

Cambios en la alimentación de las familias con niños en edad escolar debido al COVID-19 en Uruguay

Tutor: Gastón Ares

Estudiante: María José Mendieta

INTRODUCCIÓN

Es relevante identificar los cambios en el consumo de alimentos en las familias, para visualizar el efecto que tiene la crisis sanitaria del COVID-19 en los hogares. Los ingresos económicos destinados a la alimentación sufren un descenso debido al COVID-19, incrementando la desigualdad nutricional ya existente (CEPAL-FAO,2020). Desde que se detectaron los primeros casos de COVID-19 en el país el 13 de marzo, se vieron cambios en la conducta alimentaria de las familias.

•El objetivo del trabajo fue conocer los cambios en la alimentación de las familias con niños escolares por el COVID-19.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se trabajó con 458 participantes, reclutados a través de un aviso en Facebook dirigido a padres y madres de niños en edad escolar (90% mujeres, entre 18 y 80 años). Se utilizó un cuestionario on-line con preguntas múltiple opción para indagar sobre cambios en la alimentación desde que detectaron los primeros casos de COVID-19 en Uruguay. Las preguntas realizadas fueron para conocer si hubieron cambios y de qué manera fueron calificados los mismos, se incluyeron preguntas sobre diferentes grupos de alimentos para conocer el consumo y la frecuencia de éstos. También se hicieron preguntas sociodemográficas a modo de caracterizar los participantes de la muestra.

RESULTADOS

- Los cambios en la alimentación fueron positivos y negativos para gran parte de la población(Figura 1).
- Los cambios negativos muestran una disminución en el consumo de frutas y verduras(Figura 2) y aumento del consumo de productos procesados(Figuras 3 y 4). Estos cambios están asociados a la ansiedad y el estrés, como también a cambios en las rutinas y a no contar con los recursos necesarios(Figura 5).
- Los cambios positivos muestran un aumento en el consumo de frutas y verduras(Figura 2) y disminución del consumo de productos procesados(Figuras 3 y 4). Los cambios se deben principalmente a tener más tiempo, cambios en las rutinas y estar más preocupado por la salud(Figura 5).
- Los niveles de ingresos medios y altos calificaron los cambios como positivos, mientras que para los ingresos más bajos los cambios fueron negativos(Figura6).

Figura 1. Clasificación de los cambios en la alimentación.

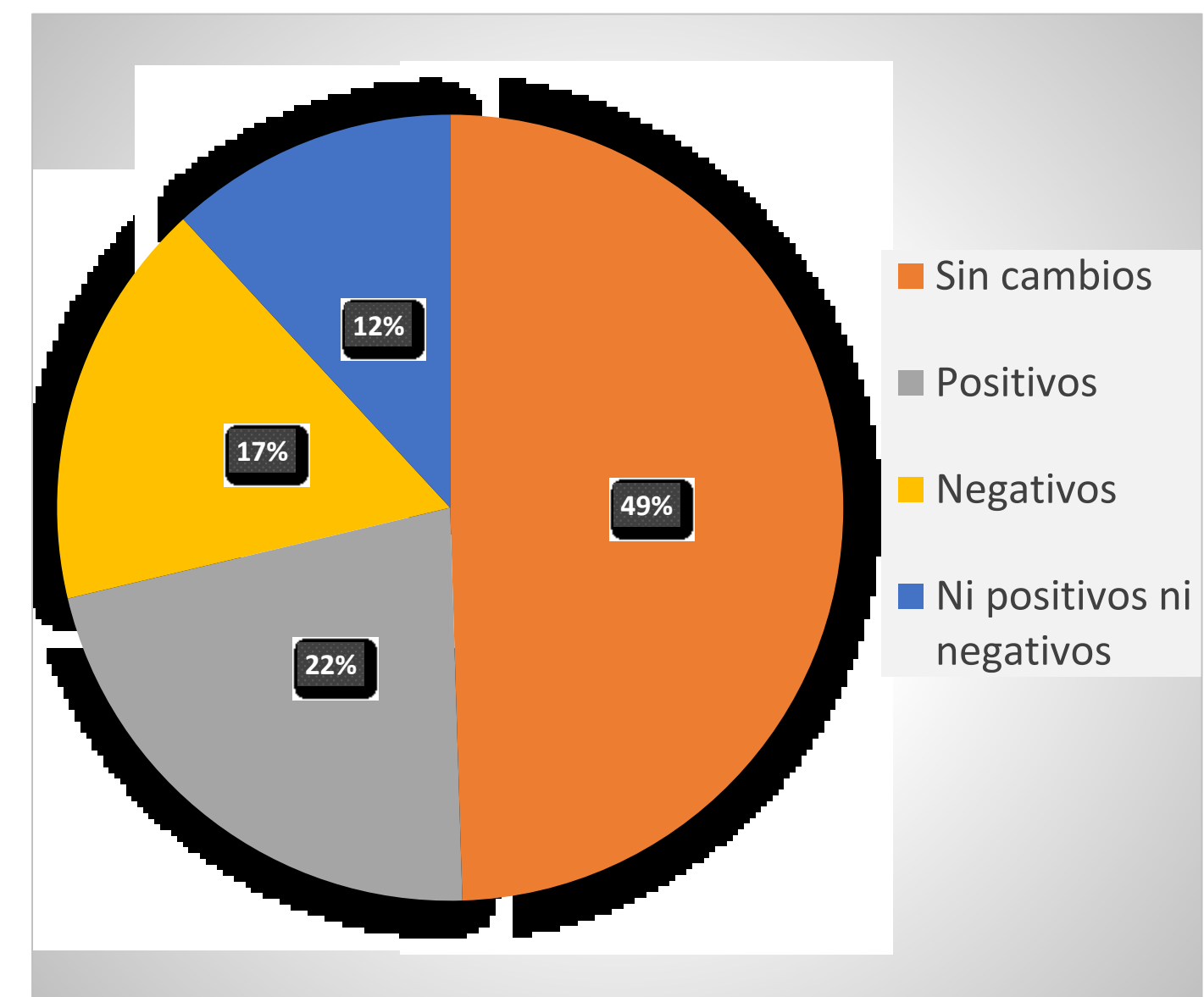
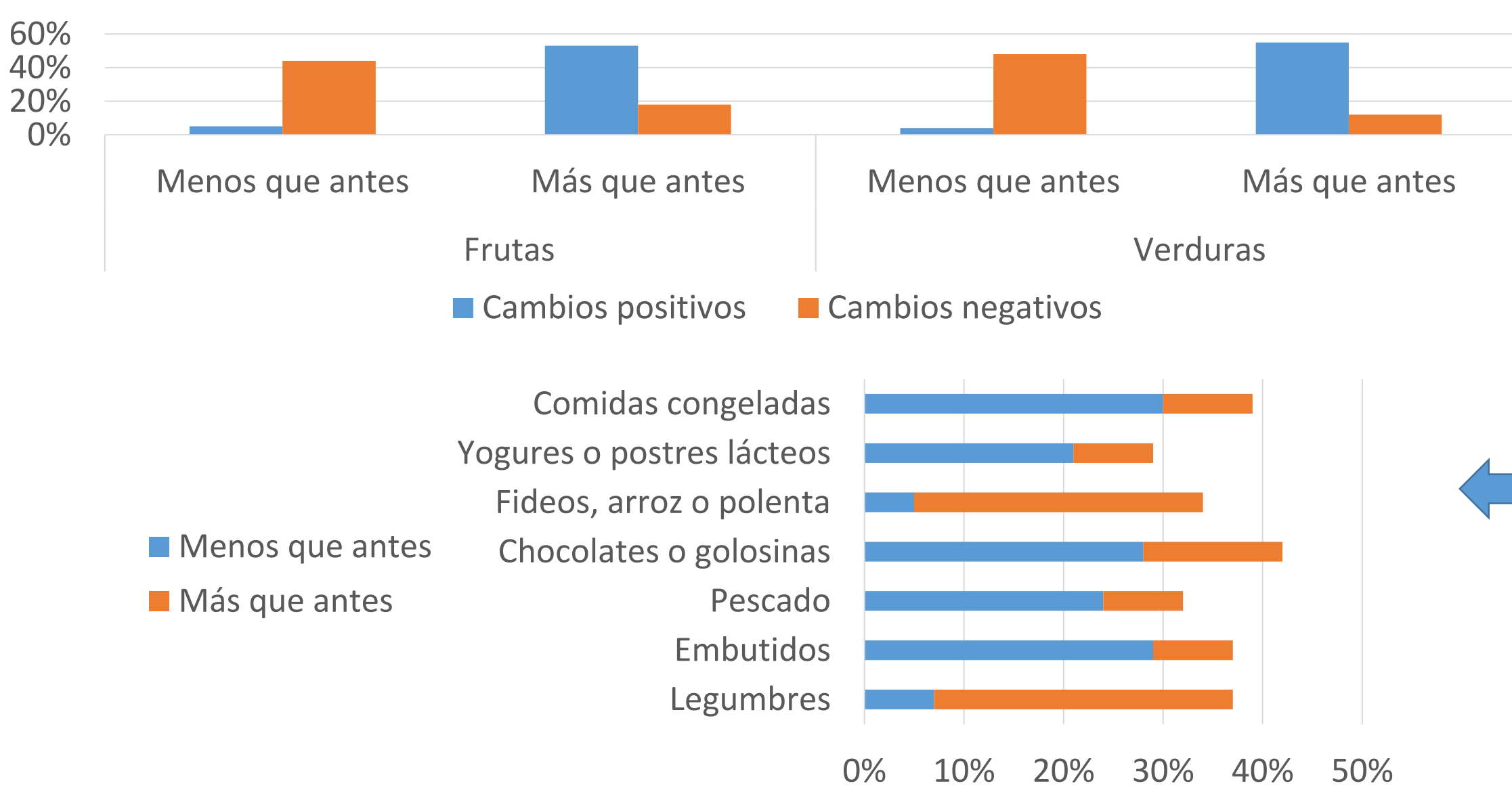


Figura 2. Calificación del consumo de frutas y verduras.



Figuras 3 y 4. Porcentaje de participantes que reportó distintos cambios en la frecuencia de consumo de alimentos y bebidas específicos.

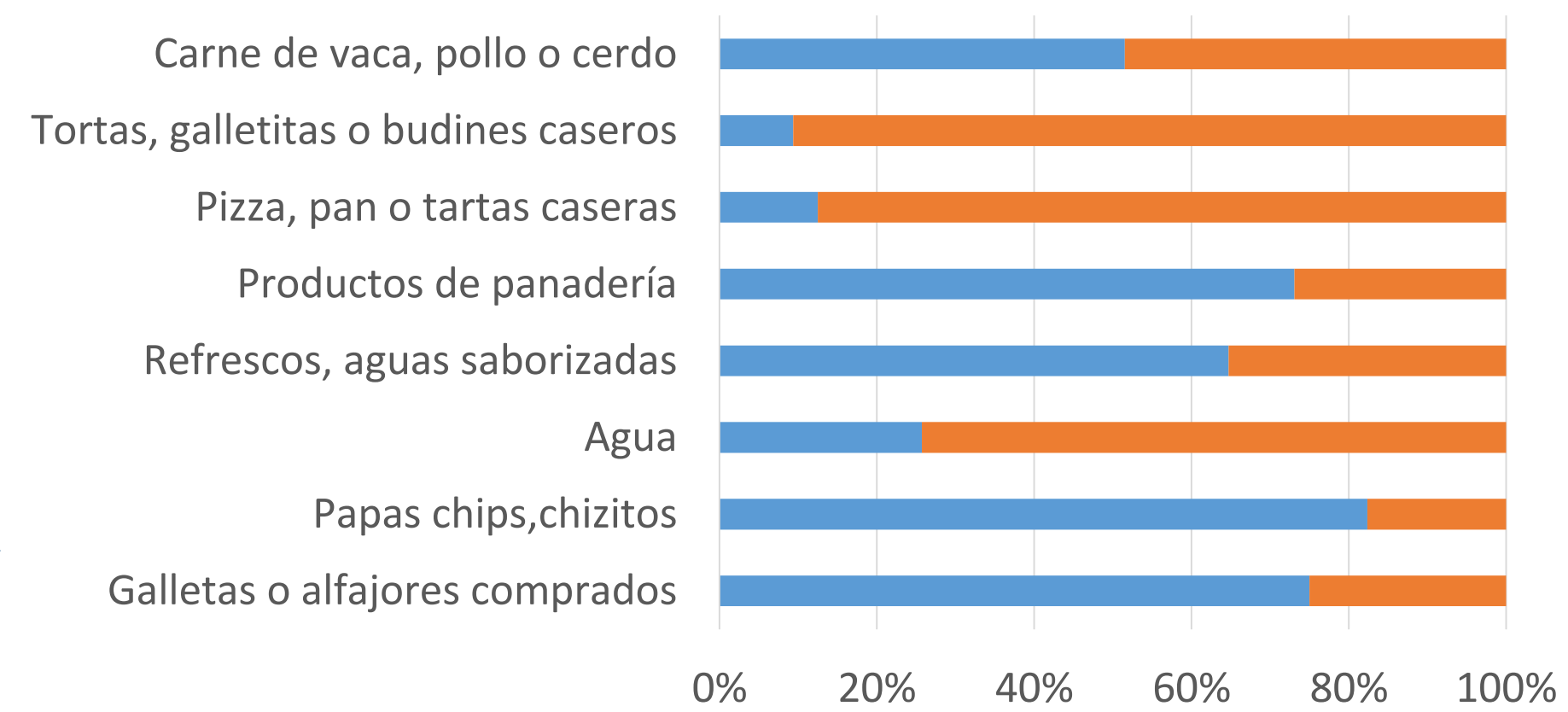


Figura 5. Principales motivos de los cambios en la alimentación para los participantes que los calificaron como positivos y negativos.

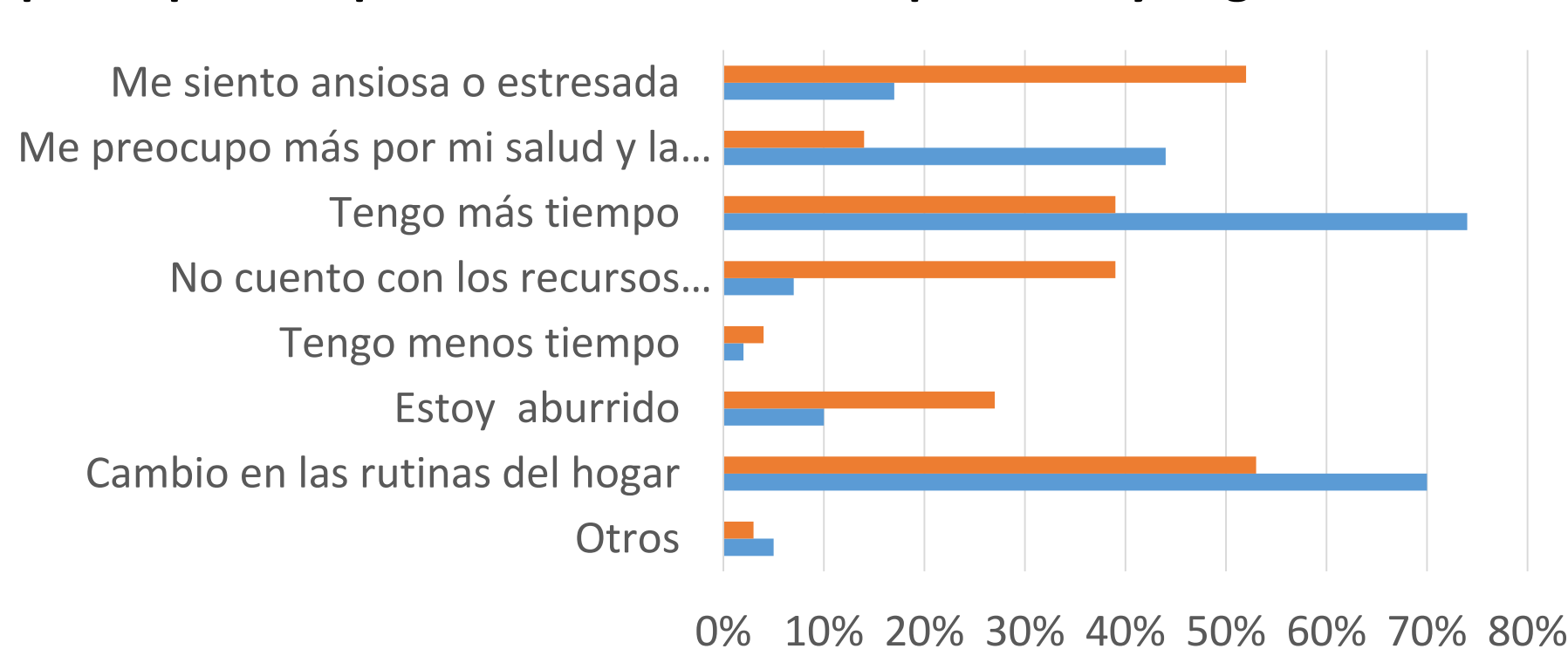
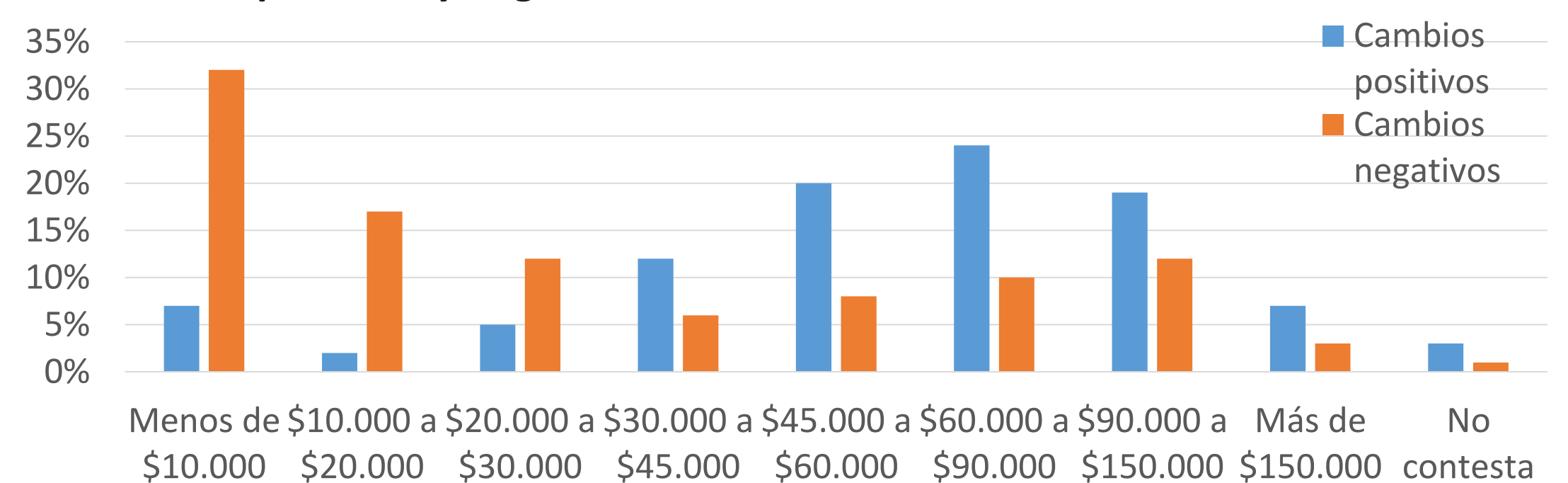


Figura 6. Ingresos de los hogares que experimentaron cambios positivos y negativos en la alimentación.



CONCLUSIONES

El distanciamiento social por el coronavirus ha generado que las familias hayan permanecido más tiempo en los hogares, causando que el consumo de alimentos se vea modificado. Los cambios en la alimentación han sido tanto positivos como negativos. Se observa en una parte de la población, una disminución en el consumo de alimentos saludables como frutas y verduras y un aumento del consumo de productos ultra procesados (comida congelada, galletitas y golosinas, etc.) que pueden asociarse a estados emocionales negativos como la ansiedad, el estrés y no contar con los recursos necesarios. Éstos se pueden entender en términos de incertidumbre e inestabilidad propia de la pandemia y la crisis sanitaria. Un mayor consumo de frutas y verduras, y un menor consumo de productos ultra-procesados indica que la interrupción en la vida diaria generada por el coronavirus representó una oportunidad para lograr mejoras en los hábitos alimentarios en parte de la población.