

# Iniciativas para una educación nutricional saludable a madres de comunidades rurales

## Nutritional education initiatives for healthy mothers of rural communities

*Sr. Editor:*

La etapa más crítica del crecimiento y desarrollo de un niño se produce desde la gestación hasta los tres primeros años de vida. Es en esta época donde la nutrición juega un papel importante, sobre todo la alimentación complementaria, pues en ella se incluyen aspectos asociados a qué come el niño hasta el cómo, dónde y cuándo come. Estas tres últimas características forman parte del estilo de dar de comer; es decir, lo que se conoce como “alimentación interactiva”, “alimentación responsiva” o “alimentación perceptiva”, componente importante para la adecuada nutrición y alimentación de los niños; no obstante, es un tema poco estudiado (1).

Los datos estadísticos a nivel nacional, se enfocan en la valoración del estado nutricional en niños menores de 5 años. Se sabe que el Perú ha conseguido reducir la tasa de desnutrición crónica infantil (DCI) en más de 10 puntos porcentuales, pasando de 28,5% en 2007 a 18,1% en 2012, según resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar - ENDES 2012 (2); no obstante, no se reportan datos relacionados a las características de las pautas de alimentación en el hogar (3). Es necesario considerar que las prácticas alimentarias de los miembros de la familia son fundamentales en el desarrollo de la conducta alimentaria del niño, siendo por lo general la madre, la responsable de esta acción.

Asimismo, la relación de apego del niño a la madre es un factor determinante en la adquisición de la conducta alimentaria y del adecuado desarrollo posterior (4). Las estrategias en la que se basan las madres de manera empírica para lograr la “alimentación adecuada” de sus hijos, son basadas en costumbres que, de acuerdo a su nivel de formación, son insuficientes.

La difusión de mensajes relacionados a las características y estilos de alimentación son casi nulos. Los gobiernos regionales y locales, además del Ministerio de Salud, solo se encargan de promulgar pautas sobre alimentación y reducir cifras sin tratar el problema de fondo; por lo que, ayudar a orientar e individualizar las “estrategias de alimentación” sería, en teoría, la manera ideal de mejorar dichas prácticas.

Por tal motivo, es conveniente el trabajo en conjunto de los gobiernos regionales con los centros de salud de las comunidades, desarrollando investigación a fondo en la población en general, lo cual brindará información para la individualización de las estrategias de acuerdo a las zonas del país, respetando sus costumbres y creencias.

Asimismo, es necesario reforzar los talleres demostrativos y participativos sobre una correcta práctica alimentaria que ya se vienen realizando en algunas zonas del país, donde se trate de involucrar a los niños y otros integrantes de la familia. Además, sería acertada la realización de visitas domiciliarias donde se observe la actuación de cada miembro de la familia sobre las decisiones o estrategias aplicadas para la alimentación de los niños para que puedan corregirse posteriormente. De esta manera, con una adecuada influencia sobre la alimentación en el núcleo familiar se reducirían las cifras de desnutrición en las zonas más olvidadas de nuestro país (3).

**Cintha Cieza<sup>1,a</sup>, Tatiana Mendoza<sup>1,a</sup>, Eric Peña<sup>1,b</sup>**

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud. Principios de orientación para la alimentación del niño no amamantado entre los 6 y los 24 meses de edad. Washington, D.C.: OPS; 2007.

**CARTA AL EDITOR / LETTER**

---

2. Instituto Nacional de Estadística e Informática Encuesta Demográfica y de Salud Familiar. Lima, Perú: Instituto Nacional de Estadística e Informática; 2012.
3. Dolores G. Alimentación perceptiva en niños desde los seis a veinticuatro meses de edad en el distrito de Cochamarca, Oyón, Lima. Tesis Doctoral. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2014.
4. Pichichero S. Incidencia de la cultura alimentaria en hábitos alimentarios en niños de 7 a 9 años de Bombal. Tesis Doctoral. Rosario, Argentina: Universidad Abierta Interamericana; 2013.

Recibido: 14/12/2015

---

<sup>1</sup> Facultad de Medicina, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Chiclayo, Perú.

<sup>a</sup> Estudiante de Medicina Humana;

<sup>b</sup> Médico epidemiólogo.