

Asociación entre la educación alimentaria de los cuidadores primarios y el estado de nutrición infantil

Association between food education of primary caregivers and child nutrition status

Jesús J. Orta-Loría^a, Arianna Omaña Covarrubias^b, Ana Teresa Nez Castro^c, Edwin Alonso Chávez Mejía^d, María del Refugio Acuña Gurrola^e y Javier Nefaki Pérez León^f

Abstract:

The nutritional education of primary caregivers is crucial for children's nutritional status, as it influences eating habits and the understanding of a balanced diet. The objective of this review was to identify the relationship between caregivers' nutritional education and its positive or negative impact on children's nutritional status. A literature review of approximately 30 sources was conducted, of which 10 provided relevant information on the relationship between primary caregivers' nutritional education and its impact on children's nutritional status. The search was conducted in databases such as PubMed, Scielo, and Redalyc, selecting articles published in the last 5 to 10 years that addressed topics related to nutritional education, primary caregivers, nutritional status, and healthy eating practices. Based on the results obtained, it was concluded that there is a relationship between nutritional knowledge and the nutritional status of children.

Keywords:

Food Education, Primary Caregivers, Nutritional Status, Childhood, Food Practices.

Resumen:

La educación alimentaria de los cuidadores primarios es crucial para el adecuado estado nutricional infantil, ya que influye en las prácticas alimentarias y la comprensión de una dieta equilibrada. El objetivo de esta revisión fue identificar la relación entre la educación alimentaria de los cuidadores y su impacto positivo o negativo en el estado nutricional infantil. Se realizó una revisión bibliográfica de aproximadamente 30 fuentes, de las cuales 10 proporcionaron información relevante sobre la relación entre la educación alimentaria de los cuidadores primarios y su impacto en el estado nutricional infantil. La búsqueda se llevó a cabo en bases de datos como Pubmed, Scielo y Redalyc, seleccionando artículos publicados en los últimos 5 a 10 años y que abordaran temas relacionados con la educación alimentaria, cuidadores primarios, estado nutricional y prácticas alimentarias saludables. De acuerdo con los resultados obtenidos se concluyó que si existe una relación entre el conocimiento sobre alimentación y el estado nutricional de la población infantil.

Palabras Clave:

Educación Alimentaria, Cuidadores Primarios, Estado Nutricional, Infancia, Prácticas Alimentarias.

^a Estudiante Licenciatura en Nutrición. Área Académica de Nutrición. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Pachuca, Hidalgo. México. <https://orcid.org/0009-0009-8515-8440>, Email: or217640@uaeh.edu.mx

^b Autor de correspondencia. Profesor de Tiempo Completo. Licenciatura en Nutrición. Área Académica de Nutrición. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Pachuca, Hidalgo. México. <https://orcid.org/0000-0002-8649-8617>, Email: aomana@uaeh.edu.mx

^c Profesor por Asignatura. Licenciatura en Nutrición. Área Académica de Nutrición. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Pachuca, Hidalgo. México. <https://orcid.org/0000-0002-7530-7336>, Email: teresa_nez@uaeh.edu.mx

^d Estudiante de licenciatura. Área Académica de Médico Cirujano. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Pachuca, Hidalgo. México. <https://orcid.org/0009-0003-4375-0928>, Email: edalo@outlook.es

^e Profesor de Tiempo Completo. Licenciatura en Gerontología. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. <https://orcid.org/0000-0003-3194-5392>, Email: maria_acuna@uaeh.edu.mx

^f Profesor Tiempo Completo Preparatoria Número 3. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Pachuca, Hidalgo. México. <https://orcid.org/0009-0000-8461-5341>, Email: javier_nefaki@uaeh.edu.mx

Introducción

La educación alimentaria de los cuidadores primarios, especialmente madres y padres, es un factor clave en el estado nutricional de los niños, ya que influye directamente en sus prácticas de alimentación y su comprensión sobre una dieta equilibrada. La formación adecuada de los cuidadores puede reducir significativamente la prevalencia de malnutrición infantil, particularmente en comunidades con recursos limitados y no tiene que ver necesariamente con la educación profesional, pero si en proveer la información que mejoren los entornos ambientales en lo que respecta a la toma de decisiones en la selección de alimentos (1).

Diversos estudios realizados durante las últimas 2 décadas, en diferentes países, han demostrado que los programas de intervención nutricional que incluyen educación para cuidadores, como talleres sobre la preparación de alimentos ricos en nutrientes, el manejo de la malnutrición en el hogar, y el uso de gráficos de crecimiento para monitorear el desarrollo de los niños, mejoran notablemente el estado nutricional infantil; así como, las prácticas alimentarias familiares (2). Esto retoma importancia sobre todo porque la percepción y aceptación de estas intervenciones por parte de los cuidadores también desempeñan un papel crucial en el éxito de sus resultados, ya que influyen en la adherencia a las recomendaciones y en la aplicación efectiva de los conocimientos adquiridos (3).

La educación alimentaria de los cuidadores, particularmente en regiones con alta prevalencia de malnutrición, puede ser una estrategia eficaz y sostenible incluyen módulos sobre causas, así como el manejo de la desnutrición, higiene adecuada, y preparación de alimentos nutritivos, han demostrado ser efectivos para mejorar tanto el conocimiento de los cuidadores como el estado nutricional de los niños (4).

El objetivo de esta revisión fue identificar la asociación que existe entre la educación alimentaria de los cuidadores primarios con el estado de nutrición infantil y como esta tiene un efecto ya sea positivo o negativo dentro del mismo.

Metodología

Se realizó una revisión sistemática en diferentes medios, electrónicos como Pubmed, Scielo, Redalyc. Google Scholar, considerando que cumplieran con los siguientes criterios de inclusión:

- Temporalidad de 5 a 10 años.
- Con relación con el tema de interés, conceptos como “educación alimentaria”, “cuidador primario”, “estado de nutrición”, “prácticas alimentarias”, entre otras.
- Escritos en español e inglés

Como parte de los resultados se obtuvieron al inicio 31 artículos con los criterios previamente descritos, al revisar su contenido se eliminaron 10 por no considerar en sus resultados el efecto en el estado del estado nutricional, y 5 por referir únicamente su relación con el estado nutricional de los ciudades incluyendo a profesores, pero no de los menores.

Resultados

A partir de esta búsqueda se encontraron varios conceptos, términos y datos importantes a considerar, uno de ellos es la definición según la Organización Mundial de la Salud (OMS) de malnutrición, la cual es definida como el resultado de las carencias, los excesos y desequilibrios entre la ingesta calórica o de nutrientes de una persona (5).

La malnutrición abarca tres grandes grupos de afecciones, la desnutrición, condición nutricional que puede estar relacionada con la ingesta insuficiente de macro y micronutrientes, es decir, falta o disminución en el consumo o utilización de vitaminas y minerales importantes. El sobrepeso y obesidad, es otro tipo de malnutrición que refiere a un exceso en la alimentación específicamente de macronutrientes como lo es los azúcares y grasas. Condición clínica que tiene una asociación importante de con el desarrollo de enfermedades no transmisibles como las cardiopatías, la diabetes y algunos tipos de cáncer (5), la población infantil, a diferencia de lo que pudiera suponerse, tiene una prevalencia importante.

Desnutrición

Existen cuatro grandes tipos de desnutrición: la emaciación, el retraso del crecimiento, la insuficiencia ponderal y las carencias de vitaminas y minerales. Los niños desnutridos, en particular, son mucho más vulnerables ante la enfermedad y la muerte. (5)

La emaciación, consiste en una insuficiencia de peso con respecto a la talla, suele indicar una pérdida de peso acusada que se ha producido recientemente porque no se ha comido lo suficiente o se tiene una enfermedad infecciosa como lo es la diarreica, que ha provocado dicha

pérdida. Un niño pequeño que presente una emaciación moderada o grave tiene un riesgo más alto de fallecer por la repercusión que tiene en el funcionamiento de órganos vitales; así como, en el estado inmune, si existe un tratamiento médico y nutricio oportuno puede mejorar el pronóstico de sobrevivencia (5).

La talla insuficiente respecto de la edad es también llamada o conocida como retraso del crecimiento. Es consecuencia de una desnutrición crónica o recurrente, por regla general asociada a unas condiciones socioeconómicas precarias, a deficiencias en la nutrición y la salud de la madre, a la recurrencia de enfermedades o a una alimentación insuficiente no sólo en cantidad, sino también en calidad, o bien a cuidados no apropiados para el lactante y el niño pequeño que son las edades en las que comúnmente se presenta esta condición.

El retraso del crecimiento impide que los niños desarrollen plenamente su potencial físico y cognitivo. Se dice que los niños que pesan menos de lo que corresponde a su edad tienen insuficiencia ponderal. Un niño con insuficiencia ponderal puede presentar a la vez retraso del crecimiento y emaciación (5).

Malnutrición relacionada con los micronutrientes

La ingesta insuficiente de vitaminas y minerales (micronutrientes) se pueden reunir en un mismo grupo. El organismo requiere de los micronutrientes para poder producir enzimas, hormonas y otras sustancias necesarias y esenciales tener un crecimiento y desarrollo adecuados, mismos que deberán corresponder a la edad (5).

Dentro de los micronutrientes que retoman importancia son el yodo, la vitamina A y el hierro; son los micronutrientes más importantes en lo que se refiere a la salud pública a escala mundial. Sus carencias ponen seriamente en riesgo la salud y el desarrollo de la población en todo el mundo, sobre todo de los niños y las embarazadas de los países de ingresos bajos (5), como lo es México, en donde ambas poblaciones, siguen siendo consideradas como vulnerables.

Sobrepeso y obesidad

Se considera como una condición clínica, de etiología múltiple caracterizada por el acúmulo excesivo de grasa, guardando una relación estrecha entre el peso con respecto a la altura, en el caso de los niños se considera la edad, ya que la cantidad de grasa, tiene una relación estrecha con la edad y las necesidades nutritivas (5). El diagnóstico se realiza por medio del Índice de Masa Corporal (IMC), indicador que guarda la relación entre el

peso y la altura que se utiliza habitualmente para determinar si una persona tiene sobrepeso u obesidad. Se define como el peso en kilogramos dividido por el cuadrado de la altura en metros (kg/m^2). En los niños y adolescentes, los umbrales de IMC para el sobrepeso y la obesidad varían en función de la edad y deben considerarse en aquellos que estén por arriba de la percentila 60 (5).

El sobrepeso y la obesidad pueden ser consecuencia de un desequilibrio causado por una ingesta calórica excesiva y un gasto calórico insuficiente. Las tendencias mundiales indican que consumimos alimentos y bebidas tienen una mayor concentración de calorías más (ricos en azúcares y grasas) y practicamos menos actividad física.

Enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación.

Este tipo de enfermedades, pueden ser cardiovasculares (como el infarto de miocardio y los accidentes cerebrovasculares, a menudo asociados a la hipertensión arterial) algunos tipos de cáncer y la diabetes. La mala alimentación y la mala nutrición son dos de los principales factores de riesgo de estas enfermedades en todo el mundo (5).

Es importante tener en consideración el alcance de los problemas que la malnutrición provoca, los datos e información con los que se cuenta hoy en día, nos lleva a pronosticar panoramas no tan alentadores en cuestión a la salud y el estado de nutrición de los niños y adolescentes, por ejemplo, de acuerdo a la OMS 390 millones de niños y adolescentes de 5 a 19 años tenían sobrepeso (de ellos, 160 millones tenían obesidad). Por otro lado, 190 millones tenían un peso insuficiente (un IMC para la edad más de dos desviaciones típicas por debajo de la mediana de referencia).

De igual forma, Se calculó, que, en 2022, 149 millones de niños menores de 5 años presentaban retraso del crecimiento, mientras que 37 millones tenían sobrepeso u obesidad.

Un dato frío y crudo también encontrados es que casi la mitad de las defunciones de niños menores de 5 años tienen que ver con la desnutrición. Estas muertes se registran sobre todo en los países de ingresos bajos y medianos.

La última encuesta nacional sobre nutrición evidenció alta prevalencia de varias formas de desnutrición: talla baja, deficiencia de vitaminas D, B12 o hierro, entre otros nutrientes. El 4.8% de los menores de 5 años presentó

bajo peso, 14.2% baja talla y 1.4% emaciación. Para este grupo de edad, la anemia afectó al 19.2%, la deficiencia de hierro al 5.1%, la deficiencia de vitamina B12 al 4.8% y falta de vitamina A al 4.3% de los niños en edad escolar, siendo los más pequeños los de mayor afectación.

Debe prestarse atención a este tipo de enfermedades que pueden combatirse con un mejor conocimiento sobre alimentación y programas sociales (6).

Según datos de la UNICEF, a nivel mundial, aproximadamente 181 millones de niños y niñas menores de cinco años, es decir, uno de cada cuatro, enfrentan una grave pobreza alimentaria. Esta condición no solo limita su acceso a una alimentación adecuada, sino que también incrementa en un 50% el riesgo de desarrollar emaciación, una forma severa y potencialmente mortal de desnutrición (7).

La falta de una dieta equilibrada y suficiente en esta etapa crucial del desarrollo no solo afecta su crecimiento físico, sino que también compromete su salud, sistema inmunológico y capacidad cognitiva a largo plazo, perpetuando así el ciclo de desnutrición y vulnerabilidad en las poblaciones (7).

Las prevalencias nacionales de los cuatro indicadores de estado de nutrición que son, bajo peso, baja talla, emaciación y SP+OB calculadas por la ENSANUT en 2022 se ubicaron de la siguiente manera, baja talla se ubicó en 12.8% (IC95%: 10.7,15.3), el bajo peso en 4.1% (IC95%: 2.8,5.9) y la emaciación en menos de 1% (0.8% [IC95%: 0.5,1.5]). En contraste, la sumatoria de las categorías de SP+OB se estimó en 7.7% (IC95%: 5.9,10.0) (8).

A pesar de los esfuerzos de la OMS y de la OPS, en generar políticas públicas para disminuir las prevalencias de malnutrición como la seguridad alimentaria, es claro que los recursos pueden llegar, pero la información y capacitación de a los cuidadores es punto clave para mejorar la condición. Ante las altas cifras de desnutrición crónica que se observan en nuestro país, y las altas prevalencias de exceso de peso que ya se registran en los últimos años dentro de la ENSANUT 2022 contribuye con información actualizada que permite la focalización de las estrategias hacia las zonas y grupos más vulnerables en México (8).

Con lo previamente mencionado nos podemos dar cuenta que los problemas causados por la malnutrición ya sea en los escasos o en el exceso están impactando de una manera significativa a los menores, su desarrollo y crecimiento se están viendo afectados, pero sobre todo su

condición de salud a largo plazo, presentando en un futuro enfermedades que reduzcan de manera considerable su calidad de vida (8).

Si al complicado panorama actual, se agrega características de la dieta tradicional mexicana, misma que se ha visto influida por una gran variedad de factores culturales, socioeconómicos y de disponibilidad de alimentos, que ha estado históricamente basada en una composición abundante en carbohidratos, grasas y proteínas pero que en las últimas décadas, se ha observado un cambio en los patrones alimentarios debido a la creciente disponibilidad de alimentos ultra procesados y a una mayor influencia de la globalización de la dieta occidental (9), podemos entender las estadísticas negativas y el deficiente estado de nutrición de los menores mexicanos.

Es por esto que es importante proveer de educación en nutrición a los cuidadores, como se realiza en otros países con buenos resultados. Se evidenció que la educación alimentaria de los cuidadores primarios, principalmente los padres de los niños, presenta una influencia considerable en su estado de nutrición, debido a que el entorno familiar que rodea a la vida doméstica de los niños tiene un papel muy relevante en el establecimiento y la promoción de conductas, hábitos y comportamientos que seguramente persistirán a lo largo de su vida. Las comidas familiares parecen representar un momento importante tanto de control como de interacción, que contribuye en gran medida a modelar los hábitos alimentarios de los niños (9). Los padres o cuidadores primarios crean entornos para los niños que pueden fomentar el desarrollo de conductas alimentarias saludables, o en su defecto y, por lo contrario, que estos ambientes lleguen a promover el sobrepeso y algunos otros aspectos de la alimentación en desorden (10). El impacto de familiares y sus dinámicas en las prácticas alimentarias influyen y condicionan directamente la alimentación de preescolares. El desarrollo de estrategias de prevención y tratamiento de obesidad infantil debería considerar un enfoque familiar en familias vulnerables (11).

Los alimentos van tomando significado en la medida en que son consumidos en el seno familiar y van siendo percibidos con confianza. Distinguimos dentro de la cultura de la familia los mecanismos que entran en la construcción de significados como son la observación o imitación, la experiencia directa y la comunicación interactiva. La cultura familiar permitirá al individuo que su identidad trascienda y se exprese en cualquier escenario social. (11,12)

Tradicionalmente, la mayoría de las estrategias en torno a la educación alimentaria han consistido en intentar transmitir información nutricional básica. Dada la limitada capacidad de la información para inducir cambios en el comportamiento, una estrategia alternativa sería enseñar a los padres sobre el desarrollo del niño con la esperanza de que la comprensión de las tendencias innatas características y las etapas de desarrollo se puedan utilizar para enseñar preferencias alimentarias (13).

La educación nutricional es fundamental en todos los sectores para proteger la salud pública, para asegurar un desarrollo adecuado, tanto físico como mental, las madres deben aprender y aplicar pautas clave, como alimentarse correctamente, amamantar exclusivamente hasta los seis meses y, luego, ofrecer alimentos complementarios ricos y nutritivos sin dejar de amamantar (11-13).

Los niños en edad escolar, que es una etapa crucial para establecer hábitos alimentarios saludables, deben aprender a consumir una variedad de frutas y verduras, mientras evitan el exceso de dulces, bebidas azucaradas y alimentos ricos en sal (14).

La evidencia actual, identifica que la responsabilidad no debe recaer solo en las madres. Los padres, las familias, la comunidad y los profesionales deben ser conscientes de que la vida y el futuro de los niños dependen de su alimentación, identificando que quienes cuidan de niños, jóvenes o personas enfermas también deben recibir educación nutricional. Las familias y los maestros deben aprender a alimentarse bien y a transmitir este conocimiento a los demás, mejorar la dieta familiar y enriquecer los alimentos infantiles, así como entender la importancia urgente de compartir esta información (15).

Los conocimientos y prácticas alimentarias de los cuidadores primarios tienen una relevancia de la educación alimentaria en el contexto del cuidado de niños en edad preescolar. La investigación revela que los conocimientos y prácticas alimentarias de los cuidadores son factores determinantes en el estado nutricional y salud de los niños. Dichos conocimientos pueden ser limitados, lo que a menudo resulta en malas prácticas alimentarias (15-16).

La educación alimentaria se presenta como una herramienta crucial para superar estas limitaciones y mejorar la salud infantil, ya que fomenta una alimentación adecuada que contribuye al desarrollo físico y cognitivo de los niños, capacita a los cuidadores para entender las necesidades nutricionales y alimentarias de los menores, y mejora la selección de alimentos y hábitos alimenticios en el hogar (14-16)

Las ventajas de esta educación incluyen la mejora del estado nutricional de los niños, reduciendo el riesgo de malnutrición y enfermedades relacionadas, promoviendo actitudes positivas hacia la alimentación, y facilitando el desarrollo de hábitos saludables desde una edad temprana, lo que puede prevenir problemas de salud importantes en la vida adulta (16). Es por esto que la importancia de diseñar intervenciones que fomenten una alimentación saludable y generen cambios de conducta efectiva, es fundamental y que a menor edad se inicie, tiene mejor efectos (17).

En este sentido, el éxito de la educación alimentaria nutricional depende, en primer lugar, de una evaluación diagnóstica que considere el nivel de conocimiento del cuidador primario acerca de la educación alimentaria y los beneficios de salud que esta representa en los menores (17).

En segundo lugar, es esencial explorar los aspectos psicoemocionales del individuo, incluyendo su motivación, percepción de control y patrones de comportamiento. A menudo, estos factores no son contemplados en la consulta nutricional, ya que se perciben erróneamente como ajenos al ámbito de acción del nutricionista, una idea que incluso se refuerza en la formación académica. Sin embargo, conocer la personalidad del paciente y sus determinantes cognitivos, emocionales y biológicos es clave para elegir la estrategia educativa más efectiva, aumentando así la probabilidad de lograr una adherencia sostenida al tratamiento nutricional y promoviendo un cambio en el corto plazo con efectos a futuro (17).

Conclusión

La falta de educación alimentaria en los cuidadores primarios no es un problema restringido a una región, cultura o sociedad específica; es un fenómeno global que afecta a diversas poblaciones en todo el mundo. Este déficit de conocimiento y habilidades en relación con una alimentación adecuada impacta directamente en los estilos de vida poco saludables, favoreciendo la adopción de prácticas alimentarias inadecuadas que, a su vez, influyen negativamente en el bienestar y la salud de los niños. La ausencia de entornos que promuevan una mejor nutrición, tanto en el hogar como en la comunidad, contribuye a la perpetuación de esta problemática. Los estudios y la evidencia disponible, hoy en día han demostrado de manera clara que existe una fuerte relación entre la educación alimentaria de los cuidadores primarios y el estado nutricional de los niños, lo cual subraya la importancia de abordar este tema de manera integral.

De acuerdo con los datos actuales, el bajo nivel de educación alimentaria se presenta como uno de los principales factores que contribuye a la malnutrición infantil. Este es un factor que no solo debe ser reconocido, sino que también debe ser considerado en cualquier estrategia destinada a mejorar el estado nutricional de los infantes. Si deseamos lograr un cambio significativo en la salud infantil, es imprescindible abordar las deficiencias educativas en nutrición, ya que este conocimiento es crucial para tomar decisiones alimentarias más informadas y saludables. La falta de educación alimentaria no solo afecta a los individuos de manera aislada, sino que tiene un impacto a nivel comunitario y generacional, ya que los hábitos adquiridos en la infancia pueden perdurar durante toda la vida.

Por tanto, mejorar la educación alimentaria de los cuidadores primarios, especialmente de madres y padres, es una inversión fundamental en la salud pública. A través de programas de formación y sensibilización sobre la importancia de una dieta balanceada y adecuada, se puede lograr un cambio progresivo que beneficie no solo a los adultos responsables de la alimentación infantil, sino también a los niños, al crear un entorno que favorezca su desarrollo físico y cognitivo. Con el tiempo, este tipo de intervenciones pueden contribuir a reducir la prevalencia de enfermedades relacionadas con la malnutrición, como el sobrepeso, la obesidad y la desnutrición, y fomentar el bienestar general de las poblaciones menores.

El impacto positivo de mejorar la educación alimentaria en los cuidadores primarios tiene el potencial de transformar la salud nutricional de las futuras generaciones. De esta manera, al enfocar nuestros esfuerzos en proporcionar herramientas y recursos educativos adecuados, podemos esperar que los niños crezcan en un entorno más saludable, con mejores hábitos alimentarios, lo que redundará en un futuro con menos enfermedades asociadas a la mala nutrición. En resumen, la educación alimentaria no es solo un aspecto aislado de la salud, sino un pilar fundamental para garantizar un estado nutricional infantil saludable y, por ende, el bienestar general de la población.

Referencias

- [1] Barreno Sánchez ST, Barrera Palma ZC, Rodríguez Chicaiza CE, Jordán Bolaños AI. Conocimientos y prácticas alimentarias de los cuidadores en los Centros de Desarrollo Infantil. Dom Cien. 2020;6(4):163-85. doi: 10.23857/dc.v6i4.1587.
- [2] Antwi F, Fazylova N, Garcon MC, Lopez L, Rubiano R, Slyer JT. The effectiveness of web-based programs on the reduction of childhood obesity in school-aged children: a systematic review. JBI Libr Syst Rev. 2012;10(42 Suppl):1-14. doi: 10.11124/jbisrir-2012-248. PMID: 27820152.
- [3] Stelle I, Kinshella MW, Moore SE. Caregiver perceptions of nutrition interventions in infants and children under 24 months of age: a systematic review. Public Health Nutr. 2023 Sep;26(9):1907-1916. doi: 10.1017/S1368980023001246. Epub 2023 Jun 23. PMID: 37349869; PMCID: PMC10478058.
- [4] Abuya BA, Ciera J, Kimani-Murage E. Efecto de la educación de la madre en el estado nutricional del niño en los barrios marginales de Nairobi. BMC Pediatr. 2012;12:80. doi: 10.1186/1471-2431-12-80.
- [5] World Health Organization. Malnutrition [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2023 [cited 2025 Mar 18]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- [6] Segalmex. Nutrición con Sabor, Publicación No. 7. Ciudad de México: Seguridad Alimentaria Mexicana; 2021. 47 p.
- [7] **Unicef.** Uno de cada cuatro niños vive en situación de pobreza alimentaria grave, lo que aumenta en un 50% su riesgo de emaciación [Internet]. Nueva York: UNICEF; 2024 [citado el 20 de marzo de 2025]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/uno-cada-cuatro-ninos-vive-situacion-pobreza-alimentaria>
- [8] Cuevas-Nasu L, Muñoz-Espinosa A, Shamah-Levy T, García-Feregrino R, Gómez-Acosta LM, Ávila-Arcos MA, Rivera-Dommarco JA. Desnutrición infantil en México, Ensanut 2022. Salud Publica Mex. 2023;65(Supl 1):S211-S217. Disponible en: <https://doi.org/10.21149/14186>
- [9] Caballo C, Pascual A. Entrenamiento en habilidades de automanejo en personas con enfermedades crónicas: un estudio cuasi-experimental. En: Universidad de Salamanca, editor. IX Jornadas Científicas Internacionales de investigación sobre personas con discapacidad. Salamanca; INICO; 2012: 1-12.
- [10] Red Interamericana de Academias de Ciencias (IANAS). Retos y oportunidades de la seguridad alimentaria y nutricional en las Américas El punto de vista de las Academias de Ciencias. SBN: 978-607-8379-29-3
- [11] Benton D. Role of parents in the determination of the food preferences of children and the development of obesity. Int J Obes Relat Metab Disord. 2004 Jul;28(7):858-69. doi: 10.1038/sj.ijo.0802532. PMID: 15170463.
- [12] Molina P, Gálvez P, Stecher MJ, Vizcarra M, Coloma MJ, Schwingel A. Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile. Aten Primaria. 2021 Nov;53(9):102122. doi: 10.1016/j.aprim.2021.102122. Epub 2021 Jun 16. PMID: 34144427; PMCID: PMC8220171.
- [13] Navas López J. La educación nutricional en el contexto familiar y sociocultural. Rev Esp Nutr Comunitaria. 2008;14(1):22-28.
- [14] Mahmood L, Flores-Barrantes P, Moreno LA, Manios Y, Gonzalez-Gil EM. The influence of parental dietary behaviors and practices on children's eating habits. Nutrients. 2021 Mar 30;13(4):1138. doi: 10.3390/nu13041138. PMID: 33808337; PMCID: PMC8067332.
- [15] FAO. La importancia de la educación nutricional. Grupo de Educación Nutricional y de Sensibilización del Consumidor de la FAO. [Internet]. 2023. Disponible en: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/La%20importancia%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20nutricional_FAO.pdf
- [16] Barreno Sánchez ST, Barrera Palma ZC, Rodríguez Chicaiza CE, Jordán Bolaños AI. Conocimientos y prácticas alimentarias de los cuidadores en los Centros de Desarrollo Infantil. Dom. Cien. 2020;6(4):163-185.
- [17] Espejo Juan Pablo, Tumani María Fernanda, Aguirre Carolina, Sanchez Julieta, Parada Alejandra. Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. Rev. chil. nutr.. 2022 Jun [citado 2025 Mar 20]; 49(3): 391-398.