

Análisis de la conducta alimentaria entre abuelos y nietos.

Trabajo Fin de Máster de Intervención y
Mediación
Familiar, Social y Comunitaria 2017/2018

04/09/2018

UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

AUTOR: JANDIR JESÚS GONZÁLEZ RODRÍGUEZ

TUTOR: PEDRO JAVIER CASTAÑEDA GARCÍA

ÍNDICE

Resumen	2
1. Introducción	4
1.1. Marco teórico.....	5
1.1.1 La importancia del modelo de dieta familiar en los más jóvenes....	5
1.1.2 La creciente influencia de las abuelas y los abuelos en la vida diaria de los nietos.....	7
1.1.3 La relación de padres y abuelos y sus prácticas de alimentación...	11
1.2. Planteamiento, objetivos y algunas hipótesis.....	12
2. Método	14
2.1.Participantes.....	14
2.2.Instrumento.....	14
2.3.Procedimiento.....	17
2.4.Análisis de datos.....	17
3. Resultados	18
4. Discusión y conclusiones	23
Bibliografía	28
Anexos	32

RESUMEN:

El objetivo de este trabajo ha sido analizar la conducta alimentaria que comparten abuelos y nietos. Se ha contado con un total de 114 personas voluntarias, sin limitaciones físico-cognitivas, a las que se les pasó en sus casas un cuestionario dividido en cuatro partes: una primera, sobre sus características sociodemográficas; una segunda, para saber con qué estilo general de abuelidad se identifican (formal, informal y sustituto); una tercera parte, para señalar una lista de alimentos que comparten con sus nietos, que causan mayor o menor sobrepeso y obesidad, (Wolever, 2008); y como última parte, varias sub-escalas del CFPQ de Musher-Eizenman & Holub (2007), que analiza distintas prácticas de alimentación intergeneracionales. Tras analizar los datos mediante χ^2 y ANOVAS, los resultados ponen de manifiesto que el tipo de abuelidad más frecuente es el formal, seguido del informal y sustituto. En relación a la alimentación que comparten los abuelos y nietos observamos que, independientemente del rol de abuelidad, consumen con mayor frecuencia alimentos con alto índice glucémico, al tener gran contenido de azúcar y grasas que pueden generar en el futuro muchos problemas de salud. Por último, tras analizar las prácticas de alimentación extraídas de las subescalas del CFPQ, los abuelos están más de acuerdo en proyectar un modelo de alimentación saludable, sin embargo, utilizan pautas de alimentación desaconsejables como el uso de la comida como recompensa, presión y el uso de los alimentos para regular las emociones de sus nietos. Dichas prácticas son más frecuentes en los abuelos sustitutos e informales. Se puede concluir que, a partir de este estudio exploratorio, los abuelos tienen un gran potencial para influir sobre la alimentación de sus nietos, por lo que se deben desarrollar planes preventivos de intervención familiar, adaptados y adecuados a estos miembros tan influyentes en las familias actuales.

Palabras clave: abuelos; nietos; conducta alimentaria, obesidad infantil.

SUMMARY

The objective of this work has been to analyze the eating behavior shared by grandparents and grandchildren. There was a total of 114 volunteers, without physical-cognitive limitations, who were given a questionnaire divided into four parts: a first, about their sociodemographic characteristics; a second, to know with what general style of abuelity they are identified (formal, informal and substitute); a third, to indicate a list of foods that they share with their grandchildren, which cause more or less overweight and obesity, (Wolever, 2008); and as a last part, several sub-scales of the CFPQ of Musher-Eizenman & Holub (2007), which analyzes different intergenerational feeding practices. After analyzing the data through χ^2 and ANOVAS, the results show that the most frequent type of abuelity is formal, followed by informal and substitute. In relation to the food shared by grandparents and grandchildren, we observed that, regardless of the role of grandparent, they consume foods with a high glycemic index more frequently, as they have a high content of sugar and fats that can generate many health problems in the future. Finally, after analyzing the feeding practices extracted from the CFPQ subscales, the grandparents are more in agreement to project a model of healthy eating, however, they use undesirable eating patterns such as the use of food as a reward, pressure and use of food to regulate the emotions of their grandchildren. These practices are more frequent in substitute and informal grandparents. It can be concluded that, from this exploratory study, grandparents have a great potential to influence the feeding of their grandchildren, so they should develop preventive family intervention plans, adapted and adapted to these influential members in families current

Keywords: grandparents, grandchildren, eating behaviour, childhood obesity

1.- INTRODUCCIÓN:

Ante el creciente protagonismo en las familias actuales de los abuelos y su interacción con los nietos, se hace necesario conocer mejor algunos aspectos de esa relación intergeneracional, como es la conducta alimentaria, por sus posibles repercusiones directas en la salud de los nietos.

El aumento de los hábitos sedentarios, tanto en los contextos familiares como otros complementarios hacen necesario una mayor investigación y análisis de todos los aspectos implicados en ese acontecer cotidiano, y poderlos relacionar con intervenciones más eficaces en temas de educación familiar, como la obesidad, y sus repercusiones en la salud, no solo en los niños y adolescentes sino en cada uno de los miembros de las familias.

La mala alimentación sobre todo en los niños y niñas españoles puede traer consigo consecuencias negativas para la salud y puede contribuir al aumento del sobrepeso y obesidad infantil, en este sentido se ha demostrado que el modelo de dieta familiar puede influir positiva o negativamente en el desarrollo evolutivo de los más jóvenes sobre todo durante la infancia, ya que es en esta etapa donde se empiezan a adquirir los hábitos alimentarios, además se hace necesario tener en cuenta los estilos de crianza y las estrategias de control familiar sobre la alimentación infantil.

La realidad en la que se ven inmersos los abuelos y abuelas en la actualidad es preocupante. Muchos cambios en las políticas de diversos países de la Unión Europea y el impacto de la crisis en la situación económica de muchas familias ha provocado que sean los propios abuelos los que tengan que sacrificar su propio bienestar y calidad de vida para ayudar a sus hijos con el cuidado de sus nietos/as, viéndose obligados a disminuir sus propios gastos, incluso los relacionados con la salud y la propia ingesta de alimentos. Respecto a la alimentación, esta situación genera que se produzcan cambios en la dieta y en el estilo de vida de los abuelos, adaptándolos ahora los gustos y preferencias alimentarias de sus nietos.

A la hora de analizar las prácticas de alimentación entre los padres y los abuelos, diversas investigaciones ponen de manifiesto algunas paradojas, así mientras que los abuelos proporcionan a sus nietos un ambiente nutricional más saludable y conservan un mayor número de alimentos saludables, al mismo tiempo los abuelos utilizan

mayores prácticas alimentarias desadaptativas como el uso de los alimentos para regular las emociones y una mayor sobrealimentación que pueden generar un aumento del sobrepeso y obesidad de sus nietos y nietas.

Conocer todas estas investigaciones relacionadas con la alimentación entre los abuelos y nietos son fundamentales para poder entender mejor por qué hay tanta obesidad también en los más jóvenes de la familia, con cifras alarmantes en este colectivo cuyos valores se aproximan al 40% entre el sobrepeso y obesidad (Zumaquero Jarana, 2018). Hoy en día, sin embargo, en nuestro país es un tema que no se ha estudiado, más allá de estudios médico-pediátricos (Rodríguez- Santos, Aranceta Bartrina y Serra Majem, 2008), y en Canarias con el Programa Pipo (www.programapipo.com), donde todas y todos los del cuadro técnico son pediatras; por lo cual es necesario abordar esta problemática desde las Ciencias Sociales, como desde Trabajo Social y Sociología, y también desde Ciencias de la Salud complementarias como la Psicología, que comienzan a tratar la obesidad (Baile Ayensa y González Calderón, 2013).

1.1.- Marco teórico

1.1.1.- La importancia del modelo de dieta familiar en los más jóvenes.

La alimentación de los niños y niñas españoles es preocupante, sobre todo en los grupos de edades comprendidas entre los 9 y 12 años, porque la dieta que se sigue dista mucho de lo que es considerada una dieta correcta para los expertos de nutrición, entre los grupos de alimentos con mayor consumo nos encontramos con el pan (la mayoría pan blanco, que activa mucha glucosa, al tener un índice glucémico medio-alto) seguido de bollería y pastelería que presentan un gran contenido de azúcar añadido, harinas refinadas y grasas. Dichos alimentos se consumen con frecuencia durante las diferentes comidas (desayunos, almuerzos y meriendas), también se destaca el consumo de otros alimentos como las carnes frescas, aceite de oliva, embutidos y las carnes procesadas, leche y precocinados, ocupando lugares inferiores en la alimentación las frutas, verduras y hortalizas en comparación con otros alimentos (Zumaquero Jarana, 2018).

Durante la infancia se comienzan a desarrollar los hábitos alimentarios que están determinados por los modelos de alimentación que tengan tanto los padres como las

personas del entorno más cercano e incluso por la influencia tanto del pediatra como de la escuela. En este sentido, la infancia es la mejor época para adquirir buenos hábitos alimentarios ya que éstos son adquiridos por repetición, y en la mayoría de los casos de forma poco consciente, siendo poco modificables en etapas posteriores de la vida (Aparicio Vizuite, López Sobaler, y Ortega Anta, 2008).

Respecto a los hábitos alimentarios en las etapas de infancia y adolescencia, diversos estudios nos indican que se sigue una dieta desequilibrada, ya que consumen con frecuencia alimentos con alto contenido calórico y grasas con una escasa aportación de vitaminas y minerales (Aparicio Vizuite, López Sobaler, y Ortega Anta, 2008). Además, el consumo de alimentos con alto contenido en grasa puede generar que los niños y adolescentes con peso normal tengan un alto porcentaje de esa grasa corporal y puedan estar en mayor riesgo de morbilidad cardiometabólica en la edad adulta (Wiklund, Törmäkangas, Shi, Wu, Vainionpää, Alen & Cheng, 2017).

Debido a la importancia del modelo de dieta familiar y la influencia de las preferencias de los adultos en los más jóvenes, es fundamental llevar a cabo un seguimiento de una dieta correcta y fomentar el consumo de alimentos variados, así como tener en cuenta nuevas formas de preparación, presentación y posibles combinaciones de los alimentos (Aparicio Vizuite, López Sobaler, y Ortega Anta, 2008).

A todo esto, añadir que la introducción de una gran variedad de nuevos alimentos con sabores nutritivos en la dieta es fundamental debido a que, durante los períodos de transición, los niños más pequeños aceptan dichos alimentos con más facilidad en comparación con los niños en edad preescolar, que pueden ser reacios a probar nuevos alimentos (Gahagan, 2013).

Respecto a las estrategias utilizadas en el control familiar de la alimentación infantil, es importante diferenciar entre el control parental abierto y encubierto del comportamiento alimentario de los propios niños y las elecciones de alimentos (Gahagan, 2013; Ogden, Reynolds & Smith, 2006):

- El control abierto: incluye restricción y presión para comer. Es tipo de control es detectable por parte de los niños.

- El control encubierto: abarca estrategias relacionadas con comprar solo alimentos saludables para el hogar y evitar las tiendas y restaurantes que venden alimentos no saludables, este tipo de control implica gestiones que el niño puede no reconocer.

Cuando hablamos de los estilos de crianza, cabe diferenciar entre cuatro tipos diferentes (Ramírez, 2005 y Vergara, 2010 en Zapata, Castro y Agudelo, 2016):

El *estilo autoritario*, que se caracteriza principalmente por presentar un exceso de control sobre los hijos/as, débil comunicación y por un estilo educativo rígido e inflexible donde no hay cabida a la negociación.

El *estilo permisivo*, el cual presenta pocas restricciones, dirección de los padres en cuanto al comportamiento de sus hijos/as y una mayor libertad por parte de éstos.

El *estilo indiferente* que se caracteriza por presentar falta de exigencia e interés en sus hijos e hijas y también ausencia de comunicación y afectividad.

El *estilo democrático* donde existe un grado de libertad vigilada, se fomentan las relaciones de comunicación abierta, el afecto y los límites frente a los hijos/as evitando el castigo y las decisiones arbitrarias de los padres.

1.1.2.- La creciente influencia de las abuelas y abuelos en la vida diaria de los nietos.

En la actualidad, la situación de los abuelos y abuelas que ofrecen el apoyo y mantenimiento de las familias es crítica, debido a los cambios que se han producido en las políticas, especialmente las relacionadas con la jubilación. En este sentido, cabe destacar el aumento de la longevidad y del número de personas mayores. Esto ha generado la extensión de la edad de jubilación en muchos países, repercutiendo negativamente en los abuelos y abuelas ya que se espera que participen en el trabajo remunerado durante mucho más tiempo y, al mismo tiempo, desempeñen funciones esenciales en el cuidado de niños y adultos (Glaser & Hank, 2018).

Debido a la crisis financiera internacional reciente, muchos países han tomado medidas de austeridad y han generado muchos recortes en los servicios públicos, esta situación hace que los abuelos llenen el vacío de atención en las familias afectadas. Por lo tanto, estos hechos han despertado la preocupación de que sean los que tienen menos

recursos los que dependan cada vez más de la asistencia familiar, lo que repercute negativamente en su calidad de vida y bienestar (Glaser & Hank, 2018).

En una investigación en Italia sobre los abuelos que cuidan de sus nietos, informalmente (Zamberletti, Cavrini, & Tomassini, 2018), sus resultados reflejan que los abuelos con mayor educación y con buenos recursos económicos proporcionan un mayor cuidado intensivo a sus nietos y nietas; por el contrario, cuando no se dan estas condiciones además de la situación civil (no estar casados), tienen un empleo, problemas de salud y se encuentran en edades avanzadas, la intensidad de este tipo de cuidados disminuye.

Según los datos del informe *El papel de los abuelos en la crisis económica* (EDUCO, 2015), los abuelos proporcionan ayuda de múltiples formas y casi la mitad dan de comer /cenar cada día o varios días a la semana a sus hijos o nietos, además los abuelos declaran haber reducido gastos en la alimentación y han prescindido de la compra de alimentos frescos debido a que el precio de estos alimentos es elevado y a la reducción de su poder adquisitivo. Otras cifras alarmantes nos indican que los abuelos están reduciendo sus propios gastos en aspectos básicos (tratamientos, servicios de salud y consumo de luz) para poder ayudar tanto a sus hijos como a sus nietos.

A todo esto, añadir que a la mitad de los abuelos les cuesta llegar a fin de mes y en ocasiones se ven obligados a recurrir a la ayuda de terceras personas para hacer frente a los pagos. Debido a las dificultades económicas familiares muchos abuelos consideran que su situación y bienestar personal ha empeorado y consideran que la alimentación de sus nietos ha empeorado a raíz de la crisis económica (EDUCO, 2015).

Cabe destacar que otra de las dificultades en la que se ven inmersos, no los abuelos sino los padres, es a la hora de encontrar centros de cuidado infantil adecuados, muchos recurren a la atención informal y confían en los abuelos, para poder hacer frente a esta situación y cuidar de sus hijos e hijas (Bell, Perry & Prichard, 2018), una de las razones que explican que las familias prefieran a los abuelos para el cuidado de sus nietos en lugar de centros especializados es porque consideran que el precio de este tipo de cuidados que ofrecen dichos centros son demasiado elevados (Hank, Cavrini, Di Gessa & Tomassini, 2018).

Por último, y en esta línea de planteamientos, muchos padres y madres debido a problemas de salud, emocionales, sociales, laborales, toxicologías y otros tipos de problemas no tienen la capacidad de ejercer correctamente el cuidado de sus hijos, y son los abuelos los que desempeñan el rol de cuidadores de sus nietos (Martínez, 2010).

Diversas investigaciones en Estados Unidos nos indican que los abuelos y abuelas que crían a sus nietos probablemente sean más pobres, posean un nivel de estudios inferior, más aislados socialmente, con más síntomas depresivos frente a los no cuidadores, una menor satisfacción con su salud y una tendencia hacia una autoevaluación más pobre en éstos términos (Kicklighter, Whitley, Kelley, Shipskie, Tabue & Berry, 2007).

La relación que se establece entre los abuelos y nietos y el papel que juega en la familia es fundamental ya que pueden presentar múltiples beneficios y efectos psicológicos beneficiosos positivos, en este sentido los abuelos y abuelas que mantienen una estrecha relación con sus nietos y nietas padecen menos depresiones e influyen positivamente en un mayor bienestar psicológico (Llavina, 2013).

Basándonos en la investigación sobre la relación entre abuelos y nietos de Pinazo y Montoro (2004), los resultados ponen de manifiesto que entre los factores que predicen la calidad en la relación intergeneracional de abuelos-nietos desde la percepción que tienen los jóvenes destacan:

- La frecuencia del contacto entre abuelos y nietos.
- La relación cercana y frecuente entre abuelos y padres.
- Las actividades de acompañamiento (conversar, pasear, mirar fotos y recuerdos familiares, visitar amigos y familiares, discutir y tomar decisiones, rezar) entre abuelos y nietos.
- La percepción del abuelo/a como cuidador y como maestro, fuente de adquisición de conocimientos y destrezas.

El hecho de tener nietos en el hogar repercute sobre la motivación para hacer cambios en la dieta y en el estilo de vida de los abuelos, además los abuelos tenían que considerar los gustos de sus nietos y sus preferencias alimentarias. Por lo tanto, la motivación para hacer cambios en el estilo de vida surgió de las preocupaciones sobre

su propia salud y de la capacidad para hacer frente al cuidado de sus nietos y el deseo de evitar futuros problemas de salud en sus nietos (Kicklighter et al., 2007)

En cuanto la relación que se establece entre los abuelos y nietos en el comportamiento alimentario, algunas investigaciones (Jingxiong et al., 2007) señalan como los abuelos influyen en el comportamiento alimentario infantil en tres sentidos:

En primer lugar, los resultados destacan la figura de los abuelos como cuidadores principales de los menores debido a que de forma general, los abuelos cuidaron a sus nietos/as debido a que sus padres pasaban la mayor parte del tiempo trabajando.

En segundo lugar, la planificación, compra y preparación de alimentos por parte de los abuelos de acuerdo a sus propias preferencias y en línea con lo que consideraban que era bueno y nutritivo para toda la familia. Los niños pequeños, a su vez, tendían a seguir las preferencias de sus abuelos ya que estaban acostumbrados a su estilo de cocina.

Por último, otro aspecto relevante era el uso de los alimentos por parte de los abuelos y abuelas como una herramienta emocional para expresar amor y cuidado. En este sentido, la mayoría de los abuelos tendían a controlar el comportamiento del niño a través de la recompensa o la privación de alimentos. Dichas prácticas alimentarias pueden suponer un riesgo para los nietos debido a la creencia de que cuidar y amar a los niños significa alimentarlos bien, por lo que los abuelos tienden a proporcionar alimentos de forma excesiva a lo más jóvenes, lo que contribuye a generar sobrepeso en éstos. A todo eso hay que añadir que, presionar a un niño a comer en ausencia de hambre, puede generar efectos nocivos sobre la capacidad del niño para regular el consumo de energía.

En este sentido, estas investigaciones reflejan aspectos negativos de las prácticas de alimentación de los abuelos sobre sus nietos, además, en otros estudios, se destacan indicadores negativos como la co-residencia (convivencia en el mismo hogar) de los abuelos y nietos, ya que la misma puede aumentar significativamente las probabilidades de que los nietos tengan sobrepeso y obesidad debido a la

sobrealimentación y una disminución en la actividad física (Qinying, Li & Wang, 2018).

Por lo tanto, se considera que los abuelos pueden ser un punto de referencia en futuras intervenciones de nutrición infantil (Young, Duncanson & Burrows, 2018).

1.1.3.- La relación de padres y abuelos y sus prácticas de alimentación.

Aunque la influencia de los padres en los hábitos alimenticios de los hijos y/o adolescentes es un tema que se ha estudiado profundamente, ocurre lo contrario en el caso de los abuelos (Michelle y Fappa, 2016).

Respecto a la relación que existe entre los padres y los abuelos en sus prácticas de alimentación, los datos de la investigación de Claire Farrow (2014) destacan los siguientes aspectos fundamentales:

- En comparación con los padres, los abuelos proporcionan un ambiente nutricional más saludable a sus nietos y nietas conservando una mayor cantidad de alimentos saludables en el hogar al contrario que los padres, que son más propensos a conservar alimentos menos saludables, como por ejemplo los dulces; además, suelen comprarles a sus hijos e hijas este tipo de alimentos. En este sentido, los abuelos tienen el potencial de modelar la ingesta de los alimentos saludables.
- Los abuelos utilizan más prácticas desadaptativas en comparación con los padres, en este sentido se destaca el uso por parte de los abuelos de los alimentos para regular las emociones de sus nietos y el uso de un alimento como recompensa, lo que, a pesar de ser una práctica poco saludable, es un comportamiento comúnmente informado por los padres.
- Con respecto al tiempo que pasan los abuelos con sus nietos, los abuelos que pasan más tiempo cuidándoles informalmente, proporcionan una mayor cantidad de alimentos saludables, más enseñanzas sobre nutrición, modelan la ingesta de alimentos saludables y muestran menos control infantil durante las comidas.

Otro aspecto relevante es la influencia de la interacción relacional dentro de la unidad familiar ya que los resultados muestran que tanto padres como abuelos están en sintonía con las actitudes y acciones de los demás, y esto genera un ajuste de sus propias prácticas, especialmente en el contexto de la alimentación (Eli, Howell, Fisher & Nowicka, 2016).

Sin embargo, pueden surgir discrepancias entre los padres y abuelos debido a la interpretación del sobrepeso, como ocurre en algunos datos de investigaciones realizadas en China (Jingxiong et al., 2007), donde, por una parte, los padres consideraban que el sobrepeso era un problema en sus hijos, mientras que, por otra parte, los abuelos, consideraban que los niños con sobrepeso eran felices, fuertes y sanos. Estas discrepancias se veían influidas por el nivel educativo de los abuelos, ya que los abuelos con mayor nivel educativo mostraron un mayor acuerdo con los padres a la hora de restringir a los niños obesos, el comer en exceso.

1.2.- Planteamiento, objetivos y algunas hipótesis asociadas:

Dado el poco conocimiento que tenemos en nuestro contexto sociocultural de cuáles son los hábitos nutricionales en esa relación entre las dos generaciones familiares protagonistas de este trabajo (abuelos y nietos), planteamos los siguientes objetivos y sus posibles hipótesis asociadas.

Objetivo general:

- Conocer la conducta alimentaria que tiene lugar en la interacción entre un grupo de abuelos y sus nietos.

Objetivos específicos:

1. Conocer cómo se distribuye la muestra participante en función de los 3 tipos de abuelidad más generales (*formal, informal y sustituto*).

- Se plantea que el tipo de abuelidad más frecuente sea el *formal*, seguido del *informal* y por último el *sustituto o subrogado* coincidiendo con otros estudios intergeneracionales anteriores (Cherlin & Furstenberg, 1986; Neugarten & Weinstein, 1964; Roa & Vacas, 2001, Roberto & Stroes, 1992).

2. Analizar las comidas del día que comparten los tipos de abuelos (*formales, informales y sustitutos*) y nietos (desayuno, almuerzo, merienda, cena) según sean días laborales o fines de semana, y si hay diferencias entre ellas.

- Se espera encontrar que predominen en general más las meriendas entre abuelos y nietos que otro tipo de comidas.
- Se espera encontrar que los abuelos *formales* predominen en los fines de semana (rol de apoyo frente al rol de cuidador de los padres) mientras que los *sustitutos* los días laborales e incluso a diario; mientras que los *informales*, en términos medios.
- Se espera encontrar que los almuerzos sean el tipo de comida más compartida entre los abuelos *formales*, y que los abuelos *sustitutos* compartan más desayunos y cenas.
- Se espera encontrar que el abuelo *sustituto* sea el que más comidas del día comparta (hace de padres), frente al abuelo *formal* que sería, él que menos (al diferenciar su rol de apoyo al rol de cuidador de los padres).

3. Conocer qué tipo de alimentos (AF+SO/ AF-SO: alimentos que favorecen más / que favorecen menos sobrepeso/obesidad) comparten más y menos los abuelos con sus nietos, y si hay diferencias entre los 3 tipos de abuelo (*formal, informal y sustituto*).

- Se espera encontrar relaciones positivas entre los abuelos *formales* (más normativos) y los AF+SO; y lo contrario, AF-SO, para los abuelos *informales* (más permisivos). Tal vez, los abuelos *sustitutos* presenten frecuencias parecidas en las dos clases de alimentos, al ser los que imitan al rol de padres.

4. Analizar la relación existente entre las diferentes tipologías de abuelidad (*formal, informal y sustituto*) y las subescalas del CFPQ:

- Se espera encontrar relaciones positivas entre los abuelos de tipo *formal* con las subescalas Modelado, Monitoreo y Medio ambiente y en los abuelos *informales* Presión, Comida como recompensa, y menos Control infantil.
- Se espera que los abuelos *sustitutos* presenten mayores relaciones positivas con las diferentes escalas del CFPQ.

2.- METODO:

2.1.- Participantes:

En este trabajo han participado 114 personas de ambos sexos, con nietos y sin problemas físicos de movilidad, deterioro cognitivo y que vivieran en sus casas o con su familia.

En cuanto a las principales características sociodemográficas de las personas participantes, respecto a la edad, la mayoría de las personas participantes supera los 65 años de edad (79,60%), son mayoritariamente mujeres (82,50%) con un nivel educativo bajo (67,50%), encontrándose actualmente jubilado/as (56,60%) y ejerciendo tareas domésticas (31,90%). Con respecto a la distancia que vive de sus nietos y nietas, las personas indicaron que viven en la misma casa o edificio (28,30%) o bien en el mismo municipio (28,30%).

Cuando hablamos de salud, la mayoría de personas entrevistadas considera que tienen un buen estado de salud (71,90%). Con respecto al número de hijos, gran parte de las personas entrevistadas tiene entre 1 y 4 hijos (85,10%) coincidiendo a su vez con el número de nietos que oscila entre 1 y 4 nietos (59,70%) y compartiendo con dichos nietos hasta 3 horas al día (69,40%). (Véase Anexo 1. Perfil Sociodemográfico de las personas participantes).

2.2.- Instrumento:

Se ha utilizado como instrumento un cuestionario heteroadministrado que se compone de cuatro partes:

En la primera parte, se pregunta por los datos sociodemográficos, ya vistos en el apartado de participantes: edad, género, nivel educativo, situación laboral, distancia a la que vive de sus nietos, estado de salud, número de hijos y nietos que tiene, con cuántos se ve o no y por último el número de horas al día y a la semana que comparte con ese nieto o nieta con el que se ve con más frecuencia.

En la segunda parte, tres preguntas sobre la percepción que tienen sobre la función de las abuelas y abuelos con sus nietas y nietos y así poder identificar su rol de abuelidad, distinguiendo los 3 tipos más generales (Castañeda-García, et al., 2017; Cherlin & Furstenberg, 1986; Neugarten & Weinstein, 1964, Roa & Vacas, 2001;

Roberto & Stroes, 1992) que se identifican, resumidamente, con los más normativos (rol *formal*); los más permisivos (rol *informal*) y los que suman ambas características (rol *sustituto*):

1. Abuelo *formal*: “¿Cree usted que la función de las abuelas y abuelos es poder ver y conocer a sus nietos cuando sea posible, darles apoyo cuando lo necesiten; transmitirles valores y consejos?”
2. Abuelo *informal*: “¿Cree usted que la función de las abuelas y abuelos es tratar a los nietos sin normas, mimándolos un poco, y disfrutando juntos?”.
3. Abuelo *sustituto*: “¿Cree usted que la función de las abuelas y abuelos con sus nietos debe ser la misma que la que tuvieron como padres con sus hijos?”.

Cada una de estas tres preguntas daba varias respuestas tipo Likert, donde 1 (nada de acuerdo), 2 (poco de acuerdo), 3 (algo de acuerdo), 4 (Bastante de acuerdo), y 5 (muy de acuerdo).

En la tercera parte del cuestionario, se quería medir tanto A) la frecuencia de compartir y/o acompañar qué comidas del día, durante la semana, y B) el tipo de comida compartida (AF+SO/ AF-SO):

A. Comidas del día. Se confecciono una tabla en la que aparecen los diferentes días de la semana (lunes a domingo) y las diferentes comidas compartidas (desayuno, almuerzo, merienda y cena), identificando la frecuencia de acompañamiento entre los abuelos y los nietos mediante una casilla indicando S (solo/a) y A (acompañado/a).

B. Tipo de comida compartida. Se seleccionó una tabla con dos clases de alimentos (Atkinson, Foster-Powell & Brand-Miller, 2008; Wolever, 2008):

1. AF+SO (Alimentos que Favorecen más el Sobrepeso y la Obesidad), porque tienen índice glucémico (IG) medio-alto: *Dulces. Chocolates. Tostadas. Galletas. Cola Cao. Arroz. Zumos preparados. Mermelada. Pan y Batidos.*

2. AF-SO (Alimentos que Favorecen menos el Sobrepeso y la Obesidad), porque tienen un IG medio-bajo: *Leche. Gofio. Pescado. Carne. Frutos secos. Espaguetis. Macarrones. Zumo natural. Mantequilla. Copos de avena. Sopa. Potaje y Café/con leche.*

En la cuarta y última parte, algunas partes del Cuestionario CFPQ (Comprehensive Feeding Practices Questionnaire) de Musher-Eizenman & Holub (2007), que mide diferentes prácticas de alimentación entre padres e hijos, con un alfa de Cronbach (entre .58 y .81). En este caso, hemos adaptando aquí, de las preguntas de los padres a sus hijos, a la de los abuelos a sus nietos, dejando la escala Likert de cinco respuestas: 1 (nunca), 2 (alguna vez), 3 (a veces) 4 (muchas veces), y 5 (siempre). Las partes o sub-escalas que se incluyeron fueron:

- **Control infantil:** compuesta por 5 ítems, por ejemplo, “¿Deja que su nieto/a coma lo que él/ella quiera?”
- **Regulación de emociones,** compuesta por 3 ítems, por ejemplo, “Cuando su nieto se pone pesado, ¿Lo primero que hace es darle algo para comer o beber?”
- **Equilibrio y variedad:** formada por 4 ítems, por ejemplo, “Anima a su nieto a comer alimentos saludables antes que los no saludables”.
- **Medio ambiente:** se compone de 4 ítems, por ejemplo, “La mayor parte de la comida que tengo en casa es saludable”.
- **Comida como recompensa:** constituida por 3 ítems, por ejemplo, “Ofrezcos dulces, helados y pasteles a mi nieto/a como premio por el buen comportamiento”.
- **Participación:** compuesta por 3 ítems, por ejemplo, “Involucro a mi nieto/a en la planificación de comidas familiares”.
- **Modelado:** constituida por 4 ítems, por ejemplo, “Sigo un modelo de alimentación saludable ante mi nieto /a comiendo yo mismo comida saludable”.
- **Monitoreo:** formada por 4 ítems, por ejemplo, “¿Cuánto seguimiento hace usted de las bebidas azucaradas (gaseosas, refrescos) que toma su nieto/a?”
- **Presión:** compuesta por 4 ítems, por ejemplo, “Mi nieto/a debe comer siempre toda la comida de su plato”.

2.3.- Procedimiento:

Después de determinar la población objetivo, se procedió con la recogida de datos de la muestra, para ello en primer lugar se contactó con 25 familiares y amigos informándoles acerca de la investigación y luego seleccionar a sus abuelos y abuelas interesados en participar para proceder finalmente a las entrevistas y recogida de datos de los cuestionarios.

Se contactó también con el Centro Ciudadano del barrio de la Candelaria en la Cuesta, contando con el permiso de los responsables de la institución para luego proceder a realizar un total de 6 entrevistas a abuelos y abuelas que se encontraban en ese momento en dicho centro.

También se contó con la colaboración del alumnado de la asignatura Psicología Evolutiva II de la Universidad de la Laguna, a los que se les explico detalladamente la finalidad investigación y se les facilitó el cuestionario a utilizar, supervisando la correcta ejecución de los mismos en los plazos de entrega, por lo que se obtuvo 83 abuelo/as.

2.4.- Análisis de datos.

Tras la recopilación y codificación de los datos se pasó a realizar los análisis con el paquete estadístico SPSS v.21.

Las variables del perfil socio-demográfico fueron tratadas como variables independientes. En cuanto a los análisis, en la parte del cuestionario con los datos sociodemográficos, y con las interacciones entre ellos, se emplearon tablas de frecuencia y estadísticos descriptivos. Cuando cruzamos las variables de tipo de abuelidad y las comidas usamos el estadístico Chicuadrado (al ser las dos variables cualitativas). Seguidamente, para el resto de los cruces entre variables, utilizamos la prueba de Kolmogorov-Smirnof para determinar si las variables estudiadas seguían o no una distribución normal. Al confirmar dicha distribución (mayor que 100), utilizamos en todos ellos ANOVAS.

3.- RESULTADOS:

A continuación, comentamos los resultados obtenidos, en función del orden en los objetivos.

En primer lugar, teníamos el objetivo de conocer cómo se distribuye la muestra participante en función de los 3 tipos de abuelos más generales (*formal*, *informal* y *sustituto*). Los datos muestran que un 80% de los abuelos están muy de acuerdo con las funciones del tipo de abuelidad *formal*; un 12% con las funciones de la abuelidad *informal*, y un 8% con las de *sustituto*.

Como segundo objetivo teníamos el analizar las comidas compartidas del día en general (desayuno, almuerzo, merienda, cena), y según los tipos de abuelos (*formal*, *informal* y *sustituto*), según días laborales o fines de semana, y si hay diferencias entre ellas.

Tabla 1. Frecuencia de tipo de comidas compartidas.

Comidas del día que comparten los abuelos y sus nietos		
Desayuno	Acompañado/a algún día entre semana	30,7%
	Acompañado/a algún día del fin de semana	35,1%
Almuerzo	Acompañado/a algún día entre semana	57,9%
	Acompañado/a algún día del fin de semana	65,8%
Merienda	Acompañado/a algún día entre semana	42,1%
	Acompañado/a algún día del fin de semana	42,1%
Cena	Acompañado/a algún día entre semana	36,8%
	Acompañado/a algún día del fin de semana	43,9%

Como se puede apreciar en la Tabla 1, la mayor frecuencia de comidas compartidas se da en los almuerzos, durante los fines de semana, seguidos por los de entresemana; el segundo tipo de comida compartidas más frecuentes son las cenas durante los fines de semana.

En la siguiente tabla veremos la relación existente entre las diferentes tipologías de abuelidad (*formal*, *informal*, y *sustituto*) según el tipo de comidas compartidas con sus nietos y nietas.

Tabla 2. Frecuencias del tipo de comidas compartidas según el tipo de abuelidad

Frecuencia de tipo de abuelidad según el tipo de comidas compartidas con sus nietos/nietas		
Abuelo <i>formal</i>	Merienda con su nieto/a algún día entre semana	p≤0.01
	Cena con su nieto/a algún día del fin de semana	p≤0.09
Abuelo <i>informal</i>	No desayuna con su nieto/a algún día del fin de semana	p≤0.00
	Merienda con su nieto algún día del fin de semana	p≤0.08
Abuelo <i>sustituto/a</i>	No resultó significativo	

Los resultados ponen de manifiesto que los abuelos *formales* tienden a estar muy de acuerdo en merendar con sus nietos entre semana ($\chi^2 = 6,40$, $p \leq 0.01$) y también a cenar algún día de los fines de semana ($\chi^2 = 3.04$, $p \leq 0.09$).

Los abuelos de tipo *informal* tienden a estar nada de acuerdo en desayunar con sus nietos los fines de semana ($\chi^2 = 13,70$, $p \leq 0.00$), mientras que esos mismos abuelos de tipo *informal* están muy de acuerdo en merendar algún día del fin de semana ($\chi^2 = 8,17$, $p \leq 0.08$). Con los abuelos sustitutos no se encontraron diferencias significativas entre el tipo de comidas compartidas.

El tercer objetivo era conocer qué tipo de alimentos (Alimentos favorecen más o menos sobrepeso/obesidad) comparten más y menos los abuelos con sus nietos, y si hay diferencias entre los 3 tipos de abuelo (*formal*, *informal* y *sustituto*).

En la siguiente tabla veremos las frecuencias medias de alimentos compartidos entre los abuelos y sus nietos que favorecen más el sobrepeso y la obesidad (AF+SO):

Tabla 3. Frecuencia de alimentos compartidos del tipo AF+SO

Alimentos que favorecen el sobrepeso y la obesidad más frecuentes que comparten abuelos y nietos		
Orden consumo	Tipo de alimento	Media
1	Cola Cao	4.6
2	Pan (cenar y almuerzo)	3.6
3	Galletas (desayuno)	3.5
4	Zumos preparados	3.4
5	Batidos	3.2
6	Galletas (merienda) y tostadas (desayuno)	2.9
7	Pan (meriendas)	2.7
8	Chocolates	2.3
9	Dulces	2.2
10	Arroz (almuerzo)	2.1
11	Mermelada (merienda)	2.0
12	Arroz (cena)	1.7

Con respecto a los alimentos AF+SO en relación con el tipo de abuelidad, los resultados reflejan:

Los abuelos *formales* comparten con sus nietos más pan que el resto de alimentos AF+SO [F (1,78)=2,89, $p \leq 0.09$, $\eta^2 = .03$].

Los abuelos *informales* comparten con sus nietos más Cola cao con sus nietos que el resto de alimentos AF+SO [F (4,33)=3,28, $p \leq 0.02$, $\eta^2 = .28$]

Los abuelos *sustitutos* comparten más tostadas [F (4,35)=3,31, $p \leq 0.02$, $\eta^2 = .27$] y mermeladas [F (4,32)=3,27, $p \leq 0.02$, $\eta^2 = .29$] que el resto de alimentos AF+SO.

Tabla 4. Frecuencias máximas en alimentos compartidos AF+SO según el tipo de abuelidad.

Alimentos que favorecen el sobrepeso y la obesidad más compartidos según el tipo de abuelidad.		
Tipo de abuelidad	Tipo de alimento	Media
Abuelo/a Formal	Pan (almuerzo)	3.8
Abuelo/a Informal	Cola Cao	5.3
Abuelo/a Sustituto	Tostadas y mermelada	5.3

A continuación, vemos la frecuencia de alimentos compartidos entre los abuelos y sus nietos que favorecen *menos* el sobrepeso y la obesidad (AF-SO).

Tabla 5. Frecuencia de alimentos compartidos del tipo AF-SO

Alimentos que favorecen menos el sobrepeso y la obesidad más frecuentes que comparten los abuelos y nietos.		
Orden de consumo	Tipo de alimento	Media
1	Leche	4.0
2	Zumos Naturales	3.3
3	Mantequilla	2.8
4	Café	2.7
5	Potaje (almuerzo)	2.7
6	Café con leche	2.4
7	Gofio y copos de avena	2.3
8	Carne (almuerzo)	2.2
9	Frutos secos	2.2
10	Potaje (cena)	2.2
11	Sopas (almuerzo)	2.1
12	Espaguetis (almuerzo)	2.1
13	Carne (cena)	2.0
14	Pescado (cena)	1.9
15	Pescado (almuerzo)	1.8
16	Macarrones (almuerzo) y Espaguetis (cena)	1.7
17	Macarrones (cena)	1.6

Cuando hablamos de los alimentos AF-SO en comparación con las tipologías de abuelidad, los resultados reflejan que los *abuelos informales* comparten con sus nietos más mantequilla, $[F(4,36)=2,54, p\leq 0.05, \eta^2 = .22]$ café $[F(4,19)=3,27, p\leq 0.03, \eta^2 = .40]$ y carne $[F(4,39)=2,58, p\leq 0.05, \eta^2 = .20]$ que el resto de alimentos AF-SO, sin embargo en los otros dos tipos de abuelidad (*formal e informal*) no se encontraron diferencias significativas (ver tabla 6).

Tabla 6: Frecuencias máximas en alimentos compartidos AF-SO

Alimentos compartidos que favorecen menos el sobrepeso y la obesidad según el tipo de abuelidad		
Tipo de abuelidad	Tipo de alimento	Media
Abuelo/a Formal	No es significativo	No es significativo
Abuelo/a Informal	Café.	4.2
	Mantequilla	5.4
	Carne (cena)	2.0
Abuelo/a Sustituto	-----	-----

Cómo cuarto objetivo de este trabajo y último, estaba analizar la relación existente entre las diferentes tipologías de abuelidad y las subescalas del CFPQ. A la hora de analizar las diferentes tipologías de abuelidad y las subescalas del CFPQ, los resultados ponen de manifiesto:

Los *abuelos formales* puntúan significativamente en la subescala Medio Ambiente (1/4: 1 ítem de 4 en total), en el ítem: “Tengo muchos dulces, helados, pasteles y tartas en mi casa” [F(1,112)=3.78, $p \leq 0.05$, $\eta^2 = .03$]; en la subescala Modelado (1/4: 1 ítem de 4 en total), en el ítem: “Intento comer comidas saludables ante mi nieto aunque no sean mis favoritas” [F(1,112)=8.22, $p \leq 0.00$, $\eta^2 = .06$] y en la subescala Monitoreo (1/4: 1 ítem de 4 en total), en el ítem: “¿Cuánto seguimiento hace usted de las bebidas azucaradas que toma su nieto?” [F (1,112)=3.67, $p \leq 0.05$, $\eta^2 = .03$].

Los *abuelos informales* puntúan en la subescala de Control infantil (3/5: 3 ítems de 5 en total), en los ítems: “¿Deja que su nieto/a como lo que él/ella quiera?” [F(4,109)=3,36, $p \leq 0.01$, $\eta^2 = .11$], “En la comida principal, ¿Le permite a su nieto/a elegir los alimentos que quiere de lo que se sirve?” [F (4,109)=2,24, $p \leq 0.06$, $\eta^2 = .07$] y “¿Si a su nieto no le gusta lo que se sirve, le hace otra comida distinta?” [F(4,109)=3.06, $p \leq 0.02$, $\eta^2 = .10$]; en la subescala Medio ambiente (2/4: 2 ítems de 4 en total), en los ítems: “Conservo una gran cantidad de snacks (papas, fritas, doritos, bocaditos de queso) en mi casa” [F(4,109)=4.71, $p \leq 0.00$, $\eta^2 = .14$] y “Tengo muchos dulces, helados, pasteles y tartas en mi casa” [F(4,109)=3.16, $p \leq 0.01$, $\eta^2 = .10$]; Comida como recompensa: (1/3: 1 ítem de 3 en total) en el ítem: “Ofrezco dulces, helados, pasteles,... a mi nieto/a como premio por el buen comportamiento” [F(4,109)=2,08, $p \leq 0.08$, $\eta^2 = .07$] en la subescala Participación (1/3: 1 ítem de 3 en total) en el ítem: “Involucro a mi nieto/a en la planificación de comidas familiares” [F(4,109)=3.19, $p \leq 0.01$, $\eta^2 = .10$]; en la subescala Monitoreo (2/4: 2 ítems de 4 en total): en los ítems: “¿Cuánto seguimiento hace usted de los alimentos llenos en grasas que su nieto/a come?” [F(4,108)=2.25, $p \leq 0.06$, $\eta^2 = .07$] y “¿Cuánto seguimiento hace usted de las bebidas azucaradas que toma su nieto/a?” [F(4,109)=2,49, $p \leq 0.04$, $\eta^2 = .08$] y, por último, en la subescala Presión (1/4: 1 ítem de 4 en total), en el ítem: “Si mi nieto/a sólo come una pequeña porción, trato de que coma más” [F(4,109)=2,23, $p \leq 0.07$, $\eta^2 = .07$].

Respecto a los *abuelos sustitutos*, puntúan significativamente en la subescala Control infantil (1/5: 1 ítem de 5 en total): en el ítem: “¿Le permite a su nieto/a dejar la mesa cuando esta saciado, incluso si su familia no ha terminado de comer?” [F(4,109)=2,13, $p \leq 0.08$, $\eta^2 = .07$]; en la subescala Regulación Emocional (1/3: 1 ítem de 3 en total) en el ítem: ¿“Le da algo de comer o beber a su nieto si está molesto incluso si cree que no tiene hambre? [F(4,109)=2,27, $p \leq 0.06$, $\eta^2 = .07$]; en la subescala Equilibrio y Variedad (1/4: 1 ítem de 4 en total): en el ítem: “Animo a mi nieto a probar nuevos alimentos” [F(4,109)=2,06, $p \leq 0.09$, $\eta^2 = .07$]; en la subescala Medio/ambiente (1/4): “La mayor parte de la comida que tengo en la casa es saludable” [F(4,109)=2,35, $p \leq 0.05$, $\eta^2 = .07$]; en la subescala Comida como recompensa (1/3: 1 ítem de 3 en total): en el ítem: “Ofrezco dulces, helados, pasteles a mi nieto/a como premio por el buen comportamiento” [F(4,109)=2,15, $p \leq 0.07$, $\eta^2 = .07$]; en la subescala Participación (1/3: 1 ítem de 3 en total): en el ítem: “Permito que mi nieto/a ayude a preparar comidas familiares” [F(4,109)=2,30, $p \leq 0.06$, $\eta^2 = .07$]; en la subescala Modelado (1/4: 1 ítem de 4 en total): en el ítem: “Intento comer comidas saludables ante mi nieto aunque no sean mis favoritas” [F(4,109)=2,37, $p \leq 0.05$, $\eta^2 = .08$] y en la subescala Presión (1/4: 1 ítem de 4 en total): en el ítem: “Cuando mi nieto/a dice que ha terminado de comer, trato de que coma una o más proporción de comida.” [F(4,109)=2,81, $p \leq 0.02$, $\eta^2 = .09$].

4.- DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:

A continuación, comentamos los resultados anteriores, en función de su orden en los objetivos específicos y la confirmación o no, de sus hipótesis asociadas.

En relación a cómo se distribuye la muestra de participantes en relación a los tres tipos de abuelidad, podemos decir que los resultados coinciden con otros estudios intergeneracionales recientes (Castañeda-García, et al., 2017), esto se debe a que la mayoría de personas entrevistadas se identifican con el rol más tradicional de abuelidad, en este caso el rol *formal*, considerando que entre sus funciones se centran en ofrecerle apoyo a sus nietos y nietas en la medida de lo posible y en los casos en los que sea necesario sin pretender intervenir en la función de crianza y cuidado de sus padres (Neugarten & Weinstein, 1964).

A la hora de analizar los diferentes tipos de comidas del día, en principio se esperaba encontrar que en general (independientemente del rol de abuelidad) las

meriendas fueran las comidas del día más compartidas entre los abuelos y sus nietos, sin embargo, nos encontramos con que son los almuerzos y no la merienda coincidiendo con el planteamiento de otros estudios de alimentación compartida entre abuelos y nietos (Peraza, Puentes y Rodríguez, 2017). Nuestra hipótesis de base es que los abuelos formales preferirían las comidas menos importantes, al considerar que su rol se centraría más en ofrecer apoyo de forma puntual, sin pretender sustituir ni asumir las responsabilidades de los padres en el cuidado de sus nietos.

Cuando hablamos de la relación existente entre los tipos de comida del día y las tipologías de abuelidad, los resultados presentan variaciones significativas, al contrario de lo que se esperaba encontrar, los abuelos *formales* comparten más comidas con sus nietos los días de semana, en especial las meriendas y no los almuerzos, sin embargo los abuelos informales no suelen desayunar con sus nietos los fines de semana y al contrario que los abuelos formales, meriendan más con sus nietos los fines de semana.

Por lo tanto, comparando las comidas del día más frecuente en los abuelos *formales* (meriendas entre semana) e *informales* (merienda en los fines de semana) se deduce que los abuelos *formales* predominan más durante los días de semana, mientras que los *informales* lo contrario, lo que puede deberse a que los abuelos *informales* prefieran los fines de semana para disfrutar de sus nietos y mimarlos sin establecer pautas o normas específicas coincidiendo con las características propias del rol *informal* de abuelidad (Kivnick , 1982). Con respecto a los abuelos sustitutos al contrario de lo que se pensaba, apenas se encontraron diferencias significativas entre los tipos de comidas compartidas durante la semana, esto puede deberse a que solo representan una pequeña parte de la muestra.

Respecto a la relación existente entre el consumo de alimentos que favorecen más el sobrepeso y la obesidad y las tipologías de abuelidad, en principio se esperaban encontrar que este tipo de alimentos estuvieran relacionados con la tipología de abuelidad *formal*, en este caso los resultados nos indican que los abuelos *formales* comparten con sus nietos “pan” con mayor frecuencia que otros tipos de alimentos pero, al contrario de lo que se pensaba, los abuelos *informales* también comparten alimentos de este tipo, ya que se destaca un mayor consumo de Cola cao, y por último los *sustitutos* que comparten alimentos como mermelada y tostadas.

Cuando hablamos de los alimentos que favorecen menos el sobrepeso y la obesidad, los abuelos *informales* comparten un mayor número de éstos, en comparación con el resto de tipologías de abuelidad, entre los que destacan el consumo de café, mantequilla y carne (durante las cenas). Esto podría deberse a que, coincidiendo con otros estudios, los abuelos que cuidan más veces a sus nietos, informalmente, proporcionan un ambiente positivo que favorece el consumo de alimentos más saludables (Farrow, 2014).

Tras analizar la frecuencia de consumo de ambos grupos de alimentos AF+SO y AF-SO (Atkinson, Foster-Powell & Brand-Miller, 2008; Wolever, 2008), estos resultados reflejan que la alimentación que comparten los abuelos y los nietos, independientemente del rol de abuelidad, dista mucho de lo que es considerada ideal, ya que predomina el consumo de alimentos con un índice glucémico entre medio y alto, como el pan (blanco); alimentos con gran contenido de azúcar como es el Cola Cao y mermeladas, en comparación con otros alimentos (Zumaquero Jarana, 2018). Por lo tanto, se puede deducir que tras observar todos los alimentos que comparten los abuelos y los nietos, el modelo de dieta familiar de los adultos puede ser determinante a la hora de influir en el consumo de un grupo u otro de alimentos en los más jóvenes (Aparicio Vizuite, López Sobaler, y Ortega Anta, 2008).

A la hora de analizar la relación existente entre las diferentes tipologías de abuelidad y las subescalas del CFPQ los resultados ponen de manifiesto que existen diferencias significativas entre las tipologías de abuelidad y las prácticas de alimentación utilizadas. En primer lugar, podemos afirmar que entre los tres tipos de abuelidad, los abuelos *formales* y *sustitutos* son los que modelan y fomentan significativamente el consumo de alimentos saludables y existe un seguimiento de los alimentos que comen sus nietos en los abuelos *formales* e *informales*, sin embargo, cuando hablamos de los abuelos *informales*, se puede afirmar que en este tipo de abuelos predomina un menor Control infantil (más permisivos) durante las diferentes comidas coincidiendo con otros estudios realizados con anterioridad (Farrow, 2014).

Respecto a los *abuelos sustitutos*, tal y como se esperaba, puntúan significativamente en casi todas las subescalas del CFPQ, lo que puede deberse a que conviven y comparten a diario con sus nietos y nietas, a pesar de su baja representación muestral.

Tras analizar las diferentes subescalas del CFPQ utilizadas en este estudio, podemos concluir que, cuando hablamos de las prácticas de alimentación, según las tres tipologías de abuelidad, se puede apreciar que los abuelos *sustitutos* utilizan mayores prácticas de alimentación inadecuadas sobre sus nietos, como es el uso de la Comida como recompensa, Presión para comer y el uso de los alimentos como Regulación las emociones de sus nietos y nietas, seguido de los abuelos de tipo *informal* (Presión y Comida como recompensa). En los abuelos *formales* no se encontraron diferencias significativas en el uso de dichas prácticas alimentarias.

Diversas investigaciones demuestran que dichas prácticas alimentarias utilizadas por los abuelos y abuelas pueden repercutir negativamente en el comportamiento alimentario de los más jóvenes, (Jingxiong et al., 2007; Farrow, 2014), además, otros indicadores negativos consideran que los abuelos que viven con sus nietos tienden a sobrealimentarlos (Qinying, Li & Wang, 2018), por lo tanto los hallazgos de este estudio pueden explicar que sean los abuelos de tipo sustituto, seguido de los informales los que hagan un mayor uso de esas malas prácticas de alimentación.

Independientemente del rol de abuelidad analizado, se ha demostrado que los abuelos tienen el potencial para influir positiva o negativamente en la alimentación de sus nietos, tras realizar esta investigación se han detectado datos preocupantes como es el consumo frecuente por parte de los abuelos y sus nietos de alimentos con altos contenido de azúcar y grasas.

A todo esto, añadir que se ha observado que, en general, este tipo de alimentos están disponibles en los hogares de los abuelo/as entrevistados, conservando una gran cantidad de snacks (papas fritas, doritos...), dulces, helados y pasteles, sobre todo en los abuelos *formales e informales* (con puntuaciones significativas en la subescala de Medio Ambiente) que pueden estar al alcance de sus nietos, lo que agrava aún más la situación. El consumo continuo y excesivo de éstos alimentos tanto en los

abuelos como en sus nietos puede contribuir al aumento del sobrepeso y la obesidad en nuestro país, y generar graves problemas de salud en el futuro (cardiovasculares, diabetes, etc.).

Ante estos aspectos negativos, hay que contraponer que, actualmente, muchos abuelos se encargan de ayudar a sus hijos e hijas con el cuidado de sus nietos e incluso pueden llegar a ser sus principales cuidadores (Hank, Cavrini, Di Gessa & Tomassini, 2018 ; Hayslip et al. 2017), a todo esto añadir que los abuelos proporciona una amplia gama de recursos económicos, culturales y sociales de apoyo a los más jóvenes, (Hank, Cavrini, Di Gessa & Tomassini, 2018), por lo tanto se puede afirmar que representan un papel fundamental en el cuidado de sus nietos y una figura de referencia para las futuras generaciones.

Debido a la gran influencia de los abuelos en las familias, sobre todo en el modelo de alimentación que siguen sus nietos/as, se hace necesario analizar en profundidad la conducta alimentaria que comparten, ya que el tipo que se sigue no es la ideal (consumo de alimentos con alto contenido en azúcar y grasas) y se hacen uso de diversas prácticas de alimentación desaconsejables por parte de los abuelos como es el uso de los alimentos para controlar el comportamiento de sus nietos, todo esto supone un factor de riesgo para la salud tanto de abuelos como sus nietos, además puede ser una de las causas del sobrepeso y la obesidad entre los más jóvenes.

Con respecto a las limitaciones de este trabajo, nos encontramos con que nuestra muestra, es poco homogénea en algunas variables sociodemográficas claves (edad, género, nivel educativo, salud, número de hijos y números de horas al día que pasa con el nieto/a con el que más se ve) lo que dificulta su análisis para extraer ciertas conclusiones relevantes sobre los abuelos y sus características. También, que, como hemos mencionado anteriormente, se carece de suficiente información, base científica e investigaciones similares que intenten explicar y conocer con una mayor exactitud cómo influye el modelo de dieta y las prácticas de alimentación de los abuelos sobre sus nietos, con lo que no podemos discutir muchos más, estos resultados exploratorios.

Finalmente, para prevenir y cambiar esta situación, se deben desarrollar programas de prevención e intervención familiar con este colectivo, con el objetivo de establecer pautas educativas adecuadas que contribuyan a mejorar la conducta alimentaria que comparten tanto abuelos como nietos, en el contexto familiar, así como fuera de él, evitar el uso de malas prácticas e introducir una mayor variedad en el consumo de alimentos en el hogar. Todas estas medidas ayudarían a fomentar en ambas generaciones el seguimiento de un modelo de dieta más saludable en nuestro país.

5.- BIBLIOGRAFÍA:

- Aparicio Vizuete, A., López Sobaler, R., y Ortega Anta, M., (2008). “Aprendizaje de hábitos de alimentación saludables en la infancia y adolescencia (II): programa de intervención escolar y sociocomunitaria”. En F. Rodríguez-Santos, J. Aranceta Bartrina, y L. Serra Majem. *Psicología y Nutrición*. (75-88) Barcelona, Elsevier Masson.
- Atkinson, F.S., Foster-Powell, K., Jennie, C. & Brand-Miller, J. (2008). International Tables of Glycemic Index and Glycemic Load Values: 2008. *Diabetes Care*. 31 (12), 2281-2283. <https://doi.org/10.2337/dc08-1239>
- Baile Ayensa, J. I., y González Calderón, M. J. (2013). *Intervención psicológica en obesidad*. Madrid: Pirámide.
- Bell, L., Perry, R., & Prichard, I. (2018). Exploring Grandparents' Roles in Young Children's Lifestyle Behaviors and the Prevention of Childhood Obesity: an Australian Perspective. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 50 (5), 516-521. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.12.007>
- Castañeda García, P. J., Valle-Sanz, C., & Gutiérrez Barroso, J. (2017). From grandparenthood to great-grandparenthood. Exploring a family role. *Anuario de Psicología*. 47, 115-122. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2018.01.003>
- Cherlin, A., & Furstenberg, F.F. (1986). Grandparents and family crisis. *Generations: Journal of the American Society on Aging*, 10(4), 26-28. https://www.researchgate.net/profile/Frank_Furstenberg/publication/232598842_Grandparents_and_family_crisis/links/594d43380f7e9be7b2d6577b/Grandparents-and-family-crisis.pdf
- EDUCO (2015): El papel de los abuelos en la crisis económica. Salvetti & Llobart España. Recuperado el 16 de junio de 2018 de:

<https://www.educo.org/Educo/media/Documentos/Prensa/EL-PAPEL-DE-LOS-ABUELOS-EN-LA-CRISIS-ECONOMICA.pdf>

- Eli, K., Howell, K., Fisher, P.A., & Nowicka, P. (2016). A question of balance: Explaining differences between parental and grandparental perspectives on preschoolers' Feeding and physical activity. *Social Science & Medicine*, 154, 28-35. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.02.030>
- Farrow, C. (2014). A comparison between the feeding practises of parents and grandparents. *Eating behaviors*, 15(3), 339-342. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.04.006>
- Gahagan, S. (2013). The Development of Eating Behavior –Biology and Context. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 33(3): 261-271. doi: [10.1097/DBP.0b013e31824a7baa](https://doi.org/10.1097/DBP.0b013e31824a7baa)
- Glaser, K. & Hank, K. (2018). Grandparenthood in Europe. *European Journal of Ageing*, 1–3. <https://doi.org/10.1007/s10433-018-0476-1>.
- Hank, K., Cavrini, G., Di Gessa, G., & Tomassini, C. (2018). What do we know about grandparents? Insights from current quantitative data and identification of future data needs. *European Journal of Ageing*. <https://doi.org/10.1007/s10433-018-0468-1>
- Hayslip, B.J, Henderson, C.E, & Shore, R.J. (2003) The Structure Of Grandparental Role Meaning. *Journal of Adult Development* 10, (1):1–11. <https://doi.org/10.1023/A:1020708402212>
- Jingxionga, J., Rosenqvist, U., Huishan, W., Greiner, T., Guangli, L., & Sarkadi, A. (2007). Influence of grandparents on eating behaviors of young children in Chinese three-generation families. *Appetite* 48,(3), 377-383. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666306006325>
- Kicklighter, J.R, Whitley, D. M., Kelley, S.J., Shipskie, S.M., Taube, J. L., & Berry, R.C. (2007). Grandparents raising grandchildren: A response to a nutrition and physical activity intervention. *Journal of the American Dietetic Association*, 107 (7), 1210-1213. [10.1016/j.jada.2007.04.006](https://doi.org/10.1016/j.jada.2007.04.006)
- Kivnick, H.Q. (1982) Grandparenthood: An overview of meaning and mental health. *The Gerontologist*, 22, 59-66. <https://doi.org/10.1093/geront/22.1.59>
- Llavina, N. (2013). La relación entre abuelos y nietos: un beneficio psicológico mutuo. *El Español. Omicrono* 16/08/2013.

- <https://omicrono.elespanol.com/2013/08/la-relacion-entre-abuelos-y-nietos-un-beneficio-psicologico-mutuo/>
- Martínez Martínez, A.L. (2010). Aproximación a los conflictos generados entre los abuelos cuidadores de nietos y los padres en la sociedad actual, en *Contribuciones a las Ciencias Sociales*. <http://www.eumed.net/rev/cccss/10/almm.pdf>
 - Michelle, M., & Fappa, E. (2016). The effect of food offered by grandparents on eating habits of Greek adolescents. *Clinical Nutrition, ESPEN*. 13, 73-74. <https://www.sciencedirect.com/accedys2.bbt.ull.es/science/article/pii/S2405457716301759>
 - Musher- Eizenman, D., & Holub, S. C (2007). Comprehensive Feeding Practices Questionnaire: Validation of a New Measure of Parental Feeding Practices. *Journal of Pediatric Psychology*, 32, 960–972. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsm037>
 - Neugarten, B. L., & Weinstein, K. K. (1964). The changing American grandparent. *Journal of Marriage and the Family*, 26, (2), 199-204. [DOI: 10.2307/349727](https://doi.org/10.2307/349727)
 - Ogden J., Reynolds R., & Smith A. (2006). Expanding the concept of parental control: a role for overt and covert control in children's snacking behaviour? *Appetite*. 47, 100–106. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2006.03.330>
 - Peraza, L., Puentes, B., y Rodríguez, P. (2017). Estudios de las relaciones abuelos- nietos en función de los tipos de actividad sedentaria-dinámica y la alimentación compartidas (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de la Laguna, España. Recuperado de: <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/5308>
 - Pinazo, S., y Montoro, J. (2004). La relación entre abuelos y nietos. Factores que predicen la calidad de la relación intergeneracional. *Revista internacional de sociología*, 62 (38), 147-168. Recuperado de: <http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/257/270>
 - Qinying, H., Li, C.X., & R. Wang. (2018). Childhood obesity in China: Does grandparents' coresidence matter. *Economics & Human Biology*. 29, 56-63. <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2018.02.001>.

- Ramírez, M. A. (2005). Padres y desarrollo de los hijos: prácticas de crianza. *Estudios pedagógicos*, 31(2), 167-177. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173519073011>
- Roa, J. M., y Vacas, M. C. (2001). Perfiles de abuelidad. *Pedagogía Social*, 6-7, 205-215.
Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2658836>
- Roberto, K. A., & Stroes, J. (1992). Grandchildren and grandparents: Roles, influences, and relationships. *International Journal Aging and Human Development*, 34, 227-239. DOI: [10.2190/8CW7-91WF-E5QC-5UFN](https://doi.org/10.2190/8CW7-91WF-E5QC-5UFN)
- Vergara, C. B. (2010). Creencias relacionadas con las prácticas de crianza de los hijos/as (Maestra en ciencias, área psicología aplicada). Universidad de Colima. Recuperado de: http://digeset.ucol.mx/tesis_posgrado/Pdf/Claudia%20Berenice%20Vergara%20Hernandez.pdf.
- Wiklund, P., Törmäkangas, T., Shi, Y., Wu, N., Vainionpää, A., Alen, M. & Cheng, S. (2017). Normal –Weight Obesity and Cardiometabolic Risk: A 7-years Longitudinal Study in Girls from Prepuberty to Early Adulthood. *Obesity*, 25, (6), 1077-1082. [doi:10.1002/oby.21838](https://doi.org/10.1002/oby.21838)
- Wolever, T.M.S. (2008). *Índice glucémico: clasificación fisiológica de los hidratos de carbono de la dieta*. Zaragoza, Editorial Acribia, S.A.
- Young, G., Duncanson, K. & Burrows, T (2018). Influence of grandparents on the dietary intake of their 2-12-year-old grandchildren: A systematic review. *Nutrition & Dietetics*, <https://doi.org/10.1111/1747-0080.12411>
- Zamberletti, J., Cavrini, G. & Tomassini, C. (2018). Grandparents providing childcare in Italy. *European Journal of Ageing* 1-11
<https://doi.org/10.1007/s10433-018-0479-y>
- Zapata Posada, J., Castro Rodelo, Y., y Agudelo Bedoya, M. (2016). Abuelas antes de lo esperado: cambios, participación en la crianza y relaciones intergeneracionales. *Prospectiva: Revista de Trabajo Social e Intervención Social* N° 22, 117-140. Recuperado de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5857485>
- Zumaquero Jarana, P. (2018). La preocupante realidad de los niños españoles. El País. 09/07/2018. Recuperado el 9 de julio de 2018 de: https://elpais.com/elpais/2018/07/03/ciencia/1530615481_748645.html

6.- ANEXOS:

Anexo 1. Perfil Sociodemográfico de las personas participantes.

Datos Sociodemográficos		Porcentaje
Grupos de edad.	De 49 a 65 años.	20,40%
	Más de 65 años.	79,60%
Género.	Varón.	17,50%
	Mujer.	82,50%
Nivel educativo.	Bajo.	67,50%
	Medio.	21,90%
	Alto.	10,50%
Situación laboral.	Trabaja.	6,20%
	En paro.	5,30%
	Jubilado.	56,60%
	Siempre ama de casa.	31,90%
Distancia a la que vive de sus nietos.	Misma casa o edificio.	28,30%
	Mismo barrio.	17,70%
	Mismo municipio.	28,30%
	Otro municipio misma isla	18,60%
	Otra isla.	7,10%
Salud.	Buena.	71,90%
	Regular.	24,60%
	Mala.	3,50%
Número de hijos.	Entre 1 y 4.	85,10%
	Entre 5 y 6.	10,50%
	7 o más.	4,40%
Número de nietos.	Entre 1 y 4.	59,70%
	Entre 5 y 6.	21,90%
	7 o más.	18,40%
Horas/ día que pasa con el nieto que más ve.	Hasta 3 horas.	69,40%
	Entre 4 y 5 horas.	13,90%
	Entre 6 y 7 horas.	14,80%
	Más de 7 horas.	1,90%

Anexo 2. Instrumento.

Nº PARTICIPANTE.....

Nº CUESTIONARIO.....

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Iniciales apellidos/nombre y Municipio residencia:

Edad:

Género: Varón (); Mujer ().

Nivel educativo: Bajo (); Medio (); Alto (); [Bajo: sin estud. y EGB; Medio: Bachiller, FP; Alto: Univ, diplom, Grado, Master...]

Situación laboral: Trabaja (); en Paro (); Jubilado/a (); Siempre ama de casa ().

Distancia a la que vive de sus nietos: Misma casa o edificio (); Mismo barrio (); Mismo municipio (); Otro municipio misma isla (); Otra isla (); Península (); Extranjero ().

Su salud es: Buena (); Regular* (); Mala* ()

Si es regular o mala*¿Por qué?.....

¿Vive con algún nieto o nieta? ¿Cuál?

¿Cuántos hijos tiene?

¿Cuántos nietos tiene?

¿Con cuántos nietos se ve usted? ¿Por qué los ve?

.....
.....

¿Con cuántos no se ve? ¿Por qué no?

.....

¿Cuántas horas pasa al día con el nieto o nieta que ve usted más?..... ¿Y cuántas horas a la semana?.....

FUNCIÓN DE LAS ABUELAS Y ABUELOS CON SUS NIETAS Y NIETOS

1) ¿Cree usted que la función de las abuelas y abuelos es poder ver y conocer a sus nietos cuando sea posible, darles apoyo cuando lo necesiten; transmitirles valores y consejos? **Marcar con una X solo una**

NADA DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO

2) ¿Cree usted que la función de las abuelas y abuelos es tratar a los nietos sin normas, mimándolos un poco, y disfrutando juntos? **Marcar con una X solo una**

NADA DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO

3) ¿Cree usted que la función de las abuelas y abuelos con sus nietos debe ser la misma que la que tuvieron como padres con sus hijos? **Marcar con una X solo una**

NADA DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO

FRECUENCIA DE COMPARTIR COMIDAS Y/O ACOMPAÑAMIENTO.

Ahora piense y elija **un nieto () o una nieta () con la que se ve con más frecuencia.**

Sus iniciales o nombre:..... ¿Qué edad tiene?.....

¿Y ese nieto o nieta suyo ¿es a través de un hijo suyo () o de una hija suya ()?

Sus

iniciales:.....

En la siguiente tabla queremos que nos describa la frecuencia en la que comparte y acompaña a ESE NIETO O NIETA **con la que se ve con más frecuencia** durante las diferentes comidas que se realizan al día, donde S (su nieto come solo) y A (acompañado) y la hora en la que se produce:

Frecuencia de compartir comidas y acompañamiento. Marcar S o A

Acompañamiento: S: Solo/a A: Acompañado/a	Desayuno/Hora		Almuerzo/Hora		Merienda/Hora		Cena / Hora	
	Lunes							
Martes								
Miércoles								
Jueves								
Viernes								
Sábado								
Domingo								

A continuación nos gustaría que nos indique cuántas veces (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7) a la semana comparte con ESE NIETO O NIETA **con la que se ve con más frecuencia** la siguiente lista de alimentos:

DESAYUNO	Nº VECES	ALMUERZO	Nº VECES	MERIENDA	Nº VECES	CENA	Nº VECES
Leche		Sopa		Pan		Sopa	
Cola cao		Potaje		Galletas		Potaje	
Gofio		Arroz		Chocolate		Arroz	
Galletas		Espaguetis		Batidos		Espaguetis	
Copos avena		Macarrones		Dulces		Macarrones	
Tostadas		Pescado		Mermelada		Pescado	
Mermelada		Carne		Frutos secos		Carne	
Mantequilla		Pan				Pan	
Café		Otros				Otros	
Café con leche							
Zumos naturales							
Zumos preparados							
otros							

SOLO PARA EL –NIETO/NIETA- QUE VE USTED CON MÁS FRECUENCIA

FRECUENCIA	NUNCA	ALGUNA VEZ	A VECES	MUCHAS VECES	SIEMPRE
C. I.: Control Infantil: CI					
¿Deja que su nieto/a coma lo él/ella quiera?					
En la comida principal, ¿le permite a su nieto/a elegir los alimentos que quiere de lo que se sirve?					
¿Si a su nieto no le gusta lo que se sirve, le hace otra comida distinta?					
¿Le permite a su nieto/a comer cualquier chuchería/tentempié que él/ella quiera?					
¿Le permite a su nieto/a dejar la mesa cuando está saciado, incluso si su familia no ha terminado de comer?					
R. E.: Regulación de emociones : RE					
Cuando su nieto se pone pesado, ¿lo primero que hace es darle algo para comer o beber?					
¿Le da algo de comer o beber a su nieto si está aburrido incluso si cree que no tiene hambre?					
¿Le da algo de comer o beber su nieto si está molesto incluso si cree que no tiene hambre?					
E. V.: Equilibrio y variedad : EV					
Anima a su nieto a comer alimentos saludables antes que los no saludables.					
Animo a mi nieto a probar alimentos nuevos.					

Le digo a mi nieto/nieta que la comida saludable sabe bien.					
Animo a mi nieto a comer alimentos variados.					
M. A.: Medio Ambiente: MA					
La mayor parte de la comida que tengo en la casa es saludable.					
Conservo una gran cantidad de snacks (papas fritas, doritos, bocaditos de queso) en mi casa.					
Una variedad de alimentos saludables están disponibles para mi nieto/a en cada comida servida en casa.					
Tengo muchos dulces, helados, pasteles, tartas, pasteles en mi casa.					
C. R: Comida como Recompensa : CR					
Ofrezco dulces, helados, pasteles, pasteles) a mi nieto/a como premio por el buen comportamiento.					
No le doy dulces / postres a mi nieto/a en respuesta a un mal comportamiento.					
Le ofrece a su nieto/a sus comidas favoritas a cambio de un buen comportamiento.					
P.: Participación: P					
Involucro a mi nieto/a en la planificación de comidas familiares.					
Permito que mi nieto/a ayude a preparar comidas familiares					
Animo a mi nieto a					

partic. en la compra d comestibles					
M.: Modelado: M					
Sigo un modelo de alimentación saludable ante mi nieto/a comiendo yo mismo comida saludable.					
Intento comer comidas saludables ante mi nieto aunque no sean mis favoritas.					
Intento mostrar entusiasmo al comer comidas saludables.					
Le muestro a mi nieto/a lo que disfruto comiendo comidas saludables.					
M.: Monitoreo : M					
¿Cuánto hace usted un seguimiento de los dulces, (caramelos, helados, tartas y pasteles que come su nieto/a?					
¿Cuánto seguimiento hace usted de las chucherías/tentenpiés (patatas fritas, doritos, bocaditos de queso) que su nieto come?					
¿Cuánto seguimiento hace usted de los alimentos llenos en grasas que su nieto/a come?					
¿ Cuánto seguimiento hace usted de las bebidas azucaradas (gaseosas, refrescos) que toma su nieto/a.					
P.: Presión : P					
Mi nieto/a debe comer siempre toda la comida de su plato.					

Si mi nieto dice: "No tengo hambre", intento que coma de todos modos.					
Si mi nieto/a solo come una pequeña porción, trato de que coma más.					
Cuando mi nieto/a dice que ha terminado de comer, trato de que coma una o más Porción de comida.					