

ORIENTACIÓN NUTRICIONAL

Fundamentación sociológica del proceso de hibridación alimentaria en adolescentes

Sociological bases of the process of alimentary hybridization in adolescents

Dra. Lourdes Almeida Vera,^I Dr. Luís Almeida Vera^I y MsC. Romelia García Hechavarría^{II}

^I Colegio Médico del Guayas, Guayaquil, Ecuador.

^{II} Palacio de Computación, Santiago de Cuba, Cuba.

RESUMEN

En este trabajo se fundamentan los factores de riesgos asociados al sobrepeso en adolescentes, con énfasis en el proceso de hibridación alimentaria. Asimismo, se analiza y se reflexiona sobre la relación existente entre salud y sociedad; factores determinantes de la salud en la sociedad. Se definen diferentes criterios asumidos por sociólogos y profesionales sanitarios, que favorecen la apropiación de una lógica en el pensamiento científico, contribuyendo a una clasificación de las prácticas alimentarias que caracterizan los procesos de hibridación en adolescentes ecuatorianos, a partir de los postulados de la sociología de la salud.

Palabras clave: hibridación alimentaria, cultura alimentaria, sociología, adolescencia, Ecuador.

ABSTRACT

In this work, the risk factors associated with overweight in adolescents are supported, with emphasis in the process of alimentary hybridization. Also, it is analyzed and it is meditated on the existent relationship between health and society; decisive factors of the health in the society. Different approaches assumed by sociologists and sanitary professionals that favour the appropriation of a logic in the scientific thought, are defined, contributing to a classification of the alimentary practices which characterize the hybridization processes in Ecuadorian adolescents, starting from the postulates of the health sociology.

Key words: alimentary hybridization, alimentary culture, sociology, adolescence, Ecuador.

INTRODUCCIÓN

Los factores sociales y culturales tienen una influencia muy grande sobre lo que las personas comen y cómo preparan sus alimentos, además de sus prácticas y preferencias alimentarias. Sin embargo, los hábitos alimentarios son rara vez la causa principal o importante de malnutrición; por el contrario, muchos son específicamente diseñados para proteger y promover la salud, por ejemplo, la suministración a las mujeres de alimentos abundantes, densos en energía, durante los primeros meses después del parto.¹

Alais y Linden² plantean que algunas prácticas alimentarias tradicionales y los tabúes de ciertas sociedades, pueden contribuir a las deficiencias nutricionales en grupos específicos de la población. Los nutricionistas deben conocer los hábitos de alimentación de las comunidades donde trabajan, de manera que puedan ayudar a reforzar los elementos positivos y luchar para cambiar los negativos.

Por su parte, Alfonso Guerra³ refiere investigaciones realizadas por especialistas en Endocrinología, los cuales plantean que la mala alimentación induce a problemas, tales como la obesidad, las afecciones cardiovasculares y la diabetes mellitus, debido al alto contenido en carbohidratos y grasas saturadas de los alimentos chatarras, que actualmente se consumen en abundancia en casi todo el mundo por su rápida elaboración.

Con referencia a lo anterior, en Ecuador las prácticas de alimentación se han ido modificando de manera acelerada, y se aprecia una creciente sustitución de productos alimenticios ancestrales por otros foráneos; situación que incide fundamentalmente en los adolescentes. Según datos del Ministerio de Salud Pública, 22 % de los menores ecuatorianos padece sobrepeso. Una de sus causas es que 70 % de la oferta de productos que tienen los bares escolares corresponde a comida chatarra, lo cual ha llevado al incremento de enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, hipertrofia del ventrículo izquierdo en adolescentes de ese país; todo esto puede favorecer el desarrollo de problemas graves de salud en la etapa adulta (cardiopatías, insuficiencia cardíaca, infartos, trombosis o problemas de circulación sanguínea en los miembros inferiores).⁴

Entre las causas sociales identificadas en el desarrollo de este trabajo, sobre el proceso de reestructuración de las prácticas de alimentación, se destacó el incremento en el número de familias con 2 ingresos, lo que amplía el número de restaurantes y comidas para llevar, en los cuales la comida chatarra constituye una oferta de alimentos más baratos, mientras que los productos frescos son cada vez más caros; en consecuencia, las personas se ven obligadas a ingerir comestibles menos saludables.

Ante la complejidad del fenómeno, diversos autores, como Arias Burneo,⁵ Avellán⁶ y Bender⁷ coincidieron en señalar la necesidad de efectuar estudios interdisciplinarios, que permitan comprender los diversos ámbitos, dimensiones y aspectos que se conjugan en el proceso alimentario. Desde la interdisciplinariedad y la complementariedad de los métodos, tanto las ciencias sociales como las ciencias médicas, con el objetivo de articular esfuerzos para enfrentar las diversas situaciones alimentarias.

Todo lo señalado anteriormente condujo a enmarcar dicho problema en la inobservancia del acervo cultural de los pueblos ancestrales latinoamericanos, por el paradigma médico occidentalista en que se sustenta el Sistema de Salud en Ecuador, e igualmente conduce a la necesidad de identificar los factores que estructuran el proceso de hibridación alimentaria en los adolescentes ecuatorianos, con vistas a reforzar las prácticas alimentarias identitarias.

A tales efectos se desarrolló una investigación durante los años 2012 y 2013 en la Comunidad "Pablo Neruda" de Guasmo Sur, en la ciudad de Guayaquil, en adolescentes de 15 a 18 años, que estudiaban en los colegios de Provincia de Loja Matutina y Loja Vespertina, en los que se concentra el mayor índice de jóvenes con sobrepeso de la zona. Los 111 estudiantes encuestados conformaban la matrícula del décimo grado de ambos

centros educacionales, aunque también se pesquisó a 10 comerciantes, 14 profesionales de la salud, 10 maestros, 5 distribuidores de alimentos y 3 periodistas.

Con ello se persiguió comprobar:

- Tipos de alimentos que consumían y con qué frecuencia lo hacían: alimentos tradicionales, frutas, huevos, leche y derivados, verduras, hortalizas y leguminosas, carnes, azúcares y grasas, bebidas calóricas.
- Características del consumo de comida rápida: tipos de alimentos chatarras consumidos y su frecuencia, comidas más frecuentes en los comedores escolares.
- Características del consumo de alimentos en celebraciones festivas y tradicionales.
- Características del proceso de alimentación en el seno familiar: hábito de almuerzo en el seno familiar, práctica de ingerir alimentos mientras se mira televisión.

DESARROLLO

Para la fundamentación del modelo nutricional se asumen diferentes criterios. Se propone un enfoque interdisciplinar que ubique los postulados teóricos aportados desde la Sociología Cultural y la Sociología de la Alimentación, sin olvidar que los antecedentes para este estudio se encuentran en la ciencia antropológica.

Mataix Verdú⁸ señala que las creencias y prácticas alimentarias de cada cultura forman parte de la causa multifactorial de la enfermedad y del cambio de hábitos en los patrones alimentarios. También realiza un análisis de las distintas costumbres alimentarias de los humanos, planteando la diferencia entre lo que significa comer como un acto fisiológico y comer como acto simbólico.

Desde la perspectiva estructuralista, se buscó entender las reglas y normas que subyacen al comportamiento alimentario, su evolución a lo largo del tiempo y en distintos tipos de sociedades, en los hábitos de presentación, preparación y elección de comidas. Los códigos y la red de significación en que se inscribe el acto alimentario, expresan formas de organización de los pueblos en ciertos períodos históricos y los signos de distinción de las clases sociales.^{9,10}

En la línea antropológica del materialismo cultural, Harris¹¹ plantea que en el comer interviene algo más que la pura fisiología de la digestión. La selección de los alimentos (de origen animal y vegetal), así como las preferencias alimentarias de un grupo determinado, están asociadas a lo que el autor denomina bueno o malo para comer. La determinación del consumo está en función del costo/beneficio, “ya que los alimentos preferidos reúnen, en general, más energía, proteínas, vitaminas y minerales por unidad, que los evitados.” El aporte de Harris a los estudios de la alimentación refiere la interrelación existente entre naturaleza y cultura, toda vez que el proceso alimentario es resultado de las condiciones materiales de vida de una sociedad y de la forma como esta manipula, controla y establece relaciones con factores condicionantes del contexto.

Posteriormente, con el desarrollo que alcanzó la antropología de la alimentación en Gran Bretaña y Estados Unidos, varios investigadores se concentraron en observar las dinámicas alimentarias en el contexto de cambio social, cuyos resultados fueron de gran utilidad en la formulación de políticas gubernamentales y en el campo del desarrollo y el bienestar.¹²⁻¹⁴

La perspectiva sociológica para el estudio de prácticas culturales de alimentación e hibridación cultural, encuentra en la Sociología Cultural sus principales asideros en la

teoría de la hibridación cultural de García Canclini¹⁵ y la concepción de las mediaciones culturales de Martín Barbero.¹⁶

Desde la teoría de la hibridación cultural, García Canclini¹⁵ aporta elementos necesarios, puesto que al examinar los movimientos recientes de la globalización, se advierte que esta no solo integra y genera mestizajes, sino también produce nuevas desigualdades y estimula reacciones. La hibridación es parte de la globalización y, por ende, existirán desigualdades y diferencias entre diferentes culturas.

Al explicar que el proceso de hibridación cultural abarca diversas mezclas interculturales, no solo las raciales a las que suele limitarse “mestizaje”, se permite incluir otras formas modernas de hibridación que van más allá del “sincretismo”, como fórmula referida casi siempre a las fusiones religiosas o de movimientos simbólicos tradicionales, para extenderla a los modos en que determinadas formas se van separando de las prácticas existentes. Este pensamiento es útil en el actual análisis respecto a la explicación de cómo se van separando u olvidando las viejas prácticas de alimentación, ante el empuje e incremento de las comidas chatarras, y cómo ello va condicionando un vínculo de lo popular, tradicional o folklórico, con lo masivo impuesto por las industrias de los alimentos.

El proceso mediante el cual la industria de alimentos proyecta el cambio en los patrones de alimentación, en medio del gran proceso de hibridación cultural, puede ser explicado a través de la concepción de las mediaciones culturales propuesta por Martín Barbero,¹⁶ pues permite entender el papel de las industrias de alimentos en el proceso de formación de nuevos hábitos y prácticas de alimentación, que inducen a los adolescentes al consumo de alimentos chatarras, mediante publicidades que contienen elementos persuasivos de mercadotecnia, como personajes, ofertas y otras promociones, y les convierte en los principales mediadores de la experiencia cultural colectiva, configuradora de las subjetividades de las mayorías.

En esta última idea, el receptor (adolescente) ha sido visto como un sujeto activo en el proceso de producción, circulación y consumo de las formas simbólicas. Las industrias de la publicidad bombardean a los jóvenes animándoles a consumir, lo cual ha permitido ver, de una manera más compleja, el fenómeno de la recepción y su cambio de conducta respecto a los patrones de alimentación, en un mundo cada día más globalizado, con presencias multiculturales, representadas en las grandes transnacionales alimentarias, de un lado, y del otro las identidades y pautas culturales en la alimentación, afectadas por la introducción de productos alimenticios industrializados.

La manipulación de los referentes y repertorios culturales, la diversificación y confusión de los discursos mediáticos mediante la publicidad, la convergencia de los dispositivos y recursos tecnológicos (influencia de la televisión), y la misma transformación incesante de la ecología de medios, en virtud de la tendencial orientación integrada de soportes, canales y entornos, han favorecido una multiplicación de las compañías procesadoras de alimentos, que gastan más de 2 millones de dólares al año en publicidad, para inducir a comprar sus alimentos saturados de sustancias químicas y de baja calidad para el organismo; de manera que provocan el continuo mestizaje de los imaginarios que, más que respuestas ajustadas, solicitan del investigador estrategias de identificación y consideración de los problemas asociados a estos procesos, con mayor reflexividad y capacidad de autodeterminación.

Asimismo, la Sociología de la Alimentación analiza la alimentación como una práctica social cotidiana que permite la supervivencia humana y la posibilidad de reproducción de

las actividades sociales. En el contexto europeo, a partir de la década de los ochenta, se retoma la tradición desarrollada en Francia e Inglaterra sobre estudios de nutrición, en una corriente de pensamiento denominada sociología de la alimentación, cuyo interés es la significación social de este, mediante el análisis de los patrones de consumo, las prácticas alimentarias en el contexto de sociedades modernas, las motivaciones y los factores culturales que inciden en el comportamiento alimentario, las desigualdades sociales expresadas en el acceso y consumo de alimentos, las relaciones de género y la distribución de poder en el acceso a recursos alimenticios, así como la incidencia de los factores sociales, familiares y culturales en las condiciones de salud.¹⁶⁻¹⁸

De igual modo, a los autores de la investigación les interesa comprender los significados que construyen los sujetos a partir de sus experiencias individual y familiar, respecto a las prácticas de alimentación, así como los procesos que ocurren en el interior del ámbito familiar en torno a la alimentación; espacio poco explorado pese a que social y culturalmente las familias se han concebido como el escenario fundamental para este tipo de actividades.

Desde una mirada sociológica, se busca reconocer la alimentación como práctica social que contiene una dimensión simbólica común a diferentes grupos sociales donde pertenece el individuo; interesa comprender la función social de los alimentos y la alimentación en el marco de las relaciones sociales con temporalidad y espacialidad, que definen un tipo particular de interacción y construcción de la vida social. Se adentra en los significados que adquiere la comida en la configuración de la vida familiar y de la sociedad, los contenidos normativos, la dinámica de organización de tareas y responsabilidades, que configuran la vida cotidiana en torno a la satisfacción de esta necesidad fundamental, las redes familiares y sociales, que se entrecruzan en el acto alimentario, los saberes intergeneracionales en cuanto a la comida y las formas de vida de los sujetos, así como las desigualdades sociales y de género en la elaboración de las comidas.

En el campo de la sociología, los estudios sobre la alimentación presentaron desarrollos importantes desde el siglo XIX, principalmente en Francia e Inglaterra, mientras que en España, solo a partir de la década del 80 del siglo XX se iniciaron estos estudios. Un progreso similar siguió la antropología, en donde ha habido un interés por comprender las prácticas y los comportamientos alimentarios como forma de expresión cultural, y en la década del 50 adquirió un carácter aplicado, con el avance de la antropología de la alimentación.

Con la sociología de la alimentación se pretendió modificar la perspectiva teórica y las herramientas analíticas centradas en el consumo, a fin de focalizar en el comportamiento de los sujetos.¹⁹

Justamente, la debilidad de marcos analíticos que ofrezcan explicaciones sustantivas sobre las percepciones y los gustos que inciden en el comportamiento alimentario, las representaciones sobre la alimentación y su contribución al bienestar, las desigualdades sociales y de género que discurren paralelamente a la comida, las relaciones de poder y su interrelación con la escala de jerarquización social, la vinculación de la comida con la estructura micro y macro de las sociedades, justifican la necesidad de una mirada sociológica al fenómeno alimentario.²⁰

Analizar las prácticas de alimentación que desarrollan las familias, desde una perspectiva sociológica, constituye un desafío para ahondar en las interrelaciones existentes entre la esfera pública y privada, en la medida que la satisfacción de la necesidad de alimentación

constituye una responsabilidad compartida entre el estado, el mercado, las instituciones y las familias.

Sin embargo, hoy, en el siglo XXI, el uso de alimentos sintéticos ha traído como consecuencia un dinamismo comercial mundial, que ha conducido a que esta clase de alimentos sea escogida por la población económicamente activa, y así se haya establecido un proceso inadecuado de consumo de alimentos, y se pierda el contacto con la herencia alimenticia. El tiempo se vuelve un artículo valioso, y mientras menos personas trabajan la tierra, disminuye el conocimiento de las cualidades de los alimentos locales; por tanto, los alimentos importados, menos nutritivos, se ponen de moda.²¹

Es obvio que la explicación de las causas y la determinación de los factores socioculturales que intervienen en la transformación de las prácticas alimentarias, requieren un análisis, en el cual se deben considerar, como elementos importantes, la incorporación de la mujer al trabajo, los avances tecnológicos y los multifactores que dinamizan la vida social, en el cual influyen el espacio privado del hogar y, en cierta manera, la desintegración familiar.

Ricciardi²² plantea que con la incorporación de la mujer al trabajo, la vida doméstica se transforma radicalmente, pues quien por lo general, era la figura protagónica en la preparación de los alimentos y el mantenimiento de las normas alimentarias, ha provocado que los miembros de la familia busquen en los espacios públicos su alimentación. Ese acortamiento del tiempo que se disponía antes para la preparación de los alimentos en el hogar, genera determinadas demandas de productos de fácil cocción, sustitutos de los tradicionales, especialmente los productos enlatados y la llamada comida chatarra.

Este proceso de industrialización de los alimentos se inicia en la primera etapa de vida del ser humano, cuando la madre de familia es la que se encarga de regular y dosificar la calidad de los comestibles que necesita la familia, de acuerdo con el grupo etario. Los alimentos inadecuados conforman el quehacer actual de la sociedad, y provocan que la familia deseche el gasto innecesario de los alimentos buenos por el riesgo de que se descompongan durante su almacenaje, además de que resulta un mayor consumo para la economía familiar.

Al igual que el alto ejecutivo o la secretaria, los demás profesionales dependen de horarios de trabajos que les resta encentrarse, día a día, en la mesa con su familia, lo cual conduce a que la “dieta cotidiana” del almuerzo y, algunas veces de la merienda, sea suplida por comida no preparada en el hogar; por ejemplo: las madres no amamantan por sus ocupaciones laborales profesionales, sino que dan leche maternizada; el escolar reemplaza el desayuno tradicional más nutritivo consistente en huevo, leche, cereales, jugos de frutas, por un desayuno de jugos artificiales de frutas y embutidos, lo que provoca un nuevo modelo de vida en los diferentes grupos etarios de la nueva generación, porque se consume este tipo de alimento en los bares escolares, las cafeterías, los restaurantes y demás lugares de expendio, que promueven adquirir mayor cantidad, a un costo permisible para la población, y no conjugan la calidad.²³

La elección de los alimentos constituye un factor primordial para comer con equilibrio y calidad. Los alimentos naturales conducen a elevar el rigor en la selección de los productos que se ponen en la mesa; muchos productos alimenticios, como los vegetales, sobre todo frutas y hortalizas, resultan altamente beneficiosos para la salud de la población.

Cabe señalar que las prácticas cotidianas de alimentación, aunque se realicen en el ámbito privado familiar, forman parte de las relaciones sociales más amplias. En el espacio público, son factores que inciden en la estructuración de las prácticas de alimentación familiar: el papel que el estado desempeña en la garantía del derecho a la alimentación, mediante programas sociales que transfieren bienes y servicios para proveer recursos alimentarios, la influencia de los sistemas agroalimentarios en la introducción y modificación de patrones de alimentación; la regulación del mercado en la producción, el abastecimiento y el acceso a los alimentos, la función de la comunidad, los amigos, los familiares, las entidades sin ánimo de lucro y otro tipo de redes sociales.²⁴⁻²⁷

Según el cuestionario aplicado a los adolescentes ecuatorianos y el resto de las entrevistas realizadas, se identificaron los siguientes aspectos relacionados con los hábitos alimentarios:

- Entre los alimentos de consumo diario se encontraban: arroz, maíz, mote, zanahoria, pan 2 veces a la semana, papa, mecollo, yuca, papa nabo y avena 2 veces al mes.
- Nunca ingerían ataco o sangorache, ni oca o mashua.
- El consumo diario de cereales en el desayuno y de frutas, como la naranja y mandarina, solo estaba presente en 44 encuestados, mientras 94 tomaban diariamente leche y 51 yogurt. Todos comían queso diariamente.
- Los adolescentes no tenían la costumbre alimentarse diariamente con verduras y hortalizas. Entre los cárnicos y pescados, los encuestados comían 2 veces a la semana carnes de res, cerdo y poca carne de chivo.
- Los jóvenes presentaban un alto consumo de margarina, mayonesa y azúcares, así como de bebidas calóricas, especialmente gaseosas (coca cola, Pepsi cola, entre otras) y bebidas envasadas (jugos de naranja en conserva).
- En el caso de las comidas rápidas, se comprobó el consumo diario de pollo brostizado, hamburguesas, salchichas, papas y pizzas (consumo de al menos 2 veces a la semana).
- Entre las prácticas de alimentación de la familia, se refirió el almuerzo en familia solo los fines de semana y el consumo de comidas rápidas mientras miraban TV.

Se destacó el hecho de que solo algunos jóvenes realizaban ejercicios regularmente durante la semana. A pesar de las regulaciones existentes en cuanto a la venta de comida en las cafeterías del colegio, se constató que las más comunes eran: hamburguesa, salchichas, tostada, shawarma, tacos, sanduche de lomo, torta de chocolate, snacks, cola, agua y frutas.

CONCLUSIONES

Los cambios en los patrones de alimentación del pueblo ecuatoriano, son consecuencia de un proceso de hibridación cultural, que se manifiesta con características particulares en los adolescentes, en quienes además se observan cambios en cuanto al significado social y el proceso de interacción que ocurre respecto a la alimentación y la preferencia por la comida chatarra.

En este proceso de cambio tiene una gran influencia la presión de las empresas alimentarias multinacionales, que utilizan los medios de comunicación y la publicidad para promover el consumo de ciertos alimentos, y los vinculan a determinadas conductas, e incluso estereotipos estéticos, aprovechándose de la gran importancia que se da a la imagen en la sociedad actual.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arboleda AC. Cómo alimentarse bien en cada etapa de la vida. En: Alimentación Sana: Fuente de Vida, Alimentación del Adolescente 10 a 18 años. Bogotá: Editorial Panamericana; 2007. p. 304-8.
2. Alais C, Linden G. Bioquímica de los alimentos. Barcelona: Masson; 1990. p. 45.
3. Alfonso Guerra J. Obesidad: epidemia del siglo XXI. La Habana: Editorial Científico-Técnica; 2008. p. 265-77.
4. Botero F, Endara L. Mito, rito, símbolo: lecturas antropológicas. Quito: Instituto de Antropología Aplicada; 1994. p. 167-9.
5. Arias Burneo A. Revolución nutricional. Santa Regina: Loja Editor; 2006. p. 20-5.
6. Avellán L. Cocina como nuestros antepasados. Editorial Noboa; 2004. p. 70-95.
7. Bender DA. Introducción a la nutrición y al metabolismo. Zaragoza: Editorial Acribia; 1995. p. 14.
8. Berdanier CD, Dwyer J, Feldman EB. Nutrición y alimentos. 2 ed. Madrid: McGraw-Hill; 2010. p. 36.
9. Mataix Verdú J. Nutrición para educadores. 2 ed. Madrid: Díaz De Santos; 2005. p. 65.
10. Moore M. Nutrición y dietética: guía clínica de enfermería. 2 ed. Clarkville, Tennessee: Mosby; 1994. p. 72.
11. Cerezo M. Desvelando tabúes sobre las vitaminas. Energía Vital. Barcelona: Fapa Ediciones; 2008. p. 19.
12. Belitz HD, Grosch W. Química de los alimentos. 3 ed. Zaragoza: Editorial Acribia; 2004. p. 29.
13. Harris M. Good to eat: Riddles of food and culture. Long Grove, IL: Waveland Press; 1998. p. 45.
14. Contreras Hernández J, Gracia Armaiz M. Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas. Barcelona: Editorial Ariel; 2005. p. 105.
15. García Canclini N. Culturas híbridas. Estrategias para entrar y salir de la modernidad. México, D.F.: Grijalbo; 1990.
16. Coulate TP. Manual de química y bioquímica de los alimentos. 2 ed. Zaragoza: Editorial Acribia; 1998. p. 75.
17. Esquivel Hernández RI, Martínez Correa SM, Martínez Correa JL. Nutrición y salud. 2 ed. México, D.F.: El Manual Moderno; 2005. p. 37.

18. Ordóñez Pereda JA, Cambero Rodríguez MI, Fernández Álvarez L, García Sanz ML, García de Fernando Minguillón GD, De la Hoz Perales L, et al. Tecnología de los alimentos. V 1. Madrid: Editorial Síntesis; 1998. p. 41-4.
19. Martín Barbero J. De los medios a las mediaciones. Comunicación, cultura y hegemonía. Barcelona: Editorial Gustavo Gili; 1987.
20. Portilla Rosales S. La alimentación esencial humana: fuente primordial de nuestra vitalidad. 4 ed. Quito: Centro de Educación para la Vida; 2005. p. 172-6.
21. Potter NN, Hotchkiss JH. La ciencia de los alimentos. Zaragoza: Editorial Acribia; 1999. p. 38-41.
22. Ricciardi R. ¿Por qué la televisión atrae? Quito: Fundación Jesús De La Misericordia; 2010. p. 19.
23. Repullo Picasso R. Nutrición humana y dietética: la alimentación en la salud y en la enfermedad. Madrid: Marban; 2001. p. 28.
24. Requejo A, Ortega RM. Nutriguía: manual de nutrición clínica en Atención Primaria. Madrid: Universidad Complutense; 2000. p. 47.
25. Yépez R, Baldeón M, López P. Obesidad. Quito: Ediciones SECIAN; 2008.
26. Astudillo Reyes PF, González Armijos KM. Evaluación nutricional a niños(as) del Centro de Desarrollo Infantil Solidario El Cebollar y capacitación a sus padres, diciembre-junio 2010. Cuenca: Universidad de Cuenca; 2010.
27. Guazahambo N, Guamán J, Garzón L, Pesántez Palacios LE, Iturralde Aguilar MA. Evaluación del estado nutricional de los niños de la guardería "Los Polluelos" del INNFA de la ciudad de Cuenca, 2005. Cuenca: Universidad de Cuenca; 2005.

Recibido: 26 de febrero de 2014.

Aprobado: 24 de marzo de 2014.

Lourdes Almeida Vera. Colegio Médico de Guayaquil, calle Pablo Neruda, Guayaquil, Ecuador. Correo electrónico: lalmeidavera1@gmail.com