

Artículo original

CULTURA ALIMENTARIA FAMILIAR Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA TACNA, 2018

FAMILY FOOD CULTURE AND ITS INFLUENCE ON EATING HABITS IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN TACNA, 2018.

Lic. Hilda Elena Álvarez Gonzales ¹ Dr. Marcelino Raúl Valdivia Dueñas²

¹ Licenciada en Educación Primaria, UPT
² Doctor en Educación, actual docente de la Universidad Privada de Tacna
E-mail: ¹ enaalvarezgonzalez57@gmail.com, ² marcelinovd@gmail.com

INDICE:

Resumen.....	08
Introducción.....	09
Materiales y Métodos.....	10
Resultados.....	10
Discusión.....	11
Referencias	13

INDEX:

Abstract.....	08
Introduction.....	09
Material and Methods.....	10
Results.....	10
Discussion.....	11
References.....	13

RESUMEN

La educación primaria del sistema Educativo Peruano, tiene orientada sus acciones pedagógicas al logro de las bases de la formación de la personalidad de niños y niñas, futuros ciudadanos. Esas bases se logran estimulando el desarrollo de buenos y adecuados hábitos, destrezas y conocimientos elementales para su desarrollo psicomotriz. **Objetivo;** Determinar de qué manera la cultura alimentaria familiar influye en los hábitos alimentarios de estudiantes de educación primaria de Instituciones Educativas de Tacna, 2018. **Material y Métodos;** El tipo de investigación es básica, transversal, no experimental. La muestra está conformada por 144 estudiantes de sexto grado de instituciones educativas de la ciudad de Tacna, con muestreo no probabilístico. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario. **Resultados;** La variable cultura alimentaria, indica que la dimensión tiene mayor porcentaje en la disponibilidad y accesibilidad a alimentos en un 61,8 %. Y la variable dependiente, con el indicador omisión; de los tiempos de comida: Almuerzo. **Conclusión;** la cultura alimentaria familiar influye significativamente en los hábitos alimentarios de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de las Instituciones Educativas del cercado de Tacna, según el valor es 0,00 menor que el nivel de significancia.

Palabras clave: cultura, comportamiento, estudiante, alimento

ABSTRACT

Primary education of the Peruvian educational system has its pedagogical actions oriented towards the achievement of the bases of the formation of the personality of boys and girls, future citizens. These bases are achieved by stimulating the development of good habits, skills and elementary knowledge for their psychomotor development. **Objective;** To determine how the family food culture influences the eating habits of primary education students of Educational Institutions of Tacna, 2018. **Material and Methods;** The type of research is basic, cross-sectional, non-experimental. The sample formed by 144 sixth grade students of educational institutions of the city of Tacna, with non-probabilistic sampling. The survey technique was used for data collection and the questionnaire was used as an instrument. **Results;** The food culture variable indicates that the dimension has the highest percentage in the availability and accessibility of food in 61.8%. And the dependent variable, with the indicator omission; of meal times: Lunch. **Conclusion;** the family food culture has a significant influence on the eating habits of students in the sixth grade of primary education of the Educational Institutions of the Tacna, according to the value is 0.00 lower than the level of significance.

Keywords: culture, behavior, student, food.

1.INTRODUCCIÓN

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2018) en 2016 había más de 340 millones de niños y adolescentes (de 5 a 19 años) considera que el sobrepeso o la obesidad, va en aumento, tal aspecto se da en niños y niñas.

Por otro lado, diversas investigaciones han mostrado que la anemia por déficit de hierro se ha incrementado, afectando el crecimiento de los niños; por lo que impide la función cognoscitiva y el desarrollo escolar (Quizhpe, San Sebastián, Hurtig y Llamas, 2003). La tendencia de la anemia en Perú muestra que entre, los años 2011 y 2017, la anemia aumentó 2 % llegando a 43.6%.

En este sentido se ha podido observar que en las instituciones educativas los niños y niñas estudiantes en el sexto grado de primaria muestran distintas conductas o comportamientos en la formación de hábitos de ingesta alimentaria, desorden en horarios, falta de higiene, etc. Vega (2017) sostiene que la familia, como componente natural y primordial de la sociedad, representa uno de los pilares importantes en la transmisión de la cultura alimentaria y en la adquisición de los hábitos alimentarios, dado que los niños observan la conducta de los padres, se apropian de los indicados actos, identificándose completamente con sus progenitores.

En la región Tacna, en las instituciones educativas de nivel primario se viene observando que los estudiantes muestran inadecuados hábitos de alimentación, al existir, en el aula, alumnos obesos, soñolientos trayendo en sus loncheras alimentos no saludables carentes de proteínas, vitaminas, etc. ; familias que omiten el desayuno, el almuerzo o la cena; no existiendo un horario adecuado para el consumo, todo ello debido a un comportamiento alimentario basado en mitos y creencias; en la preparación y compras de alimentos, pensando que el estar gordo es estar bien alimentado, desconocimiento de alimentos saludables, para ingerir una dieta balanceada; existen, familias que no tienen frecuente disponibilidad y accesibilidad a alimentos; lo que da a entender que los padres no cumplen su rol.

Es evidente que la alimentación saludable debe ser una preocupación articulada y compartida por actores, como el Estado (Ministerio de Salud y Ministerio de Educación), directivos, docentes, padres de familia. Por lo tanto, este estudio de investigación va a determinar de qué manera la cultura alimentaria familiar influye en los hábitos alimentarios de estudiantes de educación primaria de Instituciones Educativas del cercado de Tacna, 2018. De lo contrario los estudiantes se verán afectados en su rendimiento académico, formación integral y aprendizajes significativos.

2.MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación es de tipo básica o pura, de corte transversal, con un ámbito micro regional, como tiempo social el año 2018. La población estuvo conformada por 1053 estudiantes de las instituciones educativas de las I.E. del cercado de la ciudad de Tacna. La muestra estuvo conformada por 144 estudiantes, con un muestreo no probabilístico que considero a los estudiantes de sexto grado de primaria. La recolección de datos fue personal, utilizando la técnica de la encuesta por medio del cuestionario dirigido a los estudiantes para evaluar la cultura alimentaria familiar y los hábitos alimentarios de los estudiantes. Con respecto al instrumento sobre cultura alimentaria familiar, está constituida por cuatro dimensiones: la dimensión asertividad contiene 12 ítems; la dimensión comunicación contiene 08 ítems; la dimensión autoestima contiene 09 ítems y la dimensión toma de decisiones tiene 09 ítems. Finalmente correspondiendo al instrumento de hábitos alimentarios, está conformado por 4 dimensiones: la dimensión de omisión de los tiempos de comida contiene 6 ítems, la dimensión de lugar de consumo de alimentos consta de 9 ítems, la dimensión consumo de refrigerio consta de 6 ítems, la dimensión de frecuencia de consumo de alimentos conformada por 34 ítems.

3.RESULTADOS

Tabla 1 Cultura Alimentaria Familiar

Categoría	N	%
Bajo	54	37,5
Regular	70	48,6
Alto	20	13,9
Total	144	100

Fuente: Matriz de Sistematización de Datos

Como se observa en la tabla 1, el 37,5% se señala que la cultura alimentaria familiar fue bajo, el 48,6% regular y el 13,9% fue alto. En consecuencia, lo que da entender que, a veces, omiten los tiempos de comida, como el desayuno, el almuerzo o la cena, y en el refrigerio el consumo de alimentos es poco saludable.

Tabla 2 Hábitos Alimentarios

Categoría	N	%
Inadecuado	54	37,5
Regular	77	53,5
Adecuado	13	9,0
Total	144	100

Fuente: Matriz de Sistematización de Datos

Como se observa en la tabla 2, de la encuesta realizada a los estudiantes de las instituciones educativas del distrito de Tacna, el 37,5% señalaron que los hábitos alimentarios fueron inadecuados, el 53,5% manifestaron que fue regular y el 9% indicaron que fue adecuado

Tabla 3 Prueba de Chi-cuadrado

Prueba de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. Asintótica
Chi-cuadrado de Pearson	42,054	4	0,000

Se observa que el valor Chi cuadrado calculado $\chi^2=42,054$ es mayor al valor crítico 9,48 ($p<0,05$)

En la Tabla 5, En la prueba de entrada se obtuvo el puntaje de 73,33% presentando un alto nivel y con puntaje de 26,67% presentando un bajo nivel en el desarrollo psicomotor grueso, y en la prueba de salida se obtuvo el puntaje de 100% presentando un alto nivel y con un puntaje de 0% presentando un bajo nivel de desarrollo psicomotor grueso.

4. DISCUSIÓN

La hipótesis planteada es que la cultura alimentaria familiar influye en los hábitos alimentarios de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de las Instituciones Educativas del cercano de

Tacna. Ahora, debido a que el Chi cuadrado calculado $\chi^2=42,054$ es mayor al valor crítico 9,48 ($p<0,05$), se decide rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna.

Por lo tanto, los hallazgos detectados se relacionan con lo establecido por Silva (2013), quien concluyó que es fundamental que los padres asuman la responsabilidad de promover una cultura familiar alimentaria, donde, la institución educativa elabore planes de acción para coordinar con los padres, el de promover una adecuada cultura alimentaria, para que sus hijos puedan tener buenos hábitos alimentarios.

Así mismo, difiere con lo informado por Bustamante y Alva (2014), quienes elaboraron el estudio "Relación entre nivel de conocimiento y prácticas en alimentación saludable en madres con niños menores de cinco años del caserío Bello Horizonte junio – septiembre 2014". (Tesis de grado). Universidad Nacional de San Martín, Tarapoto, 2014. Los resultados encontrados son: El 77,3% de las madres con niños mayores de 5 años, tienen un nivel de conocimiento medio sobre alimentación saludable; el 83,3% de madres con niños menores de 5 años en el caserío Bello Horizonte tienen prácticas desfavorables sobre la alimentación saludable; la alimentación usual de las madres con niños menores de 5 años en el caserío Bello es a base de panes, arroz, plátano, leche, aceite, azúcar, yuca y papa; que el consumo de pescado y carne de res está con una frecuencia de 1 a 2 veces por mes; y el consumo de frutas y verduras con una frecuencia quincenal. Concluyéndose: No existe una relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento y las prácticas de alimentación saludable en madres con niños menores de 5 años en el caserío Bello Horizonte ($p=0,336>0,05$).

Los resultados encontrados se parecen a lo informado por García y Vásquez (2015), quien concluye que el 50% de madres y/o cuidadores obtuvo un nivel de conocimiento bueno. Después del programa educativo, la mayoría de madres y/o cuidadores alcanzaron un nivel de conocimiento bueno en el 76,7% . El programa educativo fue efectivo al mejorar el nivel de conocimiento de madres y/o cuidadores de menores de 2 años. Al respecto, en el contexto actual los padres de familia, en ocasiones, no tienen suficiente conocimiento de los alimentos en cuanto a su valor nutritivo, no valoran los alimentos por su calidad y por su contenido nutricional. Además, que no tienen un buen comportamiento alimentario.

Por lo expuesto se concluye que la cultura alimentaria familiar influye en los hábitos alimentarios de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de las Instituciones Educativas del cercado de Tacna, asimismo se evidencia que los padres no tienen suficiente conocimiento sobre los alimentos adecuados, no demostrando un buen nivel de comportamiento alimentario ni en la preparación y compras de alimentos. Es por ello que se sugiere que se desarrollen actividades de buenas prácticas alimentarias familiares durante los días sábados, una vez al mes, donde inviten a una nutricionista, y desarrollen técnicas culinarias adecuadas, enfatizando sobre el rol que deben cumplir los padres.

Conflicto de Intereses: Los autores declaran no tener conflicto de interés.

5. REFERENCIAS

- Alvarado, S. (2019). Factores de riesgo relacionados a la obesidad en el escolar de la I.E. Manuel de Mendiburu de Tacna, 2018. (Tesis de segunda especialidad). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann-Tacna.
- Bustamante, F. y Alva, T. (2014). Relación entre nivel de conocimiento y prácticas en alimentación saludable en madres con niños menores de cinco años del caserío Bello Horizonte junio – septiembre 2014. (Tesis de grado). Universidad Nacional de San Martín, Tarapoto.
- García, C. y Vásquez, C. (2015). Efectividad del Programa Educativo del Programa educativo sobre cultura alimentaria en el nivel de conocimiento en madres de 2 años, Pacasmayo – 2015. (tesis de grado). Universidad Nacional de Trujillo.
- Organización mundial de salud (OMS). Sobrepeso y obesidad 2018. <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Pérula, L. (1998). Hábitos escolares de una zona básica de salud de Córdoba. En: Rev. Especializada en salud pública, Vol. 6, pp. 147-150.
- Quispe, A. (2017). Estado nutricional relacionado con hábitos alimentarios en niños preescolares de la I.E.I. Las Colmenas Tacna – 2016. (Tesis de segunda especialidad).

Silva, J. (2013). Ingesta y conducta alimentaria en el niño en edad preescolar". (Tesis de maestría). Escuela de Salud Pública.

Vega, L. (2017). Influencia de la cultura alimentaria en los hábitos alimentarios de estudiantes universitarios. (Tesis de maestría). Universidad Católica de la Santísima Concepción – Chile.