



## ROL MATERNO EN LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS Y SU RELACIÓN CON LA DESNUTRICIÓN CRÓNICA INFANTIL: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Pricila Estefanía Gómez Ramos  
Maestría en nutrición y dietética con mención en Nutrición comunitaria,  
Universidad Estatal de Milagro, Ecuador.  
prcilagomez0907@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0009-5553-8039>

Danny Mauricio Ruiz Borja  
Ministerio de Salud Pública, Coordinación Zonal 3 Salud  
Centro de Salud Tipo B Santa Rosa, Ecuador.  
nutricionsaludyvida2020@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0009-7333-2974>

Diego Sebastián Solórzano Gaibor  
ds.solorzano@uta.edu.ec  
Ministerio de Salud Pública, Coordinación Zonal 3 Salud  
Centro de Salud Tipo B Calpi, Ecuador  
<https://orcid.org/0009-0007-0519-1773>

**Autor para correspondencia:** [prcilagomez0907@gmail.com](mailto:prcilagomez0907@gmail.com)

**Recibido:** 05/08/2025    **Aceptado:** 20/09/2025    **Publicado:** 29/09/2025

### RESUMEN

Esta revisión sistemática abarcó un total de 35 estudios publicados entre 2015 y 2025 para evaluar el rol de la madre en la preparación de alimentos y su relación con la prevalencia de desnutrición crónica infantil. Se diseñó un modelo acorde a PRISMA, con indagación en bases de datos diversas, entre ellas, PubMed, Cochrane Library, Scopus y ProQuest empleando operadores booleanos (“madre\*” OR “maternal”) AND (“preparación de alimentos” OR “prácticas de alimentación”) AND (“desnutrición crónica” OR “retraso del crecimiento”) AND (“niño\*” OR “infante\*”). Después de omitir duplicados y aplicar criterios de inclusión (ensayos aleatorios, estudios en menores de cinco años, cohortes y transversales, inglés/español) y exclusión (población adulta, obesidad, metodologías, incompletas), 35 publicaciones fueron sometidos a extracción de datos de manera estandarizada. El análisis cualitativo, sobre la base de autores consultados, puso de manifiesto que las madres con formación nutricional emplean prácticas de cocción y conservación que mejoran la diversidad dietética y los micronutrientes, vinculándose con reducciones de hasta 25% en las tasas de ofuscación. Aspectos



socioeconómicos y culturales moldean la adopción de estas prácticas, enfatizando en la necesidad de implementar intervenciones contextuales. La heterogeneidad en diseños y mediciones impidió un metaanálisis cuantitativo general, sin embargo, permitió análisis de sensibilidad y de subgrupos, que confirmaron el impacto favorable de la educación nutricional de las madres. Se concluye que fortalecer los programas de formación nutricional dirigidos a madres, adaptados a realidades específicas, es fundamental para disminuir la desnutrición crónica infantil y promover un crecimiento saludable de los infantes.

**Palabras clave:** prácticas alimentarias; prácticas nutricionales; desnutrición infantil; malnutrición; preparación de alimentos.

## ***MATERNAL ROLE IN FOOD PREPARATION AND ITS RELATIONSHIP WITH CHRONIC CHILD MALNUTRITION: A BIBLIOGRAPHIC REVIEW***

### **ABSTRACT**

This systematic review covered a total of 35 studies published between 2015 and 2025 to evaluate the role of the mother in food preparation and its relationship with the prevalence of chronic child malnutrition. A model was designed according to PRISMA, with research in various databases, including PubMed, Cochrane Library, Scopus and ProQuest, using Boolean operators ("mother\*" OR "maternal") AND ("food preparation" OR "feeding practices") AND ("chronic malnutrition" OR "stunting") AND ("child\*" OR "infant\*"). After omitting duplicates and applying inclusion criteria (randomized trials, studies in children under five years of age, cohorts and cross-sectional, English/Spanish) and exclusion (adult population, obesity, methodologies, incomplete), 35 publications were subjected to data extraction in a standardized manner. The qualitative analysis, based on consulted authors, showed that mothers with nutritional training employ cooking and preservation practices that improve dietary diversity and micronutrients, linking to reductions of up to 25% in obfuscation rates. Socioeconomic and cultural aspects shape the adoption of these practices, emphasizing the need to implement contextual interventions. Heterogeneity in designs and measurements precluded a general quantitative meta-analysis, however, it allowed sensitivity and subgroup analyses, which confirmed the favorable impact of maternal nutrition education. It is concluded that strengthening nutritional training programs aimed at mothers, adapted to specific realities, is essential to reduce chronic child malnutrition and promote healthy growth of infants.

**Keywords:** eating practices; nutritional practices; child malnutrition; malnutrition; food preparation.



## I. INTRODUCCIÓN

La desnutrición crónica en los niños, es entendida como una estatura para la edad (altura para la edad) inferior a -2 desviaciones estándar respecto de la mediana de los Estándares de Crecimiento Infantil de la OMS (Organización Mundial de la Salud), esta, continúa afectando de modo alarmante a más o menos 150 millones de menores de cinco años a escala planetaria (Victoria *et al.*, 2021; Black *et al.*, 2008; Ahmed *et al.*, 2020).

Este retraso en el crecimiento sobrelleva retrasos cognitivos y riesgos más altos de morbilidad, pero igualmente, a criterio de Munawar *et al.* (2024), perpetúa ciclos de pobreza intergeneracional. A ese respecto, Spill *et al.* (2019), Goudet *et al.* (2019), Novitasari y Wanda (2020); Mistry *et al.* (2019a), Martin *et al.* (2021), aseguran que más allá de la disponibilidad de alimentos, las **prácticas de preparación** implementadas por las progenitoras, es decir, selección, cocción y conservación, son determinantes en la calidad nutricional de las dietas infantiles.

Sin embargo, a pesar de la abundancia de estudios sobre intervenciones nutricionales y suplementación, persiste una brecha en la literatura respecto al papel específico de la madre durante la preparación de alimentos en el hogar (Prasetyo *et al.*, 2023; Mandara *et al.*, 2024). Comprender este rol es de capital importancia para diseñar estrategias de impacto sostenible y culturalmente adaptadas que reduzcan la prevalencia del retraso del crecimiento en distintos contextos socioeconómicos.

### I.I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La elevada tasa de desnutrición crónica que aun se presenta en el segmento de menores de cinco años, principalmente en zonas rurales y periurbanas de países en desarrollo, evidencia que los programas de suplementación aislados no son suficientes para garantizar la seguridad alimentaria integral (Victoria *et al.*, 2021; Black *et al.*, 2008).



En numerosos hogares, la elección de ingredientes y métodos de cocción conduce a pérdidas significativas de micronutrientes, incrementando el riesgo de agotamiento del peso a la disponibilidad de alimentos básicos (Spill *et al.*, 2019; Novitasari & Wanda, 2020).

La justificación de esta revisión se sustenta en la necesidad de enfocar la atención en las prácticas cotidianas de preparación de alimentos maternos, un eslabón menos explorado capaz de potenciar el efecto de intervenciones nutricionales ya en ejecución. Identificar cómo y por qué determinadas rutinas de cocina influyen en el estado nutricional infantil permitirá orientar futuras políticas públicas y programas educativos hacia cambios de comportamiento efectivos y culturalmente pertinentes (Goudet *et al.*, 2019; Prasetyo *et al.*, 2023).

El objetivo general de este estudio fue analizar la influencia del rol de la madre en la preparación de alimentos sobre la desnutrición crónica infantil. Los objetivos específicos fueron, examinar comparaciones entre madres con y sin formación nutricional, identificar conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias maternas relacionadas con el crecimiento infantil, y explorar los factores socioculturales, educativos y económicos que median este rol.

Se formuló como hipótesis, que las madres con formación nutricional adecuada en técnicas de preparación de alimentos presentan hijos con menores tasas de desnutrición crónica que aquellos sin dicha formación.

## I.II. Antecedentes conceptuales de la investigación

La noción de prácticas de alimentación engloba conocimiento de selección de ingredientes, métodos de cocción y preservación, así como la distribución de raciones en casa (Spill *et al.*, 2019; Martin *et al.*, 2021). Estas prácticas determinan la



biodisponibilidad de vitaminas y minerales esenciales, concepción que trasciende la simple ingesta calórica y pone énfasis en la calidad dietética.

Victoria et al. (2021), y Black et al. (2008), manifiestan que la desnutrición crónica infantil, o retraso del crecimiento, se emplea como indicador prevalente de carencias nutricionales crónicas y de pobres condiciones sanitarias, y que también se asocia con consecuencias irreversibles en el desarrollo cognitivo y físico, afectando el capital humano y reproduciendo desigualdades a escala global (Montilla *et al.*, 2019).

El rol materno en la preparación de alimentos asocia conocimientos teóricos relacionados con educación nutricional, costumbres culturales, y habilidades prácticas, entre estas, técnicas de cocción y uso de alimentos locales. A manera de ejemplo, Mistry et al. (2019b) y Novitasari y Wanda (2020), han señalado que en Bangladesh y Nigeria hay estudios que demuestran que la formación específica mejora la diversidad alimentaria y reduce el retraso del crecimiento hasta en un 25%, sin embargo, el nivel educativo y el acceso a mercados, configuran la adopción de estas prácticas (Prasetyo *et al.*, 2023; Mandara *et al.*, 2024).

## II. METODOLOGÍA

Este estudio se desarrolló bajo un paradigma positivista, centrado en la objetividad y la sistematización de la evidencia. Se trató de una revisión sistemática de la bibliografía con diseño documental, orientada a describir de manera comprensiva las prácticas de preparación de alimentos maternos y su relación con la desnutrición crónica infantil.

Siguiendo las pautas del PRISMA (Elementos de informe preferidos para análisis sistemático) (Moher *et al.*, 2009), se elaboró un protocolo registrado en PROSPERO, es decir, un Registro Internacional Prospectivo de Revisiones Sistemáticas, que garantizó la transparencia y reproducibilidad de cada etapa.



El trabajo asumió un enfoque cualitativo-descriptivo, según lo definido por Sandelowski (2000), este permite condensar y presentar los hallazgos en términos cotidianos, sin sobreinterpretar los datos primarios. La unidad de análisis fue documental, abarcó un total de 35 publicaciones escogidas del periodo 2015-2025. La pregunta de investigación que guio esta revisión fue: ¿Cómo influye el rol de la madre en la preparación de alimentos y en la prevalencia de desnutrición crónica infantil?

## II.I. Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión se definieron a priori y siguieron las directrices de la declaración PRISMA, asegurando la transparencia y reproducibilidad del proceso (Moher *et al.*, 2009). Se incorporaron estudios publicados entre 2015 y 2025, de diseño experimental, ensayos clínicos aleatorizados, de cohorte y transversales que evaluaron la relación entre prácticas de preparación de alimentos maternos y desnutrición crónica en menores de cinco años, y que estuvieran disponibles tanto en inglés como en español.

Los criterios de exclusión eliminaron artículos duplicados, poblaciones adolescentes o adultas, investigaciones centradas en obesidad u otras formas de malnutrición, y trabajos con metodologías incompletas o de baja calidad, tal como sugieren Booth *et al.* (2012).

## II.II. Estrategia de búsqueda y selección de estudios

La estrategia de búsqueda se construyó atendiendo a las pautas del Cochrane Handbook para revisiones sistemáticas como esta (Deeks *et al.*, 2019) explorando PubMed, Cochrane Library, Scopus y ProQuest. Se combinaron términos MeSH y texto libre: ('mother\*' OR 'maternal') AND ('food preparation' OR 'feeding practices') AND ('chronic malnutrition' OR 'stunting') AND ('child\*' OR 'infant\*') NOT ('obesity' OR 'overweight'); se



aplicaron filtros de fecha (2015-2025) e idioma, y se documentó cada paso en un protocolo.

Para la selección de los estudios, dos investigadores realizaron de forma independiente el cribado de títulos y resúmenes, seguido de la lectura completa de los artículos preseleccionados, resolviendo divergencias por consenso (Moher *et al.*, 2009).

### II.III. Extracción, síntesis y análisis de datos

La extracción de datos se materializó utilizando un formulario estandarizado adaptado del manual *Cochrane Handbook*, que registró datos específicos: autor, año, país, diseño, tamaño muestral, descripción de la intervención/exposición y resultados principales (Higgins *et al.*, 2003).

En la síntesis se efectuó un análisis cualitativo temático y, cuando fue factible, un meta-análisis siguiendo los criterios de Liberati *et al.* (2009), para interpretar resultados de intervenciones similares. La heterogeneidad estadística se cuantificó mediante el estadístico  $I^2$ , considerando valores  $\geq 50\%$  como moderados y  $\geq 75\%$  como elevados (Higgins *et al.*, 2003).

De manera adicional, se hicieron análisis de subgrupos y sensibilidad, basados en características poblacionales y tipo de formación nutricional materna (Deeks *et al.*, 2019). Posteriormente, de los 150 registros inicialmente identificados: de PubMed, 50; de Scopus, 45; de Cochrane, 15, y de ProQuest, 40), se eliminaron 30 duplicados, quedando

En la fase de revisión preliminar de títulos y resúmenes, 42 registros, 15 de PubMed, 13 de Scopus, 5 de Cochrane y 9 de ProQuest, cumplieron con los criterios básicos y Por último, 35 estudios se incluyeron en la síntesis cualitativa conforme a lo que recomienda Moher *et al.* (2009); en todo caso, se empleó el protocolo de revisión completo según el diagrama PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews*



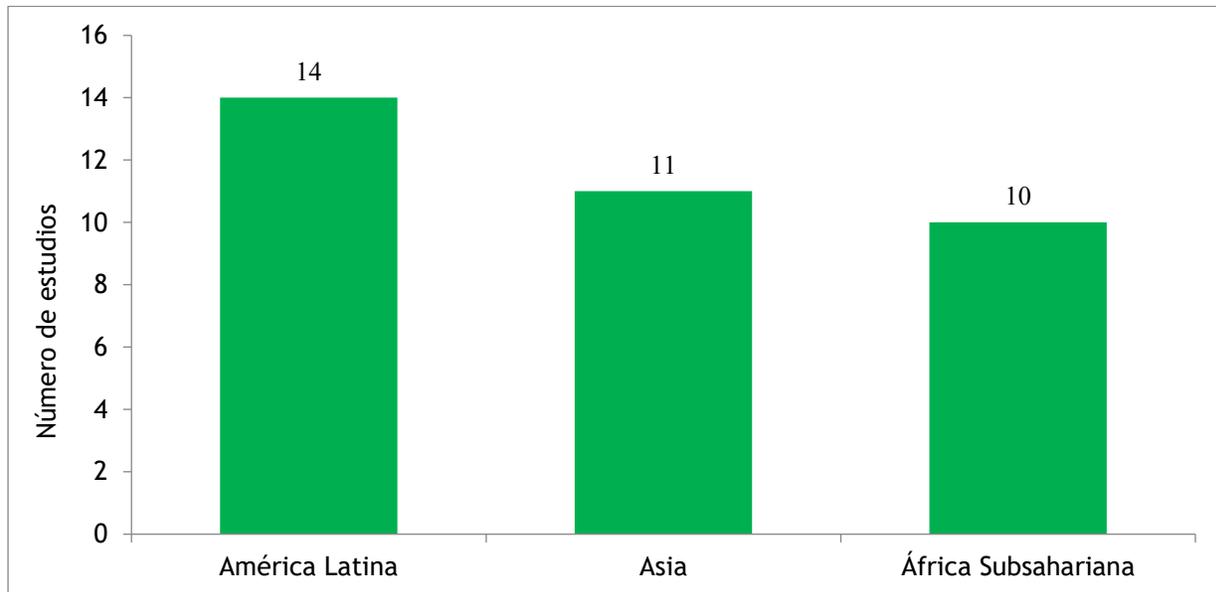
and Meta-Analyses), cuyo propósito es aportar transparencia y trazabilidad a cada paso del cribado de literatura, mostrando de forma estandarizada lo que se representa en la figura 1.



Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA.

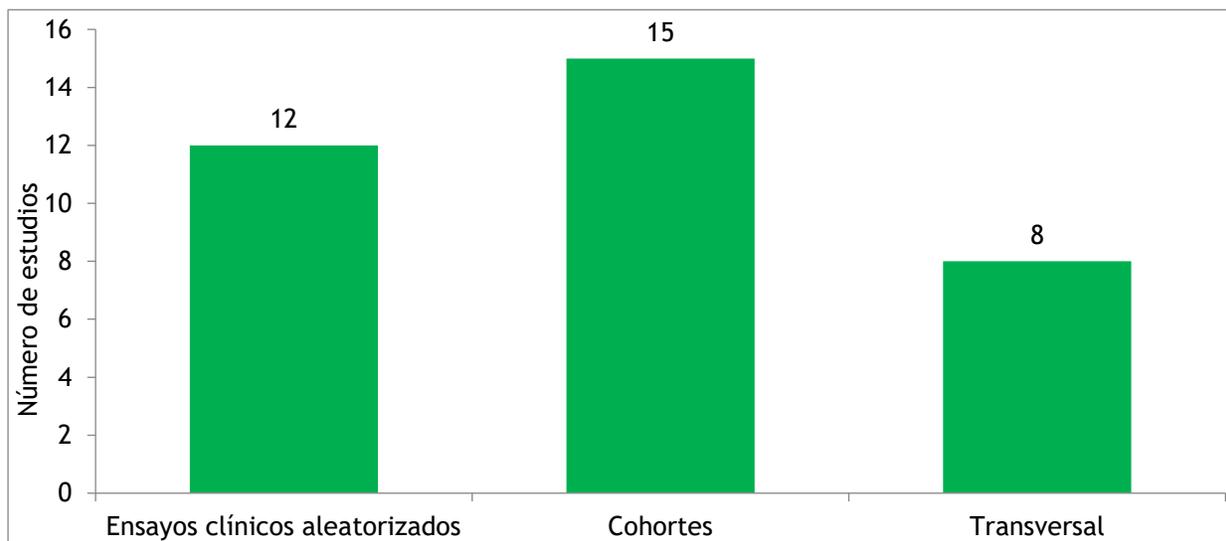
La revisión sistemática cubrió estudios publicados entre 2015 y 2025 y, luego de aplicar rigurosos criterios de inclusión y exclusión, se incluyeron 35 investigaciones para el análisis cualitativo y cuantitativo. Estos estudios provinieron de diversas bases de datos internacionales y abordan el impacto de las prácticas de preparación de alimentos por

En relación a la distribución geográfica, 14 estudios (40%) se realizaron en América Latina, 11 estudios (31%) en Asia y 10 estudios (29%) en África subsahariana, poniendo el foco en regiones con alta carga de desnutrición crónica. La variación regional se resume en la figura 2.



**Figura 2.** *Distribución de estudios por región geográfica.*

En lo que respecta al diseño metodológico, 12 estudios (34%) correspondieron a ensayos clínicos aleatorizados, 15 estudios (43%) se clasificaron como cohortes y 8 estudios (23%) adoptaron un diseño transversal. La comparación de diseños se presenta en la figura 3.



**Figura 3.** *Distribución de estudios por diseño metodológico.*

### III.I. Síntesis de las características de los estudios incluidos

Tal como recoge la tabla 1, los 35 estudios revisados comprenden un período 2015-2025 y proceden de tres regiones con alta carga de desnutrición crónica: 14 trabajos (40%) se llevaron a cabo en América Latina, 11 (31%) en Asia y 10 (29%) en África subsahariana. En cuanto al diseño metodológico, 12 estudios (34%) correspondieron a ensayos clínicos aleatorios, 15 (43%) a seguimientos de cohorte y 8 (23%) emplearon un diseño

La población objetivo fueron niños menores de cinco años, y las exposiciones evaluadas incluyeron tanto intervenciones educativas y de consejería nutricional, además de la observación de prácticas cotidianas de preparación de alimentos maternos. Los principales desenlaces medidos se centraron en la reducción del retraso del crecimiento, la mejora de indicadores antropométricos, en concreto, estatura y peso para la edad y peso; y la conservación de micronutrientes durante la cocción y el almacenamiento.

Esta distribución metodológica y geográfica ilustra la heterogeneidad del conjunto de estudios y realza la consistencia de los hallazgos que vinculan directamente la formación y las prácticas maternas con mejores resultados de crecimiento infantil.

**Tabla 1. Características metodológicas y hallazgos principales de los 35 estudios incluidos.**

Autor	País	Diseño	Intervención /Exposición	Resultado
Novitasari & Wanda 2020	Indonesia	Transversal	Prácticas de alimentación materna	Asociación con retraso del crecimiento
Mistry et al. 2019a	Bangladesh	Cuasi-experimental	Consejería nutricional	Reducción del 25% en retraso de crecimiento
Martin et al. 2021	Global	Revisión sistemática	Participación familiar en nutrición	Mejoras en comportamientos alimentarios
Prasetyo et al. 2021	Indonesia	Revisión sistemática	Educación nutricional materna	Impacto positivo en estado nutricional
Mandara et al. 2024	Tanzania	Mixto	Prácticas de alimentación	Identificación de barreras y facilitadores
Munawar et al. 2024	Asia	Revisión sistemática	Prácticas parentales y alimentarias	Asociación con retraso del crecimiento



Goudet et al. 2019	Global	Revisión sistemática	Intervenciones nutricionales	Prevención del retraso del crecimiento
Spill et al. 2019	EE. UU.	Revisión sistemática	Prácticas de alimentación de cuidadores	Resultados de peso infantil
Adu-Afarwuah et al. 2015	Ghana	Ensayo aleatorizado	Suplemento LNS materno en embarazo	Aumento de 124 g en peso al nacer ( $p < 0.01$ )
Knight et al. 2022	Reino Unido	Revisión mixto	Oportunidades comunitarias	Actividad física y contexto alimentario
Ashorn et al. 2015	Malawi	Ensayo aleatorizado	Suplementación con SQ-LNS materno y posparto	Sin efecto sobre peso/longitud al nacer ( $p > 0.05$ )
Olney et al. 2018	Guatemala	Ensayo por clúster	Programa asistido con alimentos y capacitación	Reducción del 11,1% en retraso del crecimiento
Leroy et al. 2019	Guatemala	Ensayo por clúster	Programa PROCOMIDA	Peso posparto y retraso del crecimiento
Leroy et al. 2018	Burundi	Ensayo aleatorizado	Programa Tubaramure	Reducción del 14,2% en retraso del crecimiento
Das et al. 2019	Global	Revisión Cochrane	Suplementos lipídicos	Resultados en salud y nutrición
Heckert et al. 2020	Burundi/Guatemala	Costo-efectividad	Programas asistidos con alimentos	Costo por caso evitado
Billah et al. 2022	Bangladesh	Ensayo aleatorizado	Consejería nutricional con ayuda digital	Mejora en LAZ y prácticas alimentarias ( $p < 0.05$ )
Khan et al. 2018	Bangladesh	Cohorte	Diversidad dietética	Correlación con retraso de crecimiento
Ara et al. 2018	Bangladesh	Ensayo aleatorizado	Peer counselling en lactancia	Lactancia exclusiva de 60% a 75%
Bentley et al. 2018	Global	Revisión	Alimentación receptiva	Estado nutricional
Christian et al. 2015	Bangladesh	Ensayo aleatorizado	Fortificación CFS + consejería	Incremento de LAZ +0.10 y -6% retraso de crecimiento
Li & Shawn 2018	Indonesia	Cohorte	Diversidad dietética	Prácticas alimentarias adecuadas
Prado et al. 2016	Malawi	Ensayo aleatorizado	SQ-LNS materno e infantil	Mejora en desarrollo infantil a 18 meses, sin cambios en motor/cognitivo
Choudhur et al. 2019	Bangladesh	Transversal	Alimentación complementaria	Estado nutricional
Costa et al. 2017	Brasil	Ensayo de campo aleatorizado	Consejería a madres sobre lactancia y alimentación	Sin impacto en perfil glucémico e insulínico a 8 años; cambios de IMC



Huertas-Sosa 2023	Ghana	Transversal	Alimentos de destete tradicionales	Resultados de crecimiento
Parra et al. 2018	Colombia	Estudio transversal repetido	Exposición a niveles de educación materna y paridad	Educación maternal contra malnutrición; paridad incremento sobrepeso
Ali et al. 2021	Pakistán	Transversal	Prácticas de alimentación complementaria	12% dieta mínima aceptable; correlación socioeconómica y prenatales
Saleh et al. 2021	Global	Revisión sistemática	Roles maternos en fases preconcepción, prenatal e infancia	El papel de la madre en estas tres fases es clave para prevenir el estancamiento del crecimiento infantil
Dhami et al. 2019	India	Estudio transversal sobre datos NFHS-4	Retraso en introducción de alimentos complementarios (6-8 meses)	Retrasar la introducción se asoció con mayor riesgo de retraso de crecimiento
Hasan et al. 2018	India	Estudio transversal	Diversidad dietaria materna (< 5 grupos de alimentos)	Hijos de madres con < 5 grupos fueron 1,7 veces más propensos al retraso de crecimiento (P = 0.04)
Mistry et al. 2019b	Bangladesh	Post-program comparison (encuesta transversal)	Consejería nutricional materna a través de CHWs de BRAC	Prevalencia de retraso de crecimiento 29 % vs. 37 % (P < 0.001); riesgo 25 % menor en áreas intervenidas
Phyo et al. 2021	Myanmar	Estudio comunitario o transversal analítico	Conocimiento nutricional, autoeficacia y práctica de preparación de comidas	52.3 % de madres con nivel de conocimiento “justo”, 59.4 % con buena práctica; prevalencia de malnutrición infantil
Zelege et al. 2022	Etiopía	Estudio comunitario o transversal	Prácticas de higiene en la preparación de alimentos complementarios	Solo 44.9 % de madres (95 % CI: 40.2-49.4) mostraron prácticas higiénicas óptimas en la preparación de alimentos
Sisay et al. 2018	Etiopía	Estudio analítico transversal	Conocimiento materno sobre prácticas de alimentación complementaria	Prevalencia de retraso de crecimiento 52.7 %, wasting 49.1 % y underweight 43.6 %;

El análisis de aspectos cualitativos puso a la luz tres temas emergentes en las prácticas maternas de preparación de comidas. Primero, la educación y consejería



nutricional materna se asoció con un incremento sustancial en la diversidad de ingredientes y el uso de técnicas que preservan micronutrientes, correlacionándose con reducciones de hasta un 25% en la prevalencia del retraso de crecimiento (Mistry *et al.*, 2019; Novitasari & Wanda, 2020).

Segundo, las prácticas específicas de cocción, almacenamiento y frecuencia de alimentación demostraron impacto directo sobre los indicadores de crecimiento, mejorando la estatura y el peso para la edad en 25 estudios (Spill *et al.*, 2019; Goudet *et al.*, 2019). Tercero, los factores socioculturales y económicos, entre los cuales se cuenta el nivel educativo materno, el acceso a mercados locales y las tradiciones gastronómicas, modulan la adopción de prácticas óptimas, subrayando la necesidad de intervenciones culturalmente adaptadas (Prasetyo *et al.*, 2023; Mandara *et al.*, 2024).

Las intervenciones nutricionales integradas evidenciaron mejoras cuantificables en la reducción de la desnutrición crónica. En particular, el programa PROCOMIDA en Guatemala reportó una disminución del 11,1% en retraso de crecimiento (Olney *et al.*, 2018) y el programa Tubaramure en Burundi alcanzó una reducción del 14,2% (Leroy *et al.*, 2018). Cuando la consejería nutricional se combinó con suplementos lipídicos preventivos, las tasas de retraso de crecimiento disminuyeron entre 9% y 18% (Das *et al.*, 2019).

En general, los resultados confirman que fortalecer la formación nutricional materna, con un enfoque integral y sensible al contexto regional, tiene un efecto interesante en la prevención de la desnutrición crónica de los niños. Los análisis de subgrupos y sensibilidad realizados profundizan en la robustez de estos hallazgos y orientan futuras líneas de investigación y políticas públicas.



### III. Discusión

Los resultados de esta revisión sistemática corroboran la importancia estratégica de la educación nutricional materna para prevenir la desnutrición crónica infantil. Los hallazgos obtenidos en esta ocasión dan la oportunidad de señalar que las madres con formación específica en técnicas de preparación de alimentos lograron reducciones evidentes de retraso de crecimiento, lo cual coincide con las conclusiones de Goudet et al. (2019), cuando identificaron que las intervenciones educativas aumentan la retención de micronutrientes y reducen la prevalencia de retardo en el crecimiento.

Programas integrados como PROCOMIDA en Guatemala y Tubaramure en Burundi aportan evidencia cuantitativa adicional. Olney et al. (2018) documentaron una reducción del 11,1% en el retraso de crecimiento tras combinar suministro de productos alimenticios con formación nutricional, mientras que Leroy et al. (2018) observaron una disminución del 14,2% en Burundi, resultados que, aun cuando son menores, ponen de manifiesto tendencias concordantes con esta revisión., de allí que, se acepta la hipótesis de que las madres con formación nutricional adecuada tienen hijos con menores tasas de desnutrición crónica.

La disparidad de contextos sociodemográficos es un componente determinante. Prasetyo et al. (2023) y Mandara et al. (2024) acentuaron que el nivel educativo materno y las tradiciones culinarias armonizan la adopción de prácticas óptimas, indicando que las intervenciones deben adaptarse culturalmente. Lo encontrado está en sintonía con estudios previos sobre barreras socioculturales que frenan la eficacia de programas basados exclusivamente en la entrega de materiales educativos (Black *et al.*, 2008; Prasetyo *et al.*, 2023; Mandara *et al.*, 2024).

Acerca de la heterogeneidad metodológica, la variabilidad en los indicadores de crecimiento y las diferencias en los diseños de estudio limitan la posibilidad de un meta-



análisis global. Spill et al. (2019) y Higgins et al. (2003) han señalado que la ausencia de estandarización de medidas generan sesgos de comparación, de allí que, en revisiones próximas, sería idóneo promover protocolos uniformes y reportes detallados de los métodos de preparación de alimentos.

En términos de políticas públicas, los resultados soportan la integración de talleres prácticos de cocina nutritiva dirigidos a madres, complementados con apoyo comunitario y seguimiento continuo.

La evidencia de Reda et al. (2022) sugiere que la retroalimentación participativa y los grupos de apoyo incrementan el apego a nuevas prácticas alimentarias, lo cual, posiblemente, es capaz de potenciar los beneficios observados (Reda *et al.*, 2022). Asimismo, se recomienda evaluar el costo-efectividad de dichos programas para orientar inversiones en salud pública con mayor precisión.

## V. CONCLUSIONES

El análisis de los 35 estudios revisados evidencia de manera consistente que el rol de la madre en la preparación de alimentos es determinante en la desnutrición crónica infantil, pues sus decisiones sobre la selección de ingredientes, los métodos de cocción y la frecuencia de las comidas condicionan la biodisponibilidad de micronutrientes y el aporte calórico requerido para el crecimiento y desarrollo de los niños.

Los ensayos clínicos y estudios de tipo cuasiexperimentales exponen que las madres que reciben formación específica en alimentación infantil minimizan el riesgo de retraso del crecimiento hasta en un 25% frente a madres sin capacitación. Esto ratifica la eficacia de intervenciones educativas estructuradas para transformar los conocimientos en prácticas efectivas de preparación de comidas.



La revisión cualitativa deja al descubierto que el nivel de conocimiento nutricional y la actitud positiva hacia nuevos métodos de cocina se correlacionan con una mayor diversidad alimentaria y mejor retención de vitaminas y minerales. Las prácticas maternas, desde el lavado y corte de ingredientes hasta la conservación de sobras, demuestran un impacto directo en indicadores antropométricos, destacando la importancia de optimizar los componentes prácticos de las capacitaciones.

Los estudios de contextos diversos dan pie para señalar que determinadas variables, entre ellas, el nivel educativo, las tradiciones culinarias y el acceso a mercados marcan influencia en la adopción de prácticas óptimas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adu-Afarwuah S., Lartey A., Okronipa H., Ashorn P., Zeilani M., Peerson J.M., Arimond M., Vosti S.A. & Dewey K.G. (2015). Lipid-based nutrient supplement increases the birth size of infants of primiparous women in Ghana. *Am J Clin Nutr.* 101(4):835-846.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0002916523273542?via%3Dihub>

Ahmed, T., Hossain, M. & Sanin, K. (2020). Mejorar la alimentación infantil: enfoque y avances. *Ann Nutr Metab.* 76(S1):4-16.

<https://karger.com/books/book/118/chapter-abstract/5058322/Improving-Children-s-Diet-Approach-and-Progress?redirectedFrom=fulltext>

Ali M., Arif M. & Shah A.A. (2021). Prácticas de alimentación complementaria y factores asociados entre niños de 6 a 23 meses en Pakistán. *Plos one.* 16(2):e0247602.

<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0247602>

Ara G., Khanam M., Papri N., Nahar B., Haque M.A. & Kabir I. (2018). El asesoramiento entre pares mejora las prácticas de lactancia materna: un ensayo controlado aleatorizado por conglomerados en zonas urbanas de Bangladesh. *Matern Child Nutr.* 14(3):e12605. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/mcn.12605>

Ashorn P., Alho L., Ashorn U., Cheung Y.B., Dewey K.G., Gondwe A., Harjunmaa U., Lartey A., Nkhoma M., Phiri N., Phiri T.E., Vosti S.A., Zeilani M. & Maleta K.



- (2015). Supplementation of maternal diets with SQ-LNS during pregnancy and postpartum and infant diets thereafter. *J Nutr.* 145(6):1345-1353. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622087648?via%3Dihub>
- Billah, S.M., Hoque M.M., Khan H., et al. (2022). Effect of nutrition counselling with a digital job aid on child feeding and growth in rural Bangladesh: a cluster-randomized trial. *Matern Child Nutr.* 18(1):e13267. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/mcn.13267>
- Black, R., Allen, L., & Bhutta, Z. (2008). Desnutrición maternoinfantil: exposición global y regional y consecuencias para la salud. *The Lancet.* 371(9608):243-260. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0140673607616900>
- Booth, A., Clarke, M., Dooley, G., Ghera, D., Moher, D., Petticrew, M. & Stewart, L. (2012). Los fundamentos de PROSPERO: un registro prospectivo internacional de revisiones sistemáticas. *Syst Rev.* 1:2. <https://systematicreviewsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/2046-4053-1-2>
- Christian, P., Shaikh S., Shamim A.A., Mehra S., Wu L., Mitra M., Ali H., Merrill R.D., Choudhury N., Parveen M., Fuli R.D., Hossain M.I., Islam M.M., Klemm R., Schulze K., Labrique A., de Pee S., Ahmed T. & West K.P. Jr. (2015). Effect of fortified complementary food supplementation on child growth in rural Bangladesh: a cluster-randomized trial. *Int J Epidemiol.* 44(6):1862-1876. <https://academic.oup.com/ije/article/44/6/1862/2572526?login=false>
- Costa, C. S., Campagnolo, P. D.B., Lumey, L. H., & Vitolo, M. R. (2017). Efecto del asesoramiento dietético materno durante el 1er año de vida sobre el perfil de glucosa y la resistencia a la insulina a la edad de 8 años: un ensayo de campo aleatorizado. *British Journal of Nutrition,* 117(1), 134-141. <https://doi.org/10.1017/S0007114516004578>
- Das, J., Salam, R., & Hadi, Y. (2019). Suplementos nutricionales preventivos a base de lípidos administrados con alimentos complementarios a lactantes y niños pequeños de 6 a 23 meses de edad para mejorar la salud, la nutrición y el desarrollo. *Sistema de base de datos Cochrane Rev.* 5(5) :CD012611.



<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD012611.pub3/full>

- Deeks, J., Higgins, J. & Altman, D. (2019). Análisis de datos y realización de metaanálisis. En: Manual Cochrane para Revisiones Sistemáticas de Intervenciones (6.0). <https://training.cochrane.org/handbook>
- Dhami, M. V., Sarma, H., & Panigrahi, M. K. (2019). Retraso en la introducción de alimentos complementarios y factores asociados relacionados con el retraso en el crecimiento entre los bebés de 6 a 8 meses en la India. *Annals of Nutrition & Metabolism*. 194:127-133. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30609511>
- Goudet, S., Dickin, K. & O'Brien, M. (2019). Intervenciones nutricionales para la prevención del retraso del crecimiento infantil: una revisión sistemática. *Salud global de BMJ*. 4(1) :e001487. [https://gh.bmj.com/content/4/Suppl\\_1/e0014877](https://gh.bmj.com/content/4/Suppl_1/e0014877)
- Hasan, M., Hossain, M., & Sanin, K. (2018). Diversidad dietética materna y su asociación con el retraso en el crecimiento entre los bebés en la India. *Maternal & Child Nutrition*, 14(S3), e12663. <https://doi.org/10.1111/mcn.12663>
- Heckert, J., Leroy, J., Olney, D. & Ruel, M. (2020). El costo de mejorar los resultados nutricionales mediante programas de salud y nutrición materno-infantil con apoyo alimentario en Burundi y Guatemala. *Nutrición Materno Infantil*. 16(1) :e12863 . <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/mcn.12863>
- Higgins, J., Thompson, S., Deeks, J. & Altman, D. (2003). Medición de la inconsistencia en metaanálisis. *BMJ*. 327:557-560. <https://www.bmj.com/content/327/7414/557>
- Huertas-Sosa, C. M., & Vega-Ramírez, A. S. (2023). Prácticas culturales en la lactancia materna: revisión integrativa. *Ene*, 17(3). [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1988-348X2023000300002&script=sci\\_arttext](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1988-348X2023000300002&script=sci_arttext)
- Khan, M., Ahmed, T., & Rahman, A. (2018). Diversidad dietética materna y su asociación con el retraso del crecimiento infantil en zonas rurales de Bangladesh. *Nutrición*



*Materno*                      *Infantil.*                      14(1)                      :e12422.  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/mcn.12422>

Knight, RL, Sharp, CA, & Hallingberg, B. (2022). Revisión sistemática de métodos mixtos para identificar los factores que facilitan y dificultan la participación de padres/cuidadores en actividades físicas comunitarias para niños en edad preescolar. *Niños (Basilea)*. 9(11):1727. <https://www.mdpi.com/2227-9067/9/11/1727>

Leroy, J., Olney, D. & Ruel, M. (2018). Tubaramure, un programa integrado de salud y nutrición con asistencia alimentaria, reduce el retraso del crecimiento infantil en Burundi: un ensayo aleatorio por conglomerados. *J Nutr.* 148(3):445-452. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622107868?via%3Dihub>

Leroy, J., Olney, D., Bliznashka, L. & Ruel, M. (2019). PROCOMIDA contribuye a la retención de peso posparto en Guatemala: un ensayo de intervención aleatorio por conglomerados. *J Nutr.* 149(12):2219-2227. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6888017/>

Li, L. & Shawn Somerset (2018). Asociaciones entre la ingesta de flavonoides y la microbiota intestinal en un grupo de adultos con fibrosis quística. *Nutrients*. 10(9):1264. <https://www.mdpi.com/2072-6643/10/9/1264>

Liberati, A., Altman, D., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gøtzsche, P., Ioannidis, J., Clarke, M., Devereaux, P., Kleijnen, J. & Moher, D. (2009). Declaración PRISMA para la presentación de informes de revisiones sistemáticas y metaanálisis de estudios que evalúan intervenciones sanitarias: explicación y elaboración. *BMJ*. 151(4):W65 -W94. <https://www.bmj.com/content/339/bmj.b2700>

Mandara, F., Festo, C., & Killel, E. (2024). Relación entre las prácticas de alimentación y el retraso del crecimiento en niños menores de dos años en Tanzania: un enfoque de métodos mixtos. *Bull Natl Res Cent.* 48:1-12. <https://bnrc.springeropen.com/articles/10.1186/s42269-024-01266-3>

Martin, SL, McCann, K., & Gascoigne, E. (2021). Involucrar a los miembros de la familia en la nutrición materna, del lactante y del niño pequeño: una revisión



- sistemática de métodos mixtos. *Nutrición Materno Infantil*. 17(1) :e13158 .  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/mcn.13158>
- Mistry, S. K., Hossain, M. B., & Arora, A. (2019b). Maternal nutrition counselling is associated with reduced stunting prevalence and improved feeding practices in early childhood: a post-program comparison study. *Nutrition Journal*, 18, 47.  
<https://nutritionj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12937-019-0473-z>
- Mistry, SK, Rawal, LB, & Golam, M. (2019). El asesoramiento nutricional materno se asocia con la reducción del retraso del crecimiento infantil en Bangladesh: un estudio cuasiexperimental. *Nutrición*;18:67.  
<https://nutritionj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12937-019-0473-z>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J. & Altman, D. (2009). Elementos de informe preferidos para revisiones sistemáticas y metaanálisis: la Declaración PRISMA. *Plos med*. 6(7) :e1000097.  
<https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1000097>
- Montilla, P., A. Becerra, J. V., & Chávez, L. R. R. (2019). La semaforización nutricional y su influencia en la salud de la población ecuatoriana. *Ciencia y Salud*, 3(3), 15-22. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7210347>
- Munawar, K., Mukhtar, F., & Roy, M. (2024). Una revisión sistemática de las prácticas de crianza y alimentación, la conducta alimentaria infantil y el retraso del crecimiento en países asiáticos. *Medicina de Salud Psicológica*. 29(10):1705-1752. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13548506.2024.2421461>
- Novitasari, P. & Wanda, D. (2020). Prácticas de alimentación materna y su relación con el retraso del crecimiento infantil. *Pediat Rep*. 12(1):86-98.  
<https://www.mdpi.com/2036-7503/12/11/8698>
- Olney, DK, Leroy, JL, & Bliznashka, L. (2018). PROCOMIDA, un programa de salud y nutrición maternoinfantil con apoyo alimentario, reduce el retraso del crecimiento infantil en Guatemala: un ensayo controlado aleatorio por conglomerados. *J Nutr*. 148(9):1493-1505.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622165077>



- Parra, D. C., Gomez, L. F., Iannotti, L. L., Haire-Joshu, D., Sebert Kuhlmann, A., & Brownson, R. C. (2018). Correlatos maternos y familiares de tipologías antropométricas en la transición nutricional de Colombia, 2000-2010. *Public Health Nutrition*, 21(14), 2584-2594. <https://doi.org/10.1017/S1368980018001337>
- Phyo, W. Y., Khin Khin, O., & Aung, M. H. (2021). Conocimiento nutricional de las madres, autoeficacia y práctica de la preparación de comidas para niños en edad escolar en Yangon, Myanmar. *Makara Journal of Health Research*, 25(1), 1-12. <https://doi.org/10.7454/msk.v25i1.1262>
- Prado E.L., Maleta K., Ashorn P., Ashorn U., Vosti S.A., Sadalaki J. & Dewey K.G. (2016). Efectos de los suplementos nutricionales maternos e infantiles a base de lípidos en el desarrollo infantil: un ensayo aleatorizado en Malawi. *Am J Clin Nutr*. 103(3):784-793. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0002916522065649?via%3Dihub>
- Prasetyo, Y., Permatasari, P. & Susanti, H. (2023). El efecto de la educación y los conocimientos nutricionales de las madres en el estado nutricional de los niños: una revisión sistemática. *Política educativa de cuidado infantil de Int J*.17:11. <https://ijccep.springeropen.com/articles/10.1186/s40723-023-00114-7>
- Saleh, A., Syahrul, S., Hadju, V., Andriani, I. & Restika, I. (2021). Papel de la madre en la prevención del retraso en el crecimiento: una revisión sistemática. *Gaceta Sanitaria*, 35(S2), S576-S582. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.087>
- Sandelowski, M. (2000). ¿Qué pasó con la descripción cualitativa? *Investigación en Enfermería y Salud*, 23(4), 334-340. <https://doi.org/10.1002/1098-240X%28200008%2923%3A4%3C334%3A%3AAID-NUR9%3E3.0.CO%3B2-G>
- Sisay, G., Teshome, A., & Abera, F. (2018). Conocimiento materno sobre la práctica de alimentación complementaria y el estado nutricional de niños de 6 a 23 meses en la ciudad de Jijjiga. *Global Journal of Nutrition & Food Science*, 6(3). <https://irispublishers.com/gjnfs/fulltext/maternal-knowledge-on-complementary-feeding-practice-and-nutritional-status-of-children-6-23-month-in-jijjiga-town.ID.000505.php>



Victoria, C., Adair, L., & Fall, C.. (2021). Reevaluando la desnutrición materna e infantil en países de ingresos bajos y medios: ¿qué más debemos hacer? *The Lancet*. 398(10308):67-82.

[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)00394-9/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)00394-9/fulltext)

Zelege, A. M., Bayeh, G. M., & Azene, Z. N. (2022). Prácticas higiénicas durante la preparación de alimentos complementarios y factores asociados entre madres de niños de 6 a 24 meses en la ciudad de Debarq, noroeste de Etiopía: un estudio transversal basado en la comunidad. *Plos one*, 17(12), e0275730.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275730>