



Estudio

“Evaluación de las percepciones de los cuidadores de escolares respecto a la alimentación escolar, con énfasis en colaciones, en el retorno presencial a clases”.

Responsable
Carmen Gloria González



Sociedad Chilena de Nutrición



Antecedentes

Debido a la pandemia por el virus COVID-19, se han visto afectado todos los ámbitos de la vida de las personas, dentro de esto se han suspendido diversas actividades de la vida cotidiana como son las clases presenciales en escuelas, razón por la cual los estudiantes deben realizar sus actividades académicas desde el hogar. En relación a esto se han modificado las rutinas de alimentación, actividad física, descanso y hábitos en general. En el futuro, se espera que los estudiantes puedan regresar a las clases presenciales, lo que requerirá una planificación para el manejo de todas las situaciones que impliquen riesgos de contagio, tanto dentro como fuera de las salas de clases. En este sentido, es necesario preparar los aspectos relacionados a la alimentación de los estudiantes, teniendo en cuenta la calidad nutricional de los alimentos, su inocuidad, manipulación y presentación.

Propósito del estudio

Se realizó un estudio cualitativo exploratorio, para indagar sobre las percepciones de las madres, padres y cuidadores de los escolares, en torno a la alimentación de los estudiantes,

especialmente sobre las colaciones escolares. Se evaluaron las percepciones de riesgo de los cuidadores, sobre las conductas de los escolares en la alimentación y precauciones que tomarán al respecto. Por último, se indagó sobre la importancia para los cuidadores, de la calidad nutricional de los alimentos y bebestibles y cómo cambiarán las colaciones en el retorno a clases presenciales.



Actividades

Se realizaron entrevistas telefónicas a 101 madres, padres y/o cuidadores de escolares entre 6 y 12 años, de nivel socioeconómico medio-bajo (establecimientos municipales

o públicos) y medio-alto (establecimientos educacionales particulares pagados), de la Región Metropolitana.



Elaboración de la pauta de entrevista

Para la elaboración de la pauta, se consideraron los propósitos del estudio y aspectos de interés encontrados en la revisión de la literatura realizada.

Se realizó una serie de preguntas como primera versión del instrumento, el cual fue sometido a un proceso de validación de expertos, en áreas de nutrición y educación escolar, para realizar rectificaciones de lenguaje y contenido. Posteriormente se realizó un testeo con público objetivo, para evaluar la comprensión de las preguntas, facilidad de respuesta y tiempo de aplicación. Con los resultados se realizaron los últimos ajustes al instrumento.

Desarrollo de las entrevistas

Para contar con las respuestas voluntarias de los participantes, se elaboró un formulario online (plataforma Monkey Survey)

que entregaba la información necesaria para que puedan decidir en forma autónoma su interés en responder la entrevista. Se realizó la convocatoria por diversos medios, enviando el formulario online para la invitación, los participantes interesados dejaban su nombre y teléfono para ser contactados posteriormente. El equipo de nutricionistas, coordinaron los horarios para realizar las entrevistas con los participantes. Se realizó la estandarización del formato de entrevista con el equipo de profesionales, para la correcta y homogénea aplicación.

La entrevista fue semiestructurada, con preguntas de alternativas y abiertas. Se procedió a digitar toda la información de las preguntas con alternativas y para las preguntas abiertas, se realizó un análisis sistemático de las respuestas. Se definieron subgrupos de respuestas para cada pregunta, identificando diferencias entre tipo de establecimientos.

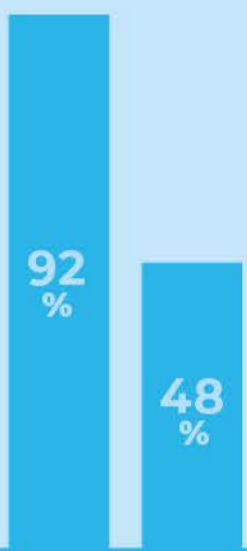




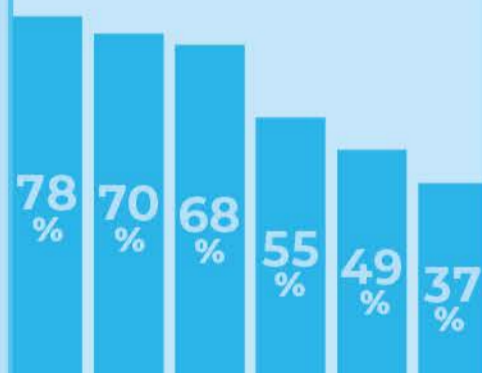
Resultados

Resultados

Se presentan las características generales de los participantes (parentesco, sexo, edad y establecimiento). Se desarrollaron en total 101 entrevistas, de las cuales el **92%** fueron respondidas por las madres. El **48%** de los estudiantes eran del género femenino. Los estudiantes estuvieron distribuidos en todos los cursos de enseñanza básica, representando equitativamente ambos tipos de establecimiento educacional.



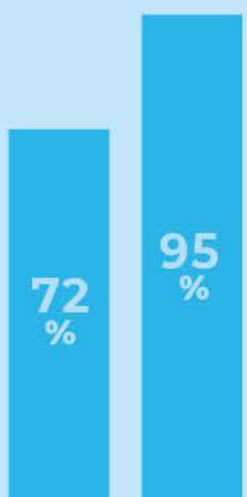
Dentro de los resultados, se observa que de las colaciones que consumían los estudiantes antes de la pandemia, un **78%** consumía lácteos (leche o yogurt), **70%** frutas, **68%** jugos, **55%** galletas, **49%** pan o sándwich, un **37%** agua y no se presentan diferencias entre tipo de establecimiento educativo.



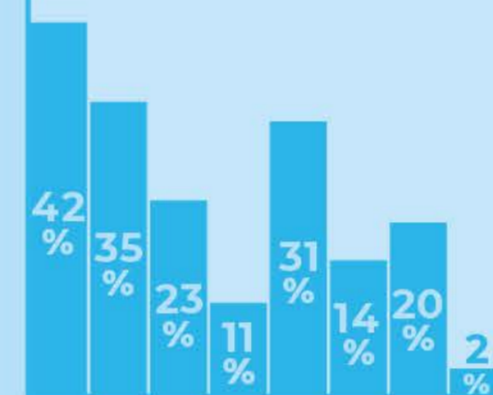
Respecto a si los colegios les entregaban minutas de colaciones, un **74%** de los cuidadores mencionó que no les enviaban una. Una opinión frecuente en las respuestas abiertas fue que el envío de minutas es de gran ayuda, ya que permite planificar y ordenar las colaciones que se envían a los estudiantes, además todos podrían consumir las mismas colaciones durante toda la semana. También mencionaron que de preferencia debieran ser opciones saludables, lo que les permite aprender a comer mejor. Otros entrevistados mencionan que la minuta puede ser un inconveniente cuando no se tiene la colación solicitada o estas no son del gusto de los estudiantes.



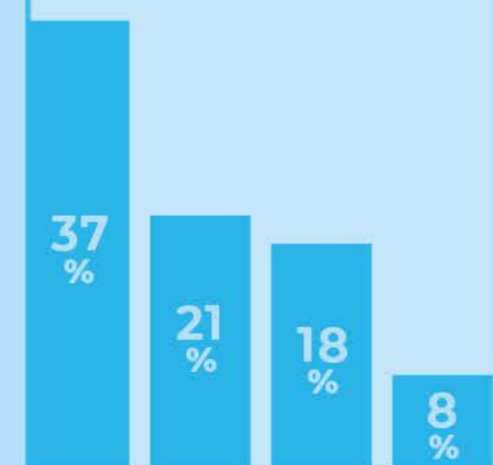
En la pregunta sobre si los estudiantes llevaban dinero, un **72%** respondió que no llevaba dinero para comprar colaciones. Posteriormente se preguntó la misma situación, pero cuando comiencen las clases presenciales, a lo que un **95%** indicó que tampoco llevarán. En ambas preguntas no hubo diferencias entre tipos de establecimiento.



Al consultar sobre dónde almorzaba el estudiante, un **42%** de los entrevistados mencionó que el almuerzo lo enviaban desde la casa, un **35%** almorzaba en casa, a un **23%** se lo entregaban en el colegio y un **11%** lo compraba en el colegio. Se presentan diferencias entre establecimiento público y privado, donde el **31%** de los estudiantes de escuelas públicas recibía el almuerzo en el colegio y sólo el **14%** de los participantes de escuelas particulares lo recibía en este lugar. En contraste, el **20%** de los estudiantes de escuelas privadas compraba el almuerzo en el colegio y solo el **2%** de los estudiantes de escuelas públicas lo hacía en este lugar.



Con respecto a la sensación que le produce al cuidador saber que el niño/a, consumirá alimentos en el colegio una vez que retorne a clases, a un **37%** le preocupa, a un **21%** le da miedo, a un **18%** inseguridad y un **8%** indica que se siente seguro al respecto. En aquellos que mencionaron que sentían preocupación, miedo y/o inseguridad, se debe a lo difícil que será mantener la distancia física entre estudiantes, además algunos indicaron que los estudiantes comparten sus comidas. También mencionaron que tienen que existir protocolos adecuados durante la manipulación de los alimentos, desinfección de comedores escolares. De los entrevistados que indicaron que no sentían preocupación, es porque pensaban que los estudiantes retornaran a clases sólo cuando existan medidas sanitarias adecuadas y otros sólo los enviarán cuando esté disponible la vacuna contra el COVID-19.



Al conversar sobre el consumo de alimentos en el colegio, por parte de los estudiantes, una vez que retornen a clases presenciales, un **76%** mencionó que podría ser un riesgo para su salud, sin diferencias entre tipo de establecimientos, debido a que consideraban que los estudiantes son muy sociables, por lo que es difícil que todos sigan las medidas sanitarias como son lavado de manos, evitar



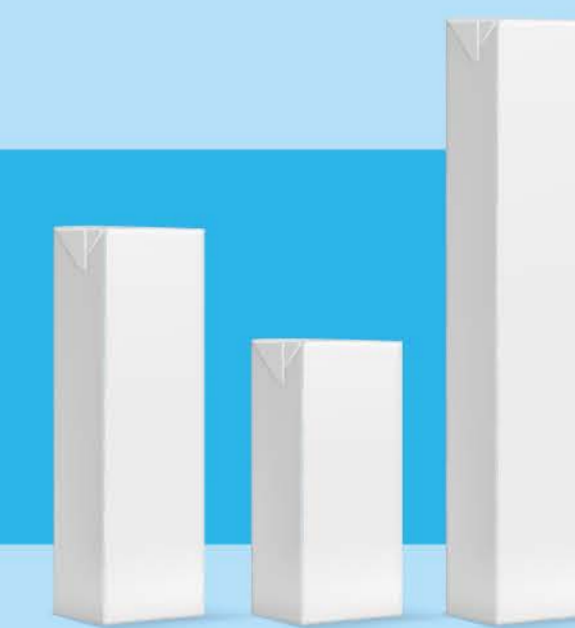
compartir colaciones o si serán capaces de mantener distanciamiento físico con sus compañeros, pero además no tenían seguridad de que se contara con el espacio adecuado en el colegio para permitir el consumo de alimentos con un adecuado distanciamiento físico. Por otro lado, aquellos que indicaron que no existirá un riesgo para la salud de los estudiantes, comentaron que la transmisión del virus no se da a través de los alimentos y que los estudiantes de mayor edad sabrán seguir las indicaciones adecuadas de higiene para evitar contagios. Entre las medidas adicionales que los entrevistados consideran necesarias, se encuentran: enviar colaciones envasadas y con envases desinfectados desde el hogar, que no haya venta de alimentos en el colegio (kiosco), que el colegio tenga jornadas escolares más cortas para que almuercen en casa, que los espacios destinados a la alimentación colectiva sean sanitizados en todo momento, que cuenten con alcohol gel en los comedores escolares y que exista supervisión en estos tiempos de comida. Adicionalmente los entrevistados de colegios privados, mencionaron que enviarán artículos de aseo y desinfección a sus hijos como jabón líquido, alcohol gel y toallitas desinfectantes.

Frente a la pregunta si entregará al estudiante recomendaciones para el momento de consumo de colaciones o alimentos en el colegio, el **98%** respondió que lo hará. Entre estas recomendaciones podemos mencionar: lavarse las manos antes y después de consumir alimentos, usar alcohol gel, no compartir sus colaciones o recibir alimentos de otros estudiantes, utilizar la mascarilla siempre durante el día a menos que consuman alimentos y mantener distanciamiento físico durante la jornada escolar.

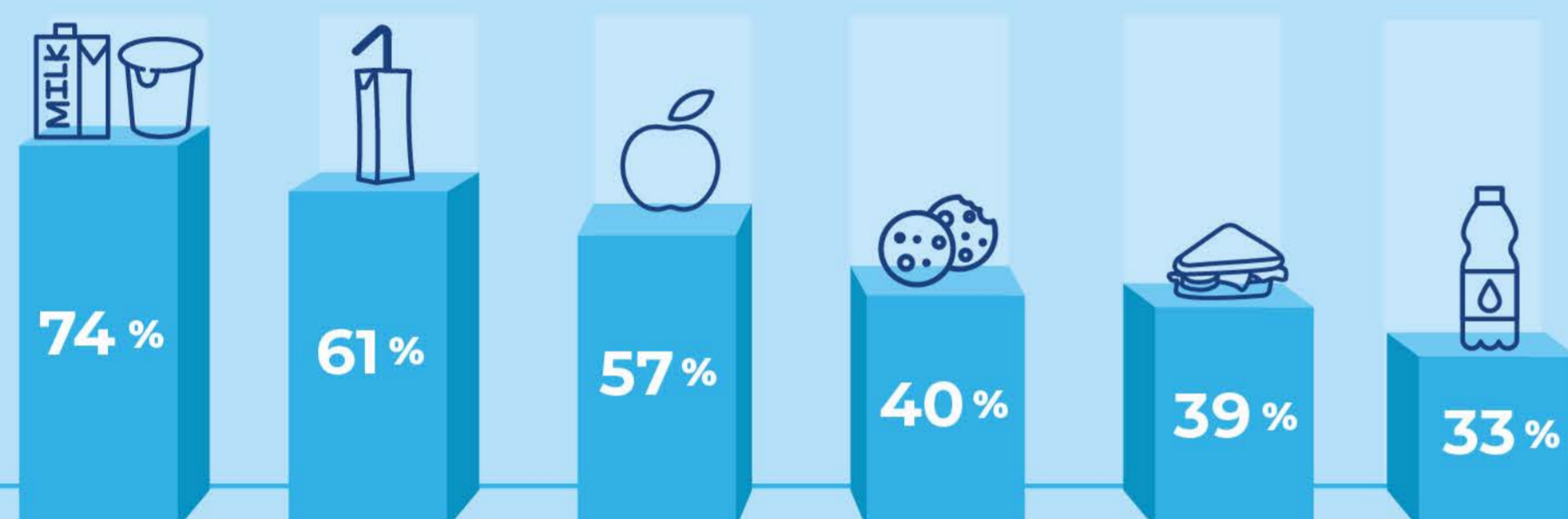




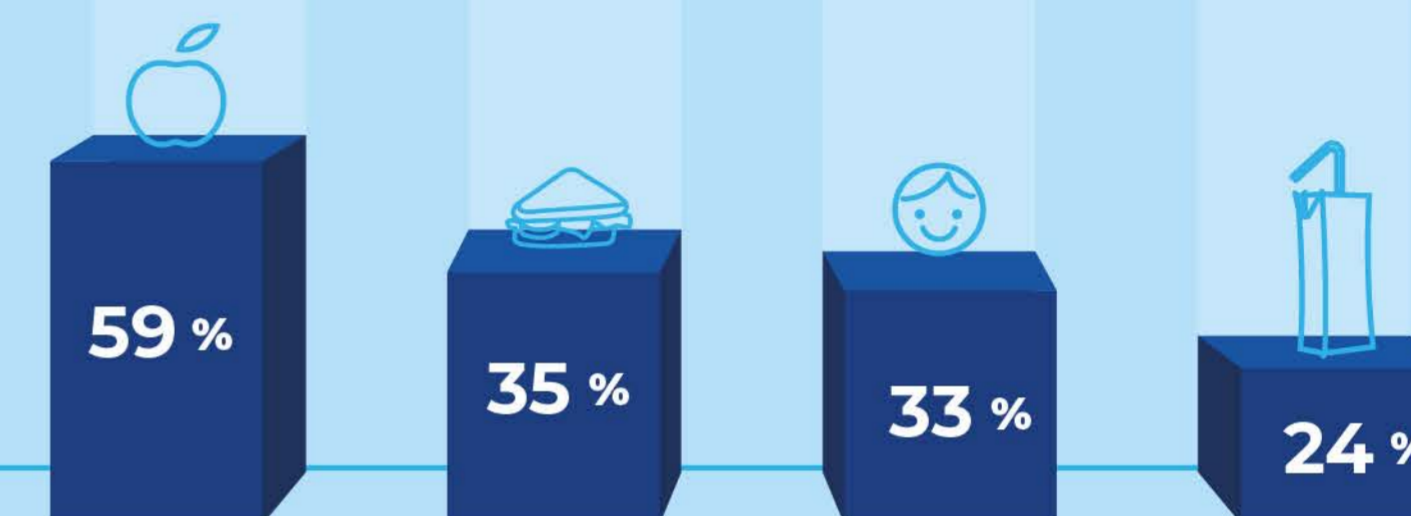
Resultados



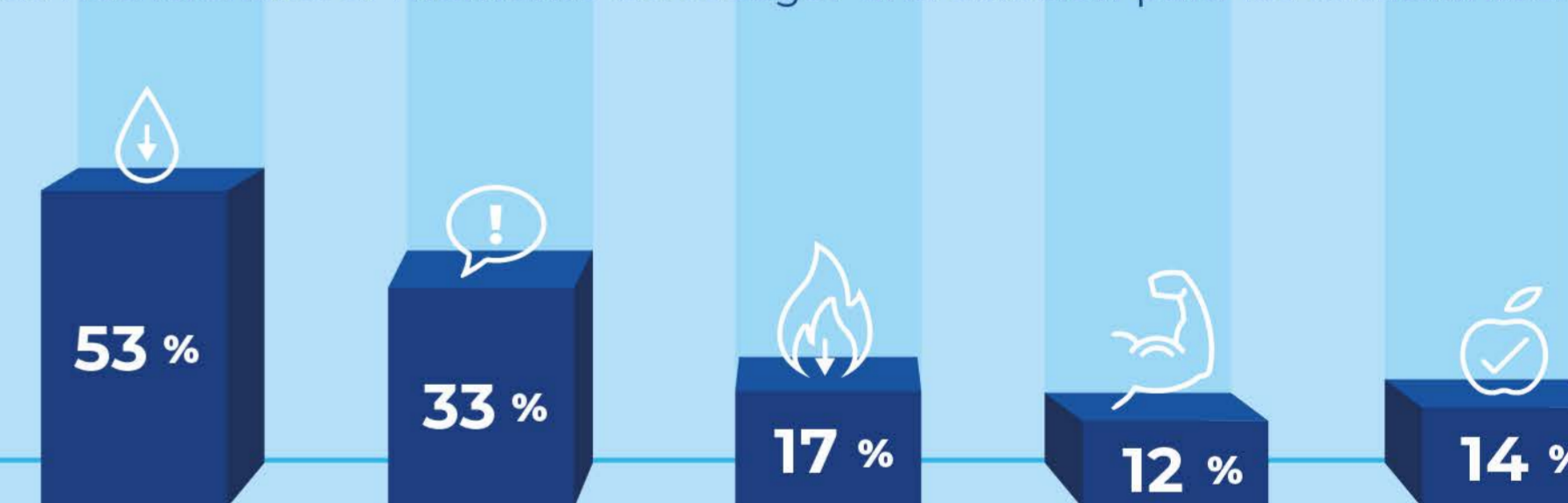
En cuanto a la cantidad de colaciones que llevarían los estudiantes, un 55% de los entrevistados mencionó que cuando retornen las clases presenciales le enviaría 2 colaciones a su hijo/a, un 26% indicó que una y un 15% le enviará 3 colaciones. Con respecto al tipo de colaciones que enviaría se encuentra **principalmente lácteos en un 74% (leche o yogurt), seguido de jugos en un 61%, fruta en un 57%, galletas en un 40%, sándwich en un 39% y agua en un 33%**. El único producto que presentó diferencias entre tipo de establecimientos, fue el pan o sándwich, donde para establecimientos público, el 27% lo enviaría y para los privados, el 50% enviaría este tipo de colación (p=0.020).mmm



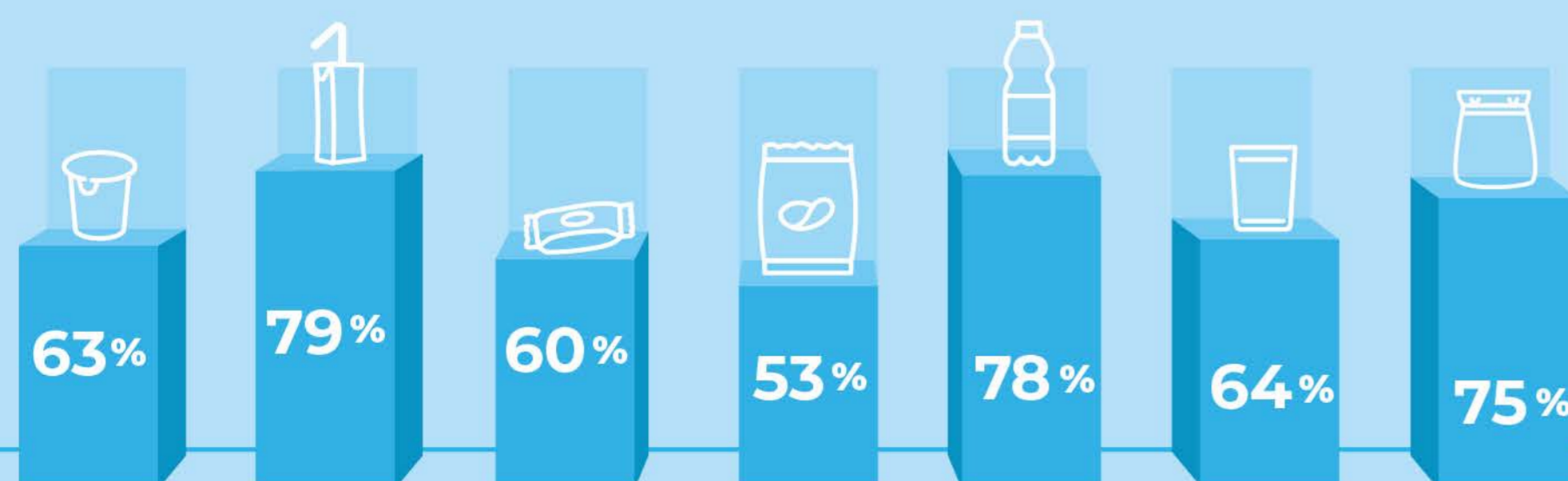
Respecto a las características de las colaciones de los estudiantes para ser consideradas adecuadas por parte de los cuidadores, un **59% indicó que deben ser nutritivas, 35% que sean de fácil consumo, 33% que les gusten a los estudiantes y un 24% consideró que tienen que venir en un envase seguro** para evitar alguna contaminación.



Se consultó en forma más específica, sobre las características nutricionales de las colaciones, un **53%** de los entrevistados consideró que es importante que sean bajas en grasas saturadas, azúcares y/o sodio, un **33%** indica que no traigan mensajes de advertencias, un **17%** que sean bajas en calorías, para un **12%** es relevante que contenga fibra, calcio u otros nutrientes. Sólo un **14%** de ellos no consideró las características nutricionales al momento de escoger una colación para los estudiantes.



Al consultarles sobre cuán seguros o inseguros consideraban los distintos envases que se utilizan para las colaciones, respecto a la contaminación de los diferentes alimentos, **un 63% consideró seguro el envase de yogurt, un 79% la cajita de cartón con bombilla para leche o jugo, un 60% el paquete plástico que se utiliza para envasar galletas por ejemplo, un 53% el paquete de papel aluminio donde se envasan papas fritas, entre otros productos similares, 78% el recipiente de plástico reutilizable, un 64% los envases o pocillos de vidrio y un 75% consideró seguras las bolsas sellables**. En esta pregunta se presentaron diferencias significativas en las respuestas entre establecimientos donde para la cajita de cartón con bombilla, 71% de los públicos y 88% de los privados, los consideraron seguros (p=0.031). También hay diferencias para el recipiente de plástico, el 86% de los públicos y 70% de los privados, los consideraron seguros (p=0.048).



En la pregunta sobre si se realizarán cambios en el tipo de colación antes y después de la pandemia

Los entrevistados de colegios públicos mencionaron que sí realizarán cambios en las colaciones.

- Basándose en la forma de envío de la colación
- Con envases individuales y de preferencia desechables
- Con la menor manipulación
- Que sean una porción de consumo

Por otro lado, los entrevistados de colegios privados mencionan en general que no realizarán cambios en el tipo de colaciones, sino en la forma de envío de estas, como fruta trozada en vez de entera, servicios envueltos, envases sellados, entre otras.



Conclusiones

Conclusiones

Los cuidadores de estudiantes en edad escolar, tanto para establecimientos públicos como privados, manifestaron preocupación por el consumo de colaciones en el retorno presencial a clases, en el contexto de la pandemia



En general se valorizó bien la entrega de minutas por parte de los colegios, ya que se vincula con facilitar la ingesta de colaciones saludables y actuar como componente educativo en el mismo sentido. Las minutas deben ser entregadas como sugerencia para adoptar por las familias que así lo deseen. Por otro lado, un tema importante es la preocupación, miedo e inseguridad de los cuidadores con respecto a que los estudiantes consuman alimentos en el colegio, lo cual se debe tener en consideración en las recomendaciones, para poder abordar estas sensaciones de carácter negativo, la entrega de minutas y sugerencias concretas podrían ser de gran ayuda.

Parte importante de los participantes consideraron que para los estudiantes, comer en los colegios, constituye un factor de riesgo



Por esto los establecimientos educacionales deben entregar medidas de higiene concretas para reducir los riesgos a los menores, mejorar la disposición de lavamanos, acceso a agua potable y jabón, establecer sistemas de turnos en comedores para aumentar el distanciamiento entre estudiantes. También deben informar a los apoderados sobre las medidas internas de higiene y manipulación de alimentos para tranquilidad de los cuidadores. Del mismo modo, se deben hacer refuerzos importantes a la manipulación de alimentos en casinos y comedores. Es recomendable que los kioscos escolares, restrinjan la venta a productos sin manipulación y evitar la producción de alimentos elaborados.

En cuanto a recomendaciones de colaciones, se podría sugerir:



En primera instancia evaluar la necesidad real del consumo de colaciones, ya que existe una tendencia a entregar más de las necesarias, lo que se evalúa considerando el desayuno y almuerzo y los horarios en los que se entregan, si estos presentan una diferencia de tiempo de más de 4 horas, se puede entregar una colación. Sin embargo, es parte de las necesidades educativas en cuanto a alimentación, aclarar a los apoderados que no se requieren dos o más colaciones, o una colación para cada recreo, como se piensa frecuentemente. Esta abundancia de colaciones, contribuye a la sobre ingesta de calorías, que se relaciona con la ganancia de peso. Luego de esto, se recomendará entregar colaciones en envases seguros e higiénicos, de baja manipulación y de consumo individual.

Las características de las colaciones son importantes para los cuidadores, siendo relevante el aspecto nutritivo, seguido de que sean de fácil consumo y que les gusten a los estudiantes



Considerando que manifiestan interés en aspectos nutricionales, es importante tomar esto como oportunidad de insertar la educación alimentaria a nivel escolar, para facilitar la elección que realicen tanto los estudiantes como los apoderados de colaciones y alimentación en general más saludable, con fundamento. Se considera que tomar el tema colaciones saludables por parte de los establecimientos educativos es una necesidad frente a las preocupaciones de los apoderados y una oportunidad de realizar educación en aspectos de alimentación y nutrición, considerando que esta es fundamental para el buen estado de salud, combatir el exceso de peso en los estudiantes, favorecer prácticas saludables en general y contribuir a lograr mejor rendimiento escolar y calidad de vida para los estudiantes.



Sociedad Chilena de Nutrición