

## Características de la lonchera del preescolar y conocimiento nutricional del cuidador: un estudio piloto en Lima, Perú, 2016

### Characteristics of the lunch box of pre-school children and nutritional knowledge of the carer: A pilot study in Lima, Peru, 2016

Lupe Arévalo-Rivasplata<sup>a</sup>, Susan Castro-Reto<sup>a</sup>,  
Geraldine García-Alva<sup>a</sup>, Eddy R. Segura<sup>a,b</sup>

<sup>a</sup>Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú

<sup>b</sup>Department of Medicine/Division of Infectious Diseases, UCLA David Geffen School of Medicine, Los Ángeles, California, Estados Unidos

*Sr. Editor:*

El sobrepeso y la obesidad en preescolares son un creciente problema de salud pública. En el Perú, durante el año 2015, el 6,5% de los niños menores de 5 años que acudieron a establecimientos de salud a nivel nacional tuvo sobrepeso, y el 1,5% tuvo obesidad<sup>1</sup>. Las posibles causas son la modernización alimentaria con mayor producción y consumo de alimentos industrializados ricos en azúcares simples y grasas saturadas<sup>2</sup>, y el conocimiento inadecuado por parte de la persona que prepara la lonchera del preescolar<sup>3</sup>. Aquí reportamos los hallazgos de un estudio piloto sobre las características de la lonchera de una muestra de preescolares en Lima, y el nivel de conocimiento nutricional de sus cuidadores.

Durante el mes de mayo del 2016 entrevistamos a 30 cuidadores (padres, madres u otros) de 30 niños preescolares (menores de 6 años) seleccionados por conveniencia de un colegio privado de Lima. Evaluamos la composición calórica de macronutrientes y grupos de alimentos presentes en las loncheras utilizando el método del peso directo y tablas (tabla peruana de composición de alimentos, tabla de composición de alimentos industrializados y Tabla de Composición de Alimentos de Centroamérica). Medimos los conocimientos de los cuidadores sobre la nutrición del preescolar adaptando un cuestionario de un estudio previo<sup>4</sup>. Comparamos las características entre los grupos de alto y bajo conocimiento (divididos por la mediana del puntaje) utilizando las pruebas de Wilcoxon y exacta de Fisher. Los resultados se muestran en la tabla 1.

El grupo de conocimientos bajos incluyó alimentos industrializados en mayor proporción, y tuvo mayor contenido de hidratos de carbono. Un estudio longitudinal en México durante el 2010 encontró que el 53,6% de los productos contenidos en las loncheras de los preescolares eran productos industrializados, aunque este estudio no evaluó los conocimientos<sup>5</sup>. Si bien los indicadores que comparamos no son los mismos, ambos escenarios dan cuenta de la baja calidad nutricional de las loncheras en realidades diferentes. Adicionalmente, las loncheras del grupo de bajos conocimientos no incluía ninguna verdura, y tuvo menos frutas en comparación al grupo de alto conocimiento, aunque la diferencia no fue estadísticamente significativa. Este hallazgo podría ser consecuencia de un desplazamiento o sustitución de productos, a cargo del cuidador, probablemente explicados por los niveles de conocimientos nutricionales y/o la facilidad de disposición y no preparación inherente a productos industrializados.

En conclusión, nuestro estudio piloto evidenció que la calidad nutricional de las loncheras de preescolares es diferente según el conocimiento del cuidador. Mayor presencia de alimentos industrializados, mayor contenido de hidratos de carbono, y menos pre-

Correspondencia:  
Geraldine García-Alva  
gerig1296@gmail.com

**Tabla 1. Características de las loncheras y de los cuidadores según su nivel de conocimiento nutricional (n = 30)**

	Bajo nivel de conocimientos (n = 13)	Alto nivel de conocimientos (n = 17)	Valor de p
<i>Características del cuidador</i>			
Edad del cuidador <sup>a</sup>	31 (30-40)	32 (28-35)	0,438
Cuidadoras de sexo femenino <sup>b</sup>	7 (53,9)	10 (58,8)	0,999
Grado de instrucción superior <sup>b</sup>	8 (61,5)	8 (47,1)	0,484
Número de hijos <sup>a</sup>	2 (1-2)	1 (1-2)	0,854
<i>Características de la lonchera</i>			
Energía (kcal) <sup>a</sup>	307 (245-414)	300 (194-335)	0,516
Proteínas (g) <sup>a</sup>	7 (5-10)	8 (5-12)	0,999
Lípidos (g) <sup>a</sup>	4 (3-10)	7 (4-14)	0,325
Hidratos de carbono (g) <sup>a</sup>	61 (48-73)	44 (30-70)	0,028
Frutas <sup>b</sup>	8 (61,5)	13 (76,5)	0,443
Verduras <sup>b</sup>	0 (0,0)	2 (11,8)	0,492
Industrializados <sup>b</sup>	12 (92,3)	10 (58,8)	0,092
Lácteos <sup>b</sup>	5 (38,5)	5 (29,4)	0,705
Cárnicos <sup>b</sup>	4 (30,8)	6 (35,3)	0,999

<sup>a</sup>Mediana (rango intercuartílico). <sup>b</sup>Número (porcentaje de columna).

sencia de frutas y verduras son más frecuentes cuando el conocimiento es bajo. No podemos concluir que los conocimientos son el principal determinante de esta diferencia, y es posible que otros factores (economía, tiempo, facilidad, etc.) también influyan en esta diferencia. Futuros estudios sobre loncheras en preescolares deberían incluir mediciones antropométricas, evaluaciones más comprehensivas del cuidador y ser ejecutados en forma longitudinal a manera de vigilancia epidemiológica. Dichos resultados permitirían dirigir mejor los mensajes a las poblaciones objetivo de las campañas que promueven las loncheras saludables.

### Responsabilidades éticas

**Protección de personas y animales:** Los autores declaran que para esta investigación no se han realizado experimentos en seres humanos ni en animales.

**Confidencialidad de los datos:** Los autores declaran que en este artículo no aparecen datos de pacientes.

**Derecho a la privacidad y consentimiento informado:** Los autores han obtenido el consentimiento informado de los pacientes y/o sujetos referidos en el artículo. Este documento obra en poder del autor de correspondencia.

### Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

### Agradecimientos

Agradecemos a los participantes del estudio y al profesor René Pereyra-Elías por los aportes brindados.

### Referencias

1. Ministerio de Salud Estado nutricional en niños y gestantes de los establecimientos de salud del Ministerio de Salud - Informe gerencial nacional. Lima: MINSa; 2015.
2. Miranda-Cipriano O, Gómez-Guizado G, Munares-García O, Aquino-Vivanco O. Valores percentilares del contenido de azúcar, grasas, y sodio en alimentos industrializados según etiquetado expendidos en Lima. Bol Inst Nac Salud. 2014;20:104-10.
3. Bonilla S. Efecto de intervención educativa sobre el conocimiento de las madres y mejora de preparación de lonchera del pre escolar. Tesis. Lima: Escuela de Enfermería de Padre Luis Tezza; 2015.
4. Vereecken C, Maes L. Young children's dietary habits and associations with the mother's nutritional knowledge and attitudes. Appetite. 2010;54:44-51.
5. Reyes D, Reyes U, Sánchez N, et al. Alimentos contenidos en la lonchera de los niños que acuden a un preescolar. Bol Clin Hosp Infant Edo Son. 2010;27:35-40.