



UNIVERSIDAD  
DE LA REPÚBLICA  
URUGUAY



**UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL  
Monografía Final de Grado  
Licenciatura en Trabajo Social**

**Estrategias familiares para la  
alimentación de los niños/ as  
que asisten al CAIF Nuevo París.**

**Agustina Varona Secco**  
Tutora: Sandra Leopold

## ***Resumen***

El presente trabajo final de grado pertenece a la Licenciatura de Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de la República Oriental del Uruguay.

Este trabajo se enmarca en el Centro de Atención a la Infancia y Familia (CAIF) Nuevo París y tiene el objetivo de analizar las estrategias y prácticas alimentarias que implementan las familias que asisten a ese centro educativo para brindarle una alimentación saludable a sus niños/as de tres años, dentro y fuera de sus hogares. De igual manera se investiga el funcionamiento del CAIF a la hora de alimentar a estos niños/as y su relación con las familias/as para luego observar los comportamientos de las mismas.

En cuanto al desarrollo metodológico se escogió un enfoque cualitativo que cuenta con una perspectiva de tipo descriptiva y exploratoria, dado que es una temática poco estudiada. Para poder llevar a cabo esta investigación se realizó una búsqueda documental de información y posteriormente se realizaron entrevistas y observaciones en el centro educativo con las familias de niños/as de tres años y las funcionarias del CAIF.

Se partió del supuesto de que las familias que asistían al CAIF Nuevo París contaban con prestaciones estatales que les ayudaban en la alimentación de sus hijos/as, pero se logró recabar que esto no era así para todo el conjunto de familias, dado que muy pocas familias con niños/as de tres años tienen prestaciones que colaborarán directamente en la alimentación de sus hijos/as. Además se comprobó que las familias, tienen dificultades para poder solventar una alimentación saludable y acorde a la edad de sus hijos ya que carecen de tiempos y medios económicos, lo que hace que se recaiga en el consumo de comidas rápidas y de mala calidad.

Para concluir, también se pudo recabar que las familias tienen una estrecha relación con el CAIF en donde su contacto diario fortalece el aprendizaje y el desarrollo de los niños/as.

**Palabras claves:** Alimentación - CAIF - Estrategias Familiares - Infancia - Prestaciones Estatales

## *Agradecimientos*

A Sandra por su apoyo durante todo este tiempo y su acompañamiento académico y emocional.

A mi familia que siempre estuvieron apoyándome y bancándome durante cinco años mientras me ausentaba de fechas especiales para estudiar y confiaban más en mí que yo misma. A mis amigas que siempre tuvieron una palabra de aliento en cada parcial o examen y eran felices con una buena nota.

A mi compañero de vida que supo apoyarme y acompañarme en todos estos años con amor y comprensión, siempre con las palabras justas o las decisiones correctas cuando ni yo las podía tomar.

A mis padres, el gran pilar y orgullo de mi vida. Este tesis y este título dirá mi nombre pero debería tener el de ellos, porque si no fuera por su apoyo y comprensión no sería quien soy, ni estaría donde estoy.

Por último y no menos importantes a mis bebés de cuatro patas, Filippa y Olivia que están siempre al lado acompañando, pero sobre todo a Peluche que me acompaña en este final de la carrera desde el cielo, quien me vio iniciar y finalizar todos los procesos educativos de primaria y secundaria pero no llego a verme finalizar este, de todos modos siempre esta aca.

## *Índice*

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Introducción .....                                                                    | 4  |
| Preguntas de investigación .....                                                      | 5  |
| Objetivos .....                                                                       | 6  |
| Objetivo general .....                                                                | 6  |
| Objetivos específicos .....                                                           | 6  |
| Antecedentes.....                                                                     | 7  |
| Diseño metodológica .....                                                             | 10 |
| Estructura de la monografía.....                                                      | 13 |
| Capítulo 1: Un acercamiento a la investigación .....                                  | 14 |
| Marco conceptual .....                                                                | 14 |
| Plan CAIF .....                                                                       | 14 |
| Alimentación.....                                                                     | 15 |
| Infancia .....                                                                        | 17 |
| Familia .....                                                                         | 19 |
| Estrategias familiares .....                                                          | 21 |
| Capítulo 2: Análisis de los resultados .....                                          | 24 |
| La importancia que las familias le brindan a la alimentación .....                    | 24 |
| Los desafíos que se presentan a la hora de alimentar a los niños/as de tres años..... | 27 |
| Las estrategias que utilizan las familias para lograr la alimentación .....           | 29 |
| Los métodos alimenticios que utiliza el CAIF .....                                    | 32 |
| El relacionamiento de los niños/as con la alimentación .....                          | 35 |
| Reflexiones finales.....                                                              | 38 |
| Referencias bibliográficas.....                                                       | 41 |
| Fuentes documentales .....                                                            | 42 |
| Apéndice .....                                                                        | 44 |

## ***Introducción***

En el presente documento se estudiarán las estrategias de las familias cuyos hijos de tres años participan de los Centros de Atención a la Infancia y la Familia (CAIF), específicamente el Nuevo París para procurar efectivizar una alimentación saludable.

Una correcta alimentación es indispensable para el crecimiento humano. Turra (2015) nos plantea que el periodo que va desde la gestación hasta los 3 años de edad es una etapa importante en el crecimiento y el desarrollo de cada niño, lo que requiere especialmente de una alimentación saludable (p.13). Por esta razón es que considero de suma importancia ahondar en cómo es la alimentación que las familias le brindan a sus hijos fuera del CAIF y la preponderancia que le dan a su carácter saludable.

El Plan CAIF en el cual se enmarca esta investigación constituye una política pública de atención integral a la primera infancia que cuenta con la coordinación del Estado y las Organizaciones de la Sociedad Civil. Esta política se desarrolla a través de varios centros CAIF por todo nuestro territorio nacional (INAU, 2023).

El campo de estudio de esta investigación refiere a la población que forma parte del Nivel 3 del CAIF Nuevo París compuesto por 50 niños/as, en ambos turnos (vespertino y matutino). La propuesta pedagógica para este nivel educativo tiene como uno de sus propósitos principales el desarrollo de habilidades en torno a la alimentación saludable para los niños/as y sus familias.

El interés personal que motiva este estudio se debe a mi asistencia en calidad de voluntaria al CAIF Nuevo París desde 2019. Está ubicado en el centro del barrio, más específicamente en Triunfo esquina Emancipación, pertenece al Municipio G, el cual forma parte de los municipios con más vulnerabilidad social de Montevideo ya que se calcula según el Instituto Nacional de Estadística (INE)<sup>1</sup> en el año 2023 (véase apéndice 1), que esta zona tiene más del 11,6% de su población en estado de pobreza, además el INE destaca que Montevideo es el Departamento que tiene más personas bajo la línea de pobreza de nuestro país.

El CAIF Nuevo París está gestionado por una Asociación Civil sin fines de lucro que destaca por su trayectoria. Fue fundado en 1986 por un grupo de personas comprometidas en la realización de tareas sociales y políticas. Este también es conocido como una organización

---

1

<https://www5.ine.gub.uy/documents/Demograf%C3%ADa/EESS/PDF/ECH/Pobreza/Estimaci%C3%B3n%20de%20la%20pobreza%20por%20el%20M%C3%A9todo%20del%20Ingreso%202020.pdf>

social, educativa y comunitaria, conformado por personas con diferentes formaciones académicas. El centro se sustenta por el apoyo financiero de diferentes organismos estatales como son el Instituto del Niño y Adolescente del Uruguay (INAU), la Intendencia de Montevideo (IM) y el Instituto Nacional de Alimentación (INDA) quien además se encarga de regular y orientar la alimentación de los niños/as que asisten allí. También cuenta con el aporte de los colaboradores de la asociación civil, quienes todos los meses realizan distintas actividades para recaudar fondos o una cuota mensual para colaborar con el CAIF. Incluso está compuesta por diferentes profesionales quienes trabajan allí y se unen para fomentar una educación más plena.

El objetivo principal del centro es brindar a niños/as de 0 a 12 años un espacio en donde puedan potenciar su desempeño general y su afectividad en acompañamiento de los técnicos y sus familias. Además de formar parte del Plan CAIF el centro funciona como Club de Niños, es decir, como establecimiento de atención diaria pensado para complementar la educación que se da en los centros educativos de primaria y dar apoyo pedagógico desde los 4 a los 12 años de edad (INAU, 2020).

El CAIF Nuevo París como nos detalla su carta de presentación cuenta con 272 niños/as de educación inicial y experiencias oportunas que se encuentran entre los 0 y los 3 años. Por otra parte, 64 participan del club de niños/as. Tiene además un programa de alimentación que brinda almuerzo, desayuno o merienda, dependiendo el horario al que asisten: entre las 9 a.m y las 12 a.m o entre la 1 p.m y las 4 p.m.

Es por ello que me pareció de suma importancia la alimentación y el bienestar de los niños/as que asisten al centro tanto dentro como fuera de él. La alimentación es la base del bienestar de toda la población y una de las dimensiones de trabajo que tiene el CAIF año tras año. Además es de destacar que motiva esta investigación el valor que sentimentalmente le doy al plan CAIF, que viene desde mi niñez, dado que concurrí allí durante gran parte de mi infancia junto con mis primos.

### ***Preguntas de investigación***

Teniendo en cuenta la situación de alimentación que viven los niños/as y las estrategias que tienen las familias para solventar esta necesidad, es pertinente plantearse ciertas preguntas de investigación.

**Pregunta central:**

¿Cuáles son las estrategias que utilizan las familias de los niños/as de tres años que asisten al CAIF Nuevo París para resolver la alimentación saludable de sus hijos/as dentro y fuera de sus hogares?

**Preguntas secundarias:**

- ¿Qué significa alimentación saludable para las familias de los niños/as de tres años que asisten al CAIF Nuevo París?
- ¿Las familias le dan relevancia al hecho de que sus niños/as se alimenten saludablemente?
- ¿A qué recomendaciones prácticas y componentes materiales recurren las familias para elaborar una estrategia que cumpla con los lineamientos de una alimentación saludable?
- ¿Cuáles son los desafíos que se les presentan en el proceso a las familias para alimentar a sus hijos/as?
- ¿El CAIF logra concientizar a las familias de la importancia que tiene la alimentación saludable en sus niños/as?

***Objetivos*****Objetivo general:**

Analizar las estrategias y prácticas alimentarias que utilizan las familias del CAIF Nuevo París para resolver la alimentación saludable de los niños/as de tres años, dentro y fuera de sus hogares.

**Objetivos específicos:**

- Identificar las nociones de alimentación saludable que portan las familias
- Indagar sobre la relevancia que las familias le dan a la alimentación de sus hijos/as
- Identificar los recursos y recomendaciones que utilizan las familias a diario para enfrentar los desafíos que se les presentan a la hora de lograr la alimentación saludable de sus hijos/as.
- Investigar si las familias logran identificar un cambio en la alimentación de sus hijos/as en el hogar por influencia del CAIF.

Esta indagación parte de la conjetura de que la mayoría de las familias de los niños de tres años que asisten al centro CAIF Nuevo París, lo hacen sin darle relevancia a la alimentación saludable y a su vez presentan dificultades socioeconómicas para acceder a la misma. Se supone además, que, estas familias utilizan estrategias brindadas por el Estado, entre ellas, diversas prestaciones sociales y por otra parte, participan de distintas acciones comunitarias en busca de lograr su alimentación.

### *Antecedentes*

Sobre la temática elegida no existen investigaciones que la estudien de forma específica, pese a ello, se toman distintos textos e investigaciones que realizan una aproximación a la problemática estudiada.

En primer lugar se toma un estudio realizado por ÁPEX<sup>2</sup> en el año 2022, que refiere a seguridad alimentaria y nutrición en el municipio A, donde se encuentra ubicado el CAIF Nuevo París. Este informe nos indica que el CAIF está en una de las zonas más vulnerables de Montevideo y que la mayoría de los hogares que componen este municipio viven más de 4 personas. En la mayoría de estos solo una o dos personas poseen ingresos monetarios que provienen de su actividad laboral sea formal o no. Es por esta razón que se llega a la conclusión de que el 83,2% de los hogares tienen alguna prestación estatal que los ayude con la alimentación de sus hijos, así como también se afirma que el 88,1% de esas prestaciones corresponden a las asignaciones familiares.

De igual modo se puede agregar que un 53% de las familias encuestadas para este informe sienten que viven inseguridad alimentaria a la hora de lograr alimentar a sus hijos/as, sin embargo solo el 14,9% de esas familias llevan a sus hijos al CAIF donde se les brinda esa posibilidad.

Se le pueden sumar a este informe dos importantes investigaciones, una de ellas realizada a cargo de Pablo Pereira y la otra un estudio llevado a cabo por el Consejo Coordinador de la Educación en la Primera Infancia.

En la investigación realizada por Pereira et. al. (2017) en colaboración con la Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina de la Universidad de la República denominada “*Los alimentos y la infancia desde una mirada interdisciplinar*” nos aporta que la alimentación en

---

<sup>2</sup> <https://media.subrayado.com.uy/adjuntos/230/documentos/003/422/0003422845.pdf>



la primera infancia es fundamental para el desarrollo de los niños, es por ello que en esa etapa se deben

(...) establecer cimientos a través del trabajo cotidiano, pues se entablan en ella las primeras relaciones con el alimento, desde la leche materna y la lactancia hasta el proceso de incorporación de sólidos, e implica una participación de todo el grupo familiar en la construcción de bases sólidas que perduren a lo largo de los años (Pereira et al. 2017, p.8).

Es por esta razón que los autores le dan suma importancia a la etapa de la primera infancia, momento de la vida donde los niños/as deben alimentarse correctamente adquiriendo los nutrientes necesarios, ya que se encuentran en pleno desarrollo físico e intelectual.

Por otra parte se destaca que la desnutrición que comienza en la etapa de la niñez logra tener impactos por el resto de la vida, ya que “(...) disminuye la capacidad de aprendizaje, el rendimiento escolar, la productividad económica en la vida adulta y las capacidades para cuidar de las nuevas generaciones, lo cual atrapa a las personas en un círculo que perpetúa la desnutrición, la pobreza y el atraso en el desarrollo” (Pereira et al. 2017, p.43).

Asimismo es también importante la variedad de nutrientes que se le brindan a los niños/as en esta etapa. Esta tarea está a cargo de sus adultos responsables, quienes deben buscar soluciones o estrategias que brinden seguridad sobre la alimentación que están teniendo sus hijos/as, por ello se destaca que

La tarea de incorporar alimentos en la dieta de los niños debe tener un tiempo privilegiado, en el que lo sensorial y lo nutricional vayan de la mano. A través del juego y el afecto, se debe lograr generar patrones de consumo saludables, tanto en quienes están aprendiendo como en aquellos que tienen la responsabilidad de llevar adelante tal tarea, quienes deben asesorarse sobre la gran oferta de alimentos e información existente (Pereira et al. 2017, p.17).

De todos modos esta es una recomendación que en nuestro país no está resuelta totalmente, dado que el Consejo Coordinador de la Educación en la Primera Infancia (CCEPI) escribió en el 2020 una serie de recomendaciones para los centros que atienden a las

primeras infancias. Resaltan que en nuestro país las familias que tienen en su núcleo niños/as menores de 6 años no cumplen con las recomendaciones alimentarias que se hacen a nivel nacional e internacional.

Para que todas estas tareas relativas a las necesidades del niño/a puedan ser llevadas a cabo en el hogar, la familia debe tener una buena planificación a la hora de consumir ciertos nutrientes. Sin embargo, como se resalta en el texto de Pereira et al (2017), el consumo de alimentos no es una elección puramente de las familias dado que depende de “(...) la economía, la política, la cultura o la sociedad pueden influir positiva o negativamente en el tipo de alimentación de las personas” (p.32).

Se puede destacar que la elección de las familias a veces varía según el barrio en el que residen, la disponibilidad de ferias y mercados de frutas y verduras, entre otros, lo que hace a que puedan comprar insumos alimenticios a menor precio y poder mejorar la calidad y variedad de su alimentación. Las condiciones ambientales desfavorables que vive la familia alteran el acceso a estos recursos (CCEPI, 2020).

De todos modos, como se viene mencionando, las familias que residen en la zona en la que se encuentra el CAIF están en situación de vulnerabilidad socioeconómica, lo que les genera importantes desafíos a la hora de alimentar adecuadamente a sus hijos/as de tres años. Para apoyar esta afirmación se puede volver a tomar el informe sobre seguridad alimentaria y nutrición realizado en el municipio A, donde se deja en evidencia que la mayoría de los hogares tienen ingresos que no le son suficientes y esta situación lleva a que necesiten de prestaciones estatales para poder mejorar su bienestar. El informe mencionado observa que las familias afirman que el 53% de ellas no tienen recursos suficientes para costear los alimentos durante todo el mes. Además se afirma que el 44% de los mismos sacrificó su calidad nutricional por la falta de medios económicos. Esto también lleva a que en dos de cada tres hogares, los centros educativos sean el espacio donde puedan alimentarse de forma saludable, aunque no cubran todas las comidas diarias.

En nuestro país, la alimentación es parte fundamental en la mejora del sistema educativo, por ello el CCEPI (2020) remarca que el Estado ha generado espacios y programas que se realizaron pensando en las necesidades de la familia. Es por esto que la relación que se genera entre la familia y los centros educativos es fundamental para potenciar la mejora de la calidad alimenticia.

Me parece adecuado tomar lo que plantea el CCEPI (2020) con respecto a la necesaria relación entre el centro y las familias para poder lograr la mejor alimentación posible:

El niño es parte de una estructura familiar y, por lo tanto, resulta esencial generar ambientes humanos que faciliten la relación fluida entre los referentes familiares y el centro educativo o de cuidado. Es importante, en este sentido, conocer la cultura alimentaria del contexto, reflexionar acerca del sentido que dichas prácticas tienen, sin críticas ni descalificaciones, y teniendo extremo cuidado en no enjuiciar por ser diferente. El personal del centro educativo o de cuidados debe construir con las familias y los niños relaciones basadas en el reconocimiento, el respeto y la confianza (p.43).

El CCEPI (2020) finalmente destaca que los hábitos alimenticios se inician en el entorno familiar y se continúan en el ámbito escolar, cuando estas dos se unen y logran de forma conjunta prácticas saludables, mejoran el crecimiento y el desarrollo del niño, así como las condiciones de vida y el relacionamiento de toda la familia

### ***Diseño Metodológico***

Esta investigación se lleva a cabo desde un enfoque cualitativo; dado que esta perspectiva como referencia Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2014) nos permite que se puedan “ (...) desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos” (p.7).

Además, se puede afirmar que esta investigación es de corte descriptivo y exploratorio. Hernández Sampieri et. al. (2014) plantean que las investigaciones descriptivas se basan en buscar las características y propiedades que tienen las personas o grupos sociales que son objeto de estudio. Mientras que por otra parte, las exploratorias son aquellas poco estudiadas que se deben hacer a base de preguntas dado que existen muchas dudas por su poca información al respecto.

En este caso, se busca trabajar sobre la realidad que viven las familias que concurren al CAIF Nuevo París y la alimentación que llevan regularmente en sus hogares, así como también los medios que utilizan para poder llegar a alimentarse sanamente a sus hijos/as.

Se procura obtener datos para esta investigación de fuentes primarias y secundarias. En el caso de las primeras como nos mencionan Hernández Sampieri et. al. (2014): “(...) deben ser referencias directamente vinculadas con el planteamiento del problema” (p. 81). Es por ello que en esta investigación se usan como fuentes primarias a la población estudiada:

las familias de los niños/as, ya que tienen una relación directa con el problema de estudio, así como también se incluyen los/as funcionarios/as del centro; cocineras, educadores y/o maestras. Por otro lado, se utilizan fuentes secundarias, aquellas con una relación menos directa hacia el problema de estudio, que comprenden los documentos que tenga el centro sobre la alimentación que debe llevar a cabo, así como también los documentos publicados por el Plan CAIF. Estos documentos se tomaron a partir del 2012 en adelante, dado que las normativas más relevantes que rigen al plan son provenientes de ese año cuando se realizó el último convenio interinstitucional<sup>3</sup> en el que participaron MSP, MIDES, ASSE, INAU, Plan CAIF Intendencia de Montevideo, Instituto Nacional de Alimentación y el Programa Uruguay Crece Contigo.

En lo que respecta a las técnicas utilizadas para la recolección de datos, se realizaron entrevistas individuales y observaciones. Haciendo mención a la entrevista se toman los aportes de Batthyany y Cabrera (2011) quienes hacen referencia a que la entrevista es una técnica de investigación perteneciente a las denominadas conversacionales. Además las autoras toman a Delgado y Gutiérrez (1999) describen a la entrevista como

(...) una conversación entre dos personas, un entrevistador y un informante, dirigida y registrada por el entrevistador con el propósito de favorecer la producción de un discurso conversacional, continuo y con una cierta línea argumental —no fragmentado, segmentado, precodificado y cerrado por un cuestionario previo— del entrevistado sobre un tema definido en el marco de una investigación. La entrevista es pues una narración conversacional, creada conjuntamente por el entrevistador y el entrevistado, que contiene un conjunto interrelacionado de estructuras que la definen como objeto de estudio (p. 228).

Mediante esta técnica de investigación a partir de una guía (véase apéndice 2), se realizaron seis entrevistas presenciales semi-estructuradas: a la cocinera, a la maestra referente y a cuatro familias que tenían niños/as de tres años en el centro. Las personas seleccionadas para estas entrevistas buscaron poder cumplir con el objetivo de poder generar una mejor comprensión de la labor del CAIF frente a la alimentación. En el caso de las familias, se contó con la presencia de la maestra, lo que generó mayor disposición a realizar

---

<sup>3</sup> file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Convenio\_interinstiucional\_asse\_caif\_ucc.pdf

la misma y a intercambiar sobre el tema de la alimentación, teniendo en cuenta las particularidades que la maestra ha observado en los niños/as, además ella fue quien propuso a las familias que podrían ser candidatas a la entrevista atendiendo a la diversidad de familias que concurren al centro.

Las entrevistas a los diversos actores involucrados buscaron tener una mirada amplia de la temática, desde dentro y fuera del centro educativo. La persona encargada de la cocina desde el proceso de elaboración, la maestra desde el trabajo cotidiano con los niños/as y las familias desde cómo se vive la alimentación en el hogar y las estrategias que los adultos llevan adelante.

Paralelamente se aplica la técnica de la observación. Batthyany y Cabrera (2011) plantean que la observación es una recopilación de datos no verbales que debe tener determinadas características (Valles, 2000), entre ellas: orientación y enfoque a un objetivo de investigación; planificación de acuerdo a fases, lugares, y aspectos que se desee conocer; controlada y relacionada con algunos elementos de la investigación y con el cometido de ser sometida a controles de veracidad, precisión y fiabilidad. Es por ello que en dos ocasiones se asistió a la hora de la alimentación de los niños/as de tres años, una de ellas en el mes de marzo a la hora de la merienda y la otra en abril a la hora del almuerzo, realizadas con el objetivo de poder ver el relacionamiento que tienen ellos con la alimentación saludable que se les brinda desde el CAIF. Para la realización de estas observaciones se utilizó una guía (véase apéndice 3) que ordenó la aplicación de la técnica

Con respecto al análisis de información, se puede afirmar que estamos frente a un análisis de discurso como lo llama Valles (1999), quien toma en su libro las características que plantea Van Dijk (1990). Este dice que los análisis de discurso son los primeros que se basan en la estructura del texto y por lo general está relacionado con textos narrativos, además son escritos en forma de habla que describen situaciones sociales específicas.

Finalmente, se realizó el análisis de los datos obtenidos en tópicos claves para esta investigación. En cuanto a los recursos y las estrategias que utilizan las familias para la alimentación de sus hijos/as se hizo un recorrido sobre los documentos estudiados previamente y la opinión que se recolectó de las familias que tienen niños/as de tres años en el CAIF. A los tópicos de la alimentación saludable y la influencia del CAIF en las familias se le agrega además de las entrevistas realizadas, las observaciones dentro del centro.

### ***Estructura de la monografía***

La monografía está compuesta por dos capítulos. El primer capítulo presenta el marco teórico que es utilizado a lo largo de toda la investigación. El mismo está compuesto por una trama conceptual que da sostén a la indagación en dos formatos vinculados, por un lado conceptos claves y por el otro referencias institucionales. Estos conceptos tienen como eje la referencia institucional del Plan CAIF, que es primordial en esta investigación ya que corresponde al reglamento que debe de seguir el centro estudiado. En cuanto a los conceptos transversales encontramos a la alimentación y la infancia. Estos últimos están entrelazados con otros dos conceptos: familia y estrategias familiares, también trascendentales en esta investigación.

En el segundo capítulo se presenta, en diálogo con las referencias teóricas en las que se sustenta este estudio, todo el trabajo de campo realizado en el CAIF donde se llevaron a cabo las observaciones y las entrevistas a las respectivas familias de los niños/as de 3 años que asisten en el 2025 al CAIF y a los referentes del centro, así como el resultado de las observaciones realizadas.

Para cerrar el texto se realizó un apartado con reflexiones finales realizadas por la autora de esta monografía.

## Capítulo 1

### Un acercamiento a la investigación

---

#### *Marco conceptual*

A partir de la temática planteada, es decir, las estrategias que tienen las familias para poder lograr una alimentación saludable en sus niños/as de tres años que asisten al CAIF Nuevo París, a continuación se presenta el marco teórico de referencia. Se toman conceptos claves y también se le da gran relevancia a la referencia institucional que tiene el propio plan CAIF, quien tiene pertinencia en esta monografía ya que es la política pública de nuestro país que se encarga de la primera infancia y es promotora de la alimentación saludable.

Con respecto a los conceptos que conforman este marco teórico se encuentran: infancia, alimentación, familia y estrategias familiares. La vinculación entre estos conceptos sostiene la trama que posibilita analizar el material que se recogió en el trabajo de campo.

#### **Plan CAIF**

El Plan CAIF fue creado en 1988. Supone una política pública intersectorial de alianza entre el Estado, Organizaciones de la Sociedad Civil e intendencias municipales. El Plan CAIF cuenta con más de 380 centros y abarca unos 47.000 niños/as dentro de Uruguay (CAIF, 2023). Para lograr solventar todos estos centros, se realizan transferencias monetarias por parte del INAU y se cuenta también con el aporte del Instituto Nacional de Alimentación (INDA). Se destaca que “(...) el Estado transfiere los recursos económicos para asegurar la sustentabilidad de los centros (mantenimientos edilicios, recursos humanos y materiales) y a través de INDA se transfieren recursos económicos para garantizar una alimentación de calidad a los niños y niñas (...)” (Secretaría Ejecutiva del Plan CAIF-INAU, 2010, p.5).

Los centros CAIF tienen como objetivo central “(...) garantizar la protección y promover los derechos de los niños y las niñas desde su concepción hasta los 3 años, priorizando el acceso de aquellos que provienen de familias en situación de pobreza y/o vulnerabilidad social, a través de las modalidades urbanas y rural” (INAU, 2023, p.1)

Además este Plan cuenta con principios básicos para poder ser llevado adelante, así lo hace saber la Secretaría Ejecutiva del Plan CAIF-INAU en su librito publicado en el año 2010 el cual denominaron como “Proyecto institucional de los centros CAIF”. En este se destaca que esos principios son “(...) integralidad de las acciones, interinstitucionalidad,

interdisciplinariedad, participación de los niños y niñas, familias y comunidades y evaluación de las acciones, enmarcados en la Convención de los Derechos de los niños y las niñas” (p.5).

Me parece oportuno destacar que la Secretaría Ejecutiva del Plan CAIF-INAU (2010) nos aporta que las acciones y principios que tiene el Plan CAIF procuran:

(...) brindar oportunidades de aprendizaje, promover el bienestar, crecimiento y desarrollo de los niños y niñas; fortalecer los vínculos entre el niño/a y sus adultos significativos; potenciar las capacidades de los adultos para la crianza, y propiciar la plena participación de los niños/as, sus familias y las comunidades. Se pretende contribuir a la superación de las desigualdades e inequidades en pro de una sociedad más justa. (p.6)

Este plan tiene como directiva que cada centro CAIF sea formado por un equipo interdisciplinario sólido que lleve a cabo las tareas requeridas, en el cual se encuentran profesionales de distintas áreas, como son Psicólogos, Maestras, Educadores Sociales, Cocineras, Auxiliares de Servicio, Trabajadores Sociales y Psicomotricistas. (INAU, 2023, p.1)

Unas de las tareas que debe de cumplir el CAIF como centro educativo es la planificación del menú con tiempo anticipado y los nutrientes equilibrados, dado que “a partir de una buena planificación se logra una alimentación balanceada, equilibrada, creativa y rica que contempla situaciones especiales, que acompaña y se vincula con el proyecto de centro” (Caballero et al., 2022, p.5).

## **Alimentación**

El concepto de alimentación puede ser definido en conjunto con el de hábitos alimenticios, por ello se tomará nuevamente a Pereira (2017), quien destaca que son “(...) comportamientos o conductas que resultan de prácticas repetidas inducidas por ideas, creencias, valores y normas de la cultura que, cuando se integran a la vida diaria de modo sistemático, constituyen un estilo de vida” (p. 30). También nos aporta que los alimentos que ingerimos son vehículos de nutrientes que entran a nuestro cuerpo generando más energía en el organismo y de este modo permiten el crecimiento y desarrollo de los niños/as de forma correcta.



Por lo antes mencionado, es que la alimentación es pilar fundamental en el Plan CAIF. Tomando lo que plantean desde el CCEPI (2020), en nuestro país en 2013 se aprobó la ley N° 19.140 relativa a la alimentación en los centros educativos infantiles que tiene el propósito de “proteger la salud de los niños y adolescentes a través de la promoción de hábitos alimenticios saludables como forma de contribuir a prevenir el sobrepeso, obesidad y enfermedades asociadas” ( p.12).

Además UNICEF en su artículo “¡Para ellos y con ellos!. Alimentación en la etapa escolar”, hace referencia a que la alimentación entre los 3 y los 12 años “ (...) es sumamente importante en estos momentos de la vida, ya que aporta los nutrientes necesarios para crecer, condiciona la salud y tiene impacto sobre el desarrollo del cerebro y de la función cognitiva” (UNICEF, 2019, p. 7). En ese periodo de edad es cuando los niños comienzan a elegir cuánto y cómo comer determinado alimento, lo que impacta en el desarrollo de las capacidades necesarias para aprender y para vincularse con la familia y sus pares (UNICEF, 2019).

Asimismo Pereira (2017) nos aporta que es fundamental la textura con la que elegimos darle alimento a los niños/as dado que “ (...) las preparaciones durante la infancia en el entendido de que no solo condicionan la aceptabilidad del plato, sino que contribuyen al desarrollo de la masticación y musculatura facial” (p.13)

A los niños/as se les debe de dar una alimentación adecuada para evitar problemas que afecten su desarrollo cognitivo, crecimiento, desempeño académico (falta de sueño, falta de concentración) y enfermedades en el presente y en el futuro, es por ello que UNICEF destaca que “ los padres siguen siendo el modelo más importante y, por ese motivo, las comidas en familia son claves e incidirán en la forma en la que los niños comerán en su vida adulta” (UNICEF, 2019, p.8). Es decir que las personas a cargo de cada niño condicionan de forma directa su alimentación dependiendo de los sustentos que les ofrecen en la vida cotidiana (UNICEF, 2019)

Es por estas razones que la alimentación es una de las temáticas más importantes a considerar dentro del Plan CAIF, ya sea como centro educativo o en su relacionamiento con las familias. Ambas partes, centro educativo y familia deben poder lograr una buena comunicación para favorecer la alimentación del niño/a y con esto su bienestar.

El Instituto Nacional de Estadística (INE) a partir de los datos obtenidos en el año 2024 nos deja en claro que la mala alimentación de los niños/as de nuestro país está en continuo aumento, esto se da porque consumen alimentos alejados de lo que se considera recomendado para sus edades. Esta problemática dentro de las familias demuestra que estas han reemplazado los alimentos saludables por productos altos en grasas, sal y azúcar (CCEPI,

2020). Este no es el único motivo por el cual aumenta la mala alimentación de los niños/as, sino que otro de los factores importantes es la situación socioeconómica que viven en sus hogares.

Por ello, considero pertinente tomar lo que se plantea en un estudio realizado en el 2024 dirigido por el INE con aportes del Ministerio de Salud Pública y el Mides, quienes destacan que;

La inseguridad alimentaria fue mayor en aquellos hogares donde vivían menores de 6 años en comparación con aquellos hogares sin menores de 6 años, independientemente de la región del país que se considere. La prevalencia de inseguridad alimentaria moderada y grave alcanzó el 17,6% en los hogares con menores de 6 años, mientras que la inseguridad alimentaria grave alcanzó el 2,5%. Es decir, cada 1000 hogares con niños menores de 6 años, 176 experimentaban inseguridad alimentaria moderada o grave, de los cuales 25 experimentaban inseguridad alimentaria grave. (p.19- 20)

Es de resaltar que el INE (2024) plantea que la inseguridad alimentaria se da “cuando una persona carece de acceso regular a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para llevar una vida activa y saludable. Esta situación puede deberse a la falta de disponibilidad de alimentos y/o a la falta de recursos para obtenerlos” ( p. 13).

Los porcentajes obtenidos por el INE (2024) nos confirman que los hogares con mayor vulnerabilidad alimentaria son los que tienen niños/as a cargo. Esto nos deja en evidencia la desprotección alimentaria en la que viven un número alto de niños/as. Una de las acciones que se podrían desarrollar frente a esta situación es la generación de otras políticas públicas que atiendan a los adultos que tienen a cargo a estos niños/as, ya sea en el plano laboral y de otras que atiendan a la vulnerabilidad económica. En este sentido, el propio plan CAIF funciona como política que promueve una buena alimentación a los niños/as fuera de sus hogares, al menos en parte de las comidas diarias.

## **Infancia**

La primera infancia según el planteo de Plan CAIF en un documento elaborado en conjunto con CCEPI y Uruguay Crece Contigo, es la etapa de la primera infancia que va

(...) desde el embarazo hasta los seis años de edad en donde se sientan las bases del desarrollo posterior del individuo. En los primeros treinta y seis meses de vida se constituye una parte importante del desarrollo intelectual, emocional, físico/inmunológico y social de los seres humanos, dando lugar a nuevos aprendizajes y a la adquisición de competencias sociales en un proceso que continúa y se enriquece a lo largo de la vida (CCEPI, Uruguay Crece Contigo, Plan CAIF, 2014, p.4)

El Plan CAIF considera a los niños/as en la primera infancia como

(...) un sujeto de derechos, una persona proactiva, portadora de un rico potencial y dotada de iniciativa, con capacidad para realizar sus propias opciones en los procesos personales de desarrollo y aprendizaje, en relación con personas adultas, pares, objetos y el entorno natural y cultural del cual forma parte. (CCEPI, Uruguay Crece Contigo, 2014, p.12)

Además Pereira (2017) aporta que esta etapa se encuentra entre el periodo de crecimiento del lactante y el escolar, en el cual debe de tener una buena alimentación para poder desarrollarse según su edad. Es por ello que me parece apropiado tomar lo que plantea Esquivel, Faur y Jelin (2012) sobre el cuidado de las personas, ya que todos necesitamos en algún momento el cuidado de un otro pero especialmente los niños/as que se encuentran en esa etapa no pueden realizar estos cuidados por sí solos.

Parte de estos cuidados que debe recibir el niño/a es la alimentación. Pereira (2017) hace énfasis en que las decisiones que toma la familia como núcleo responsable del niño/a, son los que van definiendo sus gustos alimentarios y lo lleva a tomar decisiones propias como saber que quiere comer y como lo quiere comer. Si estos hábitos que le brinda la familia son parte de una buena alimentación es lo que hace que el niño esté en condiciones adecuadas para poder desarrollarse como debería.

Para Pereira (2017) el niño/a debe tener un buen relacionamiento con su familia a la hora de su alimentación dado que fortalece el vínculo y mejora el crecimiento. Así como también, si esto no sucede el niño/a puede llegar a tener una alimentación inadecuada la cual lo lleve a tener un retraso en su desarrollo infantil viéndose así vulnerados sus derechos.

La Organización de las Naciones Unidas (2010) en su libro sobre el derecho a la alimentación adecuada, señala que las familias tienen la obligación de proteger los derechos de sus niños/as. Además expresan que los niños/as tienen el derecho a tener una alimentación digna. Se espera con este derecho que las personas, en este caso los adultos responsables de los niños/as, puedan satisfacer por sí solos y su propio esfuerzo esta alimentación, ya sea produciendo o comprando los alimentos para poder brindarles una alimentación correcta a sus hijos/as (Naciones Unidas, 2010, p.5).

Es pertinente cerrar este concepto tomando lo que se plantea en el Código de la Niñez y la Adolescencia aprobado por la Ley 17.823 en nuestro país en el año 2004. Este Código plantea en su Artículo 9 que todos los niños/as tienen derecho a “(...) la vida, dignidad, libertad, identidad, integridad, imagen, salud, educación, recreación, descanso, cultura, participación, asociación, a los beneficios de la seguridad social y a ser tratado en igualdad de condiciones cualquiera sea su sexo, su religión, etnia o condición social”.<sup>4</sup>

Se puede decir amparándose en el Artículo 7 de este Código que la efectivización del mismo y la búsqueda del bienestar y los derechos de los niños/as es una corresponsabilidad que debe asumir la familia, la comunidad y el Estado. En cuanto a este último es el encargado de “actuar en las tareas de orientación y fijación de las políticas generales aplicables a las distintas áreas vinculadas a la niñez y adolescencia y a la familia, coordinando las actividades públicas y privadas que se cumplen en tales áreas” (2004, párrafo 10).

Además es de destacar que otro de los derechos fundamentales que plantea este Código es que “todo niño y adolescente tiene derecho a vivir y a crecer junto a su familia y a no ser separado de ella por razones económicas” (Artículo 12). Es por esta razón que es fundamental la familia y su acompañamiento correcto en la etapa de la primera infancia. A continuación se definiría a la familia para lograr una mejor comprensión de la relación de estos conceptos.

## **Familia**

Es pertinente comenzar destacando que desde el Trabajo Social se ve a la familia como un producto socio-histórico. Como reflexiona Elizabeth Jelin (1984) la noción de familia ha ido cambiando a lo largo del tiempo en conjunto con las transformaciones sociales y culturales. Es por esto que Jelin (1984) expresa que las familias en el mundo moderno son vistas como el apoyo emocional que se le brinda mediante lazos sanguíneos a las personas

---

<sup>4</sup> <https://www.impo.com.uy/bases/codigo-ninez-adolescencia/17823-2004>

adultas y a los niños/as de temprana edad, dado que son las personas más vulnerables dentro del núcleo familiar.

Jelin (1984) también aporta qué la familia además de ser un concepto socio- histórico es una entidad biológica ligada a la sexualidad y la procreación. Asimismo la familia es vista como una red amplia de relaciones que contiene derechos y obligaciones que son guiadas por los lazos de parentesco con reglas y pautas sociales establecidas por el momento en el que se esté viviendo.

La autora también destaca que uno de los grandes cambios que ha tenido la noción de familia es con respecto a las tareas domésticas del hogar y la vida privada, dado que antes se veía como una tarea exclusivamente de la mujer y era obligatorio cultural y socialmente que lo cumpliera, ya que se veía como actividad necesaria. Eso deja de pasar ya que como plantea Jelin (1984) estas tareas comienzan a ser vistas como una expresión de amor y devolución de cualquier miembro de la familia, aunque predomina el rol de la mujer. Se podría decir que actualmente seguimos viendo estas tareas como expresión de cariño de cualquier integrante de la familia.

Podemos tomar también lo que nos aporta De Martino (2020) cuando plantea que todas las personas formamos parte de una familia y vamos cambiando de roles continuamente, dado que en el mismo momento podemos ser hijo, padre, tío, abuelo, además que el concepto de familia no solo lleva a pensar en vínculos consanguíneos, sino también a otras personas cercanas de nuestro entorno. La autora hace énfasis en que el significado de familia como tal es abierto y se va modificando con el tiempo.

Para continuar con la definición de este concepto, es importante tomar lo que plantean desde CCEPI (2014), quienes hacen referencia a que “la familia, dotada de singularidad, constituye el primer entorno educador de niños y niñas en cooperación con otros espacios e instituciones que promueven el desarrollo y la educación durante la primera infancia, en pro de su bienestar y de su integración social” (p.13).

Por otra parte, Pereira (2017) destaca que la familia es parte fundamental de la corresponsabilidad que tienen junto con el Estado y la comunidad de hacerse cargo de la alimentación de todos los componentes de la familia, especialmente de los niños/as que la componen, ya que desde esa edad forman su conducta alimentaria y donde los nutrientes son esenciales para el desarrollo saludable del mismo.

Me parece oportuno citar a Pereira (2017) dado que destaca que la alimentación es la que forma el vínculo entre los integrantes de la familia, por eso hace referencia a que

Respecto de las relaciones sociales en la familia o en un servicio, se considera que trabajar en la calidad del vínculo entre quien da el alimento y quien lo recibe es, muchas veces, el motor que es preciso activar para incentivar la participación del niño en su alimentación (p. 108)

## **Estrategias familiares**

Se persigue el propósito de poder indagar en las estrategias que utilizan las familias para poder brindarles una alimentación saludable a sus hijos/as. Es por ello que se tomará lo que plantea Madrid (2008) en su libro “Estrategias familiares y seguridad alimentaria”. En este hace énfasis en lo que Susana Torrado (1998) considera como estrategias familiares:

(...) aquellos comportamientos de los agentes sociales de una sociedad dada que estando condicionados por su posición social se relacionan con la constitución y mantenimiento de unidades familiares en el seno de las cuales pueden asegurar su reproducción biológica, preservar la vida y desarrollar todas aquellas prácticas económicas y no económicas, indispensables para la optimización de las condiciones materiales y no materiales de existencia de la unidad y de cada uno de sus miembros ( p. 3).

En Uruguay una opción de estrategia familiar puede ser apelar a las prestaciones económicas que forman parte de las políticas socio asistenciales llevadas adelante por el Estado. Por esta razón se toma lo que plantea Laura Vecinday y Pablo Bentura (2019), quienes destacan que estas prestaciones han sido pensadas para generar una ayuda hacia los pobres, quienes deben demostrar la incapacidad que tienen para lograr sobrevivir por sí solas y de esta forma recibir la asistencia. Por ello a continuación analizaré algunas de las políticas que existen en nuestro país.

En nuestro país contamos con muchas prestaciones estatales vigentes en cuanto a las asignaciones que reciben las familias. En esta investigación se tomará a la ley N°18.227<sup>5</sup> que forma parte del Plan de Equidad , en la que se decide realizar prestaciones en conjuntos con el MIDES y BPS.

---

5

[https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/DINTAD\\_2023\\_Asignaciones%20Familiares%20PE.pdf](https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/DINTAD_2023_Asignaciones%20Familiares%20PE.pdf)

Así mismo podemos definir las asignaciones familiares por Plan de Equidad, como:

(...) una transferencia monetaria no contributiva dirigida a mujeres embarazadas (prenatal), niños/as y adolescentes menores de 18 años o personas en situación de discapacidad, que integren hogares en situación de vulnerabilidad socioeconómica o estén en atención de tiempo completo en establecimientos del INAU, o en instituciones en convenio con dicho Instituto (Asignaciones Familiares – Plan de Equidad, 2023, p.3)

Estas transferencias de dinero se dan en forma mensual, las cuales van a depender de la variación del Índice de Precios al Consumo (IPC) y el número de personas que vivan en el hogar a la cual se le asigna la prestación. Además es requisito que las personas que estén en edad de asistir a un centro educativo lo hagan, para poder seguir obteniendo la prestación (Asignaciones Familiares – Plan de Equidad, 2023). Lo cual se puede observar en los niños que asisten al CAIF Nuevo París.

Otra de las prestaciones utilizadas en las personas que tienen niños a cargo, también es la Tarjeta Uruguay Social (TUS)<sup>1</sup>. Es una transferencia monetaria destinada a hogares y personas en situación de vulnerabilidad socio-económica extrema, es por ello que tiene como objetivo central mejorar el nivel de ingresos y acceso de alimentos, vestimenta, artículos de higiene, etc. El monto de esta transferencia varía dependiendo de la cantidad de hijos/as menores de 18 años y la situación socioeconómica del hogar, dado que puede ir desde 1.737 pesos uruguayos hasta 9.338 (Ministerio de Desarrollo Social, 2024).<sup>6</sup>

Basándonos en el informe de seguridad alimentaria del Municipio A<sup>7</sup> (donde se realiza esta investigación) que ejecutó Apex en conjunto con la Udelar en el año 2023, podemos afirmar que el 83,2% de las familias tiene alguna prestación del Estado que los ayude a solventar su alimentación. Entre ellas la que más adquieren es la asignación familiar por hijo y la Tarjeta Uruguay Social.

Se puede tomar también como una estrategia familiar que forma parte de una política sectorial universal a la educación, en este caso no sería parte de una asistencia económica directa pero sí indirectamente. En esta investigación se toma como parte de esta política a los centros CAIF, quienes dan su apoyo a las familias aportando a la alimentación de los niños/as mientras se encuentran en horario escolar. Esto se puede tomar como un apoyo a las familias

<sup>6</sup> <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/politicas-y-gestion/programas/tarjeta-uruguay-social>

<sup>7</sup> <https://media.subrayado.com.uy/adjuntos/230/documentos/003/422/0003422845.pdf>

para poder lograr el objetivo del bienestar de sus hijos/as. Por esta razón se tomará lo que nos aportan las Naciones Unidas (2010), ya que especifican que la ayuda alimentaria desde los programas de alimentación escolar tiene como fin entregar alimentos para satisfacer las necesidades alimenticias saludables de los niños/as.

Es necesario en esta situación tener una relación fluida entre el centro al que asiste el niño/a y la familia. Desde el CCEPI (2020) se plantea que las familias y los centros deben formular en conjunto estrategias efectivas para lograr una correcta incorporación de las prácticas saludables en ambos ambientes, basadas en las oportunidades que brinda el país con respecto a la alimentación de los niños/as.

Tomando en cuenta lo mencionado anteriormente con respecto a las distintas prestaciones estatales, resulta pertinente destacar que también pueden existir estrategias familiares referentes a la alimentación que no sean aquellas provenientes del Estado. Es por ello que tomare lo que formula la Licenciada en Trabajo Social Liliana Madrid (2008) en su investigación realizada en la Universidad de Ciencias Sociales de Buenos Aires; allí especifica la importancia de las compras comunitarias, las cuales se hacen para lograr “(...) un consumo mercantilizado que tiene por finalidad el aumentar el poder de compra a través de la unión de varias familias y adquiriendo los alimentos en centros mayoristas” (p.9). Esta autora también destaca como estrategia familiar la producción de ciertos alimentos y el relacionamiento con determinadas prácticas productivas que les brinde conocimientos para desenvolverse en una mejor alimentación.

Para finalizar considero apropiado destacar que desde el CAIF donde se realiza esta monografía, en reiteradas actividades a las cuales se ha asistido como voluntaria del mismo, el centro ha entregado a las familias semillas y/o plantas para que las mismas puedan cultivar en casa con sus niños/as y de esta forma promover el cultivo propio como actividad recreativa y de estrategia para conseguir alimentos que colaboren con la economía y la alimentación de las familias.



## Capítulo 2

### Análisis de los resultados

---

En este capítulo se presenta el análisis de resultados, el cual busca exponer los hallazgos de las observaciones y entrevistas realizadas a las familias y funcionarios del CAIF a la luz del marco teórico anteriormente expuesto. En este análisis se identificaron tres tópicos que nos permiten realizar esta investigación en profundidad, los cuales dan cuenta de los objetivos propuestos para esta monografía. Estos son: alimentación, familia, estrategias familiares e infancias.

#### **La importancia que las familias le brindan a la alimentación**

La alimentación saludable es fundamental para el crecimiento de los niños/as de tres años, por ello y basándose en lo expuesto en el marco conceptual de esta monografía esta acción es una corresponsabilidad de las familias, el Estado y la comunidad. Implica recibir los nutrientes adecuados y generar buenos hábitos alimenticios que le perduren a lo largo de su vida. De igual modo es sabido, que las familias, responsables fundamentales de la alimentación, y con quienes los niños pasan buena parte del tiempo, no siempre logran comprender la importancia de la correcta alimentación y llevarla adelante por motivos económicos, formas de vida o gestión del tiempo.

Me pareció pertinente para poder continuar con este análisis indagar en primer lugar por medio de entrevistas a cuatro familias que asisten al CAIF Nuevo París y tiene hijos/as de tres años allí, si ellas sabían lo que es una alimentación saludable para sus hijos/as, y de esta forma poder luego observar qué relevancia se le da a la misma. Es por ello que se destacan dos respuestas de las familias en cuanto a su definición de alimentación saludable.

Por un lado una familia planteaba:

Si en casa eso lo tenemos, yo soy educadora y además estudió para ser profe de educación física entonces la definición como tal y sus características las tenemos al pie de la letra. Considero además que es el equilibrio de todo, no le voy a prohibir los caramelos que es lo que le

gusta pero tampoco le voy a dar todos los días, intentamos que conozca el otro mundo que hay y no es saludable pero que la constante es que se alimente bien (Entrevista familia N° 1, comunicación personal, marzo 2025)

Por otro lado, una segunda familia afirmó: “Consideramos que debe ser variada en fruta, verdura, carne y cereales. También creemos que debe ser creativa para que sea más amigable” (Entrevista familia N° 2, comunicación personal, marzo 2025)

Es de suma importancia como se venía mencionando que las familias sepan o tengan conocimientos mínimos de que es una alimentación acorde a la edad de sus niños/as para luego poder brindarle la misma de forma correcta, ya que se considera a la alimentación como un derecho de los niños/as que componen el hogar y un deber que tienen los adultos de poder brindarla, por más que este deber siempre está sujeto a las situaciones socio-económicas de cada hogar y familia.

Dado el conocimiento de esta definición, en esta oportunidad se les consultó a esas mismas familias que valor se le da en el hogar a la alimentación, ya que como se viene planteando a lo largo de esta monografía, la alimentación fortalece el vínculo entre los adultos y los niños/as ya que se puede dar mediante un tiempo ameno y compartido al final del día. Se pudo recabar que no siempre es posible tener el tiempo y los medios para darle la importancia que ellos quisieran a la alimentación de sus hijos/as. En palabra de dos de las familias entrevistadas:

Intentamos darle la mayor importancia posible, hay momentos que es difícil sobrellevar eso dado que entran otros integrantes de la familia que le dan cosas que en casa no consumen y él empieza a probar eso y después quiere más, como los caramelos o los refrescos y tuve que soltar esa presión de que le iban a hacer mal. (Entrevista familia N° 1, comunicación personal, marzo 2025)

Si le damos importancia y tenemos en claro lo que hay que hacer pero no cumplimos a rajatabla. A veces se hace muy difícil seguir recomendación siendo tantos en casa, yo no sé lo que es un desayuno sin harina o comida chatarra, intentamos que el de los chicos sea más sano pero la mayoría de

veces no se logra (Entrevista familia N° 3, comunicación personal, abril 2025)

Se observa que en las distintas familias no se siguen totalmente los lineamientos recomendados dado que todas tienen distintas realidades. Por un lado, en las familias que trabajan el o los adultos responsables no tienen el tiempo suficiente para poder pensar y elaborar una comida adecuada para los niños/as que componen el hogar. Por otro lado, están las familias que si tienen el tiempo necesario dado que alguno de los componentes o todos están sin empleo, pero en esta situación no tienen los medios económicos para poder elaborar la alimentación con todos los nutrientes necesarios

Es por esta razón que la maestra referente, destacó que solo algunas familias siguen un lineamiento recomendado en cuanto a la alimentación, más específicamente expresa que “(...) si hablamos de un porcentaje quizás un 60% lo sigue” (Entrevista maestra, comunicación personal, marzo 2025). La entrevistada señala que algunas familias tienen los medios económicos y de tiempo suficiente para poder elaborar alimentos que le generen a sus niños/as una buena alimentación y a otras familias no les es posible generar eso en sus niños/as.

En cambio, estas diferencias que los niños/as viven en casa no pasan en el CAIF, ya que como plantea la cocinera es primordial en el centro la alimentación de los niños/as y se sigue el lineamiento recomendado por INDA, quien además están continuamente actualizando normativas del plan CAIF en cuanto a la alimentación y enviando cursos para que ellas se capaciten. De este modo también nos informan la importancia que le dan como equipo al pienso y preparado de la comida: “(...) nuestro manejo es reunirnos los viernes las tres que estamos en la cocina y a veces se suma la maestra coordinadora y vemos entre todas si se siguen los lineamientos correspondientes” (Entrevista a Cocinera, comunicación personal, marzo 2025).

Se puede concluir que las familias que asisten al CAIF Nuevo París le dan importancia a la alimentación de sus hijos/as de tres años e intentan seguir los lineamientos recomendados por el CAIF o sus pediatras, pero se encuentran en el medio con algunos inconvenientes de la vida cotidiana como son los cortos tiempos que tienen para dedicarle a las preparaciones o la compra de insumos y eso los lleva a caer en algunas situaciones de comida “chatarra” o de mala calidad solo por ser más rápido y fácil de preparar. Así como también otras familias encuentran el inconveniente de la falta de medios económicos para poder adquirir los insumos necesarios para lograr la alimentación deseada de sus hijos/as.

Otros de los inconvenientes que manifestó una de las familias entrevistadas son las enfermedades que padecen algunos niños/as que limitan la alimentación que se les puede dar en la casa. Esa familia expresó que su hija padece de diabetes hereditaria y en muchas ocasiones se intenta darle la mejor alimentación posible pero los alimentos bajos en azúcares son muy caros y su economía no le permite comprar algunas cosas. Por ello es mucho más difícil seguir el lineamiento, dado que se requiere más tiempo que el habitual para cocinarle a un niño/a con alguna enfermedad que limite su alimentación y se deba elaborar todo lo que ingiera de forma casera para asegurarse que lo que va a comer no le va a hacer mal.

De todos modos se pudo observar que las familias entrevistadas y las funcionarias del CAIF, son conscientes de su responsabilidad frente a la alimentación del niño/a que tienen a cargo y que son ellos quienes delimitan los gustos alimenticios y su bienestar físico. Por ello se intenta formar una buena comunicación entre las familias y el centro educativo para poder darle al niño/a la mejor alimentación posible.

### **Los desafíos que se presentan a la hora de alimentar a los niños/as de tres años**

Es pertinente poder analizar con detalle los desafíos que se han mencionado en el apartado anterior en cuanto a las dificultades que tienen las familias con la alimentación de sus hijos/as de tres años. La maestra referente ha destacado que el mayor desafío que ella ve a la hora de la alimentación es cuando los niños/as vuelven de las vacaciones de verano, dado que quedan al cuidado de otros integrantes de la familia o con personas fuera de su hogar y es por esta razón que no se alimentan de la misma forma que el resto del año. Esto le pone a ella desafíos a la hora de la alimentación, ya que los alimentos que los niños/as ingerían antes de irse de vacaciones ahora ya no lo hacen y hay que empezar a hacer una selección de ingredientes y comidas para que vuelvan a alimentarse correctamente.

Basándose en lo que se investigó con respecto a la alimentación y la concepción que se tiene sobre ella, se puede volver a tomar lo que Pereira (2017) nos aportó con respecto al consumir alimentos que sean altos en nutrientes dado que va a ayudar a crecer y desarrollar a los niños/as que componen la familia de la mejor manera. De todos modos en muchas familias se sabe lo que es una alimentación saludable y que se debe hacer para llevarla a cabo, pero es muy difícil realizarlo, como expresa una de las familias entrevistadas:

(...) somos muchos en casa y es imposible cocinar para todos y encima saludable. Se termina siempre cocinando algo rápido dado que estoy cansado y no me dan ganas, además tengo la más chica de 3 y la más

grande de 28 que vive con el novio y los hijos en casa, no podemos hacer que a todos les guste lo mismo. Siempre se termina en arroz o fideos (Entrevista familia N° 3, comunicación personal, abril 2025).

Además otro de los desafíos que tienen las familias y el CAIF como nos contribuyó Caballero, J, et al. (2022), es pensar el menú con tiempo para generar una alimentación más nutricional a sus hijos/as, lo que en muchas ocasiones es inviable dado que no en todos los hogares tienen el tiempo disponible para hacerlo o la economía que se requiere. Aquí también se tomará lo que nos plantean las familias que tienen hijos/as de tres años en el CAIF Nuevo París a quienes se les consultó si piensa el menú del hogar en base a la economía o los gustos, es por ello que en rasgos generales se pudo recabar que las familias basan su alimentos en la economía principalmente dado que no es fácil poder alimentarse todos los días del mes como corresponde y después en lo posible intentan fijarse en los gusto de los niños/as del hogar, para sintetizar lo planteado es pertinente tomar a una de las familias quien dejó en claro lo expuesto

Se piensa en base a ambas cosas, la economía es la base de todo y creo que arranca por ahí el planificar la comida y después se ve la variedad y que se puede agregar según los gustos de cada uno. Ellos toman por ejemplo mucho yogurt y tenemos un presupuesto de fácil dos litros por día y a veces intentamos reducirlo sino no hay sueldo que llegue y además no les hace bien (Entrevista Familia N° 2, comunicación personal, abril 2025)

De igual manera a lo que se viene planteando las familias sintetizaron en palabras lo que ellas consideran como desafíos a la hora de realizar la alimentación de sus hijos/s de tres años;

La variedad es lo más difícil, el cansancio del día te lleva siempre a la monotonía de comer lo mismo y haces algo rápido y quizás uno quiere que en todas sus comidas tenga verduras pero es difícil tener el tiempo todos los días de lavar verdura, cocinarla, el cansancio te lleva a resolver rápido cualquier comida y terminas siempre en el arroz y el fideo (Entrevista familia N° 1, comunicación personal, marzo 2025)

El obstáculo que encuentro es lo económico, yo no puedo comprar para abastecer todo el mes entonces a veces llegan los últimos días del mes y estoy cocinando con lo poco que tengo y me manejo con poco. Quizás en los últimos días no es tan saludable pero se intenta lo mejor que se puede (Entrevista familia N°4, comunicación personal, abril 2025)

Se puede observar en las entrevistas realizadas que las familias que asisten al CAIF Nuevo París tienen distintas realidades y se enfrentan a diferentes desafíos a la hora de alimentar a sus hijos/as, como se viene planteando la mayoría de las familias tienen el desafío del poco tiempo disponible para poder generar una variedad y una mejor alimentación para sus niños/as. Pero también hay familias que poseen ese tiempo necesario pero se encuentran con el desafío de lo económico, lo que genera el no poder brindarles la alimentación necesaria o requerida a sus hijos/as.

Las familias tienen la responsabilidad de poder afrontar todos estos desafíos de la mejor manera por el bien de los niños/as de la casa. Como especifica UNICEF (2019) los padres o responsables de la casa son el modelo más importante que tienen sus hijos/as para seguir una buena alimentación dentro de los parámetros económicos, culturales y sociales que viva una familia, es por ello que se debe intentar hacer lo mejor posible por el bienestar de ellos.

### **Las estrategias que utilizan las familias para lograr la alimentación**

Se pudo evidenciar en esta investigación que las familias tienen distintas estrategias familiares dependiendo de la situación económica de cada hogar. De todos modos la maestra referente nos destacó que este año dentro del centro educativo no hay grandes problemas económicos en las familias que asisten allí, pero sí diferentes realidades dentro de los hogares y diferente acceso a los alimentos, dado que estas dependen de los ingresos de cada adulto responsable que compone el hogar. Sin embargo, afirma que dentro del CAIF no existen familias que no puedan generar una alimentación digna para sus hijos/as de tres años.

Es pertinente remarcar que en las entrevistas realizadas para esta investigación, se les preguntó a las familias cuáles eran las estrategias que ellos implementan a la hora de obtener los alimentos necesarios para luego cocinar y brindar la alimentación más adecuada para sus hijos/as. Las ideas que salieron de allí reafirman lo que se venía estudiando con anterioridad expresado por Madrid (2008), quien aportaba que la opción más viable son las compras

mayoristas o en centros comerciales más baratos, ya que esta fue la opción más mencionada por los padres y/o madres a la hora de ahorrar para obtener una mejor alimentación.

Se puede tomar las palabras expresadas por las familias para dar cuenta de sus acciones frente a las compras en lugares más baratos y accesibles para poder obtener más alimentos con el mismo dinero:

Hacemos surtidos mensuales y hay cosas que las compramos por mayor para que salgan más baratas, por ejemplo los fideos, arroz, harina compramos de 5 kilos así sale menos, latas compramos cuando hay ofertas. Vamos mucho a las granjas que están afuera que tienen ofertas de verdura y fruta para comer más económico y variado (Entrevista familia N° 1, comunicación personal, marzo 2025)

Nosotros dividimos la comida por plata sino, no podemos solventar todo, en el desayuno se gastan 600 pesos si o si para poder hacer un buen desayuno y en el resto del día se va viendo cuanta plata quedó. Nosotros no podemos hacer surtidos porque al ser familia numerosa arrasan con todo lo que hay en una semana y después quedamos a la deriva, hay que ir día a día con el almacén del barrio o la feria los fines de semana. Calculamos que un día ideal serían 3000 pesos para comprar buena comida para todos, pero muy pocas veces tenemos ese poder adquisitivo, solo si yo agarre una changa bien paga (Entrevista familia N° 3, comunicación personal, abril 2025)

Estas opciones que manejan las familias también dependen del lugar donde viven, dado que ahí varían las opciones de centros comerciales o ferias barriales que contienen precios más accesibles o ventas por mayor para que las familias tengan un fácil acceso. Este CAIF en específico está rodeado de ferias barriales con precios bastante accesibles y centros mayoristas con buenas ofertas, así como también tienen a poca distancia chacras que venden sus productos al por mayor a precios más económicos para las familias. Es en las entrevistas donde se puede dar cuenta que las familias optan por comprar en los comercios barriales o cercanos por los precios y/o ofertas que tienen.

Otro factor que existe en las estrategias familiares como nos destacó Vecinday (2019) son las políticas socio asistenciales que se le brinda a las familias en forma de prestaciones.

En cuanto a esta estrategia algunas familias que asisten al CAIF Nuevo París no las adquieren y otras si dada la gran diversidad económica que hay. Algunas familias tienen una estabilidad económica que les permite poder solventar por sí solos una alimentación estable para sus hijos/as. Otras si poseen de prestaciones estatales para solventar la alimentación, así como nos expresó la familia 3 destacando que ellos si las tienen, y poseen la tarjeta TUS y prestaciones sociales por cada uno de los hijos/as, ya que nos comentó que tenían 7 niños/as en la casa contando sus hijos/as y nietos/as.

Es pertinente destacar que una de las situaciones particulares que se presentó a la hora de consultar sobre las prestaciones estatales, fue en la entrevista con la familia 4. La madre de la niña planteó que se encuentra en una situación de vulnerabilidad socioeconómica ya que viven solo con su sueldo, dado que la figura paterna u otros miembros de la familia no la ayuda y la niña posee diabetes, y se le dificulta la alimentación de ambas llegando a fin de mes, en sus palabras con respecto a las prestaciones estatales:

No tengo ninguna tarjeta proveniente del Estado, pedí la TUS hace un año y medio y todavía sigo esperando que me llegue la inspección. También la asignación estoy dentro del plan viejo que para obtenerla se tenían que presentar los dos padres, el padre de ella no se presentó a ninguna de las tres instancias y no me la dieron, ahora inicie todo de nuevo pero no tengo noticias (Entrevista familia N° 4, comunicación personal, abril 2025)

En cuanto al Plan CAIF quien es regido por la Ley N°19.140 como se mencionó en el marco conceptual de esta monografía, se hace énfasis en que la educación es un gran pilar para la alimentación de los niños/as, esta puede ser tomada como una de las estrategias familiares que utilicen los padres/madres o tutores para sus hijos/as y de esta forma asegurarse que en el horario escolar se alimentan de forma saludable y nutritiva. En esta investigación se les consultó a las familias específicamente la razón por la cual tomaban al Plan CAIF como una buena opción para sus niños/as y se obtuvo que;

Consideramos que el plan CAIF tiene un acompañamiento que no solamente se queda en un trabajo en el centro sino que realiza acompañamientos con las familias y la comunidad, que nutre el desarrollo de los niños y contribuye o se retroalimenta de los niños con diferentes creencias o estilos de crianzas y situaciones familiares que se van apoyando y eso nutre la



capacidad humana (Entrevista familia N° 2, comunicación personal, marzo 2025)

Siempre lo tuve en cuenta, yo tengo 6 hijos y la más grande tiene 28 años y también vino aca, ademas yo tenia familiares y vecinos que trabajaban acá y siempre lo miramos con buenos ojos. Intentamos en todo momento arreglar los horarios laborales o de vida para que ellos puedan venir siempre (Entrevista familia N° 3, comunicación personal, abril 2025)

Para finalizar se obtuvieron los datos de que ninguna de las familias que asisten al CAIF Nuevo París y tienen hijos/as de tres años allí, obtiene la alimentación de otro medio que no sea el dinero, siendo este proveniente de trabajos formales o informales, así como también de prestaciones estatales. Manifestaron de igual forma que sería bueno tener una huerta y poder hacer esas actividades con sus hijos/as pero no es posible por los tiempos que ello conlleva o la dedicación que se le requiere.

### **Los métodos alimenticios que utiliza el CAIF**

Se comienza tomando lo que nos plantea la Cocinera del centro, quien nos comenta que INDA se encarga de enviar los alimentos y los lineamientos todos los años para que los funcionarios sepan qué pasos deben seguir para generar una mejor alimentación a los niños/as que asisten allí, así como también las envían a hacer cursos para estar más capacitadas a la hora de trabajar con niños/as.

Es por ello que la Cocinera nos comenta que se lleva a cabo una reunión semanal para tratar específicamente que alimentación se va a realizar la semana próxima para que sea completa y nutritiva, en esta actividad participan las tres cocineras y la maestra referente.

Precisamente nos expresa que:

Los viernes hacemos el menú de toda la semana y se lo enviamos a las familias para que sepan que van a comer sus hijos. Puede variar el menú pero es muy raro dado que el pedido puede fallar y no venimos algo que encargamos. Los viernes pedimos todo, la carne llega por día para que esté fresco y la verdura llega los lunes, miércoles y viernes, el resto se pide (fideo, harina, polenta, etc.) se pide por mes o cada 15 días. Al ser todo

fresco es más fácil poder manipular los alimentos dado que si algo está feo sabemos si vino así ese día o fue un tema de nuestras heladeras (Entrevista a Cocinera, comunicación personal, marzo 2025)

Además es de resaltar que la entrevistada expresa que no hay problemas de presupuesto en este centro, lo que lleva que no tengan limitaciones a la hora de hacer los pedidos de alimento o realizar el menú semanal, solo en algunas situaciones particulares quizás tienen que pedir algo de menor calidad o menor cantidad por algunas situaciones particulares que tenga el CAIF, como arreglos de infraestructura o actividades que requieran más dinero y se disminuye un poco la cantidad disponible para la alimentación.

Otra de las estrategias del CAIF es llevar una buena relación con las familias de los niños/as para generar una mejor comunicación en cuanto a la alimentación. La maestra referente nos comentó que la relación con las familias es muy buena, sobre todo para comunicar temas de salud y alimentación de los niños/as, lo que conlleva en comunicarle los menús de la semana a sus familias o tener una buena relación para saber en qué contexto se encuentran las familias de los niños/as y como se puede colaborar desde el centro educativo con esa situación.

Este buen relacionamiento entre las familias y el centro educativo es una de las recomendaciones que nos daba el CCEPI (2020) en el marco contextual de esta monografía, es por esta razón que el CAIF Nuevo París comenzó a implementar este año una técnica de viandas para las familias que viven en un contexto de vulnerabilidad. Como comenta la maestra referente, la idea de esto es brindar alimentos a las familias que necesitan unas viandas los días que el CAIF no está abierto y sus hijos/as no pueden alimentarse allí. Esta es una forma de poder colaborar desde el centro educativo y hacer más viable la alimentación a las familias que más lo necesitan, para así asegurar el bienestar de los niños/as.

Por esta misma razón es que desde el centro realizan actividades para promover la relación de las familias y el CAIF en cuanto a la alimentación de los niños/as, la cocinera aportó que en experiencias oportunas se realizan talleres sobre la alimentación en conjunto con las familias y es allí donde los padres generalmente se arriman a la cocina a consultar cómo realizan las recetas o la forma en la que elaboran algún alimento que los niños/as manifestaron en casa su agrado por ingerir en el hogar lo que probaron en el CAIF. Esto mismo se les consultó a las familias entrevistadas y se pudo recabar que:

Si, hemos tenido talleres sobre todo en oportunas cuando recién iniciamos sobre la importancia de la alimentación, te dan insumos de donde sacar recetas, las páginas de UNICEF y te dan recetas fáciles para que ellos puedan ayudar y relacionarse mejor con los alimentos (Entrevista familia N° 1, comunicación personal, marzo 2025)

Si el CAIF desde que son chicos nos ayuda, aparte mis hijos son prematuros y siempre nos apoyaron desde ese lado también y nos hicieron distintas propuestas alimenticias. Uno de mis hijos es intolerante a la lactosa y acá siempre respetaron y ayudaron en eso. (Entrevista familia N° 2, comunicación personal, marzo 2025)

Para finalizar este análisis es de suma pertinencia destacar que desde el CAIF y las familias ven grandes cambios de los niños/as luego de lograr un buen funcionamiento desde ambas partes en cuanto a la alimentación. Las familias destacan que

“(...) después de venir acá empiezan a comer por sus propios medios, piden más fruta y hay que cortarla como se la dan acá” (Entrevista familia N° 3, comunicación personal, abril 2025)

O la familia 1 que a la hora de consultarle si ve cambios expresó;

“Si, sobre todo porque acá se le abre un abanico enorme de presentarle nuevas cosas y despues de ahi ellos van a pedirte y son cosas que a uno no se le pasa por la cabeza ofrecerle porque piensa que no van a comer” (Entrevista familia N° 1, comunicación personal, marzo 2025).

En cuanto a la postura del CAIF se le consultó a la cocinera quien específicamente destaca que estos cambios se ven más que nada a fin de año cuando los niños/as ingieren todos los alimentos que fueron probando durante el año.

## **El relacionamiento de los niños/as con la alimentación**

La cocinera destaca que los niños/as de tres años lo que más comen es fruta de cualquier tipo y pan, asimismo, prefieren las comidas de olla, por lo dado que se deduce que es lo más consumido en sus hogares y a lo que están más acostumbrados, es por esta misma razón que la entrevistada destacó que no hay algo que ellos rechacen como tal pero lo que menos les gusta o menos ingieren son las ensaladas de cualquier tipo, en especial todo lo que contenga algo verde.

La maestra referente, nos aportó que se observan grandes diferencias entre los niños/as, dado que esta relación va a depender siempre de lo que consuman en sus hogares y la forma en la que se elaboran los alimentos, ya que esto delimita lo que van a aceptar en el CAIF. La entrevistada especifica que hay niños/as que comen brócoli con naturalidad, mientras que otros solicitan consumir alimentos menos sanos como papas fritas y hamburguesas.

Frente a esto planteó:

Al principio cuesta un poco aceptar cosas nuevas pero después de un tiempo aceptan más todo. También tienen claro qué cosas hacen mal y que cosas no (...). De todos modos no tienen grandes problemas para comer a veces lo que cuesta más son la cantidad de verdes dentro de un plato, ahí comen muy poco (Entrevista a maestra, comunicación personal, marzo 2025)

Además como destaca Pereira (2017) es importante que los adultos colaboren con este proceso y se pueda elaborar un tiempo correspondiente para poder sentarse en la mesa con los niño/as, alimentarse a través del juego y el afecto para poder hacer un mejor relacionamiento basado en lo sensorial y lo nutricional. Esta forma de intentar que los niños/as se relacionen con la comida es la que implementa el CAIF en primer lugar como adultos responsables dentro del centro. La maestra referente nos comenta que su forma de trabajar es poniendo música e intentando sentarse con ellos/ellas para tener una mejor comunicación y relacionamiento entre todos, como también dice que ella les sirve todo en el plato por más que sea mínimo así ellos van probando cosas nuevas hasta que les guste.

Se realizaron observaciones en dos momentos distintos en una clase de nivel tres, en un almuerzo y una merienda. En estas instancias se da cuenta de que la hora del almuerzo es

más difícil la convivencia entre ellos dado que no todos tienen el mismo hábito de sentarse y compartir, pero a la hora de la merienda tienen más implementado la actividad compartir con el otro y mantienen más sus conversaciones o convidar lo que cada uno tiene en su plato.

Se pudo observar en uno de los almuerzos que hay dos niños que comen su porción de la comida cuando el resto de los niños/as ya terminaron y se levantaron de la mesa, dado este accionar la maestra nos comenta que se deduce que ellos están acostumbrados a comer solos en sus casas o con sus hermanos y les cuenta el poder comer al mismo tiempo que los demás niños/as. Como también muchos tienen el hábito de separar algunos alimentos del plato que no les guste, para dárselas a los compañeros que si lo comen sin que la maestra lo perciba.

Además, se observó también que dependiendo cual es la comida del día es cuánto consumen ellos, hay niños/as que si es algún menú que contenga carne repiten varias veces el plato, como hay otros/as que repiten solo la parte de las verduras o el postre. De todos modos estos últimos son los menos, dado que lo comentado por la maestra y lo observado en horario escolar es que lo que más les gusta es la carne y la fruta que viene de postre.

Luego de este trabajo realizado en el CAIF se les consulta a las familias que cambios ven en sus hijos/as luego de asistir por un tiempo al centro:

Si claro que sí. Al contemplar a las familias en propuestas que ellos realizan y nosotros venir a participar y la comunicación para ver cómo presentan determinados ingredientes y ver si lo logramos llevar a cabo en casa para que coman más variado. El CAIF tiene la fortaleza de aportarnos y ayudarnos en eso, de todos modos yo en mi caso tengo los recursos, que pasa con las familias que no lo tienen y no logran sostener y ahí se nota menos los cambios que intenta implementar el CAIF (Entrevista familia N° 2, comunicación personal, marzo 2025)

Si a veces se ve ese cambio de mitad de año en adelante, después vienen las vacaciones y perdiendo eso de comer sano en casa y es volver nuevamente a tener el hábito de comer saludable. Lo que más vemos es que después de venir acá empiezan a comer por sus propios medios, piden más fruta y hay que cortarla como se la dan acá (Entrevista familia N° 3, comunicación personal, abril 2025)

Es pertinente destacar como se viene observando a lo largo de la investigación, que no todos los niños/as tienen la misma relación con la comida, pero que de todas formas el centro educativo se une con las familias para llevar en conjunto una mejor alimentación y hacer que el niño/a pueda implementar nuevos alimentos y más sano a su dieta habitual, mientras sean cosas que están al alcance de la familia.

## Reflexiones finales

---

Este estudio partió del supuesto de que, las familias que asistían al CAIF Nuevo París no le dan importancia a la alimentación saludable y son beneficiarias de una prestación estatal con la cual solventan la alimentación de sus hijos/as de tres años. Se encontró que esto no es así, (por lo pronto, en las familias entrevistadas) dado que luego de la realización de las entrevistas con las familias, se recabo que si se le da relevancia a la alimentación de sus hijos/as de tres años pero en la mayoría de los hogares encuentren dificultades económicas o de disponibilidad de tiempo para poder lograr siempre la alimentación más correcta y nutritiva.

De esta forma también se da cuenta de que la información manejada por el INE sobre el aumento continuo de la mala alimentación de los niños/as, se puede ver en los hogares de los niños/as que asisten al centro donde se realiza esta investigación. Como se estuvo analizando durante todo este documento en el centro educativo se da suma relevancia a la buena alimentos de los niños/as de tres años, pero en sus hogares esto no sucede dado que los padres y/o tutores se encuentran con desafíos, como son las distintas situaciones económicas o los tiempos disponibles para dedicarse a la elaboración de la buena alimentación de sus niños/as, es por ello que se cae en el consumo de comida rápida y de mala calidad.

Además, el supuesto de que las familias tienen alguna prestación del Estado con la que alimentan a sus hijos/as, no se evidenció en las familias entrevistadas, ya que solamente algunas familias poseen estas prestaciones para alimentar a sus hijos/as. Las familias no poseen prestaciones estatales por distintos motivos, algunas no las necesitan porque no se encuentran en una situación de vulnerabilidad y otras manifestaron que las prestaciones le podrían mejorar su bienestar socioeconómico pero han tenido dificultades a la hora de efectuar y finalizar los trámites.

Es pertinente destacar que a lo largo de la investigación se fue cumpliendo con los objetivos planteados al inicio de la misma y de esta forma se pudo ir analizando correctamente las distintas nociones.

Las entrevistas realizadas nos brindaron un acercamiento y un conocimiento más cercano sobre la población que asiste al CAIF Nuevo París y sobre su situación socio-económica. La investigación permitió identificar que la estrategia más utilizada por las familias son la compra en centro de venta mayoristas o con buenas ofertas, ya que el barrio

en el que residen hay una gran variedad de centros comerciales que tienen estas características. Además, se cuenta con chacras cerca del barrio que tienen fruta y verdura a buenos precios, lo que colabora con la alimentación saludable que se le brindan a los niños/as de tres años que tienen cada familia.

De esta forma también se puede destacar que se cumplió con el objetivo de indagar si las familias tenían conocimiento de lo que es una alimentación saludable para sus niños/as de tres años. A raíz de ello se puede concluir que las familias tienen una buena noción de lo que es una alimentación saludable para sus hijos/as de tres años. Esta surge de la colaboración del CAIF como centro educativo que ha brindado información necesaria para que las familias puedan ser conscientes de la forma correcta que se debe alimentar a los niños/as de esa edad, como también muchas familias mencionaron que esta noción viene de otros familiares o profesionales que atienden a los niños/as como pueden ser los pediatras.

Se encontró a lo largo de esta investigación que hay muy poca información específica en cuanto a las estrategias que utilizan las familias en Uruguay para poder alimentar a sus hijos/as de forma saludable, pero de todos modos se pudo recabar que logran realizar la alimentación por medio de las estrategias mencionadas anteriormente, de igual manera manifiestan que en el camino se encuentran con desafíos que en reiteradas ocasiones les impide realizar la alimentación más adecuadas. Los desafíos que manifiestan los entrevistados es el poco tiempo disponible que tienen en su vida diaria para poder idear y elaborar los alimentos diarios, lo que hace que terminan alimentándose con comida rápida o de mala calidad que no colabora con el lineamiento recomendado para la alimentación de los niños/as de esas edades.

De igual modo se puede afirmar que este desafío de la falta de tiempo que mencionan las familias puede ser el detonante que las lleva a la mala alimentación de sus hijos/as y derive en el consumo de alimentos altos en grasas, sal y azúcar y de mala calidad.

Así como también se destacó que las familias le dan relevancia a la alimentación de sus hijos/as, intentando de distintas formas solventar los desafíos que se les presentan a la hora de alimentar a sus niños/as en cuanto al tiempo disponible y la situación socio-económica que se viva en el hogar. Como se viene mencionando esto se da por medio de compras en lugares comerciales más accesibles o realizando compras al por mayor. De esta forma damos cuenta que se cumplieron dos de nuestros objetivos específicos al saber cual es la relevancia que le dan las familias a la alimentación y cuales son los desafíos que enfrenta.



Para finalizar este apartado es pertinente plantear de igual forma que también se ha cumplido con el último objetivo planteado, ya que se investigó que las familias consideran que el CAIF realiza un gran cambio en la alimentación de sus hijos/as, haciendo énfasis en la aceptación de alimentos más variados y también el planteamiento de propuestas alimentarias variadas.

## Referencia bibliográficas

Caballero, J. Curuchet, M. Gonzales, F. Pardiñas, V. Pochellu. L (2022). *Lineamientos Nutricionales. Instituto nacional de alimentación y Ministerio de desarrollo social.*

URL:

<https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/Librillo%20Lineamientos%20Nutricionales%20DIGITAL%20FINAL.pdf>

Cecchini, S. Martinez, R. (2011). *Protección social inclusiva en América Latina Una mirada integral, un enfoque de derechos.* Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

De Martino, M (2020). *Trabajo social con familias: dilemas teórico-metodológicos, éticos y tecno-operativos.* Facultad de Ciencias Sociales- Udelar.

Esquivel, V. Faur, E y Jelin, E. (2012). *Las lógicas del cuidado infantil. Entre las familias, el Estado y el mercado.* IDES-UNFPA-UNICEF.

Hernández Sampieri, R., Fernandez Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación.* McGrawHill.

Jelin. E (1984). *Familia y unidad doméstica: mundo público y vida privada.* Cedes

Madrid. L (2008). *Estrategias Familiares y Seguridad Alimentaria.* Facultad de Ciencias Sociales. UNLP.

Naciones Unidas (2010). *El derecho a la alimentación adecuada* (Nº34). URL:

<https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/FactSheet34sp.pdf>

Pereira, Pablo, (coord.) (2015). *Principios básicos sobre alimentación en la primera infancia : fundamentos teóricos y herramientas prácticas para centros de educación inicial y cuidadores.* Udelar.CSEP. URL:

[https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/20279/1/NUTRICI%c3%93N\\_PereiraP\\_2015\\_PirncipiosB%c3%a1sicos.PDF](https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/20279/1/NUTRICI%c3%93N_PereiraP_2015_PirncipiosB%c3%a1sicos.PDF)

Pereira, P., Aispuro, M., Gribov, D., y otros. (2017). *Los alimentos y la infancia desde una mirada interdisciplinar.* Ediciones Universitarias.

Torrado, S. (1981). *Estrategias familiares de vida en América Latina: la familia como unidad de investigación censal.* Notas teórico-metodológicas. *Demografía y economía*, 15(2), 204-233. URL:

<https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/e4e56c94-a2ff-4e45-9ac9-b1071c9c57b8/conten>

Vecinday, L., Bentura, P. (coord.) (2019). *Entre la asistencia y la activación. Intervenciones sobre la pobreza en el Uruguay progresista*. FCS-UdelaR.

## Fuentes documentales

APEX (2023). *Informe seguridad alimentaria y nutricional en hogares con niños, niñas y adolescentes de hasta 12 años del Municipio A*. Universidad de la República. URL: <https://media.subrayado.com.uy/adjuntos/230/documentos/003/422/0003422845.pdf>

CAIF Nuevo París (2024). *Carta presentación C.D.I Nuevo París*.

Consejo Coordinador de la Educación en la Primera Infancia (CEEPI) (2020). *Marco conceptual para la implementación de buenas prácticas de alimentación y nutrición de los niños y niñas desde el nacimiento a los 6 años*. URL: <https://www.gub.uy/ministerio-educacion-cultura/sites/ministerio-educacion-cultura/files/documentos/publicaciones/Marco%20Conceptual%20para%20la%20Implementaci%C3%B3n%20de%20Buenas%20Pr%C3%A1cticas%20de%20Alimentaci%C3%B3n%20y%20Nutrici%C3%B3n%20de%20ni%C3%B1os%20y%20ni%C3%B1as%20desde%20el%20nacimiento%20a%20los%206%20a%C3%B1os%20%281%29.pdf>

Consejo Coordinador de la Educación en la Primera Infancia (CEEPI) - Uruguay Crece Contigo (2014). *Marco curricular para la atención y educación de niñas y niños uruguayos*. URL: [https://www.dgeip.edu.uy/documentos/2017/bibliotecaweb/marco\\_curricular\\_primera\\_infancia\\_digital\\_opti.pdf](https://www.dgeip.edu.uy/documentos/2017/bibliotecaweb/marco_curricular_primera_infancia_digital_opti.pdf)

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) 2019). *¡Para ellos y con ellos!. Alimentación en la etapa escolar*. URL: <https://www.unicef.org/uruguay/media/1781/file/%C2%A1Para%20ellos%20y%20con%20ellos%21.pdf>

Instituto del Niño y Adolescente del Uruguay (s.f). *Folleto, Plan Caif*. URL: <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/655.pdf>

Instituto del Niño y Adolescente del Uruguay (INAU). (2023). *Qué es el Plan CAIF*. URL: <https://caif.inau.gub.uy/plan-caif/que-es-plan-caif>

Instituto del Niño y Adolescente del Uruguay (INAU) (2020). *Club de Niños*. URL: <https://www.inau.gub.uy/infancia/clubes-de-ninos>

Instituto Nacional de Estadística (INE) (2024). *Tercer informe nacional de prevalencia de inseguridad alimentaria en hogares*. URL: <https://www5.ine.gub.uy/documents/Demograf%C3%ADaEESS/PDF/ENCUESTAS%20Especiales/Alimentaria/Prevalencia%20de%20inseguridad%20alimentaria%20en%20hogares%20de%20Uruguay%202024.pdf>

Ministerio de Desarrollo Social. Asignaciones Familiares, Plan de Equidad (2023). URL: [https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/DINTAD\\_2023\\_Asignaciones%20Familiares%20PE.pdf](https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/DINTAD_2023_Asignaciones%20Familiares%20PE.pdf)

Ministerio de Desarrollo Social (2024). Tarjeta Uruguay Social (TUS). URL: <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/politicas-y-gestion/programas/tarjeta-uruguay-social>

Real Academia Española (s.f). *Diccionario de la lengua española. Familia*. URL: <https://dle.rae.es/familia>

Secretaría Ejecutiva del Plan CAIF-INAU (2010). *Proyecto institucional de los centros CAIF*. URL: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Planificaciones\_operativas.pdf

Poder Legislativo (2004). *Código de la Niñez y la Adolescencia Ley. N°17823*. URL: <https://www.impo.com.uy/bases/codigo-ninez-adolescencia/17823-2004>