

CONDUCTA ALIMENTARIA ENTRE ABUELAS/OS Y NIETOS. ANÁLISIS DE CARGA GLUCÉMICA, IMC Y OTRAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Cristina Baute-Martín

Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de La Laguna
cristinabam01@gmail.com

Raquel Rojas-Rodríguez,

Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de La Laguna
alu0101334356@ull.edu.es

Vanesa Cruz-Santana

Psicóloga y metodóloga
vanesa.cruz.santana@gmail.com

Pedro Javier Castañeda-García*

Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de La Laguna
pcastane@ull.edu.es

Received: 15 marzo 2024

Revised: 18 marzo 2024

Evaluator 1 report: 22 abril 2024

Evaluator 2 report: 28 abril 2024

Accepted: 16 mayo 2024

Published: junio 2024

RESUMEN

En la actualidad muchas familias cuentan con el apoyo semanal de las abuelas y abuelos en aspectos tan importantes para la salud de sus hijos como las comidas. En este trabajo se analiza la conducta alimentaria de 42 abuelas y 4 abuelos españoles ($N = 46$), entre los 40 y 89 años ($M = 66.30$; $DT = 11.56$), con 46 nietos de entre 3 y 15 años, analizando posibles relaciones entre horas que pasan juntos, tipo de comidas, carga glucémica alta o baja de esos alimentos, IMC de sus nietos y otras variables sociodemográficas, así como las influencias externas percibidas en sus creencias alimentarias. Con un diseño transversal de tipo descriptivo y muestreo no probabilístico, los datos se analizaron con las pruebas no paramétricas de Chi cuadrado y U de Mann Whitney. Los resultados mostraron que pasan juntos menos de 5 horas diarias, las comidas semanales que más ofrecen a sus nietos son el almuerzo y merienda, los alimentos más frecuentes de carga glucémica alta (CGa) fueron macarrones, dulces, galletas, pan blanco y patatas fritas, y de carga glucémica baja (CGb) manzanas, naranjas/mandarinas, zanahorias y legumbres caseras. El estado civil de las abuelas/os y el IMC de los nietos mostró relación con los alimentos magdalenas/croissants y con los refrescos/bebidas gaseosas. Tanto los mass-media/Internet como el Ministerio de Salud español se relacionaron con las creencias alimentarias de las abuelas/os, según su nivel educativo. Como conclusión se demuestra el papel esencial de las abuelas/os en la alimentación diaria de los nietos, así como la relevancia de su estado civil y nivel educativo, además del IMC de los nietos, y también, de la importancia de la información externa, por su influencia potencial en las creencias de las abuelas/os para ofrecer una dieta más saludable a sus nietos.

Palabras clave: abuelos y nietos; dieta y salud; alimentación intergeneracional; carga glucémica alimentos

ABSTRACT

Eating behavior between grandmothers/grandfathers and grandchildren. Analysis of glycemic load, BMI and other sociodemographic variables. Currently, many families have weekly support from grandmothers/grandfathers in aspects as important for their children's health as meals. In this work, the eating behavior of 42 Spanish grandmothers and 4 grandfathers ($N = 46$), between 40 and 89 years old ($M = 66.30$; $SD = 11.56$), with 46 grandchildren between 3 and 15 years old, is analyzed, and those possible relationships between hours spent together, type of meals, high or low glycemic load (GL) of those foods, BMI of their grandchildren and other sociodemographic variables, as well as perceived external influences on their dietary beliefs. With a descriptive cross-sectional design and non-probabilistic sampling, the data were analyzed with the non-parametric Chi square and Mann Whitney U tests. The results showed that they spend together less than 5 hours a day, the weekly meals that they offer the most to their grandchildren are lunch and afternoon-snack, the most frequent foods with a high glycemic load were macaroni, sweets, cookies, white bread and chips, and those with a low glycemic load were apples, oranges/tangerines, carrots and homemade legumes. The marital status of the grandmothers/grandfathers and the BMI of the grandchildren showed a relationship with the foods muffins/croissants and with soft drinks/carbonated drinks. Both the mass media/Internet and the Spanish Ministry of Health were related to the dietary beliefs of the grandmothers/grandfathers, according to their educational level. In conclusion, the essential role of grandmothers/grandfathers-grandchildren in the daily feeding of their grandchildren is demonstrated, as well as the relevance of their marital status and educational level, as well as the BMI of the grandchildren, in addition to the importance of external information for its potential influence on grandmothers/grandfathers' beliefs about offering a healthier diet to their grandchildren.

Keywords: grandparents and grandchildren; diet and health; intergenerational nutrition; glycemic load of food

INTRODUCCIÓN

En pleno siglo XXI, con los correspondientes cambios en la estructura familiar, los abuelos han pasado a desempeñar un papel fundamental en los cuidados de sus nietos, disminuyendo el modelo parental de tiempo completo. Los padres disponen de menos horas para dedicar a sus hijos debido a diversas circunstancias entre las que destaca la situación laboral (Calle Maldonado & Guamán Guamán, 2022), y es por ello que los abuelos han pasado a ser una figura importante y de gran impacto en la crianza diaria de sus nietos. Son los responsables de llevarlos y recogerlos del colegio y a las actividades extraescolares, además de prepararles y ofrecerles distintos alimentos (Méndez López, 2014).

Estas conductas alimentarias intergeneracionales vienen produciendo cambios en la dieta y en el estilo de vida de los propios abuelos; en relación con ello, Pankhurst et al. (2019) encontró que los abuelos buscan un equilibrio entre sus propios deseos y los de sus nietos como de sus padres, creando formas innovadoras de asociar los alimentos básicos como caprichos benévolos e identificándolos como una herramienta muy valiosa para diferenciar su relación con la de otros cuidadores. También, Farrow (2014) comprobó que los abuelos que pasan más tiempo cuidando de sus nietos informaban de un entorno alimentario positivo y de una mayor provisión de alimentos, además de una mayor enseñanza a los nietos sobre la nutrición, y de un mayor uso de los alimentos como recompensa y de un mayor modelado de la ingesta de comidas saludables.

En otro estudio llevado a cabo por Weisbrot & Giraudo (2012) se obtuvo que la mayoría de las abuelas que cuidan a sus nietos un mínimo de 9 horas a la semana, lo hacen para ayudar a su familia, coincidiendo en que para ellas es un acto muy placentero y gratificante. Aunque algún estudio ha encontrado que son las abuelas, y no los abuelos, las que sienten menos satisfechas, menos animadas y con escaso tiempo para ellas (García Díaz et al., 2020).

Considerando los obstáculos percibidos por los abuelos para el consumo de alimentos saludables, Jongenelis et al. (2021) encontraron los siguientes: la promoción de consumo de alimentos poco saludables por parte de los padres de esos nietos, las propias preferencias alimentarias de los niños, la publicidad en la sociedad de alimentos insanos, las alergias alimentarias de los niños y la presión de sus compañeros. Asimismo, los resul-

tados obtenidos por Criss et al. (2020) mostraron que las percepciones de los abuelos a la hora de elegir los alimentos también se relacionan con el poder de los medios de comunicación y cuestiones de salud.

Según Sabina García (2022) "La obesidad sigue siendo uno de los problemas más graves de la sociedad del siglo XXI convirtiéndose en una de las mayores preocupaciones a tratar por parte de los gobiernos estatales y los sistemas sanitarios a nivel mundial". Para Aranceta-Bartrina & Pérez-Rodrigo (2016), el incremento de la obesidad en niños y adolescentes se puede atribuir a los cambios en los hábitos de alimentación, con un alto consumo energético de comida ultraprocesada y un bajo consumo de frutas y vegetales. En relación con ello, en el estudio de Castañeda-García et al. (2021), se utilizó una lista de alimentos con el índice glucémico (IG) alto y bajo, y se obtuvo que los abuelos entrevistados daban a sus nietos en igual medida los tipos de alimentos que más favorecen el sobrepeso (IGa) como los alimentos que no lo hacen tanto (IGb). Los alimentos más frecuentes en la primera categoría eran principalmente hidratos de carbono de absorción rápida como el ColaCao, el pan blanco o las galletas, y los alimentos dentro de la segunda categoría eran productos lácteos e hidratos de carbono de absorción más lenta como la leche, los guisos y la avena, todos ellos servidos en una media de 4 veces en la semana. Asimismo, Jongenelis et al. (2019), encontraron que los alimentos suministrados con mayor frecuencia, y al menos una vez a la semana, por los abuelos eran: frutas; lácteos (la leche, el queso o el yogur); verduras; cereales, y carne y alternativas a la carne. Los alimentos menos frecuentes fueron legumbres y bebidas azucaradas.

La carga glucémica (CG) de los alimentos es una herramienta útil para planificar comidas saludables y mantener estables los niveles de glucemia-insulina, sin los picos que producen los ultraprocesados, y en este caso para los más pequeños de la familia. Una dieta con una CG alta aumenta el riesgo de obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer. Por esta razón, la obesidad infantil/juvenil es un problema de salud nacional y mundial (Gómez Taverner, 2020).

Según el trabajo español ALADINO (2020), las cifras de obesidad infantil y juvenil son preocupantes, así, entre seis y nueve años el sobrepeso alcanzaba en 2019 un 40,6%, y la obesidad un 17%, siendo el de las niñas un 15% y el de los niños un 19,4%. En el trabajo de Moreno et al. (2020) con adolescentes de 11 a 18 años, el sobrepeso alcanzaba en 2018 el 14,4% en las chicas y 20,5% en los chicos. En relación a los alimentos consumidos y si elegimos aquellos que producirían más sobrepeso/obesidad (con carga glucémica alta), el 15,2% de ellos comían dulces a diario, y un 15,8% refrescos o bebidas azucaradas. Por el contrario, entre los que producirían menos sobrepeso/obesidad (carga glucémica baja) tenemos la fruta que era consumida a diario por el 34,7%, pero solo un 18,2% con más de una pieza al día.

Aunque, ese hecho es inseparable del creciente sedentarismo en niños y adolescentes (Mielgo-Ayuso et al., 2017), esta investigación se centra solo en la conducta alimentaria del contexto familiar y entre esas dos generaciones que pasan tiempo juntas: los abuelos y sus nietos. Y dada la importancia subrayada de la variable carga glucémica de los alimentos y de ser tan poco conocida e investigada en la población infantil-juvenil, la hemos introducido en este trabajo. Así, el objetivo general de esta investigación es conocer la conducta alimentaria de un grupo de abuelos con los nietos con quien más interactúan.

Como objetivos específicos:

1) Analizar las horas y días que pasan juntos los abuelos con sus nietos y qué comidas les ofrecen durante toda la semana. Este objetivo nos daría información sobre el tipo de rol de abuelidad y su papel familiar en la co-crianza.

2) Analizar el tipo de alimentos ofrecidos, según sea su carga glucémica alta (CGa) y baja (CGb), y comprobar si hay relación de esos dos grupos diferenciados con algunas de sus variables sociodemográficas. Este objetivo nos informaría sobre la relación entre alimentos, el peso de los nietos/as y otros aspectos personales.

3) a) Analizar las creencias de los abuelos sobre el nivel de salud asociado a esos mismos alimentos que ofrecen a sus nietos, y b) a qué fuentes de información propia y externa atribuyen sobre esas creencias alimentarias, además, de c) analizar la relación de estas atribuciones con algunas de sus variables sociodemográficas. Este último objetivo nos informaría sobre las ideas que subyacen a la conducta alimentaria de los abuelos y cómo influyen aspectos personales.

MÉTODO

Participantes

La muestra ha sido de 46 personas, 42 abuelas (91.3%) y 4 abuelos (8.7%), entre los 40 y 89 años ($M = 66.30$; $DT = 11.56$). Dada esa inmensa mayoría se utilizará en adelante como las abuelas/os, solo para esta muestra entrevistada del estudio presente y el genérico en el resto de citas, tanto para abuelos como para nietos. Fue un muestreo de conveniencia y no probabilístico, ya que se contó con abuelas y abuelos que cumplieran con unos criterios de inclusión como que no tuvieran problemas de movilidad ni cognitivos que les impidieran interactuar con sus nietos, así como participar en su alimentación y que estos tuvieran entre 3 y 15 años, para asegurar así su autotomía motriz y alimentaria.

En cuanto al estado civil de las abuelas/os, el 52,2% están casadas o son pareja de hecho, y el resto viudas-os/solteras-os/separadas-os (47,8%). Aproximadamente, la mitad presenta un nivel educativo bajo (54.3%) y el resto un nivel medio-alto (45.7%). En relación con su salario, un 80.4% cobra hasta 1645€, un 13% cobra entre 1645 y 2500; y un 6.5% cobra entre 2500 y 4386€. Su situación laboral es mayoritariamente la de pensionista/jubilada/o (47.8%), un 21.7% es ama/o de casa, un 8.7% está en paro y un 21.7% trabaja. Con respecto a la salud, la mayoría tiene un buen estado de salud (91.3%) y muy pocas personas presentan una salud regular (8.7%); de los que tienen buena salud, un 54.3% toma medicamentos y un 10.9% toma suplementos vitamínicos. Finalmente, referente a la única variable sociodemográfica recogida e incluida de los nietos, peso/talla para el índice de masa corporal (IMC), se han tenido en cuenta tres categorías: bajo peso, peso medio/normopeso y sobrepeso/obesidad para niños y adolescentes, según la OMS/World Health Organization (2021), resultando de toda la muestra de nietos ($N = 46$) con porcentaje con bajo peso, un 15.2% ($n = 7$), con peso medio/normopeso, un 50% ($n = 23$), y con sobrepeso/obesidad, un 34.8% ($n = 16$).

Instrumentos

Se han aplicado los dos cuestionarios siguientes de elaboración propia.

Primer cuestionario.

La estructura sigue el modelo de otro estudio similar (Castañeda-García et al., 2021) que comienza con 2 ítems en los que se muestran todos los días de la semana (de lunes a domingo) y la cantidad de horas diarias que pasa las abuelas/os junto a los nietos, pero solo con el que más contacto presencial tiene (0-2, 3-5, 5 y más), y también qué comida/s le ofrece (desayuno, almuerzo, merienda, cena).

A continuación, aparece una lista de 20 ítems que incluye algunos de los alimentos más comunes, y teniendo en cuenta las tablas de carga glucémica de Atkinson et al. (2021), y con el único criterio de clasificación que analizamos en este trabajo sobre esos alimentos, los de carga glucémica alta (CGa) y los de baja (CGb), y ordenados al azar:

Alimentos de CGa, que incluyen: macarrones; arroz blanco; dulces/chocolates/caramelos y galletas; pan blanco, pan de molde, cereales del súper desayuno, gofio y magdalenas/croissants; y ColaCao/Nesquik; patatas fritas de bolsa, fritas caseras, y cocidas; refrescos/bebidas gaseosas.

Alimentos de CGb, que incluyen: manzanas, peras, ciruelas, naranjas/mandarinas; nueces naturales, nueces tostadas y saladas; manises naturales y manises fritos y salados; zanahorias y tomates frescos y triturados; leche del súper; queso fresco tierno, semicurado y fundido; garbanzos/lentejas/judías precocinadas y caseras. Para cada alimento se ha preguntado en qué comida del día se ofrece y qué días de la semana.

También se han incluido cuatro ítems relacionados con los elegidos por las abuelas/os participantes: 1 sobre el permiso parental de los padres de esos nietos, para poder contestar al ítem 2 sobre el peso y altura, y seguir con los otros 2 ítems finales de consentimiento.

Finalmente, se recogen algunos datos sociodemográficos de cada abuela y abuelo participante: género (masculino, femenino, otro), edad, estado civil (casada/o, viuda/o, soltera/o, separada/o, pareja de hecho), nivel educativo (nivel bajo: sin estudios y primaria; nivel medio-alto: secundaria/bachillerato, universidad u otro equiva-

lente), nivel de ingresos mensuales (hasta 1645€, entre 1645€ y 2500€, entre 2500€ y 4386€, y más de 4386€), situación laboral (trabaja, en paro, en Ere/Erte, solo ama-amo de casa, persona pensionista/jubilada), y estado de salud (salud buena y no toma medicamentos, y sí toma medicamentos, y sí toma suplementos, salud regular y salud mala. Véase apartado Participantes).

Segundo cuestionario.

En una primera parte, se solicita la opinión de las abuelas/os participantes sobre el nivel de salud asociado a cada uno de los distintos alimentos del primer cuestionario, también ordenados al azar, a través de 20 ítems, en una escala de tipo Likert que consta de 5 opciones: 1 (nada saludable), 2 (poco saludable), 3 (medianamente saludable), 4 (bastante saludable), y 5 (muy saludable).

Seguidamente, se pregunta sobre la atribución percibida de las abuelas/os en sus creencias alimentarias, bien sea por la propia experiencia personal, o sobre influencias externas por parte de alguna persona de su entorno (mayores, amistades, hijos/as, nietos/as o médico/nutricionista), o por los mass-media/Internet e instituciones públicas (Ministerio de Salud).

Procedimiento

Para la selección de la muestra se contó con la participación voluntaria de alumnado universitario de Psicología, que tuvieran abuelos que cumplieran los criterios de inclusión comentados en el apartado de Participantes (sin problemas de movilidad ni cognitivos y con nietos entre 3 y 15 años). Tras reunirse en un aula el alumnado participante voluntario y los investigadores, se les explicó las instrucciones para pasarlo y se aclararon las dudas sobre los dos cuestionarios. En un primer momento, se les entregó el primer cuestionario. Una vez contestado por las abuelas y entregado a los investigadores, se apuntó la fecha y se dejó pasar una semana, tras lo cual se les entregó el segundo cuestionario, para evitar así posibles sesgos en las respuestas aprendidas por muy segundas, al tener este segundo cuestionario partes muy relacionadas con el primero (véase apartado de Instrumentos).

En paralelo, y para asegurar los aspectos éticos del trabajo, se estableció un procedimiento de consentimiento informado en distintos momentos. En un primer contacto físico-presencial o por teléfono, el alumnado comprobaba con su abuelo si cumplía los requisitos de inclusión, y en caso positivo se les preguntaba si querían participar en una entrevista que trataba de las comidas entre ellos y ese nieto, y se les pedía que pidieran permiso a los padres del nieto elegido sobre su talla y peso. En un segundo contacto presencial acordado, se les pasaba el primer cuestionario, apuntando primero la respuesta a dos ítems, en uno primero, y tras leerles que esa información se trataría de forma totalmente anónima y confidencial, si aceptaban o no participar finalmente y contestar de manera voluntaria a las preguntas, apuntando su respuesta afirmativa o negativa, y a un segundo ítem, si habían preguntado y contado con el consentimiento parental (de su hija o hijo) para aportar los datos del nieto elegido, apuntando a su vez la respuesta afirmativa o negativa. Se continuaba con el resto de los ítems del cuestionario, y al final se les preguntaba también si aceptaba contestar, en otro encuentro posterior, a un segundo cuestionario relacionado con el primero, pero más breve, y se apuntaba su respuesta. Se eliminaron finalmente a 14 participantes (60-14 = 46) por no cumplir alguna de las condiciones requeridas en los cuestionarios.

Análisis de datos

Los análisis estadísticos se llevaron a cabo con la ayuda del paquete IBM SPSS en su versión 29. En primer lugar, se realizó la codificación y exploración de los datos, tras lo cual se calcularon nuevas variables teniendo en cuenta las puntuaciones de los ítems de los dos cuestionarios utilizados. En segundo lugar, se realizó un análisis descriptivo del conjunto de variables con la finalidad de conocer la composición de la muestra. Para el análisis descriptivo se utilizaron frecuencias con porcentajes para las variables categóricas y, además, media y desviación típica o mediana y rango intercuartil para las variables cuantitativas. En tercer lugar, se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk ($N < 50$) para determinar si las variables cuantitativas se ajustaban a la curva normal, aplicando posteriormente pruebas no paramétricas (Chi cuadrado y U de Mann Whitney), dado que no se cumplió con ese supuesto de normalidad ($p < .05$). En todos los casos se trabajó con un nivel de confianza del 95%.

RESULTADOS

Primer objetivo. Analizar las horas y días que pasan juntos los abuelos con sus nietos y qué comidas les ofrecen durante toda la semana.

Horas y días juntos, y comidas ofrecidas. Entre semana, el mayor porcentaje de las abuelas/os (43.4%) comparten con sus nietos entre 1 y 5 horas, seguido por un tercio de las que pasan más de 5 horas, mientras que un cuarto de ellas no pasan tiempo junto a sus nietos. Los fines de semana, casi la mitad de las abuelas/os no comparten tiempo con sus nietos, siendo de nuevo algo más de un tercio las que pasan más de 5 horas. En general, el tipo de comida que más ofrecen las abuelas/os a sus nietos son el almuerzo y la merienda, y la que menos, los desayunos, tanto entre semana como los fines de semana, aunque en este último periodo, las diferencias con los desayunos y cenas son menores que el resto de la semana. Véase Tabla 1

Tabla 1. Horas, días y comidas compartidas por las abuelas/os con sus nietos

Intervalos de horas semanales juntos (N/%)	Tipos de comidas semanales (N/%)				
	Entre semana (lunes–viernes)	Fin semana (sáb.-dom.)		Entre semana (lunes–viernes)	Fin semana (sáb.-dom.)
0	12 (25.2%)	22 (46.8%)	Desayuno	9 (18.7%)	12 (25%)
1-2	9 (20.4%)	4 (8.7%)	Almuerzo	26 (57%)	21 (44.6%)
3-5	11 (23%)	3 (5.5%)	Merienda	18 (40%)	15 (31.6%)
+ 5	14 (31.3%)	7 (39.2%)	Cena	14 (29.6%)	12 (26.1%)

Segundo objetivo. Analizar el tipo de alimentos ofrecidos, según sea su carga glucémica alta (CGa) y baja (CGb), y comprobar si hay relación de esos dos grupos diferenciados con algunas de sus variables sociodemográficas.

Alimentos según carga glucémica. Durante la semana, los alimentos de alta carga glucémica (CGa) que las abuelas/os ofrecen más a sus nietos son hidratos de carbono de absorción rápida como macarrones, seguido a distancia por ultraprocesados y procesados como los dulces, galletas, pan blanco y patatas fritas. En cuanto a los alimentos de carga glucémica baja, destacan las frutas, las hortalizas y legumbres, seguido por lácteos. En cuanto a los fines de semana, se da un patrón en orden opuesto con esos alimentos específicos de CGa, aunque en mucha menor proporción todos ellos. Algo similar ocurre con los alimentos de CGb. Véase Tabla 2.

Tabla 2. Alimentos más frecuentes que ofrecen las abuelas/os a sus nietos, según su carga glucémica alta o baja (CGa, CGb)

ENTRE SEMANA				FIN DE SEMANA			
Alimentos CGa	%	Alimentos CGb	%	Alimentos CGa	%	Alimentos CGb	%
Macarrones	82.6	Manzanas/naranjas/mandar.	81.5*	Galletas/dulces	40.2*	Leche del súper	39.1
Dulces/galletas/pan blanco	56.5	Zanahorias/s/legumbres caseras	72.8*	ColaCao/Nesquick	37.0	Zanahorias/naranjas/mandar.	31.5*
Patatas fritas/ColaCao/Nesquick	43.5	Queso fresco tierno/peras	59.8*	Macarrones	30.4	Manzanas/peras/legumbres caseras	26.8*
Arroz blanco/cereales desay./refrescos y bebidas gaseosas	30.4	Leche del súper	54.3	Pan blanco/cereales desayuno	20.5*	Queso fresco tierno	21.7
Media Total CGa	53.2	Media T. CGb	67.1	Media T. CGa	32	Media T. CGb	29.7

Nota. Se agrupan los alimentos que están con menos de 3 puntos porcentuales de diferencia desde el 1º de mayor puntuación, y se halla la media* entre ellos

Relación entre alimentos según carga glucémica y variables sociodemográficas. Se da una relación significativa entre uno de los alimentos de CGa y el estado civil de las abuelas/os ($\chi^2(1, 46) = 4.023; p = .045; \phi = .296$), así, las viudas-os/solteras-os/separadas-os dan más magdalenas/croissants a sus nietos que las casadas-os/pareja de hecho. También se ha encontrado una relación significativa de dos alimentos de CGa (magdalenas/croissants y refrescos/bebidas gaseosas) con el IMC de los nietos. Así, aquellos nietos con bajo peso o normopeso obtienen de sus abuelas/os más magdalenas/croissants: $\chi^2(1, 46) = 10.242; p = .003; \phi = .471$, que aquellos nietos con sobrepeso/obesidad, que reciben más refrescos/bebidas gaseosas: $\chi^2(1, 46) = 6.689; p = .035; \phi = .381$, que aquellos que presentan bajo peso o normopeso.

Tercer objetivo. a) Analizar las creencias de los abuelos sobre el nivel de salud asociado a esos mismos alimentos que ofrecen a sus nietos, y b) a qué fuentes de información propia y externa atribuyen sobre esas creencias alimentarias, además, de c) analizar la relación de estas atribuciones con algunas de sus variables sociodemográficas.

a) *Creencias sobre el nivel de salud asociado a los alimentos.* De los alimentos de CGa, entre un tercio y un cuarto de las abuelas/os puntuaron como más saludables algunos hidratos de carbono de absorción rápida muy presentes en la dieta del país (arroz blanco, macarrones, patatas cocidas). Véase tabla 3.

**CONDUCTA ALIMENTARIA ENTRE ABUELAS/OS Y NIETOS.
ANÁLISIS DE CARGA GLUCÉMICA, IMC Y OTRAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS**

Tabla 3. Percepción de las abuelas/os del nivel de salud asociada a los alimentos de CGa que ofrecen a sus nietos

SALUDABLES ¹ (%)		MEDIANAM. SALUDABLE (%)		NO-SALUDABLES ² (%)	
Arroz blanco	39.1	Macarrones/ColaCao/ o/Nesquick	47.8	Dulces/caramelos/ chocolates	48.3
Macarrones	20.6	Galletas	45.7	Refrescos/bebidas gaseosas	47.8
Patatas cocidas	17.5	Pan blanco	32.6	Galletas	22.8
ColaCao/ Nesquick	15.2	Arroz blanco	21.7	ColaCao/Nesquick	10.8
Pan blanco	14.1	Patatas fritas caseras	19.6	Patatas fritas bolsa	8.7

¹ Incluye la media entre los niveles más altos de *Bastante saludable* y *Muy saludable*; ² Incluye la media de los niveles más altos de *Nada saludable* y *Poco saludable*.

Un mayor porcentaje que roza la mitad de la muestra consideraba como alimentos no-saludables algunos ultraprocesados como los dulces/caramelos/chocolates y refrescos/bebidas gaseosas; seguido a distancia por las galletas, el ColaCao/Nesquick y las patatas fritas de bolsa. Véase tabla 4.

Tabla 4. Percepción de las abuelas/os del nivel de salud asociada a los alimentos de CGb que ofrecen a sus nietos

SALUDABLES ¹ (%)		MEDIANAM. SALUDABLE (%)		NO-SALUDABLES ² (%)	
Zanahorias/leche del súper	64.1	Leche del súper	19.6	Manises fritos-salados/leche del súper	5.4
Manzanas/queso-fresco-tierno	58.3	Nueces naturales	13	Manises naturales	4.3
Ciruelas/peras	50	Manises naturales	8.7		
Naranjas/mandarinas/nueces naturales	47.8	Queso fresco tierno	6.5		
Tomates frescos/manises naturales	10.8	Garbanzos/lentejas/judías	4.3		

¹ Incluye la media más alta entre los niveles *Bastante saludable* y *Muy saludable*; ² Incluye la media más alta de los niveles *Nada saludable* y *Poco saludable*.

b) Fuentes de información externa que atribuyen a sus creencias sobre tipos de alimentación.

Alimentos de CGa. Aparecieron diferencias estadísticamente significativas en relación a la influencia de los mass media/Internet ($U = 138.500$; $p = .014$; $PSest = .284$), siendo las que sí estaban influidas por los mass media/Internet las que ofrecían a sus nietos menos cantidad de alimentos con CGa ($M = 1.08$; $DT = .52$) que las que dijeron que no ($M = 1.69$; $DT = .85$).

Alimentos de CGb. También aparecen diferencias significativas respecto a la influencia de las campañas del Ministerio de Salud ($U = 78$; $p = .031$; $PSest = .256$), así las abuelas/os que señalaron tener influencia del citado Ministerio ($M = 1.86$; $DT = .66$) daban a sus nietos más alimentos con CGb, que alimentos con CGa ($M = 1.59$; $DT = .64$).

c) Relación entre fuentes de información externa que atribuyen a sus creencias sobre tipos de alimentación y variables sociodemográficas. Se encontró una relación significativa con la variable de los nietos IMC ($\chi^2(2, 46) = 9.684$; $p = .008$; $\eta^2 = .459$), así, los nietos con normopeso tienen más abuelas/os (34,8%) que se sienten influenciadas por el Ministerio de Sanidad que los nietos que tienen bajo peso (0%) o sobrepeso/obesidad (0%). Otra relación significativa aparece con el nivel educativo de las abuelas/os ($\chi^2(2, 46) = 6,125$; $p = .013$; $\eta^2 = .377$) dado

que las que tienen un nivel educativo medio-alto se sienten más influenciadas por las amistades (22,2%) que las que tienen un nivel educativo bajo (0%). También las de nivel educativo medio-alto se sienten más influenciadas por los mass media/Internet (55,6%) que las de nivel bajo (20%) ($Z(2, 46) = 5,824; p = .016; r = .368$).

DISCUSIÓN

A partir de los resultados obtenidos en el primer objetivo, saber las horas diarias que pasan juntos y qué comidas les ofrecen las abuelas/os a sus nietos, parece que son mayoritariamente periodos que no superan las 5 horas diarias, lo que correspondería a un rol de abuelidad alejado de los extremos como son el rol formal-distante, con poca relación e intercambio, y el rol sustituto o subrogado, donde no se diferencia en intensidad del propio rol parental (Castañeda-García et al., 2017). El hecho de que los almuerzos y meriendas ocupen la mayoría de los tipos de comida ofrecida, disminuyendo los fines de semana estarían relacionados con la mayor dedicación de las abuelas/os a la alimentación de sus nietos durante el periodo escolar semanal, permitiendo así un respiro de tareas familiares a los padres (Calle Maldonado & Guamán Guamán, 2022).

En relación a los resultados obtenidos en el segundo objetivo, la dieta entre semana de los dos tipos de alimentos (CGa y CGb) que influirían en mayor o en menor medida en el sobrepeso/obesidad de los nietos, y comprobar si hay relación de esos dos grupos con sus variables sociodemográficas, la tendencia en general muestra ser más alta en los alimentos saludables que lo previenen. Al contrario, en los fines de semana los alimentos que influyen en el sobrepeso/obesidad suben en relación a los que lo previenen, aunque su proporción de ingesta sea aprox. la mitad que durante la semana. Esto concuerda con los resultados de estudios que han revelado que el consumo de verduras, tentempiés y almuerzos más saludables se dan con mayor frecuencia entre semana que en los fines de semana (Esposito et al., 2022). Hay siempre la limitación de no haber evaluado la deseabilidad social en las respuestas de estos participantes, dado que hay estudios recientes donde los abuelos aseguraban en su mayoría que daban solo a sus nietos alimentos saludables, pero en realidad eran lo contrario, principalmente golosinas ricas en grasas saturadas y azúcares (Jongenelis & Budden, 2023). Y otro hecho a tener en cuenta es que regalan y ofrecen aquellos alimentos que más prefieren sus nietos, y que suelen ser elecciones poco saludables, generalmente como forma de afecto y cuidado (Molina et al., 2021). Alguna obra reciente más divulgativa, como guía de recetas, propone priorizar la dieta sana tradicional frente a la dieta emocional (Llorca & Gómez, 2021).

Sobre los resultados del tipo de carga glucémica de los alimentos que ofrecían y relaciones con variables sociodemográficas, el dato de que las abuelas/os viudas/solteras/separadas dieran más un alimento de CGa a sus nietos/as que las casadas-os/pareja de hecho podría estar relacionada con esa conducta alimentaria emocional (Soto Núñez & Martín Salinas, 2021) en la que se buscaría estrechar lazos afectivos a través de aquellos alimentos preferidos por sus nietos, y así compensar su situación marital (King, 2003). En relación a una variable de los nietos, ha resultado que los refrescos/bebidas gaseosas se ofrecían en mayor medida a los nietos con sobrepeso/obesidad en comparación con los de bajo peso, lo mismo que se obtuvo también en el estudio llevado a cabo por Milhassi Vedovato et al. (2021), donde se relacionaron los patrones dietéticos ricos en alimentos hipercalóricos (dulces, refrescos, entre otros) con un mayor peso en nietos de entre 4 y 7 años; sin embargo, en nuestro estudio se ha obtenido que las magdalenas/croissants se ofrecen más a nietos con bajo peso o normopeso.

En relación a los resultados del tercer objetivo, en su primera parte, la valoración del nivel de salud asociada a los alimentos que ofrecen a sus nietos, se ha podido observar una gran unanimidad en cuanto a valoraciones negativas hacia los alimentos de CGa. Destacar como las legumbres no aparecen en la categoría de alimentos saludables (o en una quinta posición en la categoría de medianamente saludables) aunque sea el segundo alimento más ofrecido a sus nietos, lo que podría implicar más un hábito o costumbre familiar que una guía consciente desde conocimientos dietéticos. Algunos estudios han señalado ese consumo decreciente de legumbres en adolescentes españoles de 11 a 15 años, así como su relación con el nivel socio-económico familiar (Palenzuela Paniagua et al., 2014). También señalar la escasa presencia de alimentos señalados como no saludables, entre los de CGb, lo que indicaría cierta coherencia con aquellos que considerarían saludables.

CONDUCTA ALIMENTARIA ENTRE ABUELAS/OS Y NIETOS. ANÁLISIS DE CARGA GLUCÉMICA, IMC Y OTRAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

En relación a la segunda parte del tercer objetivo, la influencia atribuida a las propias creencias nutricionales de los abuelos/os, en relación a los tipos de alimentos, se ha podido encontrar que las abuelas/os que muestran estar influenciadas por los mass-media o Internet son los que ofrecen a sus nietos alimentos más saludables o de CGb, lo que resultaría contradictorio ya que la publicidad de los mass-media que se emite sobre los alimentos, suele ser de alimentos ricos en grasa, azúcar y sodio (Soto Núñez & Martín Salinas, 2021). Tal vez, las abuelas/os sepan distinguir la mera publicidad comercial de cualquier otra información nutricional más técnico-sanitaria. Algo que debería analizarse en futuros trabajos. También se han obtenido datos relevantes en las abuelas/os que muestran tener influencia de las campañas del Ministerio de Salud, ya que ofrecen a sus nietos más alimentos con CGb o más saludables.

En cuanto a la última parte del tercer objetivo, esas atribuciones de influencia sobre alimentos en relación con variables sociodemográficas de abuelas/os y nietos, los resultados han mostrado como los nietos con normopeso tienen abuelas/os más influenciadas por las campañas del Ministerio de Sanidad, que los nietos de bajo peso y sobrepeso/obesidad, lo que demuestra su apertura a la información sobre prácticas de buena salud de los nietos, además de estar más abiertas a otras fuentes si poseen un mayor nivel educativo. Estos datos coinciden con el estudio de Pollard et al. (2015) donde las mujeres con mayor nivel educativo y de zonas urbanas buscaban más información sobre nutrición y dieta sana en Internet que las de menor nivel educativo y de zonas rurales.

Entre las limitaciones de este trabajo tenemos la escasa muestra total de participantes, y en la casi nula participación de abuelos varones que siguen infrarrepresentados en estos estudios intergeneracionales (Díaz-Falcón & Castañeda-García, 2022), y, sobre todo, cuando la investigación es con muestras disponibles, ya que son las abuelas las que tienden a ser más participativas. Otras limitaciones han sido los escasos datos solicitados a las abuelas/os de sus nietos y, también, en relación al tercer objetivo, donde se debería haber preguntado si en la información nutricional sobre alimentos suelen distinguir entre la mera publicidad comercial y otras informaciones más técnicas sobre propiedades nutritivas de las comidas.

CONCLUSIONES

Como conclusiones más relevantes de este trabajo, tenemos la comprobación de que la mayoría de las abuelas/os están muy presentes en la alimentación de los nietos de las familias participantes, con un tipo de alimentación donde predominan los alimentos saludables entre semana, y algo menos los fines de semana, lo que confirmaría el impacto que pueden tener y tienen en su crianza y nivel de salud (Bragato et al., 2023; Mathews & Nadorff, 2022). También, aparece la importancia del nivel educativo de las abuelas/os que les hace más abiertas a una información dietética saludable. Un nivel educativo que aumentará en las próximas décadas en esas generaciones más escolarizadas, aunque los niveles socioeconómicos puedan seguir influyendo en el tipo de alimentos consumidos.

En cuanto a las implicaciones futuras de este trabajo, se debería analizar más la calidad y composición de la alimentación infantil y juvenil en el contexto familiar ya que puede jugar un papel primordial para mejorar y optimizar su desarrollo físico, intelectual y social, siendo una línea de defensa contra muchas enfermedades en esas edades (Bajaña Núñez et al., 2017). También, los centros educativos pueden jugar un papel positivo en los nietos tanto en su percepción de hábitos de vida saludables como en la identificación de barreras y elementos facilitadores en su alimentación familiar (Robledo de Dios et al., 2023).

Finalmente, se necesitan más programas institucionales de salud nutricional para la infancia y adolescencia, en tres ámbitos de influencia mutua e interdependiente: la familia, la escuela y los mass media/Internet, y que combinen la alimentación tradicional saludable (Partearroyo et al., 2019) con los nuevos conocimientos dietéticos, así como su integración urgente con un mayor nivel de ejercicio físico y de bienestar psicosocial.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALADINO (2020). Estudio sobre la Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España 2019. Estudio Aladino 2019. *Ministerio de Consumo*.
https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Informe_Aladino_2019.pdf

- Aranceta-Bartrina, J., & Pérez-Rodrigo, C. (2016). Determinants of childhood obesity: ANIBES study. *Nutricion hospitalaria*, 33(Suppl 4), 17-20. <https://doi.org/10.20960/nh.339>
- Atkinson, F. S., Brand Miller, J. C., Foster Powell, K., Buyken, A. E., & Goletzke, J. (2021). International tables of glycemic index and glycemic load values 2021: a systematic review. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 114(5), 1625-1632. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqab233>
- Bajaña Núñez, R., Quimis Zambrano, M., Sevilla Alarcón, M., Vicuña Monar, L., & Calderón Cisneros, J. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSALUSUNEM*, 1(1) 34-39. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol1iss1.2017pp34-39p>
- Bragato, A. G. D. C., Alves García, L. A., Carolina Camargo, F., Fernández Silva de Paula, F., Sousa Malaquias, B. S., Ciabotti Elias, H., & Santos, A. D. S. (2023). Grandparents that take care of grandchildren: análisis of the care profile and intensity. *Cogitare Enfermagem*, 28. <https://doi.org/10.1590/ce.v28i0.88192>
- Calle Maldonado, D., & Guamán Guamán, K. (2022). *La influencia de los abuelos en la crianza de los niños*. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad del Azuay]. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/12306>
- Castañeda-García, P.J., Luis-Díaz, A., González-Rodríguez, J., & Gutiérrez-Barroso, J. (2021). Exploring foods and physical activities between grandparents and their grandchildren. *Anuario de Psicología/The UB Journal of Psychology*, 51(2), 101-109. <https://doi.org/10.1344/ANPSIC2021.51/2.30536>
- Castañeda-García, P. J., Valle-Sanz, C. & Gutiérrez-Barroso, J. (2017). From Grandparenthood to Great-grandparent-hood. Exploring a family role. *Anuario de Psicología/The UB Journal of Psychology*, 47(3), 115-122. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2018.01.003>
- Criss, S., Horhota, M., Wiles, K., Norton, J., Hilaire, K. J. S., Short, M. A., & Blomquist, K. K. (2020). Food cultures and aging: a qualitative study of grandparents' food perceptions and influence of food choice on younger generations. *Public Health Nutrition*, 23(2), 221-230. <https://doi.org/10.1017/S1368980019002489>
- Díaz-Falcón, M., & Castañeda-García, P. J. (2022). Impacto de la covid-19 en actividades dinámicas/sedentaria y de interior/exterior al hogar entre abuelos varones y sus nietos/as. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 1(2), 61-74. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2022.n2.v1.2443>
- Esposito, F., Sonmarchi, F., Marini, S., Masini, A., Scrimaglia, S., Adorno, E., Soldà, G., Arrichiello, F., Ferretti, F., Rangone, M., Celenza, F., Guberti, E., Tiso, D., Toselli, S., Lorenzini, A., Dallolio, L., & Sacchetti, R. (2022). Weekday and Weekend Differences in Eating Habits, Physical Activity and Screen Time Behaviour among a Sample of Primary School Children: The "Seven Days for My Health" Project. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4215. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074215>
- Farrow, C. (2014). A comparison between the feeding practices of parents and grandparents. *Eating Behaviors*, 15(3), 339-342. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.04.006>
- García Díaz, V., Álvarez Blanco, L., & Iglesias García, M. T. (2020). La satisfacción subjetiva del abuelo y la abuela "canguro". *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 2(1), 63-70. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v2.1821>
- Gómez Taverner, E. (2020). *Desigualdades sociales y obesidad infanto-juvenil en España: análisis de la Encuesta Nacional de Salud 2017 (ENSE)*. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Santiago de Compostela]. <http://hdl.handle.net/10347/24950>
- Jongenelis, M. I., & Budden, T. (2023). The Influence of Grandparents on Children's Dietary Health: A Narrative Review. *Current Nutrition Reports*, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s13668-023-00483-y>
- Jongenelis, M. I., Morley, B., Worrall, C., & Talati, Z. (2021). Grandparents' perceptions of the barriers and strategies to providing their grandchildren with a healthy diet: A qualitative study. *Appetite*, 159, 105061. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105061>
- Jongenelis, M. I., Talati, Z., Morley, B., & Pratt, I. S. (2019). The role of grandparents as providers of food to their grandchildren. *Appetite*, 134, 78-85. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.12.022>
- King, V. (2003). The Legacy of a Grandparent's Divorce: Consequences for Ties between Grandparents and Grandchildren. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 170-183. <http://www.jstor.org/stable/3600058>

**CONDUCTA ALIMENTARIA ENTRE ABUELAS/OS Y NIETOS.
ANÁLISIS DE CARGA GLUCÉMICA, IMC Y OTRAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS**

- Llorca, J., & Gómez, M. (2021). *Leche con galletas. La cocina de siempre con los alimentos de ahora*. Vergara.
- Mathews, R., & Nadorff, D. (2022). Too Many Treats or Not Enough to Eat? The Impact of Caregiving Grandparents on Child Food Security and Nutrition. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 5796. <https://doi.org/10.3390/ijerph19105796>
- Méndez López, T. (2014). *Las relaciones personales nietos y abuelos* [Tesis de doctorado, Universitat de les Illes Balears]. <http://hdl.handle.net/10803/287518>
- Mielgo-Ayuso, J., Aparicio-Ugarriza, R., Castillo, A., Ruiz, E., Avila, J. M., Aranceta-Bartrina, J., Gil, A., Ortega, R. M., Serra-Majem, L., Varela-Moreiras, G., & González-Gross, M. (2017). Sedentary behavior among Spanish children and adolescents: findings from the ANIBES study. *BMC public health*, 17(1), 94. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4026-0>
- Milhassi Vedovato, G., Vilela, S., Severo, M., Rodriguez, S., Lopes, C., & Oliveira, A. (2021). Ultra-processed food consumption, appetitive traits and BMI in children: a prospective study. *British Journal of Nutrition*, 125(12), 1427-1436. <https://doi.org/10.1017/S0007114520003712>
- Molina, P., Gálvez, P., Stecher, M.J., Vizcarra, M., Coloma, M.J., & Schwingel, A. (2021). Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile. *Atención Primaria*, 53(9), 102122 <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102122>
- Moreno, C., Ramos, P., Rivera, F., Sánchez-Queija, I., Jiménez-Iglesias, A., García-Moya, I., Moreno-Maldonado, C., Paniagua, C., Villafuerte-Díaz, A., Ciria-Barreiro, E., Morgan, A., & Leal-López, E. (2020). *La adolescencia en España: salud, bienestar, familia, vida académica y social*. Resultados del Estudio HBSC 2018. Ministerio de Sanidad.
- OMS/World Health Organization (2021). Body mass index-for-age (BMI-for-age). <https://www.who.int/toolkits/child-growth-standards/standards/body-mass-index-for-age-bmi-for-age> (10 de marzo de 2023).
- Palenzuela Paniagua, S.M., Pérez Milena, A., Torres, L.A. Pérula de, Fernández García, J.A., & Maldonado Alconada, J. (2014). La alimentación en el adolescente. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 37(1), 47-58. <https://dx.doi.org/10.4321/S1137-66272014000100006>
- Pankhurst, M., Mehta, K., Matwiejczyk, L., Moores, C. J., Prichard, I., Mortimer, S., & Bell, L. (2019). Treats are a toll of the trade: an exploration of food treats among grandparents who provide informal childcare. *Public Health Nutrition*, 22(14), 2643-2652. <https://doi.org/10.1017/S1368980019000685>
- Partearroyo, T., Laja García, A. I., & Varela-Moreiras, G. (2019). Fortalezas y debilidades de la alimentación en la población española del siglo XXI. *Nutrición hospitalaria*, 36(Spec No1), 3-6. <https://doi.org/10.20960/nh.02685>
- Pollard, C. M., Pulker, C. E., Meng, X., Kerr, D. A., & Scott, J. A. (2015). Who Uses the Internet as a Source of Nutrition and Dietary Information? An Australian Population Perspective. *Journal of medical Internet Research*, 17(8), e209. <https://doi.org/10.2196/jmir.4548>
- Robledo de Dios, T., Rollán Gordo, A., & Peña Rey, I. (2023). Estudio cualitativo sobre las percepciones en alimentación, prácticas alimentarias y hábitos de vida saludables en población adolescente. *Revista Española de Salud Pública*, 97, e202305037. https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL97/ORIGINALES/RS97C_202305037.pdf
- Sabina García, C. M. (2022). *La obesidad infantil y el sedentarismo en Canarias: propuesta de intervención didáctica para promover hábitos de vida saludable junto a la actividad física en la infancia*. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de La Laguna]. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/29002>
- Soto Núñez, M., & Martín Salinas, C. (2021). Análisis de la publicidad alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 41(4), 55-67. <https://doi.org/10.12873/414soto>
- Weisbrot, M. A., & Giraudo, N. (2012). Conceptos y percepciones de las abuelas sobre el cuidado de sus nietos. Estudio cualitativo en una población del Hospital Italiano de Buenos Aires. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 110(2), 126-131. <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2012.126>