollo infantil Cristo del Consuelo de la ciudad de Jipijapa. Los criterios de exclusión fueron: niños y madres de familia o representantes que no se encontraban presentes en el momento de llevar a cabo la investigación.

La entrevista realizada al médico pediatra dio como resultado, que el déficit de lactancia materna en los niños sí puede afectar la salud, porque aquellos niños que no reciben una adecuada lactancia tienen más riesgos de desnutrición, diarreas, parasitismo intestinal, y diabetes mellitus, que pueden afectar desde el punto de vista inmunológico y son niños menos inteligentes.

La ablactación de alimentos que no sea leche materna puede causar una serie de complicaciones en la salud del bebé, aparte de la aparición de alergias alimentarias: el aparato digestivo es inmaduro, lo cual supone que, si se introduce la alimentación complementaria, el niño no será capaz de digerir los alimentos como debe, pudiendo causarle problemas en el aparato renal es decir, su capacidad de excreción a través de los riñones, es también inmaduro, y la introducción de ciertos alimentos, sobre todo aquellos que tienen una cantidad considerable de proteínas, puede sobrecargarlos. También algunos minerales, como el sodio, pueden deteriorar la función renal, y el riesgo de atragantamiento es significativo antes de los 6 meses. También va de la mano la calidad de la alimentación. Según las encuestas aplicadas a la población seleccionada se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los menores de tres años.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Persona que responde encuesta	Mamá	22	64,7	64,7
	Papá	5	14,7	14,7
	Abuela	7	20,6	20,6
	Total	34	100,0	100,0
Sexo	Mujer	16	47,1	47,1
	Hombre	18	52,9	52,9
	Total	34	100,0	100,0

Edad	1 año	8	23,5	23,5
	2 años	12	35,3	35,3
	3 años	14	41,2	41,2
	Total	34	100,0	100,0
Persona encargada de alimentación	Mamá	27	79,4	79,4
	Abuela	7	20,6	20,6
	Total	34	100,0	100,0

La cultura alimentaria de las familias es un proceso que debe comenzar desde antes del nacimiento, aunque según los resultados de algunas investigaciones, en la etapa intrauterina, ya se pudieran crear algunos reflejos y condicionamientos en dependencia de la conducta alimentaria de la madre. El estado nutricional de la madre, el control prenatal y los hábitos sanos durante el embarazo previenen el riesgo de malnutrición en niños desde el inicio del ciclo vital, esto proceso tiene un carácter social, está relacionado con el estado de salud y los estilos de vida, lo cual tiene un gran significado para el logro de una buena calidad de vida en correspondencia con una adecuada cultura alimentaria de la familia, los padres suelen ser los primeros agentes de salud, por eso la educación nutricional debe tener como base la familia y si estas no están preparadas, la institución tiene la obligación de ofrecer los conocimientos necesarios para contribuir a dicha cultura nutricional y al respecto según los datos de la tabla 2, muestran los resultados de la encuesta sobre los tipos de alimentos que se le brindan a los niños y su frecuencia.

Tabla 2. Tipos de alimentos que brinda al niño con frecuencia.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Carbohidratos	2	5,9
	Frutas	24	70,6
	Verduras	4	11,8
	Proteínas	1	2,9
	Lácteos	3	8,8
	Total	34	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas a madres de familia del CDI Cristo del Consuelo.

Según datos obtenidos de la encuesta aplicada a la población de estudio, referente al tipo de alimentos que las madres brindan con mayor frecuencia a sus hijos, se logró evidenciar, que un alto porcentaje ofrece frutas (70,6%), en relación a un mínimo porcentaje (2,9%), que brindan proteínas, lo que demuestra que las madres no se están aplicando buenas prácticas de hábitos alimenticios en los niños, lo que puede asociarse al

desarrollo de problemas de salud, como, obesidad infantil, diabetes y retraso en el crecimiento físico y desarrollo intelectual de los pequeños.

El buen aprovechamiento de los nutrientes y la correcta utilización de los requerimientos nutricionales para cada etapa de la vida, conduce a un estado nutricional óptimo. Los alimentos son nutrientes y la alimentación es el proceso de ingestión de estos y está influida por factores socioculturales, entre los principales nutrientes son las biomoléculas orgánicas e inorgánicas : proteínas, carbohidratos, lípidos y vitaminas y minerales, entre las funciones fundamentales de las proteínas es que constituyen el componente principal de las paredes y orgánulos celulares de las enzimas necesarias para los procesos metabólicos y de las hormonas, se pueden encontrar en las carnes, el huevo, leche y legumbres.

Los carbohidratos son alimentos de carácter energético que constituyen la fuente principal de energía y se encuentran en los azúcares: cereales, vegetales y leche. Los lípidos (aceites y grasas) son reserva de energía de reserva y formadores de células.

Además, vitaminas y minerales participan en la regulación de procesos metabólicos y son necesarios para casi todas las funciones del organismo, que encuentran en las frutas y vegetales. Otra sustancia vital es el agua, como componente y disolvente, estructural y amortiguador mecánico en el organismo, se considera especial que la familia la cantidad y frecuencia de los que se ofrece a estos niños. En la encuesta realizada también se le pregunta relacionados con este tema. Sus datos aparecen en la tabla 3.

Tabla 3: cantidad de comida que ofrece al niño durante el día.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
	3 comidas	8	23,5
	4 comidas	10	29,4
Válido	5 comidas	16	47,1
	Total	34	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas a madres de familia del CDI Cristo del Consuelo.

Según los resultados obtenidos de las encuestas aplicadas se puede evidenciar que existe un 47,1% de que las madres brindan 5 comidas al niño diariamente, y un 23,5%, que solo ofrecen 3 comidas durante el día, pero se desconoce que la alimentación que se le brinda a los niños, sea una alimentación saludable para el correcto crecimiento y desarrollo de los pequeños, la alimentación durante la primera infancia es de gran importancia siempre que aporte con los nutrientes necesarios que beneficien la salud del infante. Las medidas antropométricas realizadas para su valoración de este estudio se muestran en la tabla 4.

Tabla 4: medidas antropométricas.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Peso para la edad	Peso adecuado para la edad	34	100,0	100,0
	Total	34	100,0	100,0
Talla para la edad	Talla adecuada para la edad	29	85,3%	85,3%
	Talla no adecuada para la edad	5	14,7%	14,7%
	Total	34	100,0	100,0
Índice de masa corporal	Normal	33	97,1	97,1
	Desnutrición aguda moderada	1	2,9	2,9
	Total	34	100,0	100,0

Fuente: Encuestas aplicadas a madres de familia del CDI Cristo del Consuelo.

De acuerdo a los resultados obtenidos, sobre la relación de las medidas antropométricas con el peso para la edad, la talla para la edad e índice de masa corporal de los niños del Centro de Desarrollo Infantil Cristo del Consuelo, se evidenció, que el peso para la edad el 100% de los niños se encuentran en un adecuado peso para la edad, de acuerdo a la talla para la edad se obtuvo un resultado con un 85,3% que los niños tiene una talla acorde para la edad y un mínimo porcentajes (14,7%) se encuentra con un retraso en el crecimiento, en lo que corresponde al índice de masa corporal obtenidos del peso y la talla de los niños se pudo identificar que el 97,1% se encuentra en un estado normal.

El estudio en relación con los instrumentos internacionales utilizados, se observan cuáles son las obligaciones y las medidas que deben adoptar los Estados para lograr el efectivo goce del derecho a la alimentación, así como la violación del derecho a la vida, en caso de padecer hambre, emaciación, obesidad o muerte temprana ocasionada por la desnutrición.

Se analizan y comparan los datos estadísticos facilitados por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC), de los años 2018-2019, los que denotan la emergente situación de los niños menores de cinco años en el país y la prevalencia de cuadros de desnutrición se clasifican en aguda moderada y aguda severa o normal y un 2,9% se encuentra en una desnutrición aguda moderada.

Conclusiones

De acuerdo con los datos sociodemográficos, se determinó, que el sexo hombre, predominó en un porcentaje más alto, y la edad entre los 2 y 3 años fue el rango de mayor incidencia, datos que demostraron la influencia de las madres, cuidadoras directas, y eslabón importante en el desarrollo y crecimiento de los infantes.

Se identificó que la cultura alimentaria de la familia y el tipo de alimentación que las madres utilizan con sus hijos en los primeros meses de vida, fue la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad a libre demanda, además como alimentación complementaria leche de fórmula, y las frutas a partir del año, así mismo un gran porcentaje de madres brinda a los niños aguas aromáticas.

Con aplicación de medidas antropométricas y las curvaturas de crecimiento, se demostró que el desarrollo psicosociomotriz de los niños, según la edad, está acorde a lo establecido en las normas y protocolos del Ministerio de Salud Pública de Ecuador, sin embargo, se evidenció que existe un mínimo porcentaje de niños con desnutrición aguda moderada y retraso en el crecimiento.

Referencias

- Barrera Luna, R. (2013). El concepto de la Cultura: definiciones, debates y usos sociales. *Revista de Claseshistoria*, Artículo N° 343. ISSN 1989-4988.
- Chilpa Aboytes, A. N. (2021). Cultura alimentaria y la importancia de lo que comemos. *UNIVA*, <https://www.univa.mx/blog/cultura-alimentaria-y-la-importancia-de-lo-que-comemos/>.
- Cueva, C. E. (2017). *La Desnutrición en los niños de 1 a 3 años en el Centro de Infantil del Buen Vivir de Cochapamba Sur (CIBV) en el periodo octubre del 2016 a Febrero del 2017*. Previa obtención del Título de Licenciada en Enfermería, Universidad Central del Ecuador, Facultad de Ciencias Médicas, Quito.
- García, D. M. (2003). Cultura alimentaria. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 4(3).
- Iñiguez, L. J. (2017). *Manejo de Alimentación Complementaria en los lactantes que asisten a Consulta Externa en el Hospital Universitario de Motupe en el periodo Diciembre 2015 - Septiembre 2016*. Tesis previa obtención del título de médico general, Universidad Nacional de Loja, Facultad de Ciencias Humanas, Loja.
- Marcia, R. S. (2017). *Plantas medicinales y su influencia durante la infancia*. Posgrado, Universidad Tecnológica Indoamericana, Quito.
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (06 de 02 de 2023). “*Desarrollo Infantil Integral*”. Quito: Ministerio de Inclusión Económica y Social. Política Pública.
- OMS. (24 de 01 de 2023). *Organización Mundial de Salud, Alimentación sana*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- OPS. (2010). “*La alimentación del lactante y del niño pequeño*”. Washington, D.C.: OPS, © 2010: Organización Mundial de la Salud/ Organización.
- Osorio, R. (2016). *Influencia de los hábitos alimentarios familiares, en los hábitos alimentarios de los niños preescolares y su estado nutricional del centro de desarrollo infantil "Mi Pequeño Mundo" de la ciudad de Ibarra*. Previa obtención del título de Licenciada en Nutrición, Universidad Católica del Ecuador, Facultad de enfermería, Quito.

Pilcher, J. (2012). A global history of Mexican food. . *Nueva York: Oxford University Press*, 291.

Solano, N. A. (2018). *Habitos alimentarios y su relacion con el estado nutricional de los niño en edad preescolar que asisten a la Unidad Educativa Vicente Rocafuerte* . Previa Licenciatura en Nutricion y Dietetica , Universidad Catolica de Santiago de Guayaquil , Facultad de ciencias medicas , Guayaquil .