

Conductas y preferencias alimentarias en escolares de una institución educativa privada durante la pandemia COVID-19, Ventanilla – Callao: estudio cualitativo

Verónica Barba-Orbe¹ , Karen Cartagena-Percca¹ , Lesly Rivera-Cursino¹ , Margot Quintana-Salinas¹ .

¹ Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

Resumen

Fundamentos: El confinamiento durante la COVID-19 habría afectado el comportamiento de escolares sobre el consumo de alimentos. El objetivo fue identificar conductas y preferencias alimentarias en escolares de primaria de una Institución Educativa Privada durante la pandemia de la COVID-19, Ventanilla, Callao 2020.

Métodos: Estudio cualitativo, fenomenológico realizado con 19 escolares de cuarto y quinto grado de primaria, en un área urbana. Previo consentimiento y asentimiento informados, se efectuaron entrevistas en profundidad e imágenes interactivas a través de plataformas virtuales. Se aplicó un análisis inductivo. Hubo credibilidad, confiabilidad y triangulación por técnicas e investigadoras.

Resultados: La mayoría de escolares fueron varones de cuarto grado y tenían 10 años. Surgieron diversos temas como: prácticas y costumbres alimentarias, respuesta a emociones y preferencias alimentarias.

Conclusiones: Los escolares expresaron su participación en diversas actividades asociadas al consumo de alimentos, manifestaron su valoración de las costumbres alimentarias y herencia culinaria, su consumo de alimentos responde a emociones. También demostraron comprender la forma de acceder a alimentos en contexto COVID-19; además, reconocieron sus gustos y aversiones por distintos alimentos y preparaciones, identificando las opciones saludables y no saludables, aunque consumían estas últimas debido a su agradable sabor.

Palabras clave: Conducta Alimentaria; Preferencias Alimentarias; Niños; COVID-19.

Food behaviors and preferences in school children of a private educational institution during the COVID-19 pandemic, Ventanilla - Callao: Qualitative research

Summary

Background: Confinement during COVID-19 would have affected the food consumption behavior of school children. The objective was to identify food behaviors and preferences in elementary schoolchildren of a private educational institution during the COVID-19 pandemic, Ventanilla, Callao 2020.

Methods: Qualitative, phenomenological study conducted with 19 schoolchildren in fourth and fifth grade of elementary school in an urban area. After informed consent and assent, in-depth interviews and interactive images were carried out through virtual platforms. An inductive analysis was applied. There was credibility, reliability and triangulation by techniques and researchers.

Results: The majority of schoolchildren were boys in fourth grade and 10 years old. Several themes emerged such as: food practices and habits, response to emotions and food preferences.

Conclusions: Schoolchildren expressed their participation in various activities associated with food consumption, expressed their appreciation of food customs and culinary heritage, their food consumption responds to emotions. They also showed an understanding of how to access food in the COVID-19 context; in addition, they recognized their likes and dislikes for different foods and preparations, identifying healthy and unhealthy options, although they consumed the latter because of their pleasant taste.

Key words: Eating Behavior; Food Preferences; Children; COVID-19.

Correspondencia: Karen Cartagena Percca
E-mail: karenmcp12@gmail.com

Fecha envío: 04/04/2024
Fecha aceptación: 20/05/2024

Introducción

La obesidad entre menores de 5 a 9 años en Perú ha aumentado considerablemente entre el 2008 al 2018, pasando del 7,70 % al 19,30 % (1). Este incremento podría haberse visto influenciado por la pandemia, que llevó a una disminución de la actividad física y a posibles cambios en las conductas y preferencias alimentarias durante el periodo de cuarentena.

Las conductas alimentarias son un conjunto de prácticas y comportamientos con los alimentos (2), que, en el presente caso establecen los escolares, y se relacionan con el modo de alimentarse y las preferencias y aversiones hacia determinados alimentos, que pueden estar fuertemente condicionados por el contexto familiar, la escuela y los medios de comunicación (3). En el contexto familiar, los padres tienen una gran influencia, decidiendo la cantidad y calidad de alimentos proporcionados durante esta etapa; por su parte, se espera que la escuela fomente la adquisición de unos hábitos alimentarios saludables a través de la promoción y educación para la salud (4). Mientras que los medios de comunicación influyen en la elección de alimentos con el uso de canciones, juguetes, dibujos animados (5) y publicidad (6).

Ya sea por influencia familiar, de terceros o por el entorno escolar, el elevado consumo de comida rápida y ultraprocesada (7) hace que los niños adquieran hábitos alimentarios incorrectos que pueden ocasionar, entre otros problemas, obesidad infantil. En Perú se identificó que antes de la pandemia, más del 40,00 % de escolares consumían galletas saladas, zumos envasados y/o gaseosas dos o más veces a la semana, y el 28,00 % eran sedentarios (8).

A su vez, las preferencias alimentarias se aprenden a través de la experiencia con la

comida y alimentos durante los primeros años de vida (9). Durante la pandemia por la COVID-19, el confinamiento domiciliario interrumpió las actividades cotidianas como acudir al trabajo, salir a ejercitarse, ir a las escuelas y demás ocupaciones sociales (10). Algunos padres de familia realizaron teletrabajo o trabajo remoto en sus hogares, lo que pudo ser oportunidad para influenciar de manera positiva en la alimentación de los hijos. Sin embargo, en España se observó que los niños comieron una mayor cantidad de alimentos (64,71 %), así como más dulces o pasteles (68,10 %) que antes de la pandemia (11).

En Perú no se han hallado estudios de conductas y preferencias alimentarias en escolares de primaria durante la pandemia, por lo que se consideró conveniente identificarlas para comprender mejor su realidad alimentaria a fin de contribuir a la propuesta de metodologías de enseñanza que ayuden a prevenir el sobrepeso y obesidad en este grupo etario mediante el diseño de estrategias educativas en alimentación saludable. Por todo lo anterior, el objetivo de este estudio fue identificar las conductas y preferencias alimentarias en escolares de primaria de una Institución Educativa Privada durante la pandemia COVID-19, en Ventanilla, Callao 2020.

Material y métodos

El estudio tuvo un enfoque cualitativo, con diseño fenomenológico que se interesa por cómo las personas viven sus experiencias ordinarias (12); en el presente caso, por las conductas y preferencias alimentarias que tenían los escolares. La muestra estuvo conformada por 19 escolares de cuarto y quinto grado de primaria de una Institución Educativa Privada ubicada en una zona urbana de Ventanilla. Los hogares pertenecían a un nivel socioeconómico medio, tenían acceso a servicios básicos, transporte,

establecimientos de salud, zonas comerciales, mercados y supermercados. El muestreo fue intencional, y concluyó cuando se saturó la información.

Se realizaron coordinaciones con autoridades de la institución, se efectuó una reunión vía virtual con 30 padres o tutores informándoles sobre el desarrollo del estudio. De ellos, 19 aceptaron que sus hijos participaran, brindando su consentimiento informado; además, todos los escolares dieron su asentimiento verbal. En el último trimestre de 2020, previa prueba piloto con 3 escolares, se recopilaron los datos mediante la aplicación de dos técnicas realizadas de manera virtual, entrevista a profundidad (EP) (13, 14) e imágenes interactivas (II) (15), se efectuaron 9 EP y 10 II. Para ello se contó con guías de preguntas semiestructuradas, validadas por jueces expertos (tres nutricionistas con experiencia en investigación cualitativa y un docente de nivel primaria), lo que aportó confiabilidad al estudio. La primera fue para

EP, trató sobre conductas alimentarias (en el entorno familiar, patrones culturales, disponibilidad de alimentos, alimentación emocional) y preferencias alimentarias (preparaciones culinarias, consumo de alimentos, publicidad de alimentos procesados y ultraprocesados). La segunda fue para II, que enfatizó principalmente las preferencias alimentarias; para ello se elaboraron dos plantillas en power point con II (Figura 1). La primera plantilla constaba de 48 imágenes de alimentos, de forma que cada escolar los clasificaba en base a una escala hedónica amigable de 5 ítems: me desagrada, no me gusta, me es indiferente, me gusta y me encanta (Figura 1A); y la otra estaba conformada por 14 imágenes de preparaciones culinarias para diferenciar entre saludables o no saludables (Figura 1B); además, posteriormente debían manifestar porqué las consideraban así. Durante las entrevistas, y para la recolección de los datos, se usaron grabadora de voz y bitácora de campo.

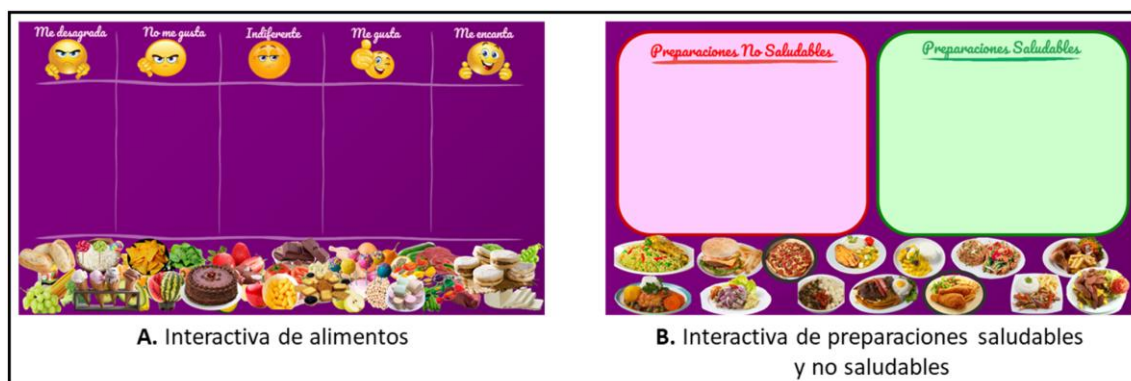


Figura 1. Imágenes interactivas con alimentos y preparaciones.

Para realizar el análisis inductivo, se transcribieron las entrevistas de forma literal en una matriz de doble entrada, utilizando una hoja de cálculo de Microsoft Excel. En la primera fila se incluyeron las iniciales de los participantes, mientras que en las filas siguientes se registraron las respuestas a las

preguntas, organizadas según ejes temáticos en la primera columna. Con esta información, se creó una "sábana digital" en la que se codificaron los datos, diferenciando las expresiones con significados similares a través de un sistema de colores. Posteriormente, se realizó una lectura y relectura exhaustiva para

identificar similitudes y diferencias entre las respuestas, destacando aquellas frases que resultaron representativas. Además, se elaboraron tablas y figuras que resumieron los hallazgos obtenidos. Se implementó una triangulación tanto de técnicas como de investigadoras que confirieron confiabilidad a los resultados. Finalmente, se contó con la aprobación de los resultados por parte de tres escolares, lo que añadió credibilidad al estudio.

La investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos con acta número 0108-2021.

Resultados

Participaron 19 escolares, de los cuales 10 fueron varones (52,63 %), hubo predominio de escolares de cuarto grado (78,95 %), de escolares de 10 años (63,16 %), y con 3 hermanos (47,39 %) (Tabla 1).

Tabla 1. Características de Escolares.

Código	Grado	Edad (años)	Sexo	N° Hermanos
E1	4°	9	F	3
E2	4°	9	F	1
E3	4°	9	F	3
E4	4°	9	F	1
E5	4°	9	M	3
E6	4°	9	M	0
E7	4°	9	M	0
E8	4°	10	F	3
E9	4°	10	F	1
E10	4°	10	M	1
E11	4°	10	M	3
E12	4°	10	M	5
E13	4°	10	M	1
E14	4°	10	M	3
E15	4°	10	M	1
E16	5°	10	F	3
E17	5°	10	F	3
E18	5°	10	F	2
E19	5°	10	M	3

E= Escolar, F= Femenino, M = Masculino

Después del análisis en conductas alimentarias emergieron los temas de prácticas alimentarias, costumbres alimentarias y herencia culinaria, respuesta a emociones, accesibilidad de alimentos y pedido de comida preparada servida a domicilio (*delivery*); y, en preferencias alimentarias; gustos y aversiones por alimentos mediante elecciones de preparaciones saludables y no saludables.

Conductas alimentarias

Prácticas alimentarias

Los escolares colaboraron de diversas maneras en la preparación y servido de los alimentos, participando en tareas como pelar, cortar y picar frutas y verduras. Algunos incluso manifestaron cocinar, ordenar la mesa antes de la comida o lavar los utensilios (Tabla 2).

Durante las comidas, la mayoría de los niños conversaba con sus familiares, aunque algunos admitieron que no siempre lo hacían. A pesar de compartir este tiempo juntos, las interacciones familiares podían verse

interrumpidas por las obligaciones laborales de los padres, como la atención a sus negocios o el trabajo remoto. Un tercio de los escolares expresó que sus padres no les permitían usar el teléfono móvil o ver televisión durante la comida, ya que creían que estos dispositivos

los distraían y hacían que comieran más lentamente. Por otro lado, casi una sexta parte de los niños reportó el uso del teléfono móvil, reconociendo que efectivamente los distraía (Tabla 2).

Tabla 2. Conductas alimentarias: Prácticas, costumbres y emociones.

Prácticas alimentarias de escolares	
Actividades antes, durante y después de comer	<i>/... Primero limpiamos la mesa, servimos la comida... ponemos los cubiertos, ... comemos y cuando terminamos, lavamos los servicios y terminamos de limpiar la mesa (E19)</i>
	<i>Preparamos la comida y a veces desayunamos huevitos revueltos, mantequilla, mermeladas, ponemos las cucharas y desayunos (E1)</i>
Apoyo en las preparaciones	<i>Sí, yo pico las verduras e incluso hago la ensalada, nos dividimos, mi abuelito hace el arroz, mi hermano la menestra. Mi mamá hace el aderezo del pollo, mis primos ponen el individual. (E2)</i>
	<i>/... en el desayuno a veces ayudamos, yo endulzo la bebida y mi hermano pone los individuales... En el almuerzo con mi hermano cocinamos, como mi mamá es pastelera, nosotros cocinamos... Preparamos cosas fáciles y otros días cocina mi mamá (E1).</i>
Conversación a la hora de comer	<i>Sí, conversamos a la hora de la comida, nos contamos qué nos pasa cada día (E8)</i>
Uso de tecnología	<i>Sí conversamos... de lo que está pasando... también a veces de su trabajo de papá le llaman...y no le dejan comer porque lo están llamando varias veces (E12).</i>
	<i>/...mis padres no quieren ni que usemos el celular ni que tengamos encendido el televisor porque me puedo distraer y no comamos. (E12)</i>
	<i>/El celular no lo tenemos a la mano, pero el televisor si lo prendemos, pero no ponemos nada interesante para concentrarnos en la comida. (E2)</i>
Acompañamiento familiar	<i>A mí me gusta desayunar solo con mi papá y también con toda mi familia, me siento más segura así y me siento acompañada con más personas con quien contar (E1)</i>
	<i>Sí, comemos juntos y más los domingos cuando papá descansa, estamos la familia completa (E11)</i>
Costumbres alimentarias y herencia culinaria	
Preparaciones en familia y celebraciones más frecuentes	<i>/ En los cumpleaños, cocinan pollo al horno y creo que, papa a la huancaína... y lo acompañamos con ensalada, arroz, papita (E6)</i>
	<i>/...Celebramos cumpleaños de la familia (E9)</i>
Trascendencia emocional-culinaria	<i>/...y mi abuelita que había venido ese día... Lo preparó mi mamá con mi abuelita, tallarines verdes con carnicita frita y ese recuerdo me trae muchas emociones. Por eso me gusta más esa comida. (E4)</i>
	<i>/... cada vez que mi mamá prepara el chicharrón (de choncho) recuerdo algunos momentos que pasábamos... porque nosotros antes vivíamos en Ayacucho... me siento como en aquellos momentos...comiendo, hablando sobre cosas divertidas (E12)</i>
Respuesta a emociones	
De tristeza: Consumo de dulces	<i>/...me distrae (comer) de lo que estoy molesta o triste, prefiero lo dulce...A veces como de aburrimiento (E16)</i>
Falta de apetito	<i>/...me siento destrozado cuando estoy triste. No como nada, no me da hambre (E10)</i>
De alegría: Consumo de dulces y grasas saturadas	<i>Lo que más quiero comer son dulces, porque estoy feliz, yo como chupetín, gomitas y fruna (E1)</i>
	<i>/...uhmmm... mayormente, hamburguesa o pizza (E2)</i>

A todos los escolares les gustaba comer acompañados, especialmente los domingos. La mayoría prefería sentarse al lado de su padre ya que, por su trabajo, no compartían otros momentos, aprovechaban su descanso como una oportunidad de acercamiento. Cuatro “accedían sentarse con cualquier otro miembro de su familia” expresando que se sentían más seguros y con más personas con quienes contar (Tabla 2).

Costumbres alimentarias y herencia culinaria

Los escolares comentaron que los alimentos más comunes que consumían en las reuniones familiares eran parrilladas, pollo en diversas preparaciones y patatas a la huancaína, que acompañaban con diferentes guarniciones y ensaladas. Durante las reuniones familiares, celebraban los cumpleaños de algún miembro del hogar. Expresaron sentir una identificación significativa con ciertas preparaciones, ya que evocaban emociones o recuerdos de personas importantes que les generaban felicidad. En este contexto, se destacó la figura de la madre y la abuela como parte de la transmisión de tradiciones culinarias y el vínculo afectivo-emocional que estas celebraciones representaban. Por otro lado, todos manifestaron su deseo de aprender a cocinar las preparaciones que les gustan a sus familias cuando fuesen adultos (Tabla 2).

Respuesta a emociones

Más de la mitad de los escolares señalaron que, cuando se sentían tristes o molestos, su apetito disminuía y preferían aislarse de su familia en vez de comer. Por otro lado, un grupo más pequeño mencionó que, en ocasiones de aburrimiento, tristeza o enfado, podían comer más de lo habitual, sintiendo una mayor atracción por golosinas y dulces.

En momentos de felicidad, la mayoría de los niños prefería jugar, ver televisión o realizar alguna otra actividad en casa. Solo menos de la mitad mostró interés en disfrutar de alguna preparación especial (Tabla 2).

Accesibilidad y adaptación de preparaciones

Todos coincidieron en que en sus hogares siempre se adquiría todo lo necesario para cocinar, y nunca experimentaron la falta de alimentos durante la pandemia. Algunos comentaron que, aunque en ocasiones no encontraban todos los ingredientes para una determinada preparación, se adaptaban y preparaban alguna comida utilizando los insumos o ingredientes que tenían disponibles en casa, o bien, aquellos que podían conseguir cerca de su domicilio, ya que se encontraban en cuarentena (Tabla 3).

Tabla 3. Conductas alimentarias: Accesibilidad y consumo de alimentos.

Accesibilidad y adaptación de preparaciones	
Adaptación de las preparaciones	<i>/...cuando no hay tiempo para comprar hacemos cosas simples como arroz con huevo, pero nunca nos quedamos sin comer (E2, 9 años)</i>
	<i>/...vemos lo que hay dentro de la refrigeradora y hacemos una combinación de todo y siempre sale rico (E19, 10 años)</i>
Disponibilidad en la compra de alimentos	<i>A veces nos tenemos que ir lejos (para comprar alimentos), porque aquí no venden mucha gallina o gallina buena (E1, 9 años)</i>
Consumo de comidas por delivery	
Frecuencia y razones de consumo de comidas a delivery	<i>/...en las noches... porque no nos alcanza el tiempo para cocinar. A veces pedimos pizza para comer, también pollo, me gusta más (E10, 10 años)</i>
	<i>A veces (compramos comida delivery) como los domingos o los sábados, más pedimos chifa y pollito a la brasa, pizza. Lo que me gusta es el chifa...(E1, 9 años)</i>

Los niños mencionaron las dificultades que tuvieron para hacer las compras, por falta de dinero o por la lejanía y el no querer exponerse a posibles contagios del virus causante de la COVID-19; adaptando las preparaciones con lo que tenían al alcance en su casa.

Consumo de comida preparada servida a domicilio (delivery)

La mayoría mencionó que en sus hogares a veces optaron pedir comida preparada (delivery). Las preparaciones más comunes incluyeron pollo a la brasa, arroz chaufa, pizza y ceviche. Todos los miembros de la familia disfrutaban de estos alimentos preparados, aunque surgían algunas diferencias en los gustos personales, lo que les permitía elegir alguno de ellos. Un tercio expresó que los consumían los fines de semana o una vez a la

semana, mientras que un sexto las disfrutaba ocasionalmente o cuando había dinero para su compra (Tabla 3).

Reacciones a publicidad de alimentos procesados y no procesados

Cuando los escolares tuvieron la oportunidad de salir de casa, se sintieron atraídos a consumir alimentos y productos publicitados en algún medio de comunicación, incluidos los anuncios en la vía pública. Reconocieron que dichos alimentos no eran saludables y que, generalmente, no los consumían con frecuencia, ya sea debido a la falta de recursos económicos para adquirirlos o a la supervisión de sus padres. No obstante, la frecuencia con la que adquirieron estos productos en el contexto de la pandemia de COVID-19 fue, en su mayoría, de una vez por semana, lo cual no fue considerado como inapropiado.

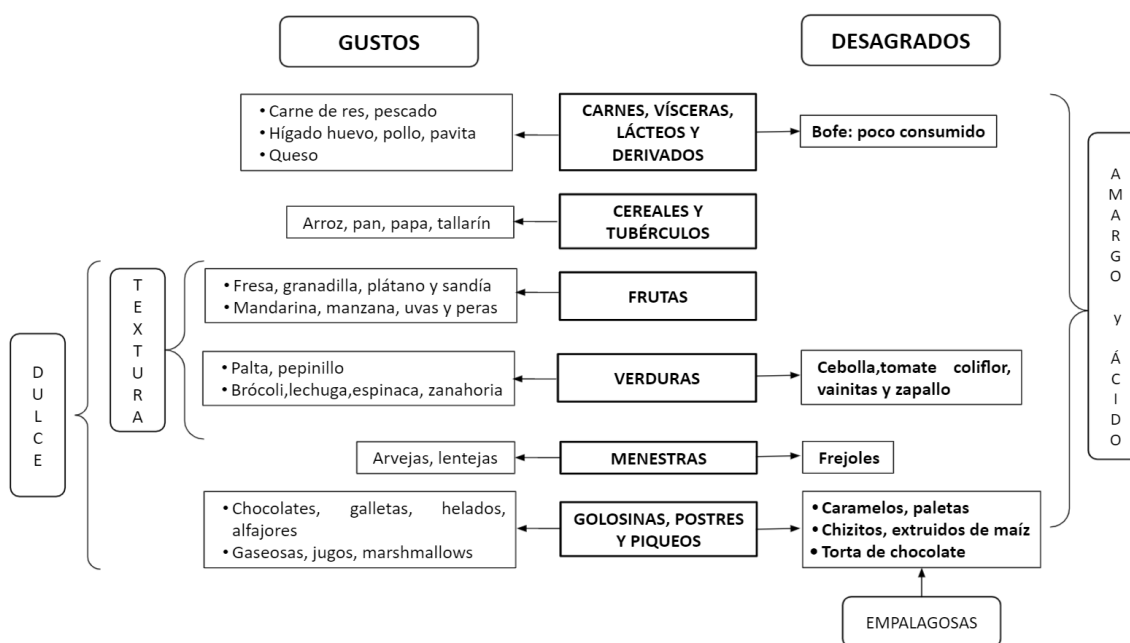


Figura 2. Gustos y desagrados de los alimentos en escolares de primaria de una institución educativa privada en Lima, 2020.

Preferencias alimentarias

Gustos y desagradados por los alimentos

Los escolares gustaban de alimentos como lácteos y derivados, res, pescado, hígado, pollo, pavo y queso. En el grupo de cereales y tubérculos gustaban de arroz, pan, fideos y papa. No obstante, a pesar de su agrado por el arroz, expresaron que su consumo diario les resultaba monótono. La mayoría manifestó una preferencia por preparaciones a base de pollo, tales como a la brasa, al horno, al sillao y en salpicón. Asimismo, señalaron que sus preparaciones preferidas con fideos incluían tallarines verdes, rojos y a la Alfredo (Figura 2).

Disfrutaban mucho los sabores de las frutas y verduras, manteniendo el hábito de consumirlos. Las menestras que más les complacían eran arvejas y lentejas, por su textura y sabor agradable. En cuanto a las golosinas, sus preferencias se centraban en los chocolates, galletas, helados, alfajores,

gaseosas, zumos y *marshmallows* (malvaviscos), por su sabor dulce.

Les desagradaba el pulmón de res (bofe), cuyo consumo era poco frecuente; también el frijol, cebolla, tomate, coliflor, vainitas y zapallo considerados amargos o ácidos, o simplemente carentes de sabor. Cabe resaltar que, al expresar su desagrado por determinadas preparaciones o alimentos, referían haber tenido en ocasiones experiencias traumáticas, como haberse atragantado con un bocado o cuando les sentó mal alguna preparación por estar en mal estado, lo que provocó un rechazo hacia el consumo de estos productos al evocar tales vivencias.

Entre las golosinas que no eran de su agrado estaban los caramelos, paletas, chizitos, extruidos de maíz y torta de chocolate, siendo considerados excesivamente dulces, empalagosos y con sabor a colorante (Figura 2).



Figura 3. Identificación de preparaciones saludables y no saludables, sus características y cuándo consumirlas según escolares.

Varias preparaciones fueron reconocidas como saludables, entre ellas el estofado de pollo, locro de zapallo con pescado frito, ceviche y chanfainita con tallarines rojos; porque eran ricos y nutritivos, aportaban energía, proteínas, eran bajos en grasas y les protegían de enfermedades. Su consumo debía ser frecuente para protegerse del contagio de la COVID-19. Por otro lado, identificaron al pollo *broaster*, pollo a la brasa, entre otros, como comida no saludable, porque no tenían muchas verduras y contenían más azúcar y grasas, por lo que su ingesta debía ser ocasional a pesar de tener sabor agradable. Asimismo, se enfatizaba la importancia de que los platos tuviesen una buena presentación, con una variedad de colores, así como un agradable sabor y aroma, utilizando ingredientes que incluyeran verduras y carnes (Figura 3).

Discusión

Entre sus conductas alimentarias, los escolares del presente estudio mostraron varias prácticas alimentarias como participar de actividades relacionadas con el consumo de alimentos, la adquisición de costumbres alimentarias y herencia culinaria; respondían a emociones, comprendían la accesibilidad de alimentos según ingresos económicos; entre sus preferencias alimentarias mostraban sus gustos y aversiones a alimentos y preparaciones, reconociendo aquellas saludables y no saludables, a pesar de continuar consumiendo estas últimas con cierta frecuencia por su agradable sabor.

Los modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el contexto familiar durante la etapa infantil, donde se incorporan la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias, donde la madre es la principal responsable de la transmisión de las pautas alimentarias saludables que podrían

prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación (2). En el presente estudio los escolares prefirieron la compañía del padre a la hora de comer, porque les brindaba seguridad y afecto; no se han hallado estudios donde los niños deseen la compañía del padre como en el presente que mostró reconocimiento de los mismos escolares; lo que podría ser porque, tal vez, antes no se había preguntado al respecto. Estos hallazgos evidencian la pertinencia de involucrar al padre en el proceso educativo, considerando que este puede ejercer influencia sobre el consumo de alimentos, así como también adoptar una postura permisiva (3), y no sólo centrarse en la madre como transmisora de pautas alimentarias al hijo, a quien, comúnmente, se le proporcionan contenidos educativos preventivos promocionales.

Un aspecto para resaltar es que los escolares, independientemente del sexo, participaban activamente en las actividades relacionadas con la comida antes y después de comer. Esto podría estar contribuyendo a la disminución de diferencias de género, posiblemente influenciada por la proliferación de programas de cocina en la televisión y redes sociales, haciendo que los varones desearan participar más en la cocina cuando estaban en casa, también podría facilitar el aprendizaje y práctica de conceptos básicos de matemáticas y desarrollar habilidades lingüísticas, incluso participar en la creación de las comidas puede contribuir con su autoestima y sentar las bases de hábitos alimentarios saludables (16). El uso de equipos electrónicos durante las comidas puede generar distracción y consumo lento de los alimentos, que los niños no los utilicen en estos espacios constituye una conducta positiva. Se ha reportado que los hijos de padres permisivos tienen una alimentación menos saludable (disminución del consumo de frutas y verduras, así como un incremento de bocaditos y bebidas altamente calóricas) que quienes disfrutaban esos instantes del día

para compartir experiencias en familia (17, 18).

Asimismo, se observó que las comidas podían despertar emociones, como rememorar hechos o personas, y es que en la alimentación interactúan diversos factores, por ejemplo, a nivel sensorial, colores, sabores, texturas; y, a nivel emocional, sentimientos, hábitos familiares, lugares. Respecto a la respuesta a emociones y las preferencias de alimentos, los escolares mostraban afinidad al consumo de ciertos alimentos que gustan por su sabor o apariencia agradable como aquellos alimentos altamente calóricos o procesados, así como podía existir una disminución del consumo de alimentos en general o una reducción del apetito cuando su estado de ánimo era de tristeza o enfado. Tal como lo indican Encina y col., el apetito y la saciedad pueden cambiar según las emociones que presentan los niños. Es así como se menciona una dimensión antigesta que es una aparente saciedad que en realidad está influenciada por la tristeza o alguna emoción negativa debido a que la mayoría de los niños no presenta deseos de comer o comen menos en estas situaciones, contrariamente a las veces en las cuales se encuentran contentos, ya que en esos casos aumenta el deseo de comer y hay una tendencia al mayor consumo de productos ultraprocesados, azucarados o altamente calóricos (19).

En el entorno familiar la imagen de la abuela en el aprendizaje y relación emocional con los alimentos estaba presente; por ello los abuelos influyen significativamente en la salud dietética infantil (20). La familia es elemental para adoptar conductas aceptadas por la sociedad; sus miembros son los responsables de transmitir costumbres y hábitos de alimentación que permiten la formación de conductas alimentarias ligadas a las experiencias del acto de comer, brindan

sentido y valor; esto es parte de la educación nutricional.

Por otro lado, sorprende que un niño de diez años manifieste que se siente destrozado cuando está triste y no tiene apetito. La tristeza fue un sentimiento expresado ante el cierre de las escuelas en el contexto de la COVID-19 (21); pero también se puede sentir en cualquier momento, por lo que es necesario que la familia esté al tanto de los sentimientos de los niños.

En cuanto a las prácticas de alimentación estas no responden a un simple acto reflejo sino a la construcción de imágenes, ideas, emociones, como los que tienen los escolares cuando relacionan las preparaciones de alimentos con recuerdos familiares. Esa nostalgia por la comida brinda oportunidad para la conexión social y la identidad, se da a lo largo de la vida y puede influir, dependiendo del recuerdo, positiva o negativamente en el estado de ánimo de la persona, con ello contribuir en su calidad de vida (22).

En este estudio fue interesante hallar que los escolares se percataron que, en tiempos de pandemia, a pesar de las dificultades que tenían para la adquisición de los alimentos debido al confinamiento, la familia veía la forma de cocinar con lo que tiene disponible en el hogar; pues, además del acceso a los alimentos, su forma de producción se afectó durante la pandemia (23, 24). Otro punto importante fue que los escolares estaban interesados en participar en la elección y compra de alimentos y en su preparación. Tal vez, las circunstancias habrían provocado que el niño madurase más rápidamente porque estaba en casa todo el día y veía lo que estaba pasando. Esto sería un tema interesante de profundizar.

En este estudio se halló que las preferencias por frutas se basaban en su sabor y textura; lo cual coincide con lo reportado por Sánchez-

García, et al (25). Los escolares mostraron aceptación por verduras como pepino y lechuga en ensaladas; las verduras crujientes, por lo general, son preferidas (16). Y rechazaban otras que consideran amargas, ácidas o no le encuentran sabor. Las legumbres como lentejas y arvejas fueron las de su mayor agrado, los frijoles no lo fueron; a diferencia de otros niños, del estudio de Campos y Reyes (26), a quienes no les gustan las lentejas. El presente trabajo muestra que las preferencias alimentarias también dependen de las experiencias previas relacionadas a determinadas preparaciones y familiares que evocaban recuerdos gratos o ingratos.

Los escolares diferenciaron las preparaciones y alimentos saludables de los no saludables; reconocieron aquellos que contribuían a su crecimiento, así como aquellos que podían perjudicar su salud. Estos resultados fueron concordantes con un estudio que muestra que la percepción de los niños sobre los alimentos está influenciada por la escuela, la familia y los medios de comunicación (27); sería interesante realizar estudios adicionales del conocimiento y opiniones de los escolares sobre los octógonos y su relación con la alimentación saludable.

Entre las limitaciones del presente estudio se destaca que las entrevistas virtuales no propiciaron un contacto más cercano con los escolares. No obstante, se lograron obtener hallazgos interesantes consiguiendo saturar la información, igualmente la virtualidad constituye un medio habitual entre los escolares. Además, no se encontraron referencias de los temas de estudio en escolares durante la pandemia que permitieran comparar los resultados; por lo tanto, este estudio se considera como novedoso.

Las conductas y preferencias manifestadas por los estudiantes durante el período de

pandemia revelaron que se adaptaron al contexto y participaron en actividades relacionadas con el consumo de alimentos. Sus preferencias alimentarias incluyeron tanto opciones saludables como no saludables, basándose en el gusto personal; sin embargo, los estudiantes reconocieron que el consumo de estos últimos no debía ser frecuente. Este novedoso estudio contribuirá a comprender que los escolares tienen mucho que decir y destaca la necesidad de realizar más investigaciones en este grupo etario.

Agradecimientos

Queremos expresar un agradecimiento a nuestros colegas y docentes que contribuyeron en la validación técnica de instrumentos, así como sus aportes durante el desarrollo del estudio.

Referencias

1. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición/Instituto Nacional de Salud/Ministerio de Salud de Perú. Estado nutricional en niños de 6 a 13 años, 2017 – 2018 - Informe técnico de la vigilancia Alimentaria y Nutricional por etapas de vida: niños 2017-2018, CENAN, Lima, 2021. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4527281/Informe%20Tecnico%20Estado%20Nutricional%20en%20ni%C3%B1os%20de%206%20a%2013%20a%C3%B1os%202017-2018tKNie.pdf>
2. Ragelienė T, Grønhoj A. The influence of peers' and siblings' on children's and adolescents' healthy eating behavior. A systematic literature review. *Appetite*. 2020;148. DOI: 10.1016/j.appet.2020.104592.
3. Scaglioni S, De Cosmi V, Ciappolino V, Parazzini F, Brambilla P, Agostoni C. Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*. 2018;10(6):706. DOI: 10.3390/nu10060706.
4. Ávila-Alpírez H, Gutiérrez-Sánchez G, Martínez-Aguilar ML, Ruíz-Cerino JM, Guerra-Ordoñez JA. Conducta y hábitos alimentarios

- en estudiantes escolares. *Horizonte sanitario*. 2018; 17 (3):217-225. DOI: 10.19136/hs.a17n3.2113.
5. Pérez-Pedraza B, Álvarez-Bermúdez J, Carreón-Marrufo M. Consumo de alimentos y la publicidad alimentaria: contrastes en niños escolarizados. *Cultura, Educación y Sociedad*. 2023; 14(1): 111–124. DOI: 10.17981/cultedusoc.14.1.2023.06.
 6. Smith R, Kelly B, Yeatman H, Boyland E. Food Marketing Influences Children's Attitudes, Preferences and Consumption: A Systematic Critical Review. *Nutrients*. 2019; 11(4):875. DOI: 10.3390/nu11040875.
 7. Henriques P, Robady C, Mendonça D, Camacho P, da Silva D, Moreira R, et al. Food environment surrounding public and private schools: an opportunity or challenge for healthy eating? *Ciência & Saúde Coletiva*. 2021;26(8):3135-3145. DOI: 10.1590/1413-81232021268.04672020.
 8. Aparco JP, Bautista-Olórtegui W, Astete-Robilliard L, Pillaca J. Evaluación del estado nutricional, patrones de consumo alimentario y de actividad física en escolares del Cercado de Lima. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*. 2016; 33(4):633-639. DOI: 10.1159/000365036.
 9. Alles S, Eussen S, van der Beek E. Nutritional Challenges and Opportunities during the Weaning Period and in Young Childhood. *Ann Nutr Metab* 2014;64:284–293. DOI: 10.1146/annurev.nutr.19.1.41.
 10. Villaseñor K, Jimenez AM, Ortega AE, Islas LM, González OA, Silva TS. Cambios en el estilo de vida y nutrición durante el confinamiento por SARS-CoV-2 (COVID-19) en México: Un estudio observacional. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2021;25 (Supl. 2): e1099. DOI: 10.14306/renhyd.25.S2.1099.
 11. Berasategi N, Idoiaga N, Dosil M, Eiguren A, Pikasa M, Ozamiz N. Las voces de los niños y de las niñas en situación de confinamiento por el COVID 19. Bilbao: Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea, Argitaipen Zerbitzua. Servicio Editorial, 2020. ISBN: 978-84-1319-229-1. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/341184016>.
 12. Castillo N. Fenomenología como método de investigación cualitativa: preguntas desde la práctica investigativa. *Rev Lat Met Inv Social*. 2021; 20:7-18. ISSN 1853-6190. Disponible en: <https://www.researchgate.net/publication/344659548>.
 13. Sierra Caballero F. La entrevista en profundidad. Función, sentido y técnica. En J.A. González, C.M. Krohling Peruzzo (Ed.), *Arte y oficio de la investigación científica: cuestiones epistemológicas y metodológicas*. Quito: Ediciones Ciespal. 2019. p. 301-379. ISBN 978-9978-55-189-9. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11441/98760>
 14. Castaner A. Información básica para entrevistas. Oficina de Defensoría de los Derechos de la Infancia. 1ª Edición, México: UNICEF. 2017;36-40. Disponible en: <https://www.unicef.org/mexico/media/1281/file/Informaci%C3%B3n%20b%C3%A1sica%20para%20entrevistas.pdf>
 15. Crovetto M Mirta, Zamorano F Nancy, Medinelli S Angelina. Estado Nutricional, conocimiento y conductas en escolares de kinder y primer año básico en 3 escuelas focalizadas por obesidad infantil en la comuna de Valparaíso, Chile. *Rev. chil. nutr*. 2010; 37(3):309-320. ISSN 0717-7518. DOI: 10.4067/S0717-75182010000300006.
 16. Policastro P, Brown AH and Comollo E. Healthy helpers: using culinary lessons to improve children's culinary literacy and selfefficacy to cook. *Front Public Health*. 2023; 11:1156716. Doi: 10.3389/fpubh.2023.1156716.
 17. Avery A, Anderson C, McCullough F. Associations between children's diet quality and watching television during meal or snack consumption: A systematic review. *Matern Child Nutr*. 2017 Oct;13(4):e12428. DOI: 10.1111/mcn.12428.
 18. Oyarce K, Valladares M, Elizondo-Vega R, Obregón A. Conducta alimentaria en niños. *Nutr Hosp*. 2016; 33(6):1461-1469. DOI: 10.20960/nh.810.
 19. Encina C, Gallegos D, Espinoza P, Arredondo D, Palacios K. Comparación de la conducta alimentaria en niños de diferentes establecimientos educacionales y estado nutricional. *Rev Chil Nutr*. 2019;46(3):254-263. DOI: 10.4067/S0717-75182019000300254.
 20. Jongenelis MI, Budden T. The Influence of Grandparents on Children's Dietary Health: A

- Narrative Review. *Curr Nutr Rep.* 2023 Sep;12(3):395-406. Doi: 10.1007/s13668-023-00483-y
21. Rojas-Andrade R, Larraguibel M, Davanzo MP, Montt ME, Halpern M y Aldunate C. Experiencias emocionales negativas durante el cierre de las escuelas por COVID-19 en una muestra de estudiantes en Chile. *Terapia psicológica.* 2019;39(2):273-289. DOI: 10.4067/s0718-48082021000200273.
22. Simpson K, Angus D, Lee M. "Nostalgic food heals for us": A qualitative exploration of experiences with nostalgia, food, and mood. *Health Promot J Austral.* 2024;1–9. DOI: 10.1002/hpja.873.
23. Chaabane S, Doraiswamy S, Chaabna K, Mamtani R, Cheema S. The Impact of COVID-19 School Closure on Child and Adolescent Health: A Rapid Systematic Review. *Children (Basel).* 2021;8(5):415. DOI: 10.3390/children8050415.
24. Rodríguez L, Egaña D, Gálvez P, Navarro-Rosenblatt D, Araya M, Begoña M, et al. Evitemos la inseguridad alimentaria en tiempos de COVID-19 en Chile. DOI: 10.4067/S0717-75182020000300347.
25. Sánchez-García R, Reyes-Morales H, González-Unzaga M. Preferencias alimentarias y estado de nutrición en niños escolares de la Ciudad de México. *Boletín Médico del Hospital Infantil de México.* 2014;71(6): 358-366. DOI: 10.1016/j.bmhmx.2014.12.002.
26. Campos H, Reyes I. Preferencias alimentarias y su asociación con alimentos saludables y no saludables en niños preescolares. *Acta de investigación psicol.* 2014;4(1):1385-1397. ISSN 2007-4719. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322014000100006&lng=es.
27. Lima-Ribeiro I, Lima-Ribeiro I, Da Silva J, Do Céu-Clara I. Alimentação saudável: a percepção de escolares sobre si próprios. *Rev. salud pública.* 2019;21(3):381-386. DOI: 10.15446/rsap.v21n3.54047.

