



**HALLAZGOS IMPORTANTES EN LA RESPUESTA INFANTIL
ANTE ESTÍMULOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE HÁBITOS Y
ESTILOS DE VIDA**

**VERÓNICA LALINDE ARANGO
MARÍA DEL CARMEN CORREA ARANGO**

**MEDELLÍN
UNIVERSIDAD EAFIT
ESCUELA DE ADMINISTRACIÓN
MAESTRÍA EN MERCADEO**

2016

**HALLAZGOS IMPORTANTES EN LA RESPUESTA INFANTIL
ANTE ESTÍMULOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE HÁBITOS Y
ESTILOS DE VIDA**

**Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título
de magíster en Mercadeo**

**VERÓNICA LALINDE ARANGO
MARÍA DEL CARMEN CORREA ARANGO**

Asesor temático: Sergio Andrés Serrano Rivero, MBA

Asesora metodológica: Laura Rojas de Francisco, Ph. D.

**MEDELLÍN
UNIVERSIDAD EAFIT
ESCUELA DE ADMINISTRACIÓN
MAESTRÍA EN MERCADEO**

2016

Tabla de contenido

| | |
|---|-----------|
| 1. INTRODUCCIÓN | 6 |
| 1.1. SITUACIÓN DE ESTUDIO | 7 |
| 1.2. OBJETIVOS GENERAL Y ESPECÍFICOS | 10 |
| 1.3. JUSTIFICACIÓN..... | 11 |
| 1.4. CONTENIDO DEL INFORME..... | 15 |
| 2. DESARROLLO..... | 16 |
| 2.1. MARCO CONCEPTUAL..... | 16 |
| 2.2. METODOLOGÍA | 21 |
| 2.3. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS..... | 25 |
| 2.4. CONCLUSIONES..... | 33 |
| REFERENCIAS | 37 |
| ANEXOS | 39 |

Resumen

Las observaciones y comentarios realizados por padres de familia sobre sus hijos en la edad de dos años sobre el rechazo o resistencia a los alimentos sin ningún tipo de razón fue el punto de partida para la estructuración de la investigación sobre hábitos de consumo en la alimentación en niños y niñas entre los dos y los seis años, que parte de preguntas relacionadas con el conocimiento de los factores de rechazo a cierto tipo de alimentos, el origen del comportamiento infantil malcriado en los momentos de comida y saber cómo en la familia se manejan estos comportamientos. Por otro lado, hoy en día las tendencias alrededor de lo saludable y orgánico cobran cada vez más fuerza, lo que lleva a que no solo madres, sino familias, educadores e, incluso, la industria se vuelquen a buscar opciones en torno a dichos temas, puesto que existe un mercado potencial altamente atractivo en el cual son evidentes las múltiples oportunidades de negocio.

La presente investigación indaga acerca de comportamientos y actitudes de los niños frente a la alimentación, la influencia que puede tener su entorno familiar y social y cuáles aspectos se pueden tener en cuenta para diseñar un producto exitoso que sea tanto del agrado de los niños como de las madres.

Para lograrlo se realizó un estudio cualitativo mediante dos grupos focales de madres y niños, en los que se aplicaron técnicas proyectivas de asociación con los niños y se les pidió a las madres participantes diligenciar el cuestionario CEQB (*Children Eating Behaviour Questionnaire*).

En el estudio se encontraron aspectos sobre la dinámica de la alimentación entre el niño y la madre en la que los niños presentaron una mayor aceptación de los alimentos cuando los mismos se les presentaban por medio de diferentes influenciadores; asimismo se estableció que factores ajenos al sabor, como el color, la textura y la presentación de los alimentos, fueron decisivos a la hora de introducir uno de ellos e influenciaron en forma directa la aceptación o el rechazo por parte de los niños.

Lo anterior aportó una información valiosa tanto para padres, educadores y nutricionistas infantiles como para empresas desarrolladoras de productos alimenticios para niños, puesto que a partir de las conclusiones del estudio fue posible detectar factores clave para una mayor aceptación de los alimentos y para crear hábitos alimentarios adecuados y saludables.

Palabras clave: alimentación infantil, hábitos de consumo de alimentos, investigación de consumo infantil, neofobia alimentaria, influencias en alimentación infantil.

Abstract

The observation realized by parents about two year old children on the behavior during eating time, where reject and resist to food without reason was the usual, lead us to think a research about eating habits and behaviors in children between two to six years old. This research start with question related to the reject to a certain type of foods, the mischief and childish behaviors during eating time and their origins, and how the parents carry on with this behavior.

Moreover, nowadays, people are eating more healthier, organic food and good health habits are growing faster and stronger, taking mothers, families, educators and even the industry to search for different options in this topics, because there is a potential market that is highly attractive for multiple business opportunities.

The following study is about attitudes and behaviors in children towards nutrition and the influence that family and social environment can accomplish, it also looks fort aspects to design a successful product for children, having in mind their mothers.

To achieve the objectives a qualitative study was made, where we had two focus groups with both study subjects, mothers and children, where association projective techniques were applied with children, and mothers were asked to fill the Children Eating Behaviour Questionnaire.

The study finds aspects of the feeding dynamics between the child and the mother, where children have a higher acceptance of food when presented by different influencers. Also provides others factors as color, texture and presentation of food as decisive in introducing, acceptance or rejection of food by children.

This provides valuable information for parents, educators, child nutritionists and companies of food products for children, on eating habits.

Key words: *infant feeding, food consumption habits, research methods with children, food neophobia, influencers on infant feeding.*

1. INTRODUCCIÓN

“Jamy, lonchitas de mermelada para superhéroes como tú” es un desarrollo de un producto innovador a partir de dos considerados cotidianos y convencionales: la mermelada y la gelatina. Este producto partió de una sesión de generación de ideas que se desarrolló como consecuencia de dos focos de creatividad: racional e intuitivo. Puesto que el producto inicial es una combinación de dos existentes, se deben tener en cuenta todos los hábitos de consumo, las características del consumidor objetivo y el comportamiento de la industria alimentaria de los productos ya existentes, para así llegar a la conclusión sobre cuál producto puede faltar en la oferta actual. A partir de allí se inició una generación de ideas para definir la mejor combinación de ambos productos que representen otro que sea innovador y diferente en comparación con lo que suelen ofrecer las empresas fabricantes de mermeladas.

Después de dicho proceso, hoy Jamy es una idea que se diseñó para solucionar uno de los grandes retos actuales que tienen las madres y es lograr que sus hijos se alimenten en forma saludable, coman diferentes alimentos y crezcan como personas autónomas e independientes, hecho que si bien no se debe al producto por sí solo, lo hace su posicionamiento en la mente de las compradoras mamás y de los niños que lo eligen, lo piden y disfrutan al comerlo.

Jamy es una marca enfocada a dos blancos: los consumidores, los niños, y las clientas, las madres, que busca generar en los niños sentimientos de diversión, entusiasmo y autonomía para aprender a comer solos, porque a partir de la investigación se espera encontrar los conductores para hacer clic en la mente de los niños, de tal modo que se enamoren del

producto y les digan a sus padres que lo quieren. Es importante para la aceptación de Jamy que la vivencia con el producto sea única, que los niños lo encuentren fácil de usar y de rico sabor para generar en ellos la recordación y la aceptación y en las madres la confianza de que están alimentando a sus hijos con productos saludables y nutritivos que ayudan a su crecimiento y buena alimentación al tomar la decisión de compra (consumidor directo) quien es más racional y busca sobre todo que en los productos que consumen sus hijos se reflejen la preocupación y el cuidado por su familia.

1.1. SITUACIÓN DE ESTUDIO

1.1.1. Contextos que originan la situación en estudio

La idea de la propuesta partió de la experiencia personal de una madre que les compartió a las autoras la angustia que le generaba que su hija de cuatro años de edad no se alimentara en forma adecuada, puesto que era muy selectiva a la hora de escoger sus alimentos y se reducían a unas pocas opciones que no cumplían los requisitos nutricionales para su bienestar. Además, la niña mostraba momentos de desesperación, puesto que no podía preparar su comida sola, para lo cual necesitaba ayuda de su madre y se sentía impotente.

Con base en esta anécdota nació la idea de hacer lonchitas de mermelada Jamy para ampliar la oferta de alimentos nutritivos, saludables y divertidos que satisfaga dos características para suplir la necesidad detectada en el mercado:

- Un alimento nutritivo, para remediar la preocupación de las madres, y divertido, para llegarles a los consumidores: los niños.
- Una nueva forma de consumir mermelada, alimento que suelen comer los niños en las edades estudiadas, pero que en su actual presentación (tarros de vidrio o *tetrapack* con

tapas) no es de fácil manejo, ni seguro para los más pequeños, puesto que tienen que enfrentarse a instrumentos como cuchillos, frascos de vidrio y tapas selladas que son difíciles de abrir.

Comprender todo el ritmo de la alimentación en el contexto social es de suma importancia puesto que desde tiempos antiguos la interacción entre los seres humanos y el desarrollo de las sociedades ha girado en torno de la comida pues en ella se generan los espacios de conversación, mediante la que las personas pueden aprender de sus semejantes y comprender la realidad a través de las vivencias de los otros; de esta manera, la sociedad gira alrededor de dicho rito, en el que se comparten alimentos junto con experiencias. Por tales razones es clave estudiar los comportamientos de los más pequeños en estos momentos puesto que hace parte fundamental del desarrollo de su personalidad y como entes activos de una sociedad; alrededor del mencionado hábito se generan empatía y vínculos con las personas con las que comparten este momento y forman su personalidad como sus padres, sus cuidadores, sus amigos o sus familiares, como se habla en Restrepo M. y Maya Gallego (2005).

En el contexto económico la industria de alimentos crece en Colombia al ritmo de entre 4% y 6% anual según predicciones internacionales como las que realiza el BBVA Research para la ANDI que se menciona en ACIS (2015). Si se tiene en cuenta que los hogares en la nación gastan casi el 30% de sus ingresos en comida y alimentos se puede decir que es un negocio interesante para ofrecer nuevos productos a dicha industria, que es así un negocio atractivo y rentable, más aún en un país como Colombia en el que la producción agrícola muestra alternativas para productos alimenticios orgánicos y naturales. Estudios de consumidor sobre niños y bebés, tales como el de Nielsen (2015), muestran lo que en la actualidad valoran los consumidores a la hora de elegir sus productos de la canasta familiar, entre los que se

destacan los productos naturales y saludables, además del crecimiento de la industria de alimentos en la que las grandes marcas buscan nuevas ideas y fórmulas adicionales de productos para llegar a sus consumidores y una de ellas podría ser Jamy.

Asimismo, el mercado dirigido al consumidor infantil es sumamente atractivo, puesto que corresponde al 32% del total de la población colombiana de niños menores de diez y ocho años según la proyección realizada por el DANE (Colombia.com, 2006). De conformidad con el estudio de la Alcaldía de Medellín y el DANE (2010), los padres presentan una baja sensibilidad al precio y están dispuestos a invertir en productos más costosos si representan un alto valor para sus hijos, puesto que ello hace parte de ser buenos padres de acuerdo con los estándares sociales que se tienen: brindar múltiples opciones y de excelente calidad es una necesidad de los padres para validar que hacen una buena labor.

1.1.2. Antecedentes de la situación en estudio

Desde la perspectiva de la experiencia de las madres, cuando los niños van creciendo y empiezan a dejar la leche materna o la de fórmula en los casos en los que no han podido amamantar, ellas sienten preocupación por cómo lograr que sus hijos se alimenten en forma sana para evitar la ingesta de dulces o comida que les gusta pero que no es nutritiva; por esta razón se dan conversaciones entre las madres en reuniones de colegio, en las sociales o en encuentros casuales, todas preocupadas por cómo alimentar a sus hijos en busca de consejos y métodos para lograrlo. Para responder a dichas angustias se creó Jamy, un nuevo producto con base en dos alimentos existentes, la mermelada y la gelatina, que es saludable y nutritivo pero, a la vez, divertido y llamativo para los niños. A partir de este producto se propuso una

investigación que ahondara en las reacciones de los niños ante nuevos alimentos, para descubrir los detonantes de la aceptación o el rechazo a un determinado comestible y generar lineamientos que pudieran seguir las madres que de modo permanente buscan que sus hijos amplíen su gusto por la comida sana tal como verduras y frutas, entre otras posibilidades. Así se estructuró la investigación y también como una oportunidad para testear Jamy.

1.1.3. Formulación de las preguntas que permiten abordar la situación de estudio

- ¿Cuáles son los impulsores que tienen los niños para definir su preferencia por ciertos alimentos?
- ¿Cuáles son las asociaciones que generan los niños en su mente para clasificar los alimentos con independencia de su sabor?
- ¿A cuáles elementos podría acudir para hacer atractiva una comida para niños?
- ¿Cuáles aspectos se deben tener en cuenta para investigar cómo los padres inciden en el comportamiento de los niños en cuanto a su alimentación?
- ¿Cuáles aspectos se deben tener en cuenta para diseñar productos que despierten el gusto y la preferencia por los alimentos en niños de dos a seis años?

1.2. OBJETIVOS GENERAL Y ESPECÍFICOS

Objetivo general

Determinar acciones y recomendaciones para las estrategias de empaques de alimentos, con base al gusto y preferencia de los niños.

Objetivos específicos

- Identificar los factores que influyen en los comportamientos y decisiones de los niños frente a su alimentación.
- Identificar los aspectos en la mente de los niños que les llevan a aceptar o rechazar los alimentos. Explorar las percepciones que los niños tienen de los alimentos.
- Identificar a las personas que desde un punto de vista profesional o familiar sean validadores del valor nutricional y del diseño del producto.

1.3. JUSTIFICACIÓN

La investigación es de gran importancia para la industria alimentaria, desde empresas productoras de alimentos hasta padres de familia, chefs, pediatras y nutricionistas, puesto que a partir de ella pueden incursionar al mercado con nuevos productos para niños.

El estudio es importante para poder identificar patrones inadecuados de alimentación que influyen en el desarrollo físico, social y emocional de la población infantil, puesto que al determinarlos se pueden plantear campañas de educación en prevención de la desnutrición infantil mediante la promoción de la implementación de conductas de alimentación saludables para formar niños sanos como parte social activa en su futuro para la sociedad.

Para los chefs, nutricionistas y el mercado alimentario el estudio les entregaría una opción para desarrollar oportunidades de negocio que suplan dichas necesidades de alimentación saludable, nutritiva y divertida y aseguraría tener un mercado potencial en la población de madres y niños, con desarrollos de restaurantes o lugares que ofrezcan menús para niños con las características mencionadas, con productos diferenciadores y que garanticen su nutrición y alimentación saludable.

Hoy en día la población infantil va adquiriendo de modo creciente más importancia desde el punto de vista económico; cada vez un mayor número de empresas integran a los niños como grupo objetivo y clientes potenciales en su reflexión cotidiana sobre el mercadeo. A partir de lo anterior, Brée (1995) hace el balance de treinta años de investigaciones llevadas a cabo tanto en Europa como en Estados Unidos, en las que no solo aporta respuestas a muchas de las más complejas cuestiones planteadas respecto al tema, sino que, además, en caso de que no se haya producido un consenso, reseña con absoluta imparcialidad los diferentes caminos explorados por medio de reflexiones activas sobre las principales teorías enunciadas respecto al desarrollo del niño, da las claves para comprender mejor sus reacciones, examina las dimensiones del papel del consumidor y esclarece una a una todas las situaciones específicas. En dicho libro basa todo el proceso de socialización de los niños a través de un esquema de seis factores que son el hilo conductor del mismo: los estímulos de los agentes de interacción social, los aspectos de las situaciones que facilitan una compra, las aptitudes del niño para tratar la información del entorno relacionada con el consumo, el impacto de la publicidad y los puntos de venta en las actitudes y el comportamiento a corto plazo, los intentos para

influir en las compras de sus padres, así como el desarrollo de creencias y valores a largo plazo.

Fue así como después de revisar tales hechos podría decirse que hoy en día los niños no son los futuros consumidores sino los actuales y que en su proceso de socialización se enfrentan con relaciones muy complejas en las que no solo están sus padres, personajes de televisión, amigos, profesores o compañeros de estudio, a quienes observan e imitan, todo lo cual influye en la conducta de compra. De allí se desprenden aspectos claves que podrían rescatarse como por qué la publicidad les gusta a los niños; según lo afirmado por Brée (1995), después de su estudio a los niños les llama la atención un estereotipo de un mundo sin problemas, la repetición de los mensajes les inspira confianza, el anuncio debe ser divertido, presentado con dibujos animados, que contengan canciones o música atractiva de frases cortas, la presencia de animales personificados en la acción y que resalten hazañas o valores asociados por los niños en su edad, lo que podría cautivarlos seriamente como consumidores y compradores.

En cuanto a análisis de consumo, Ames, Rojas y Portugal (2010) exponen los diferentes desafíos a los que se enfrenta un investigador al estudiar un grupo de niños y profundizan en una serie de técnicas metodológicas basadas en la creatividad y adaptadas a los niños, los protocolos de interacción que se dan en una investigación cualitativa con niños, cómo estructurar entrevistas, guías y demás instrumentos de investigación en forma efectiva para la recolección de la información, además de diecisiete métodos creativos y diferentes a los conocidos por tradición, que pueden utilizarse en las investigaciones con los niños, así como recomendaciones que deben tenerse en cuenta al estudiarlos.

Reinoso Murillo, Sigüencia San Martín y Tigre Cuenca (2014) abordan la investigación a partir de técnicas cuantitativas para explorar el tema a través de un cuestionario estructurado como lo es el CEBQ (*Children Eating Behaviour Questionnaire*; Wardle, Guthrie, Sanderson y Rapoport, 2001; s.f.), que permite evaluar la conducta alimentaria mediante el informe de los padres o cuidadores e identificar las ocho conductas alimentarias principales que afectan la niñez y que son importantes para la comprensión de la presente investigación.

Como conceptos básicos están el “dilema del omnívoro”, situación a la que se ven expuestos los seres humanos al incluir una gran variedad de alimentos en la dieta, lo que favorece mayor libertad y adaptabilidad al medio e impulsa a explorar, diversificar e innovar; sin embargo, también genera un miedo latente al enfrentarse a lo desconocido y por instinto natural calificarlo como una potencial amenaza.

Otro concepto es la neofobia alimentaria, trastorno en el que los niños rechazan alimentos a los que no habían sido expuestos con anterioridad y se originan sentimientos de miedo y ansiedad a la hora de comer. Algo similar ocurre con las expresiones “comedor caprichoso”, que se refiere a individuos entre los dos y los tres años que tienen preferencias alimentarias y además temen a probar nuevos alimentos, “comedor bueno”, aplicable a aquellos a los que les gusta comer muchos alimentos y distintos entre ellos, y “comedor resistente”, relacionado con individuos que rechazan uno o varios grupos de alimentos, muestran ansiedad o hacen rabietas cuando se ven expuestos a nuevos, exigen que uno o más alimentos siempre estén presentes y presentan algún tipo de retraso en su desarrollo.

1.4. CONTENIDO DEL INFORME

En este documento se desarrolla una investigación de tipo cualitativo en la que se aplican técnicas de investigación como grupo focal, encuestas y técnicas proyectivas que al complementarse con conceptos de psicología de consumidor y antropología permiten analizar las actitudes y los comportamientos de los niños y padres frente a la alimentación en relación con su estilo de vida y el entorno.

2. DESARROLLO

2.1. MARCO CONCEPTUAL

2.1.1. Consumo de alimentos en el segmento infantil

En la actualidad se reconoce que los niños y los adultos difieren en la forma en que perciben los alimentos, lo que no solo se debe a la menor experiencia con ellos, sino también a la diferencia con la que operan los sentidos, en particular el olfato y el gusto. Por ello, Chacón Villalobos(2011) habla del nacimiento y los primeros años, cuando los sentidos son inmaduros, etapas en las que aspectos como la forma, la textura y hasta el color pueden jugar un rol más importante como componentes de la percepción sensorial de lo que representan en el caso de los adultos.

En los niños y niñas las sensaciones que emergen de la integración de la visión, el gusto y el olfato con la experiencia mecánico-táctil son de suma importancia en el establecimiento del agrado por los alimentos.

2.1.2. Neofobia alimentaria

El texto citado muestra que en los primeros años de vida, entre los tres y los cuatro años de edad, el niño atraviesa una etapa de rechazo, selectividad y aversión por los alimentos, en la que tiende a evitar nuevos alimentos, fenómeno que se denomina neofobia. Es un factor al que el ser humano está predispuesto en el sentido genético, como lo podría ser un rasgo de la

personalidad, y que se prolonga hasta los cinco años; después de esta edad el trastorno empieza a decrecer en forma paulatina hasta los ocho años, edad en la que los comportamientos alimentarios del niño suelen normalizarse. La neofobia experimentada en los primeros años es un constructo basado en las expectativas de disgusto, apariencia visual y hasta olor, pero no en una experiencia real con el sabor o la textura del alimento en sí.

Maiz Aldalur, Mateo Mateo y Balluerka Lasa (2015) presentan cómo los trastornos alimentarios de tipo restrictivos, tales como la neofobia alimentaria, influyen en el desarrollo cognitivo, emocional e intelectual de los niños en sus primeros años de infancia y su impacto en el ámbito familiar. Los seres humanos, al incluir una gran variedad de alimentos en la dieta, generan un miedo latente al enfrentarse a lo desconocido y por instinto natural lo califican como una potencial amenaza. De tal forma, el ser humano se encuentra en una constante dicotomía entre probar nuevas cosas y el temor que produce enfrentarse a ellas, la que se expresa con claridad en el mencionado trastorno en el que se rechazan alimentos a los que no se había tenido exposición previa y que generan sentimientos de miedo y ansiedad en los pequeños a la hora de comer.

2.1.3. Hábitos alimentarios

El rechazo de los niños a probar nuevos alimentos en sus primeros años de vida tiene toda una fundamentación biológica, antropológica y psicológica, que debe tratarse como un trastorno natural más allá de un capricho, para lo que se necesita hacer todo un acompañamiento de carácter emocional y psicológico mientras el niño hace la transición y el cambio en su alimentación de la leche materna a los diferentes alimentos de una dieta

omnívora, todo ello guiado por sus padres y cuidadores, como se menciona en Black y Creed-Kanashiro (2012), la relación que se da entre los niños y los cuidadores en el momento de la comida y cómo se puede adoptar una conducta responsiva frente a este hecho para modelar hábitos alimenticios saludables, puesto que en dicho contexto los niños comienzan a formar su criterio, su actitud frente a la comida y, más importante aún, su personalidad y el desarrollo de capacidades sociales a partir de la interacción directa que tienen con la persona que les suministra los alimentos; además, el pequeño se enfrenta a nuevos retos, como autorregular sus estados de hambre y de saciedad y desarrollar habilidades motoras para tomar los diferentes alimentos y llevarlos a su boca, fuera de que en la parte psicológica atraviesan la transición de ser dependientes de una persona para alimentarse a ser autónomos.

Es importante también que la hora de la comida se desarrolle en un ambiente que propicie su desarrollo emocional y su formación como seres autónomos e independientes en el que puedan interactuar con los alimentos y tomar decisiones sobre las opciones que se les presentan con el propósito de construir así hábitos de alimentación saludables que mantendrán en el futuro. Parte de este ambiente son también familiares, amigos y personas que ellos consideran modelos definen el estado nutricional de los niños, tal como se ilustra en Restrepo M. y Maya Gallego (2005).

La literatura también muestra como la familia, en lo primordial la madre, tiene un papel fundamental en la transición de las pautas alimentarias del niño, puesto que son las personas que por medio de la interacción y la relación con ellos intervienen en sus diferentes patrones de conducta, como lo indican Domínguez-Vázquez, Olivares Cortés y Santos (2008), que indican que los modelos y las estrategias usadas por los padres durante el momento de alimentación y la elección de los alimentos influyen en la percepción que se forman los

infantes y en los que basan sus patrones de conducta futura frente a la preferencia o el rechazo hacia ciertos alimentos. El artículo también ilustra cómo la influencia de la madre es bastante fuerte en la etapa de iniciación en la alimentación, porque es ella quien decide qué compra y cómo prepara los alimentos de acuerdo con su capacidad económica, su disponibilidad de tiempo, sus conocimientos y sus preferencias para alimentarse; este vínculo afectivo con ellos puede favorecer o afectar en sentido negativo la formación entre gustos y rechazos por los alimentos porque si bien es cierto que existen determinantes biológicas o predisposiciones genéticas, como la preferencia innata por lo dulce y la aversión por lo amargo, la gran mayoría de los rechazos o las preferencias se aprenden en el proceso de crianza.

Otro de los conceptos, encontrado en Sarría Chueca y Fleta Zaragoza (2009), son los tipos de niños con alteraciones en la alimentación, como son los que no quieren comer (comedor resistente) y los que no aceptan nuevos alimentos en la dieta (neofobia alimentaria) y muestran cómo, por medio de diez preguntas, se puede predecir la voluntad de un individuo para comer nuevos alimentos. Todas las personas tienen preferencias alimentarias y pueden considerarse caprichosas en alguna época de su vida, en especial entre los dos y los tres años de edad, puesto que temen probar nuevos alimentos, pero ¿cómo reconocer un “comedor resistente”? Existe una escala de neofobia alimentaria llamada ENA, desarrollada por Pliner y Hobden (1992), que consiste en un cuestionario sencillo que puede ser diligenciado por los padres, profesionales o, incluso, los niños y con el que se puede medir la voluntad para probar nuevos alimentos.

La estructura de los hábitos alimentarios infantiles no responde a un simple acto reflejo: los mismos comienzan a tener significado a través de la estructura integrada de percepciones,

imágenes, recuerdos, ideas, emociones y necesidades, lo mismo que a la respuesta de ellos hacia los alimentos también implica sus necesidades, sus recuerdos y sus afectos o desafectos.

2.2. METODOLOGÍA

2.2.1. Tipo de estudio

La investigación realizada fue de tipo descriptivo y con ella se buscaba conocer las conductas alimentarias de los niños y las actitudes y sentimientos de las madres y cuidadores frente a dichos hábitos. Para el efecto se utilizó una mezcla de métodos cuantitativos y cualitativos que incluyeron: grupos focales con madres y con niños de dos a seis años de la ciudad de Medellín, en los que se usaron técnicas proyectivas, y una serie de entrevistas a ambos tipos de sujetos de estudio.

- **Sujetos**

Para la investigación se contó con dos perfiles por indagar, debido a la naturaleza de la misma, por lo que se tomó en consideración tanto la información obtenida de los niños en forma directa como de las madres, puesto que ambos son entes activos de las conductas alimentarias infantiles.

Según López A. y Ribero M. (2005), la inclusión de hogares monoparentales con jefatura femenina fue de gran importancia, puesto que el porcentaje de dichos hogares en Colombia aumentó en más del 80% entre 1978 y 2003 y su sostenimiento, por lo general, recaía en forma exclusiva sobre la madre; además, el 26% de la población colombiana habita en hogares monoparentales (solo con la madre). La educación del padre resulta ser significativa únicamente para los niños varones, mientras que la de la madre lo es tanto para niñas como para niños, fuera de que los resultados corroboraron que el tiempo de la madre tenía una fuerte influencia en la calidad de los hijos que produce el hogar; fue así como, de manera

global, se puede concluir que el tiempo que una madre tiene disponible y dedica al cuidado del hijo es fundamental para el desarrollo del mismo.

- **Perfiles:**

- Niños entre los dos y seis años de edad de niveles socioeconómicos cuatro, cinco y seis de la ciudad de Medellín con quienes se llevó a cabo un grupo focal.
- Madres de niños entre los dos y seis años de edad de niveles socioeconómicos cuatro, cinco y seis de la ciudad de Medellín, con quienes se practicó un grupo focal y a las que con posterioridad se aplicaron las preguntas del cuestionario CEBQ (*Children Eating Behaviour Questionnaire*) para rastrear elementos sobre el comportamiento de consumo de alimentos de los niños participantes a partir de sus respuestas.

2.2.2. Alcance

El estudio se centró en la ciudad de Medellín; se tomó una muestra de la población de madres de niveles socioeconómicos cuatro y cinco con niños entre los dos y los seis años. En cifras, el público objetivo tiene un total de 149.608 niños entre dos y seis años del municipio de Medellín de todos los niveles socioeconómicos, que son el 6,07% de la población total para el 2015 en la ciudad.

2.2.3. Instrumentos o técnicas de obtención de la información

- **Grupo focal con madres**

Para identificar cómo inciden las madres en las conductas alimentarias de los niños se llevó a cabo un grupo focal con ellas, en el que se identificó la influencia que tienen sobre los hábitos alimentarios de los niños y cuál es su percepción frente a cómo se alimentan.

- Participantes: madres de niños entre los dos y seis años de edad de niveles socioeconómicos cuatro, cinco y seis de la ciudad de Medellín.
 - Tiempo de duración: dos horas.
 - Guía de la sesión.
 - Bienvenida y socialización del ejercicio investigativo: objetivo, proceso que se llevará a cabo, cómo se desarrollará la sesión, fines, confidencialidad y uso del estudio.
 - Ficha demográfica: a cada madre se le hizo entrega de una encuesta de tipo demográfico cuyos datos tendrán la protección de la ley 1581 de *habeas data* y protección de los datos (ver anexo 2).
 - Entrevistas: se llevó a cabo una entrevista colectiva estructurada a partir de una guía de preguntas (ver anexo 10).
 - Se hizo entrega del cuestionario CEBQ (*Children Eating Behaviour Questionnaire*) a cada una de las madres quienes lo diligenciaron y enviaron con posterioridad (ver anexo 3).
 - Momento de despedida y entrega de recompensa.
- **Grupo focal y técnicas proyectivas con niños**

Para indagar de acerca de las asociaciones que tienen los niños con respecto a la alimentación, conocer de primera mano cuáles son los alimentos que comen con mayor frecuencia e

identificar y recopilar sus reacciones frente a un nuevo alimento, se efectuó un grupo focal en el que se hizo uso de técnicas proyectivas de asociación mediante las que los niños proyectaron sus motivaciones, creencias, actitudes o sentimientos subyacentes con respecto a los temas de alimentación y comida.

La sesión se llevó a cabo en la cámara Gesel de Laboratorio MercaLab de la Universidad EAFIT de Medellín (2015), con un moderador que guió la sesión y un observador que tomó notas de la misma. Las madres se encontraban en la sala contigua desde la que podían supervisar la sesión.

- Participantes: grupo mixto conformado por niños y niñas entre los dos y seis años de edad de niveles socioeconómicos cuatro, cinco y seis de la ciudad de Medellín.
- Técnicas de investigación asociadas:
 - Tarjetas para asociación: durante la sesión de grupo el moderador se apoyó en un grupo de tarjetas con fotografías de diferentes alimentos y en otro con sentimientos; las tarjetas se les mostraban a los niños quienes deberán armar parejas con el fin de relacionar un sentimiento con un alimento.
 - Prueba de producto: para conocer las reacciones de los niños frente al nuevo producto (Jamy: lonchitas de mermelada), se hizo una prueba del producto en la sesión de grupo en la que se les presentó el mismo a los niños para que lo manipularan y probaran y se observaron los comportamientos y las actitudes frente al producto, además de generar una discusión sobre cómo les pareció, de qué creían que estaba hecho y si les gustó o no.
- Guía de la sesión:
 - Bienvenida

- Se informó a los padres y los niños del experimento y se firmaron los consentimientos informados (ver anexo 1).
- Momento de juego y socialización con los niños para construir confianza y romper el hielo.
- Tarjetas de asociación.
- Prueba del producto.
- Momento de despedida y entrega de recompensa.

2.3. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Reacciones frente a los alimentos

Según la muestra de informantes conformada por los niños, en el **grupo focal** organizado con ellos, por medio de las preguntas formuladas por el moderador y al indagar sobre los alimentos presentados en las tarjetas de asociación, se pudo evidenciar que existía una aceptación clara por las verduras y las sopas, alimentos que antes estaban asociados al rechazo:

Me gusta la sopa de frijoles, de espinaca, verduras y me las dan en la casa y me los como con mi apetito...Las bananas, pera y papaya y todas las frutas que existen, pero el tomate y la lechuga son verduras pero también me gustan (Antonia, cuatro años).

Sin embargo, declaraciones como la anterior sorprendieron a las madres: “me sorprendieron porque comieron rábano y les gustó; yo estaba comiendo y ellos quisieron probarlo; para mí el tema de las verduras chiquita era horrible” (mamá de dos hijos).

Incluso en casos de alimentos como el brócoli, que se creía difícil de aceptar por los niños, se mostraron cercanos a él y lo aceptaron en sus dietas, en el momento en que el moderador del grupo focal lo mostró en las tarjetas de asociación.

Elementos decisivos a la hora de elegir los alimentos más allá del sabor

Se evidenció que factores como la forma y color de los alimentos tenían relación directa con la aceptación o el rechazo de los alimentos por parte de los niños; por lo tanto, sentidos como la vista y el tacto podían tener relevancia a la hora de producir un alimento, más allá del sabor, lo que está asociado con el olor, un sentido que está relacionado en forma directa con la definición del sabor de los alimentos. Así se encontró que una de las madres explicaba cómo la apariencia de la comida era definitiva en la aceptación o el rechazo del alimento: “Se fijan mucho en el aspecto de la comida y eso define si lo quieren probar o no” (mamá de dos niños).

Cuando se les presentaba un alimento nuevo los niños antes de probarlo, ellos buscaban asociar sus características con alguno ya conocido para poder determinar si les gustaba o no con base en el que ya habían probado antes; comentarios tales como: “conozco un brócoli blanco que es una coliflor” (Samuel, seis años) evidenciaron la relevancia que tenían dichos atributos físicos para detonar un gusto o un disgusto y recordar lo consumido.

Se evidenció el rechazo por parte de los niños frente a las lonchitas de mermelada Jamy presentadas en la prueba de producto, en razón a que los niños nunca lo habían visto, e, incluso, un poco de temor por ser un alimento desconocido; buscaban la validación de los adultos presentes en el grupo focal y comenzaron un proceso de asociación para encontrar similitudes con otros alimentos que conocieran: “es como mermelada” y aún sin probarlo

decían: “no me gusta, es como gelatina”, por lo que es factible considerar que tendían a aceptar con mayor facilidad alimentos conocidos.

Las asociaciones fueron más allá de la pirámide alimentaria, al relacionar forma o color con elementos de su cotidianidad, lo que se manifestó cuando dijeron: “el brócoli son arbolitos chiquitos” o “las lechugas son hojas”.

También se observó que la consistencia fue un elemento importante, puesto que prefirieron alimentos crocantes, como galletas, o sólidos, como el barrilete, y rechazaron los alimentos viscosos, como la gelatina o la mermelada; al respecto, Antonia, de cuatro años, dijo: “Y algo más charro como dulce y mi preferido es el barrilete rosa que sabe a fresa”.

Influenciadores y validadores para la definición de gustos alimentarios

Las elecciones de los alimentos están influenciadas con claridad por personas cercanas, como los hermanos mayores y los pares. Es el caso de las dos parejas de hermanos que hicieron parte del grupo focal; el menor de ellos definió sus gustos y reacciones a ciertos alimentos con base en los de su hermano mayor; incluso, llegó a cambiar de opinión sobre un alimento que les gustaba si a su hermano le desagradaba, lo que se demostró en el grupo focal cuando, en la dinámica y los comentarios de dos hermanos, el mayor aseguró lo siguiente acerca del menor: “Él quiere ser como yo, que soy el hermano mayor” (Samuel, seis años). Por otro lado, una de las madres contó: “Antonia, que es la hermana mayor, es el modelo a seguir de Jacobo: lo que ella dice él lo hace; por eso le pido que ella le diga a Jacobo que pruebe algo o coma” (mamá de dos niños).

Además, cuando se les preguntaba a los niños si les gustaba o no algo, el hermano menor siempre miraba al mayor en espera de su respuesta y para pedir validación.

Las guarderías y los colegios que tienen servicio de restaurante, que ejerce una gran influencia en los hábitos y los gustos de los niños, puesto que son espacios en los que se les presenta una gran cantidad de alimentos que no están definidos por los gustos particulares de los padres, sino que se basan en una dieta balanceada e incluyen todos los grupos de alimentos. Al respecto una de las madres relató lo que significó para su hijo:

Meterlo a la guardería hace que él coma de todo... Samuel, que es el mayor no come tanto; Lucas, que es el menor, come solito, porque almorzó siempre en la guardería y come todo lo que le sirven, come con los amigos y come el solo (mamá de dos niños).

Además, tener a sus pares en el momento de la comida hace que se den comportamientos para sentirse parte del grupo; por lo tanto, si sus amigos lo hacen, ellos también.

Con base en la narrativa antropológica construida a partir de la observación de niños de dos y cuatro años en su alimentación (anexo 11), las personas que también pueden influenciar en los hábitos alimenticios de los niños son las abuelas, que son más permisivas al participar en la dieta de los niños y que llegan, incluso, a desautorizar a las madres y a alterar los hábitos que se han construido entre los padres y los educadores; una de las madres participante en el grupo focal afirmó lo siguiente al hablar de la dinámica que se da a la hora de la comida de los niños cuando intervienen personas diferentes a los padres: “esa es la lucha mía, pero no solo las abuelas, es todo el mundo, uno tiene un plan y eso no se cumple” (madre de dos niños).

Otra de las influencias de alto grado en los hábitos de los niños son las figuras paternas, puesto que los niños tienden a copiar sus conductas y comportamientos.

La figura de autoridad que decide sobre lo que ellos comen no siempre son las madres; además, al parecer los padres son más laxos. Si al papá le gustan mucho los alimentos dulces,

los niños empiezan a demandar los proporcionados por él como golosinas; así lo evidenció una de las madres en el grupo focal al referirse a las visitas de custodia de sus hijos los fines de semana en los que van a la casa del padre: “La filosofía del papá es que los niños sean felices, cuando ellos niños van a la casa del papá es como Hansel y Gretel” (mamá de dos niños, lo que evidencia que existen diferencias en los hábitos de los niños cuando los padres son divorciados, puesto que tienen una conducta establecida en el hogar de la madre y otra, a veces contraria, en el del padre, lo que termina desautorizando a uno de los dos y crea confusión en el comportamiento de los niños puesto que son entornos con reglas diferentes y se pierden la coherencia y la unidad en la crianza.

Comportamiento alimentario

Según el cuestionario *Children Eating Behaviour Questionnaire* (anexos 3, 4, 5, 6, 7, 8 y 9), uno de los comportamientos que con mayor frecuencia se presentan en niños pequeños es la falta de habilidad para diferenciar cuando están satisfechos y han comido lo suficiente, puesto que no identifican la sensación de saciedad por lo que están dispuestos a recibir alimentos casi en todo momento, en especial sus preferidos, que por lo general son inadecuados al no ser saludables, lo que podría conducir a problemas de sobrepeso y obesidad.

También se evidenció que son caprichosos a la hora de comer, lo que se refleja en el rechazo a los alimentos nuevos al no presentar interés ni curiosidad para probarlos; incluso, llegaron a expresar que no les gustaban sin probarlos: este capricho llevaba a los niños a perder interés en la comida y a comer con mayor lentitud por lo que la hora de la comida tomaba más tiempo de lo normal. Este comportamiento se evidenció en lo que relató una de las madres en el grupo focal: “Él es muy complicado con la comida, no le gusta probar, le gustan muy poquitas

comidas... de entrada ve una comida y dice: ¡ay!, no, no me gusta esto, dice que no le gusta la gelatina sin probarla” (mamá de dos niños). Otra de las madres afirmó: “a veces, le cuesta un poquito probar, pero una vez que prueba por lo general le gusta” (mamá de dos niños). Y, al referirse al tiempo que se demoran en comer: “A Jacobo le da pereza comer, a veces nos podemos demorar dos horas en que Jacobo almuerce o coma” (mamá de dos niños).

Sin embargo, no fueron susceptibles a incrementar la cantidad de alimentos que ingerían debido a sentimientos negativos, como ansiedad o enojo, con lo cual se puede concluir que no toman la comida como un escape emocional.

Motivadores de consumo

Uno de los motivadores más importantes encontrados en la investigación fue la relación entre la lúdica, la recompensa y la alimentación.

Los niños tendían a identificar algunos alimentos como dulces o golosinas como premios y recompensas a un determinado comportamiento. Incluso, durante la sesión se dieron preguntas como: “¿y si me la como qué me das?”, de modo que intentaban volver los alimentos como elementos de negociación para obtener un premio.

Los premios o motivadores para que comieran bien fueron los dulces del día, pero esto también se extendió a escenarios diferentes al de la casa; esto sucede en las citas médicas y otros espacios en los que se relacionan con adultos; así nos compartió Samuel, de seis años: “Las colombinas me las da el doctor cuando nos comportamos bien”.

Sin embargo, las madres expresaron su preocupación en motivarlos a comer al ser el momento de las comidas, cuando se interrumpe el juego de los niños: "El problema con ellos para comer es tener que parar de jugar para comer" (mamá dos niños), lo que confirmó otra

de las madres, que como considera que "hay que dejar de jugar para comer"; en ese momento tiene que "llevarlo de la calle a la casa a comer. ¡Es horrible!, por lo que me toca ponerle el televisor mientras le doy la comida".

Inhibidores de consumo

Tal como se menciona en el blog *Escuela de padres Mi Cumbre* (Francisco, 2007), la sociedad habla todos los días de que se debe dejar ser a los hijos, que no se debe cohibir su independencia, que no se debe obligarlos ni utilizar la fuerza verbal o física para lograr los objetivos para que sigan los lineamientos de los padres; cuando las madres se enfrentan a los temas de la crianza de los hijos y la creación de hábitos alimentarios ellas se sienten solas en la labor y que van en contra de los que se vive y se aprendió acerca de cómo debe ser la crianza.

En ocasiones las madres se sienten agotadas y perciben muy conflictiva la relación con sus hijos a la hora de comer y lo mencionan con comentarios como: "en mi casa yo soy la aburridora para ellos...si les compro mecato pero poquito se acaba rápido...ellos tienen derecho en la casa a un dulce en el día, un mecato (mamá de dos niños). Por otro lado, la responsabilidad de alimentar a sus hijos se extiende a guarderías, colegios y profesoras, puesto que es una tarea desgastante y no quieren estar en el papel de "malas" frente a sus hijos; fue el caso de una de las madres del grupo focal que afirmó:

Para mí caso ayudó mucho que cuando Lucas entró a la guardería, lo metimos en la mañana, y se quedaba a almorzar en ella y se comía todo, absolutamente todo, lo que le servían, come con los amigos, come él solo. Entonces para nosotros es antes Lucas el que ayuda y empuja a Samuel a que pruebe cosas que no come; fueron ellos en la guardería quienes crearon ese hábito de alimentación diferente al que le enseñamos a Samuel" (mamá de dos niños).

Otra de las madres adujo que para ella también fue la mejor decisión: “almorzar en la guardería hizo que Valentín comiera absolutamente de todo”.

Dos de los inhibidores más fuertes fueron la cantaleta y la frustración de la madre frente a la alimentación de sus hijos, lo que evidenció una relación conflictiva entre la alimentación y la figura materna, puesto que los niños asociaron que mamá se enoja a la hora de comer e, incluso, llegaron a relacionar el hecho de alimentarse con escenarios negativos como la desnutrición, la pobreza y la muerte. Una de las madres compartió lo que les dice a sus hijos: “No es una opción, comes o comes”, y explicó: “no es que él escoja si lo hace o no. Les muestro niños desnutridos para que vean el problema, que si no comen, incluso se pueden morir” (mamá de dos niños).

2.4. CONCLUSIONES

Se presentan las conclusiones del estudio en relación con lo teórico, lo metodológico y el cumplimiento de los objetivos, tanto general como específico. En primera medida, en cuanto a lo teórico se concluye que existe una relación importante entre cómo deben ser las pautas para el desarrollo de productos que generen impacto y aceptación entre el público infantil; es importante basarse en la observación del comportamiento de consumo que se da en el ámbito familiar para ampliar dicho derrotero.

- Aunque en algunas ocasiones los niños parezcan caprichosos a la hora de elegir los productos que desean consumir, tal comportamiento puede minimizarse cuando en el entorno de los niños hay hermanos mayores, dado que son ejemplo por seguir para los menores y son grandes influenciadores, pues los más pequeños les suelen imitar; por lo tanto, los hermanos mayores son importantes aliados para la introducción de nuevos alimentos en los menores. Esta conducta se repite en diferentes escenarios y momentos.
- Los colores de los alimentos son factores decisivos cuando el niño se dispone a probarlos; el rojo fue uno de los colores de mayor aceptación entre los niños que participaron en el estudio, por lo cual es recomendable incluirlo color en los platos del tipo mencionado.
- Al pensar en la buena alimentación de los menores es importante encontrar formas de presentación para los alimentos que despierten el gusto y preferencia en los niños por los alimentos, que sean de buena consistencia, de olor agradable y de fácil aprehensión y degustación.

En cuanto a compartimientos y actitudes frente a la comida y en los diferentes ámbitos se encontró:

- La relación entre la alimentación y la madre es conflictiva, puesto que los niños la asocian con castigos o prohibiciones; además, los gustos de los padres definen lo que les dan de comer a sus hijos, con lo que se eliminan así alimentos de la dieta de los niños basados en sus gustos particulares y se limita el espectro de alimentos a los cuales acceden los niños. Por esta razón la introducción de nuevos alimentos debe llevarse a cabo en las guarderías y colegios, ambientes neutrales en los que no se tiene influencia directa de los padres. Por el contrario, sus compañeros son los influenciadores; los niños en su primera infancia presentan el deseo de ser parte de un grupo e imitar las conductas de sus pares como un comportamiento de aprendizaje y asimilación del entorno, lo que genera una resistencia menor a probar cosas nuevas puesto que es una actividad de socialización.
- Para la introducción de un nuevo alimento a la dieta de los niños es conveniente asociarlo con los conocidos por ellos puesto que ello puede minimizar el riesgo del rechazo a lo desconocido.
- Para lograr una mayor aceptación de los alimentos se debe generar una relación entre la lúdica y la alimentación, de tal manera que entre ellas no se genere conflicto, sino que sean actividades que pueden desarrollarse en un mismo momento, con el fin de hacer del momento de la alimentación un juego en el que los niños puedan interactuar con la comida, tocarla, olerla, e, incluso, dibujar figuras, para que así no lo tomen como algo que obstaculiza su diversión y su juego sino que los complementa.

Limitaciones

Algunos de las dificultades encontradas durante la investigación estuvieron relacionadas con unos de los dos tipos de sujetos de estudio comprendido, los niños, puesto que, por las edades, son dispersos y orientarlos hacia el grupo focal para obtener las respuestas a la guía de la sesión puede ser todo un reto para el moderador. Además, son sujetos influenciados en muy alta proporción, por lo que sus respuestas pueden estar condicionadas por los otros integrantes del grupo, sus madres que los observan y la presencia de hermanos mayores que tienen un gran efecto en las respuestas de los menores, por lo cual hay que indagar varias veces y abordar la pregunta desde varios puntos de vista para lograr una respuesta más certera.

Además, algunas herramientas de investigación no estaban diseñadas para niños pequeños, como el EEG (electroencefalograma), puesto que por lo general los cascos no son adaptables ni tienen el tamaño adecuado para los niños de la edad de los participantes; por lo tanto, las mediciones no fueron precisas.

Futuras investigaciones

la presente investigación puede considerarse la base para estudios futuros sobre comportamiento infantil, formación de hábitos alimentarios y conductas a mayor escala, transversal a todos los estratos socioeconómicos en el país para detectar las razones de desnutrición y poder generar programas que la subsanen.

Además puede ser de utilidad para las industria alimentaria puesto que los hallazgos de la investigación pueden ser parte de los *insights* en los que se base el desarrollo de nuevos productos para niños y oportunidades adicionales de negocio que suplan las necesidades de alimentación saludable y que tengan una buena aceptación de los niños.

REFERENCIAS

- Alcaldía de Medellín y Departamento Administrativo Nacional de Estadística, DANE (2010). *Perfil sociodemográfico 2005-2015. Total Medellín*. Medellín: Alcaldía de Medellín y DANE. Recuperado el ... de ... de ..., de: <https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/wpccontent/Sites/Subportal%20del%20Ciudadano/Planeaci%C3%B3n%20Municipal/Secciones/Indicadores%20y%20Estad%C3%ADsticas/Documentos/Proyecciones%20de%20poblaci%C3%B3n%202005%20-%202015/Perfil%20Demografico%202005-2015%20Total%20Medellin.pdf>
- Ames, P., Rojas, V., y Portugal, T. (2010). *Métodos para la investigación con niños: lecciones aprendidas, desafíos y propuestas desde la experiencia de niños del milenio en Perú*. Lima: Grade. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.ninosdelmilenio.org/wp-content/uploads/2012/10/nm1.pdf>
- Asociación Colombiana de Ingenieros de Sistemas, ACIS (2015). *Industria de alimentos en Colombia impulsa su crecimiento con dispositivos móviles*. Bogotá: ACIS. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://acis.org.co/portal/content/industria-de-alimentos-en-colombia-impulsa-su-crecimiento-con-aplicativos-m%C3%B3viles>
- Black, M. M., Creed-Kanashiro, H. M. (2012). ¿Cómo alimentar a los niños? La práctica de conductas alimentarias saludables desde la infancia. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 29(3), 373-378. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/v29n3/a13v29n3.pdf>
- Brée, J. (1995). *Los niños, el consumo y el marketing*. Alcázar, España: Paidós Ibérica.
- Chacón Villalobos, A. (2011). Percepción de alimentos en el primer lustro de vida: aspectos innatos, causalidad, modificaciones derivadas de la experiencia alimentaria. *Actualidades Investigativas en Educación*, 11(3), 1-35. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.redalyc.org/pdf/447/44722178004.pdf>
- Colombia.com (2006). *Población*. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.colombia.com/colombia-info/estadisticas/poblacion/>
- Domínguez-Vásquez, P., Olivares Cortés, S., y Santos, J. L. (2012). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *Archivos Latinoamericanos*

- de Nutrición*, 58(3), 249,255. Recuperado el ... de ... de ..., de: http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/123925/Dominguez_p.pdf?sequence=1
- López A., D. M., y Ribero M., R. (2005). Educación y cuidado de los hijos. Experiencia para madres y niños colombianos, 2003. *Sociedad y Desarrollo*, 56, 67-101. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.redalyc.org/pdf/1691/169114671003.pdf>
- Francisco (2007, 29 de abril). Madres, 12 puntos sobre la crianza y educación de los hijos. Obligaciones, responsabilidades, penas y satisfacciones. *Escuela para padres. Mi Cumbre*. Recuperado el ... de ... de ..., de: <https://blog.micumbre.com/2007/04/29/madres-12-puntos-sobre-la-crianza-y-educacion-de-los-hijos-obligaciones-responsabilidades-penas-y-satisfacciones/>
- Maiz Adalur, E., Maganto Mateo, C., y Balluerka Lasa, N. (2014). Neofobia y otros trastornos restrictivos alimentarios en la infancia y consumo de frutas y verduras: revisión. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 20(4), 150-154. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Web%20RENC%202014%20-4-%20art%204.pdf>
- Nielsen, (2015). *Tendencias del mercado de alimentos y pañales para bebé*. Nueva York: Nielsen. <http://www.nielsen.com/do/es/insights/reports/20151/baby-report.html>
- Pliner, P., y Hobden, K. (1992). Development of a scale to measure the trait of food neophobia in humans. *Appetite*, 19(2), 105,120. Recuperado el ... de ... de ..., de: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1489209>
- Reinoso Murillo, P. V., Siguencia San Martín, J. E., y Tigre Cuenca, D. S. (2014). *Prevalencia de conducta alimentaria inadecuada en niños de 1 a 5 años de edad y su relación con factores asociados*. Centro de Salud del Ministerio de Salud Pública de Cuenca. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Medicina, tesis previa a la obtención de título de médicas. Centro de Salud del Ministerio de Salud Pública de Cuenca. Recuperado el 16 de noviembre de 2015, de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20232/1/TESIS.pdf>
- Restrepo M., S. L., y Maya Gallego, M. (2005). La familia y su papel en la formación de hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de Antropología*

Universidad de Antioquia, 19(36), 127-148. Recuperado el ... de ... de ..., de:
<http://www.redalyc.org/pdf/557/55703606.pdf>

Sarría Chueca, A., y Fleta Zaragoza, J. (2009). Problemas de los niños a la hora de comer. Comedores resistentes y neofobia alimentaria. *Boletín. Sociedad de Pediatría de Aragón, La Rioja y Soria*, 39(1), 12-16 Recuperado el ... de ... de ..., de:
<http://www.comz.org/Sociedades/spars/boletinspars/pediatria%2039-1.pdf>

Universidad EAFIT (2015). *Laboratorio de neurociencias del consumo*. Medellín: Universidad EAFIT. Recuperado el 24 de noviembre de 2015, de:
<http://www.eafit.edu.co/servicios/mercalab/laboratorios/Paginas/neurociencias-consumo.aspx>

Wardle, J., Guthrie, C. A., Sanderson, S., & Rapoport, L. (2001). Development of the children's eating behaviour questionnaire. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42, 963-970. Recuperado el 16 de noviembre de 2015, de:
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11693591>

Wardle, J., Guthrie, C. A., Sanderson, S., & Rapoport, L. (s.f.). *Children's eating behaviour questionnaire (CEBQ)*. Galway, Irlanda: Measurement Instrument Database for the Social Sciences (MIDSS). Recuperado el 16 de noviembre de 2015, de:
<http://www.midss.ie/content/child-eating-behaviour-questionnaire-cebq>

ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado

Yo _____, con documento de identidad _____ de _____, acepto voluntariamente participar en el estudio que sobre HÁBITOS DE CONSUMO DE ALIMENTOS será realizado por _____ y su grupo de investigadores y que consistirá en la MI PARTICIPACIÓN ACTIVA EN LA REALIZACIÓN DE DIVERSOS EJERCICIOS en una sesión de dos horas (2) horas aproximadamente. Acepto y confirmo que conozco que toda la información de este taller será manejada con

absoluta confidencialidad y ética. Asimismo, reconozco que durante este taller no seré sometido(a) a ningún tipo de procedimiento ni de intervención que pueda representar algún riesgo y que si fuese necesario podré retirarme en el momento que así lo decida.

Acepto que los datos y ejercicios resultantes de este taller sean usados POR EL GRUPO DE INVESTIGADORES Y LA UNIVERSIDAD EAFIT y que se mantendrá el anonimato de mi nombre. Acepto que durante el taller y los ejercicios que de él se desprendan se puedan hacer filmaciones, fotografías, grabaciones o registros visuales, auditivos o escritos y que estos registros queden en propiedad del grupo de investigadores y de la Universidad EAFIT.

Nombre completo legible: _____

Firma: _____

Documento de identidad: _____ de _____

Fecha: Medellín, ... de ... de ...

Anexo 2. Ficha demográfica

1. Nombre: _____

2. Edad: _____

3. Municipio de residencia: _____

4. Nivel socioeconómico:

5. Estado civil: _____

6. Número de hijos (especificar números de mujeres y de hombres):

7. Edades de los hijos:

Anexo 3. Children Eating Behaviour Questionnaire

Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ)

Please read the following statements and tick the boxes most appropriate to your child's eating behaviour.

| | Never | Rarely | Some -times | Often | Always | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

| | Never | Rarely | Some -times | Often | Always | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----|
| Given the choice, my child would eat most of the time | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child looks forward to mealtimes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child gets full before his/her meal is finished | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child enjoys eating | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when she is happy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is difficult to please with meals | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats less when upset | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child gets full up easily | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child eats more when s/he has nothing else to do | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child cannot eat a meal if s/he has had a snack just before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more and more slowly during the course of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

SCORING OF THE CEBQ

(Never=1, Rarely=2, Sometimes=3, Often=4, Always=5)

Food responsiveness = item mean FR

Emotional over-eating = item mean EOE

Enjoyment of food = item mean EF

Desire to drink = item mean DD

Satiety responsiveness = item mean SR

Slowness in eating = item mean SE

Emotional under-eating = item mean EUE

Food fussiness = item mean FF

Anexo 4. Children Eating Behaviour Questionnaire, niño 1

Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ)

Please read the following statements and tick the boxes most appropriate to your child's eating behaviour.

| | Never | Rarely | Some- times | Often | Always | |
|--|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |

| | Never | Rarely | Sometimes | Often | Always | |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| Given the choice, my child would eat most of the time | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FR |
| My child looks forward to mealtimes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child gets full before his/her meal is finished | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child enjoys eating | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when she is happy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is difficult to please with meals | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats less when upset | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child gets full up easily | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child eats more when s/he has nothing else to do | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child cannot eat a meal if s/he has had a snack just before | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |

| | | | | | | |
|---|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|-----|
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more and more slowly during the course of a meal | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

Anexo 5. Children Eating Behaviour Questionnaire, niño 2

Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ)

Please read the following statements and tick the boxes most appropriate to your child's eating behaviour.

| | Never | Rarely | Sometimes | Often | Always | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |

| | | | | | | |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SE |
| | | | | | | |
| | Never | Rarely | Sometimes | Often | Always | |
| Given the choice, my child would eat most of the time | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child looks forward to mealtimes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child gets full before his/her meal is finished | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SR |
| My child enjoys eating | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when she is happy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is difficult to please with meals | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats less when upset | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child gets full up easily | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child eats more when s/he has nothing else to do | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more and more slowly during the course of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SE |

Anexo 6. Children Eating Behaviour Questionnaire, niño 3

Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ)

Please read the following statements and tick the boxes most appropriate to your child's eating behaviour.

| | Never | Rarely | Some-times | Often | Always | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | EUE |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FF* |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

| | Never | Rarely | Sometimes | Often | Always | |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|-------------|
| Given the choice, my child would eat most of the time | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child looks forward to mealtimes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child gets full before his/her meal is finished | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child enjoys eating | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when she is happy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EU E |
| My child is difficult to please with meals | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats less when upset | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EU E |
| My child gets full up easily | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child eats more when s/he has nothing else to do | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | E O E |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | D D |
| My child cannot eat a meal if s/he has had a snack just before | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | D D |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF * |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more and more slowly during the course of a meal | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

Anexo 7. Children Eating Behaviour Questionnaire, niño 4

| | Never | Rarely | Some-times | Often | Always | |
|--|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats more when worried | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |
| | Never | Rarely | Some-times | Often | Always | |
| Given the choice, my child would eat most of the time | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child looks forward to mealtimes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child gets full before his/her meal is finished | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child enjoys eating | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when she is happy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |

| | | | | | | |
|---|--------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child is difficult to please with meals | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats less when upset | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child gets full up easily | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child eats more when s/he has nothing else to do | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | DD |
| My child cannot eat a meal if s/he has had a snack just before | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | DD |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more and more slowly during the course of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

Anexo 8. Children Eating Behaviour Questionnaire, niño 5

| | Never | Rarely | Some-times | Often | Always | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

| | Never | Rarely | Sometimes | Often | Always | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----|
| My child loves food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when worried | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child has a big appetite | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR* |
| My child finishes his/her meal quickly | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE* |
| My child is interested in food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child is always asking for a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child refuses new foods at first | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | FF |
| My child eats slowly | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | SE |
| My child eats less when angry | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child enjoys tasting new foods | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child eats less when s/he is tired | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is always asking for food | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when annoyed | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| If allowed to, my child would eat too much | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more when anxious | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| My child enjoys a wide variety of foods | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child takes more than 30 minutes to finish a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

| | Never | Rarely | Sometimes | Often | Always | |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|-----|
| Given the choice, my child would eat most of the time | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child looks forward to mealtimes | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child gets full before his/her meal is finished | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child enjoys eating | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EF |
| My child eats more when she is happy | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child is difficult to please with meals | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| My child eats less when upset | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EUE |
| My child gets full up easily | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| My child eats more when s/he has nothing else to do | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | EOE |
| Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child cannot eat a meal if s/he has had a snack just before | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SR |
| If given the chance, my child would always be having a drink | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | DD |
| My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF* |
| My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FF |
| If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | FR |
| My child eats more and more slowly during the course of a meal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | SE |

Anexo 9. Ponderación de los resultados del *Children Eating Behaviour Questionnaire*

| | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------------|---|--|---|---|---|----|
| Food approach | My child is always asking for food | If allowed to, my child would eat too much | My child enjoys a wide variety of foods | Given the choice, my child would eat most of the time | Even if my child is full up s/he finds room to eat his/her favourite food | If given the chance, my child would always have food in his/her mouth | |
| | 16 | 16 | 17 | 15 | 17 | 16 | 97 |
| | My child eats more when worried | My child eats more when annoyed | My child eats more when anxious | My child eats more when s/he has nothing else to do | | | |
| | 8 | 12 | 11 | 11 | 42 | | |
| | My child loves food | My child is interested in food | My child looks forward to mealtimes | My child enjoys eating | | | |
| 16 | 16 | 15 | 17 | 64 | | | |
| | My child is always asking for a drink | If given the chance, my child would drink continuously throughout the day | If given the chance, my child would always be having a drink | | | | |
| | 23 | 17 | 19 | 59 | | | |
| Food avoidant | My child has a big appetite | My child leaves food on his/her plate at the end of a meal | My child gets full before his/her meal is finished | My child gets full up easily | My child cannot eat a meal if s/he has had a snack just before | | |
| | 14 | 18 | 17 | 16 | 14 | 79 | |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|---------------------------------------|--|--|--|--|---|
| | | My child finishes his/her meal quickly | My child eats slowly | My child takes more than 30 minutes to finish a meal | My child eats more and more slowly during the course of a meal | | | |
| | | 12 | 19 | 17 | 15 | | | 63 |
| | | My child eats less when angry | My child eats less when s/he is tired | My child eats more when she is happy | My child eats less when upset | | | |
| | | 22 | 18 | 15 | 14 | | | 69 |
| | | My child refuses new foods at first | My child enjoys tasting new foods | My child enjoys a wide variety of foods | My child enjoys a wide variety of foods | My child is difficult to please with meals | My child is interested in tasting food s/he hasn't tasted before | My child decides that s/he doesn't like a food, even without tasting it |
| | | 19 | 12 | 17 | 17 | 14 | 14 | 15 |
| | | | | | | | | 108 |

Anexo 10. Guía de entrevista del grupo focal con madres diseñado por los investigadores del proyecto

1. ¿Cómo están conformados su hogar y núcleo familiar? Indagar sobre padres ausentes y quiénes sustituyen dicho papel.
2. ¿Usted es laboralmente activa? De ser afirmativo, ¿cuál es su horario laboral?
3. ¿Cómo inciden sus itinerarios y ocupaciones en la alimentación de los niños?
4. ¿Quién es la persona encargada del cuidado y la alimentación de los niños? ¿Cómo coordinan la dinámica entre ustedes?
5. ¿Cuál es el número de comidas que tiene su hijo en un día?
6. Describa en los siguientes ítems cuáles alimentos suelen consumir sus hijos y cuáles son los horarios respectivos: desayuno, almuerzo, comida y *snacks*

7. ¿Cuáles son los alimentos preferidos del niño?
8. ¿Cuáles son los alimentos que rechaza el niño?
9. ¿Cuál es su concepto de alimentación nutritiva y cuáles alimentos considera nutritivos y saludables para los niños?
10. ¿Cómo se lleva a cabo el momento de la comida en casa?: lugar, hora, compañía, ambiente a la hora de comer, existencia o ausencia de una rutina.
11. ¿En compañía de quiénes se lleva a cabo la hora de la comida en la casa y en el colegio?
12. ¿Cómo actúan los niños en el colegio y en la casa a la hora de las comidas? ¿Cuáles son las diferencias entre los dos ambientes?
13. ¿Cómo cambian los comportamientos de los niños cuando están acompañados de los hermanos mayores? ¿Y cómo cuando están con sus pares y amigos?
14. ¿Cómo lidia con los conflictos y la negación de sus hijos a comer ciertos alimentos? (Cuándo los niños no quieren comer algo, ¿insiste o los obliga a hacerlo?)
15. ¿Cómo manejan los castigos y recompensas con sus hijos?
16. Cuando va a comprar los alimentos, ¿la acompañan los niños? De ser así, ¿cuáles son los alimentos que generalmente eligen los niños? ¿Suele comprarlos? ¿Cómo maneja sus decisiones de compra, en cuál momento cede y cuáles son sus tácticas de negociación con ellos?
17. ¿Tiene en cuenta lo que le gusta al niño al preparar los alimentos? ¿Cuáles técnicas usa en la preparación y presentación para lograr mayor aceptación por parte de los niños?
18. ¿Cuáles tipos de alimentos consumen los niños fuera de casa? ¿Encuentra opciones para ellos en los lugares a los que salen a comer?

Anexo 11. Narrativa antropológica construida sobre hábitos alimentarios de Sara y Valentín elaborada por Lorena Osorio Brand y María del Carmen Correa Arango.

Una de las mayores preocupaciones de nosotras como madres es crear buenos hábitos de alimentación en nuestros hijos, basándonos en las recomendaciones de cada uno de los pediatras y personas expertas en el tema. Sin embargo, la vida real no es de hadas ni príncipes, es de Sara y Valentín al frente de sus comidas en un tire y afloje de cuidadores y madres por dejar el plato limpio.

Es un constante reto para nosotras como madres enfrentarnos al día a día con ellos para tratar de lograr una buena alimentación y hacer de ambos niños saludables y fuertes, lo que es tal vez la mayor satisfacción que tenemos nosotras como madres, pero que se convierte en la mayor frustración y el más alto detonante de peleas con ellos al enfrentarnos a la realidad: no quieren alimentarse en forma sana sino a su manera.

Nuestro mayor anhelo como madres, y tal vez un sueño al que todavía no hemos llegado, es que Sara y Valentín se alimenten a diario de frutas, verduras, proteínas saludables, carbohidratos y todo lo recomendado por las personas experimentadas y conocedoras del tema, que en repetidas citas y conversaciones nos exigen una alimentación sana pero que no se dan cuenta de que es un verdadero reto lograrlo. Sería mucho más sencillo encontrar herramientas para conseguirlo y no solo un derrotero de instrucciones para seguir.

La cruel realidad a la que nos enfrentamos con nuestros hijos es que la sociedad de consumo nos brinda varias alternativas de alimentos, pero son comida chatarra, incluso los menús infantiles que las marcas nos muestran como buenos y prácticos alimentos para niños en crecimiento. Además, son los dulces y las chucherías los que ocupan sus mentes y nos piden todo el tiempo, con lo que le quitan espacio a la comida saludable; es, en ocasiones, el instrumento de premio con el que jugamos nosotras como madres y los cuidadores para convencerlos de comer.

Cuando nos referimos a los hábitos alimentarios no podemos dejar a un lado las costumbres, las creencias y nuestros propios hábitos como madres con los cuales nos criaron y hemos criado a nuestros hijos; en nuestra época nos obligaban a sentarnos a la mesa y no nos podíamos parar hasta terminar el último arroz del plato, así lloráramos, pataleáramos y dijéramos “estamos totalmente llenas”, mientras que hoy en día Sara y Valentín simplemente se paran de la mesa y abandonan la comida.

La sociedad nos habla todos los días de que debemos dejar ser a nuestros hijos, que no debemos cohibir su independencia, ni obligarlos ni utilizar la fuerza verbal o física para lograr los objetivos de modo que sigan nuestros lineamientos; cuando como madres nos enfrentamos a los temas de la crianza de nuestros hijos y la creación de hábitos alimentarios nos sentimos solas en la labor y que vamos en contra de los que vivimos y aprendimos como la crianza debe ser.

Otra de las situaciones a las que hacemos frente en esta labor es la intervención de nuestras madres, quienes, en su función de abuelas, en vez de educarlos, les alcahuetean todo a sus nietos y son permisivas en muchas cosas, con inclusión de la alimentación; siempre preparan lo que les gusta, cambian el menú para satisfacer lo que ellos quieren y, sin importar la hora, les dan golosinas y dulces, y solo con un “qué importa, eso no le hace daño, él ya comerá” lo solucionan o lo informan.

La figura paterna también juega un rol importante en la creación de hábitos alimentarios, puesto que se vuelve una pelea entre padre y madre lo referente a los mismos de nuestros hijos; en el caso de Sara ella ve que su padre no como verduras, pero su madre sí; entonces, su respuesta cuando en el plato ve alguna de ellas es “cuando este grande como tu mamá las cómo, mira que papá no lo hace”, y, en el caso de Valentín, cuando no quiere comer algo, su padre interviene diciendo “déjalo, que él come cuando tenga hambre”. Es tal vez en estas etapas de dos a seis años en las que la imitación juega el papel más importante para la creación de hábitos en los niños.

Para nosotras como madres, la experiencia de estos primeros hijos y su alimentación nos ha dejado como enseñanza que en esta etapa inicial de los niños, en la transición de la lecha materna a la alimentación sólida, es muy importante ser nosotras las líderes de dicho proceso y empezar desde el inicio a exigirles a nuestros hijos una buena y saludable alimentación y ser estrictas con la preparación de los alimentos y el proceso de comer. Hoy en día, nuestros hijos “hacen lo que les da la gana” y estos son los comportamientos que no debemos permitir, es decir, tenemos que evitar al máximo que nos manipulen con el tema alimentario y que en ocasiones sean Sara y Valentín quienes lideren dicho proceso a su manera.