

Resumen N°23 | Nutrición y Salud

Comprendiendo las razones del bajo consumo de los vegetales en niños uruguayos en edad escolar

Raggio, L.¹ y Gámbaro, A.²

¹Departamento de Alimentos de la Escuela de Nutrición. Universidad de la República, Uruguay

²Departamento de Alimentos. Facultad de Química. Universidad de la República, Uruguay

Contacto: lraggio@nutricion.edu.uy; agambaro@fq.edu.uy

Palabras claves: vegetales, consumo, niños
Keywords: vegetables, consumption, children

Objetivo

Profundizar en las razones de bajo consumo asociado a los vegetales en niños uruguayos en edad escolar para complementar la información que permita diseñar nuevas estrategias para aumentar su consumo.

Metodología

Para alcanzar el objetivo, la investigación fue organizada en etapas complementarias. En el abordaje cualitativo con niños, exploramos la información sobre los alimentos comúnmente consumidos (tanto en el hogar como en la escuela), alimentos preferidos, vegetales más consumidos, razones para su consumo y no consumo y las percepciones de los niños que comen y los que no coma vegetales. En el enfoque cuantitativo, primero se realizó un estudio preliminar con los padres sobre el consumo de vegetales en sus hijos y ellos. Aquellos vegetales en que contestaban que sus hijos/as «nunca consumen», se les solicitaba, por medio de una pregunta abierta, que explicaran las razones por las que consideraban que su hijo no consumía dicho vegetal. En función de la información obtenida en el estudio preliminar se diseñó una encuesta para explorar las razones del bajo consumo de cada tipo de vegetales entre niños de edad escolar (6 a 12 años), consistente en 14 frases.

Resultados

Confirmamos lo que los niños mencionaron en el estudio cualitativo sobre cómo las características sensoriales de los vegetales (principalmente color y sabor) así como los hábitos de consumo en el ambiente familiar juegan un papel importante en la aceptación o rechazo de los vegetales en niños en edad escolar. Para una mejor visualización entre vegetales y cada frase, se realizó un análisis de correspondencia con los resultados obtenidos a partir de la encuesta con

las 14 frases. Se obtuvieron 5 grupos con diferentes motivos de rechazo.

Conclusiones

Este resultado obtenido complementará la información para diseñar estrategias con el fin de aumentar el consumo de cada tipo de vegetal en los niños uruguayos.