



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE NUTRICIÓN DIETÉTICA Y ESTÉTICA**

TEMA:

Relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo en el periodo de mayo - agosto del 2022

AUTORA:

Párraga Conforme, María Cristina

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
Licenciada en Nutrición, Dietética y Estética**

TUTORA:

Ing. Rosado Alvarez María Magdalena

Guayaquil, Ecuador

19 de septiembre del 2022



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE NUTRICIÓN, DIETÉTICA Y ESTÉTICA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación, fue realizado en su totalidad por **Párraga Conforme, María Cristina**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciada Nutrición, Dietética y Estética**.

TUTORA

f. _____

Ing. Rosado Alvarez María Magdalena

DIRECTORA DE LA CARRERA

f. _____

Dra. Celi Mero Martha Victoria

Guayaquil, a los 19 días del mes de septiembre del año 2022



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE NUTRICIÓN, DIETÉTICA Y ESTÉTICA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Párraga Conforme María Cristina**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo en el periodo de mayo - agosto del 2022** previo a la obtención del título de **Licenciada en Nutrición, Dietética y Estética**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 19 días del mes de septiembre del año 2022

f. _____
María Cristina Párraga Conforme



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

CARRERA DE NUTRICIÓN, DIETÉTICA Y ESTÉTICA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Párraga Conforme, María Cristina**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo en el periodo de mayo – agosto 2022**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 19 días del mes de septiembre del año 2022

LA AUTORA:

f. _____

Párraga Conforme, María Cristina

REPORTE URKUND

URKUND

Documento	tesis Maria Cristina Parraga Conforme.docx (D143869029)
Presentado	2022-09-10 22:03 (-05:00)
Presentado por	maria.parraga05@cu.ucsg.edu.ec
Recibido	maria.rosado03.ucsg@analysis.arkund.com
Mensaje	tesis MARIA CRISTINA PARRAGA Mostrar el mensaje completo 4% de estas 19 páginas, se componen de texto presente en 7 fuentes.

AGRADECIMIENTO

Quiero extender mi sincero agradecimiento, primero a Dios por haberme permitido llegar hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mis padres por todo el amor y el apoyo que me brindaron para lograr los objetivos propuestos

A mi esposo e hijos que apoyaron este proceso difícil en muchos momentos de mi vida, donde estuve a punto de abandonar mi sueño.

Agradezco de todo corazón a mis estimados docentes.

La Ing. Magdalena Rosado quien, con sus conocimientos y su gran trayectoria, me ha guiado en la elaboración de este trabajo de tesis.

El Ing. Carlos Poveda por haberme orientado en todos los momentos que necesité de sus conocimientos y guía.

A la Dra. Adriana Yaguachi por haberme brindado el apoyo y sus conocimientos para desarrollarme profesionalmente y seguir cultivando mis valores.

Agradezco a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil y Autoridades por acogerme y hoy darme esta gran oportunidad de representar esta gran carrera con orgullo.

DEDICATORIA

Con mi corazón y mi sinceridad dedico esta tesis.

A mis padres, esposo por haberme siempre apoyado en las diferentes etapas de este proceso universitario.

A mis docentes que me brindaron sus conocimientos y ayudaron en mi formación académica

En especial le dedico esta tesis a mi hijo de 5 años que me llenó de fuerza y coraje para poder culminar mis estudios.



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE NUTRICIÓN, DIETÉTICA Y ESTÉTICA

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

f. _____

Dra. Celi Mero Martha Victoria

DIRECTORA DE CARRERA

f. _____

Ing. Poveda Loor Carlos Luis

COORDINADOR DEL ÁREA

f. _____

Ing. Poveda Loor Carlos Luis

OPONENTE

INDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN	2
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
2. OBJETIVOS	9
2.1. OBJETIVO GENERAL	9
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	9
3. JUSTIFICACIÓN	10
4. MARCO TEÓRICO	11
4.1. MARCO REFERENCIAL	11
4.2. MARCO TEÓRICO	13
4.2.1. Niños de entre 3 a 12 años	13
4.2.2. Preescolares	13
4.2.3. Escolares	15
4.2.4. Evaluación del estado nutricional preescolares y escolares	16
4.2.5. Malnutrición	17
4.2.6. Indicadores antropométricos	17
4.2.7. Identificación del estado nutricional por índice de masa corporal	19
4.2.8. La Alimentación	20
4.2.9. Alimentos procesados	22
4.2.10. Actividad física	24
4.3. MARCO LEGAL	27
5. FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS	29
6. IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES	30
6.1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	31
7. METODOLOGÍA	32
7.1. JUSTIFICACIÓN DE LA ELECCIÓN DEL DISEÑO METODOLÓGICO	32
7.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	32
7.2.1. Criterios de inclusión	32
7.2.2. Criterios de exclusión	32

7.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	32
8. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	34
9. RECOMENDACIONES	51
BIBLIOGRAFÍA	52
ANEXOS	66

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Variable independiente	31
Tabla 2. Sexo de los escolares de la Escuela Particular "San José"	34
Tabla 3. Rango de Edad de los escolares de la Escuela Particular "San José"	35
Tabla 4. Nivel de Escolaridad de los escolares de la Escuela Particular "San José"	36
Tabla 5. Datos Antropométricos de los escolares de la Escuela Particular "San José"	37
Tabla 6. Índice de Masa Corporal para la edad	38
Tabla 7. Peso para la edad	39
Tabla 8. Talla para la edad	40
Tabla 9. Ingesta de alimentos procesados de los escolares de la Escuela Particular "San José"	41
Tabla 10. Frecuencia de Consumo por grupo de alimentos recomendado.....	42
Tabla 11. Prueba de Chi Cuadrado de Pearson en relación al grupo de alimentos e índice de masa corporal para la edad.....	44
Tabla 12. Prueba de Chi Cuadrado de Pearson en relación al grupo de alimentos y peso para edad	46
Tabla 13. Prueba de Chi Cuadrado de Pearson en relación al grupo de alimentos y talla para la edad.....	48
Tabla 14. Factor más importante al elegir un alimento	72
Tabla 15. Dieta del niño	72
Tabla 16. Razones para mejorar.....	73
Tabla 17. Razones para evitar el alimento.....	74
Tabla 18. Etiquetas con información nutricional.....	74
Tabla 19. Semaforización de los productos que compra	75
Tabla 20. Conocimiento sobre el sistema nova	75
Tabla 21. Preparación habitual de los alimentos	76
Tabla 22. Persona que prepara los alimentos	76
Tabla 23. Acciones del niño/a cuando ya se siente satisfecho	77

Tabla 24. La grasa visible de la comida	77
Tabla 25. Forma que mastica habitualmente	78
Tabla 26. Frecuencia de consumo de alimentos fuera de casa	78
Tabla 27. Conocimiento acerca de los alimentos procesados	79
Tabla 28. Frecuencia de consumo de alimentos procesados	79
Tabla 29. Lo que más ingiere el niño	80
Tabla 30. La lonchera del niño/a.....	80
Tabla 31. Contenido de lonchera escolar	81
Tabla 32. Agrado de consumo de Fruta.....	81
Tabla 33. Agrado de consumo de verdura.....	82
Tabla 34. Agrado de consumo de pollo y carne.....	82
Tabla 35. Agrado de consumo de pescado y mariscos	83
Tabla 36. Agrado de consumo de lácteos.....	83
Tabla 37. Agrado de consumo de pan y cereales.....	84
Tabla 38. Agrado de consumo de granos	84
Tabla 39. Agrado de consumo de dulces.....	85
Tabla 40. Agrado de consumo de huevo	85
Tabla 41. Agrado de consumo de frutos secos.....	86
Tabla 42. Agrado de consumo de alimentos empacados	86

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Ejemplo de medición antropométrica	18
Gráfico 2: Estilos de vida que afectan la salud	25
Gráfico 3. Sexo de los escolares de la Escuela Particular "San José"	34
Gráfico 4. Rango de Edad de los escolares de la Escuela Particular "San José"	35
Gráfico 5. Nivel de Escolaridad de los escolares de la Escuela Particular "San José"	36
Gráfico 6. Datos Antropométricos de los escolares de la Escuela Particular "San José"	37
Gráfico 7. Índice de Masa Corporal para la edad.....	38
Gráfico 8. Peso para la edad	39
Gráfico 9. Talla para la edad.....	40
Gráfico 10. Ingesta de alimentos procesados de los escolares de la Escuela Praticular "San José"	41

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo. La metodología utilizada fue de diseño no experimental descriptivo con enfoque cuantitativo de corte transversal, para ello se obtuvo una muestra del estudio fue de 77 niños, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Entre los resultados se encontró que existe relación entre la ingesta de lácteos y dulces; en comparación a frutas, verduras, pan y cereales, carne y pollo, pescado y marisco; frijoles; huevo; y almendra, y alimentos empacados con datos antropométricos de índice de masa corporal para la edad, peso para la edad, y talla para la edad. Se debe tener en cuenta que este último no tiene relación con la ingesta de productos empacados. En lo referente a la frecuencia de consumo de alimentos procesados el 54% los consumen de 1 a 2 veces por semana, y 46% cada 15 días. Por lo que se llega a recomendar que, para prevenir futuras enfermedades a la salud se debe realizar charlas orientativas sobre un estilo de vida saludable, modificar la alimentación, y realizar actividad física. A su vez se deben implementar programas de alimentación en la escuela que colaboren con la importancia de alimentación sana.

Palabras Claves: Alimentación, Nutrición, Estado Nutricional, Sobrepeso, Obesidad, Antropometría.

ABSTRACT

The objective of this research was to establish the relationship between the intake of processed foods and anthropometric parameters in schoolchildren from the Escuela Particular San José in the city of Portoviejo. The methodology used was a non-experimental descriptive design with a quantitative cross-sectional approach, for which a study sample was obtained of 77 children, who met the inclusion and exclusion criteria. Among the results, it was found that there is a relationship between the intake of dairy products and sweets; compared to fruits, vegetables, bread and cereals, meat and poultry, fish and shellfish; Beans; egg; and almond, and packaged foods with anthropometric data of body mass index for age, weight for age, and height for age. It should be noted that the latter is not related to the intake of packaged products. Regarding the frequency of consumption of processed foods, 54% consume them 1 to 2 times a week, and 46% every 15 days. Therefore, it is recommended that, in order to prevent future health diseases, guidance talks should be held on a healthy lifestyle, diet modification, and physical activity. In turn, school feeding programs should be implemented that collaborate with the importance of healthy eating.

Keywords: Food, Nutrition, Nutritional Status, Overweight, Obesity, Anthropometry.

INTRODUCCIÓN

La edad preescolar es un momento idóneo para establecer hábitos de actividad física (AF) y nutrición adecuados, que mejorarán el nivel de condición física (CF) esencial para la prevención de algunas enfermedades, como la obesidad, la cual se asocia con consecuencias para la salud que pueden persistir en la adolescencia y edad adulta (1).

La edad escolar es una etapa crucial en la vida de las personas, ya que en esta inicia su desarrollo intelectual, los niños aprenden a relacionarse con los demás, e incrementa el desarrollo de la personalidad (2). En esta fase las personas aprenden la socialización y singularización, es decir, se adquieren valores e ideales, y de esto se genera un ser único (3) (4).

El estudio de la alimentación se enfoca en los ámbitos fisiológicos en donde se analiza los hábitos y las costumbres alimenticias de cada cultura (5). La nutrición regula procesos metabólicos otorgando un correcto funcionamiento del organismo (6). Es de suma importancia que en las primeras etapas de la vida que son preescolar y escolar se consiga un estado nutritivo óptimo para así asegurar un crecimiento y desarrollo adecuado (7). Los padres son los responsables de crear hábitos saludables de alimentación en sus hijos, así también la escuela posee un papel fundamental en el fomento de hábitos alimenticios a través de la educación para la salud (5) (6).

La educación para la salud es indispensable para proporcionar conocimiento y buenos hábitos a las personas en cuanto a una vida saludable, esta contribuye a que se contrarreste el incremento de casos en niños con obesidad o a su vez desnutrición (5).

En este contexto, el estado nutricional de las personas y en especial de los niños es un factor importante, que si no es bien llevado puede contribuir en el

surgimiento de alteraciones en la salud, por tanto, llevar una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable es esencial para la vida (8). Es importante sensibilizar a las personas acerca de incluir en su dieta alimentos que aporten todos los macronutrientes y micronutrientes evitando así posibles deficiencias nutricionales. En función de esto se plantea la presente investigación.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los niños de 3 a 5 años corresponden a la etapa preescolar, y los de 6 años escolares (9). Una mala alimentación predispone al infante al cansancio, desgano, falta de motivación, que provoca un mal rendimiento académico (1). Los niños en estas edades requieren realizar actividad física (10). Los hábitos alimenticios son importantes a esta edad debido al desarrollo cognitivo y motriz de los seres humanos (11).

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) son la principal causa de fallecimientos a nivel mundial (12). La OMS identifica 50 millones de muertes debido a enfermedades no transmisibles (ENT) (13). Entre los factores de riesgo para padecer esta patología se encuentran diabetes, hipertrigliceridemia, dislipidemia, hipertensión arterial, alimentación desbalanceada, sedentarismo, obesidad abdominal (14). Una buena alimentación mejora el estado nutricional antropométrico, el cual es la base fundamental para tratar con las patologías anteriormente mencionadas (15). Una alimentación ideal debe estar compuesta por 4 a 5 comidas diarias, de las cuales 3 son consideradas principales; desayuno deberá tener el 30% del valor calórico total (VCT), almuerzo 25 a 30%, merienda 20 a 30% y las entre comidas del 15 al 20% (2).

Se ha encontrado una elevada prevalencia en el consumo de alimentos procesados que generan un problema de salud mundial, en niños menores de 5 años (16). Generando enfermedades tempranas y problemas den crecimiento, madurez cerebral, condiciones negativas para el aprendizaje (4).

Se considera alimento procesados, a todo aquel que ha sufrido procesos de agregado, retirado, o texturizado, utilizando ingredientes de baja calidad nutricional (17).

Por lo tanto, llegan a ser nutricionalmente desequilibrados, con azúcares libres, grasa total, grasa saturada, sodio, y bajo contenido de proteínas, fibras minerales, y vitaminas, entre estos se encuentran: refrescos, gaseosas, snacks, chocolates, bollería, helados, etc.(3).

El sobrepeso y obesidad infantil se define así cuando existe un aumento de grasa prevalente en niños o adolescentes, es común en países desarrollados. Los factores de riesgo identificados para la predisposición de estas patologías, se encuentran: aumento de ingesta calórica, cambios en el estilo de vida, sedentarismo, alto consumo de grasas. Identificar estos a tiempo ayuda en la prevención de enfermedades a temprana edad en el infante (18).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), indica que los niños menores a 6 años sufren sobrepeso u obesidad en un 7,3% (19). Por otro lado, la Encuesta Mundial de La Salud Escolar (EMSE) en el 2012, calcularon que el 28,6% tenían sobrepeso, de los cuales, el 35,9% eran hombres y 21,8% mujeres (5).

La Organización Mundial de la Salud menciona que el 78% de los niños europeos desayunan, consumen verduras en un 22,6%, 10,3% dulces, 9,4% refrescos a diario (6). El plan de acción para la prevención de obesidad en la niñez y adolescencia implementada desde el 2014 al 2019 menciona que es importante apoyar y fomentar patrones de alimentación para una ingesta saludable, para ello es necesario frenar el consumo de productos ultra-procesados, mediante regulaciones legales (11).

La FAO, FIDA, OMS, PMA, y UNICEF afirman que los índices de desnutrición han disminuido, por otro lado, el sobrepeso aumenta. Esto apunta al retraso de crecimiento en infantes e infecciones recurrentes (12).

La OMS en el 2017 aclara que la malnutrición es el desbalance entre ingesta calórica y nutrientes (20). Estudios indican que los pobres tienen mayor tendencia

a sufrir de estos problemas sanitarios (15). Mundialmente el sobrepeso y obesidad ha continuado aumentando, debido a las dietas inadecuadas, o poco saludables. Esto es debido a la información inadecuada por parte de los medios de comunicación, prodigalidad de alimentos ultra-procesados, consumo de comida rápida, y bebidas azucaradas (17).

La obesidad infantil es un problema de salud pública alarmante en los últimos años. México ha sido considerado el 44to lugar en el mundo con prevalencia de la obesidad, superando a Grecia, Estado Unidos e Italia (21). Se debe recordar que la alimentación y nutrición son el resultado de los aspectos biológicos, ambientales y socioculturales inculcados desde la primera infancia (18).

En América Latina sufren aproximadamente 6.8 millones de niños desnutrición crónica (22). En Centro América existe una prevalencia de 18,6% de desnutrición, Cuba 48%, seguido de Haití, y Honduras con un 30% (14) Así mismo los datos de sobrepeso y obesidad han aumentado calculándolo en un 3.9 millones, equivalente a un 72% de la población infantil (19)

La OMS, OPS (Organización Panamericana de la Salud), y FAO, indican que América Latina y El Caribe han actuado para la prevención y control de las deficiencias nutricionales, a pesar de ello las enfermedades crónicas no transmisibles aumentan debido al ingreso económico, condición social, etnia, geografía, y seguridad alimentaria (12).

En Chile el 2019 registro que niños de 6 a 11 años de edad tenían una prevalencia del 58,7% de obesidad, 65% usualmente consumía golosinas, comidas rápidas y grasas. Argentina en el 2018 el 43% sufría sobrepeso, 18,5% obesidad (12).

En estas edades se debe fomentar los buenos hábitos alimenticios, es por ello que es indispensable promover el estilo de vida saludable, para prevenir enfermedades o complicaciones para la salud (21).

La presente investigación se guiará en el establecimiento de alimentos procesados y su relación con los parámetros antropométricos en escolares que acuden a la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo. Debido a la emergencia sanitaria sufrida en el país se ha desarrollado trastornos como: ansiedad, depresión, aumento en la ingesta alimentaria o disminución de esta.

Además, se debe tener en cuenta el sedentarismo como un; hábito recurrente en infantes. Para ello es importante incentivar a los estudiantes los buenos hábitos alimenticios, actividad física, para prevenir la aparición de dichas patologías a largo plazo.

1.1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Existe relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo, durante el periodo de mayo-agosto del 2022?

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GENERAL

Establecer la relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar la frecuencia de consumo de alimentos procesados en los escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.
- Determinar los datos antropométricos mediante la aplicación de los índices Peso/Edad (PE), Talla/Edad (T/E), Índice de Masa Corporal/Edad (IMC/E) de los escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

3. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo investigativo, se encuentra enfocado en determinar la relación entre la ingesta de alimentos procesados y parámetros antropométricos de los escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo. Es sin duda que los alimentos procesados son consumidos hoy en día en con más frecuencia, y causan problemas de salud a largo plazo.

La Escuela Particular San José de Portoviejo proporciona alimentos como lonchera escolar, así como existen estudiantes que llevan alimentos preparados en casa. Ya que esto ayudara a predecir los hábitos alimentarios que se están proporcionado en la primera infancia.

El sobrepeso u obesidad son problemas de salud pública relacionados con el estilo de vida, y falta de actividad física (sedentarismo). Es por ello que para evitar dicho problema se debe educar a la población desde temprana edad. Se debe tener en cuenta a los padres como punto clave, ya que la educación viene desde casa, y sus alimentos son proporcionados por ellos.

Es así que el presente trabajo de investigación constituye un tema de interés para la sociedad, ya que al crear una cultura de alimentación saludable se lograría la reducción de riesgos y enfermedades relacionadas a estas como la diabetes, obesidad entre otras, de igual forma es relevante para la academia ya que permite disponer de un aporte como herramienta de consulta para otras similares.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. MARCO REFERENCIAL

Un estudio realizado en Lima, se analizó la relación entre ingesta de alimentos ultra procesados y los parámetros antropométricos de una institución educativa con en una metodología de tipo descriptivo, transversal y observacional encontrándose una mayor frecuencia en bajo consumo de alimentos ultra procesados (58,18% en primaria y 60,5% en secundaria); siendo que los estudiantes de primaria, está relacionada la ingesta de alimentos ultra procesados con el peso ($p= 0,009$), IMC ($p= 0,017$), IMC/Edad ($p= 0,031$) y perímetro abdominal ($p= 0,033$); Y en estudiantes de secundaria se encontró relación entre edad e ingesta baja de consumo de alimentos ultra procesados ($p=0,008$); concluyendo en que los escolares de primaria se observa una relación entre la ingesta de alimentos ultra procesados con peso, IMC, IMC/ Edad y perímetro abdominal; mientras que en los escolares de secundaria se presenta en edad (6).

En un estudio realizado por Remacha y otros (23) sobre “Alimentos ultra procesados y sus efectos nocivos. Artículo monográfico.”, cuyo objetivo fue examinar la literatura publicada y el conocimiento científico actual sobre los alimentos ultra procesados y sus efectos nocivos en la salud mediante una metodología de tipo revisión documental encontraron que, el incremento de los alimentos ultra procesados sumados a la falta de actividad física y políticas saludables desencadena la aparición de sobrepeso u obesidad, factor de riesgo íntimamente ligado a determinadas enfermedades no transmisibles.

Un estudio realizado por Marchan y Mendoza (16) que fue determinar la relación del consumo de alimentos ultra procesados con el estado nutricional y riesgo cardiovascular los alumnos de 3ero, 4to y 5to grado de secundaria en la Institución educativa. República del Perú, con una metodología de tipo cuantitativo, correlacional encontrándose que, la gran parte de los alumnos

presentaron un bajo consumo de alimentos ultra procesados representado con un 51.2%, seguido de un 45.1% moderado y 3.7% con un alto consumo de los mismos. Por otro lado, al determinar el estado nutricional de los alumnos se obtuvo el 43.9% con un estado nutricional normal, sin embargo, el 36.6% presentaba sobrepeso seguido de un 8.5% que padece obesidad y en cuanto al riesgo cardiovascular de los alumnos se encontró un 65.9% de los adolescentes con bajo riesgo a presentar enfermedades cardiovasculares, un 28% alto, sin embargo, existe un 6.1% de los alumnos mostró muy alto riesgo cardiovascular según el análisis estadístico Chi-Cuadrado; y se concluye que no existe una relación entre el consumo de alimentos ultra procesados y el estado nutricional de los alumnos con un nivel significativo de $p = 0.462$.

4.2. MARCO TEÓRICO

4.2.1. Niños de entre 3 a 12 años

El crecimiento implica la maduración de un individuo, dependiente de factores genéticos, ambientales y de nutrición que condiciona los requerimientos en las distintas etapas de este proceso (24). Entre los 3 a 6 años de edad se conoce como preescolar, y abarca desde niños que, han adquirido independencia en la marcha (han aprendido a caminar), hasta la asistencia a la escuela (25). Subsiguiente se conoce como período escolar, desde los 6 años hasta los 12, donde aquí inicia la pubertad (26). La etapa escolar es una fase donde la velocidad de crecimiento es menor en relación a la etapa previa (27).

4.2.2. Preescolares

Se identifica como preescolares a los niños que se encuentran en una edad de entre 3 a 6 años y poseen algunas características propias de la etapa de la infancia en la que se encuentran (28).

Generalidades

La edad de preescolar es la etapa en la cual los niños requieren la atención y cuidados necesarios para un desarrollo óptimo de todas sus dimensiones, que le permitan adquirir los conocimientos adecuados (22). Es precisamente en esta etapa donde se da hasta un 80% del desarrollo del sistema nervioso central, encargado de regular las áreas cognitivas y físicas del niño, además es donde el niño aprende a adaptarse a su entorno y se prepara para enfrentar las distintas situaciones que se le presenten a lo largo de su vida (29).

Otra característica de los niños en edad preescolar es que buscan autonomía a la vez que les gusta saber cerca de un adulto por supervisión (16). Conforme van adquiriendo nuevas habilidades comunicativas y motrices, crece también su interés por el entorno que les rodea y por lo mismo realizan muy frecuentemente preguntas acerca del mismo (30).

Características físicas

Los niños de edad preescolar presentan un crecimiento estable de 5 a 7.5 centímetros por año, con un promedio de 57 cm de talla y ganan de entre 2,5 a 3,5 kg de peso por año (31). Además, se estima que duermen de 11 a 13 horas por día, y presentan un visón 20/20 a los 4 años de edad (32)

Características psicológicas

Los niños comienzan a desarrollar su sentido de autonomía e independencia en la edad de preescolar, y es cuando buscan hacer todo solos o al menos intentarlo, esto se ve reflejado en actividades diarias como vestirse, comer, lavarse las manos y los dientes, realizar tareas en el hogar; de modo que intentan imitar el comportamiento de los adultos (32). La edad preescolar es en donde se sientan las bases para desarrollar la personalidad de los niños (30). Dicho desarrollo está estipulado por dos facetas: la primera corresponde al modo en que los niños entienden el mundo e identifican el rol que cumplen en el mismo; la segunda se refiere al incremento de la voluntad, es decir, su conducta en relación a las diversas circunstancias que se presentan (33).

Características sociales

Los niños de entre 3 y 6 años combinan sus actividades físicas con las interacciones sociales con otros niños, lo cual se evidencia en la forma de jugar, que pasa de solitaria, a paralela y finalmente cooperativa (34). Son capaces de desarrollar actividades con grupos recientemente constituidos, pero usualmente tienen preferencia por dos o más niños, es decir que comienzan a tener amigos (35). Los niños de 4 a 5 años presentan la capacidad de establecer y concursar en juegos que contienen reglas, por lo general en la edad preescolar tiende a surgir niños dominantes el cual manda al grupo sin que los otros niños presenten resistencia (36).

4.2.3. Escolares

Se reconocen a los escolares como niños de entre 7 a 12 años de edad. Al igual que en la etapa de preescolar, existen algunas características propias de este período de la niñez (37).

Generalidades

La edad escolar es una etapa que tiende a ser más estable, es en donde los niños presentan una actitud más traviesa y curiosa, están constantemente realizando preguntas y con deseo de conocer las respuestas, a pesar de que en ocasiones estas les resulten poco lógicas (38). Durante esta etapa aprenden la manera de relacionarse, empiezan a crear su identidad y por ende su autoestima. La edad escolar es una fase decisiva, ya que si no se les brindan las condiciones adecuadas las consecuencias podrían ser desafortunadas (39).

Características físicas de escolares

En la edad escolar el crecimiento es lineal, incrementándose a razón de entre 5 a 6 cm por año y un aumento promedio de 2kg en los primeros años y de hasta 4,5kg en la edad cercana a la pubertad (40). En la mayoría de los casos presentan habilidades de motricidad eficaces, aunque su coordinación entre sentidos, equilibrio, resistencia entre otras, tienden a variar. Al final de esta etapa, es decir, alrededor de los 12 años comenzarán los cambios físicos hacia la adolescencia y avivará la sexualidad (38)

Características psicológicas de escolares

Existe un aumento progresivo de la actividad intelectual, el niño actúa en base a la realidad, es decir, ya no se comporta de forma espontánea como en la etapa preescolar, sino que ejerce acciones concretas según la experiencia y nuevos conocimientos que va adquiriendo día a día (41). Los niños de escolar dominan el lenguaje, el cual les permite el desarrollo intelectual, además, tiene un adecuado control de las estructuras sintácticas y el léxico (26).

Características sociales de escolares

Comprende la relación existente con quienes conviven los niños de esta etapa, en esta fase se accede al acercamiento a los otros, su personalidad se va desarrollando en base a la interacción que presenta con los demás participantes. Irá adoptando un sistema de valores, tomando en cuenta los juicios acerca de lo correcto e incorrecto, básicamente busca adaptarse a las normas establecidas por la sociedad que lo rodea (42).

4.2.4. Evaluación del estado nutricional preescolares y escolares

Peso

El peso se refiere a la masa que constituye a una persona, este se mide en kilogramos. Básicamente es la medida que se toma de una persona sin ningún accesorio encima, aunque para la toma estándar se la realiza con la ropa de la paciente puesta (43). Los niños de preescolar ganan de entre 2,5 a 3,5 kg de peso por año. Para los niños de la etapa escolar existe un aumento promedio de 2kg en los primeros años y de hasta 4,5kg en la edad cercana a la pubertad (44).

Talla

La talla corresponde a la estatura de una persona, este índice es tomado desde la punta de la cabeza hasta la talla de los pies (45). Los niños de preescolar presentan un crecimiento estable de 5 a 7.5 centímetros por año, con un promedio de 57 cm de talla (46). Para los niños de escolar el crecimiento es lineal, incrementándose a razón de entre 5 a 6 cm por año (47).

Talla/edad

La índice talla/edad es utilizado para identificar niños con baja estatura o desmedro (48). Los niños de 5 años según datos estándar presentan una estatura

de 109 a 110 cm, los niños de 10 a 12 años miden de 138 a 149 cm de altura (49).

Peso/edad

El índice peso/edad es usado para reconocer bajo peso en una edad determinada (50). Esta herramienta permite diagnosticar cuando hay un índice de desnutrición con un déficit superior al 10% (48). Según datos de la OMS los niños de preescolar con desnutrición que tienen 5 años llegan a pesar de 14 a 15 kg (51). Los niños de 10 a 12 años llegan a pesar de 35 a 42 kg dependiendo las condiciones (49).

IMC/edad

Es un índice para determinar la relación entre el peso y la estatura en base a la edad, es recomendado por la Organización Mundial de la Salud para evaluar el estado nutricional que presentan las personas menores a 20 años (51). Según la OMS (19) los niños de 5 años en buenas condiciones presentan un IMC de 18 a 19.

4.2.5. Malnutrición

La malnutrición sigue tomando parte en los niños afectándolos de manera grave (52). En el año 2018 alrededor de 200 millones de niños de hasta cinco años padecían de retraso en el crecimiento y al menos 340 millones tenían hambre oculta. Por otra parte, entre el año 2000 a 2016 la cantidad de niños con sobrepeso incrementó de 10 a 20% (3).

4.2.6. Indicadores antropométricos

El término antropométrica, proviene del término griego anthropos (hombre) y metrikos (medida), en otras palabras, es el estudio cuantitativo de una persona (53).

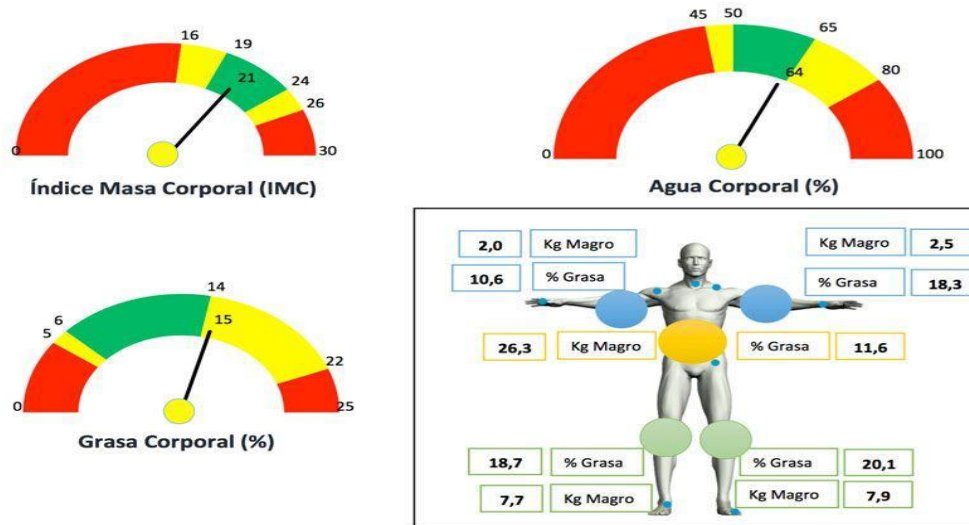


Gráfico 1. Ejemplo de medición antropométrica

Fuente: Valero. Antropometría, 2010, p. 4 (53).

Infra peso

La Organización Mundial de la Salud (OMS), conceptualiza al infra peso como la valoración del Índice de Masa Corporal (IMC) menor a $18,5 \text{ Kg/m}^2$ (54), en muchos casos este se lo asocia con la delgadez, dentro de estas consideraciones se puede identificar subclasificaciones:

- Leve el cual corresponde a una valoración de entre 17 a $18,49 \text{ Kg/m}^2$.
- Moderado el cual corresponde a una valoración de entre 16 a $16,99 \text{ Kg/m}^2$.
- Severo el cual corresponde a una valoración menor a 16 Kg/m^2 .

Peso normal

Un peso normal o peso saludable es el que mantiene a una persona en buen estado de salud y mantiene una buena calidad de vida, sin presentar algún tipo de riesgo a la salud del individuo (55)

El peso saludable es aquel determinado por el tipo de cuerpo, y la salud en general de la persona, basado en el índice de masa corporal y el tamaño de la cintura, pero no debes este ser usado para determinar el nivel de salud de la persona de forma estricta, pues pese a que el IMC y la gordura tienen una correlación significativa, esta varía acorde a la raza, sexo y edad, las cuales son consideraciones al momento de la evaluación

Uno de los métodos más confiables para la determinación del estado de salud bueno es el índice de masa corporal, o también conocido por sus siglas IMC, el cual es la relación entre peso y estatura (55).

Sobrepeso

El sobrepeso se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa a nivel abdominal que puede ser perjudicial para la salud (38). El índice de masa corporal (IMC) es uno de los indicadores para determinar si una persona tiene sobrepeso, peso saludable u obesidad (56). Esta medida se encuentra basada en el peso y la talla, mientras mayor sea el IMC mayor será el riesgo de tener complicaciones en la salud (57)

Entre algunos de los factores que pueden causar el incremento de peso está en el consumo de calorías excesivas en alimentos y bebidas altamente azucaradas y procesadas, así como la poca actividad física, pues las personas prefieren dormir o estar sentados frente a algún aparato electrónico que caminar consumiendo calorías sin que estas sean utilizadas, provocando el aumento de peso de forma radical (58).

4.2.7. Identificación del estado nutricional por índice de masa corporal

El índice de masa corporal es conocido como un indicador simple del estado nutricional, puede determinar la normalidad, sobrepeso u obesidad, cuyo valor

resulta de la relación entre el peso y la talla actual del individuo en estudio . Se calcula dividiendo el peso de la persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m²) (38).

En algunas investigaciones acuden al IMC con el fin de identificar si la persona tiene sobrepeso, tomando como base 25,0 mientras este numero sea mayor el riesgo a presentar problemas de salud vinculado a la obesidad aumenta, en este sentido se expone que los rangos de IMC determinan que, es un riesgo para la salud o el estado normal, como se indica a continuación: (59)

- Infrapeso (por debajo del peso): IMC= 18,5
- Saludable:IMC= 18,5 a 24,9
- Sobrepeso (no obesidad): IMC = rango de 25,0 a 29,9
- Obesidad clase 1 (bajo riesgo): IMC= rango de 30 a 34,9
- Obesidad clase 2 (riesgo moderado): IMC= rango de 35 a 39,9
- Obesidad clase 3 (alto riesgo): IMC= rango superior a 40

4.2.8. La Alimentación

La alimentación es la acción en la cual un ser vivo adquiere del exterior ciertas sustancias que le permiten estar nutrido, dichas sustancias están presentes en los alimentos que están a disposición (60). La alimentación saludable es aquella que ayuda a que prevalezca un funcionamiento óptimo de todos los componentes del organismo, y así disminuir los riesgos de padecer ciertas enfermedades, esta debe ser equilibrada, segura y suficiente, asegurando un desarrollo óptimo (61).

Alimentación de prescolares

Los niños de edad preescolar tienen necesidades energéticas bajas, generalmente demuestran poco interés por los alimentos y por ende ingieren menores cantidades debido a que es en esta edad donde se hacen responsables

de su alimentación en el sentido de que pueden comer solos, e incluso los niños de 5 a 6 años pueden ya utilizar el cuchillo (62). En esta etapa es donde se consolidan los hábitos nutricionales, que se adquieren por medio de la imitación de las personas a su alrededor y adquisición de las costumbres alimentarias del hogar (32).

Los requerimientos nutricionales para la edad de preescolar dependen de la edad, actividad física realizada por el infante, y de su sexo (63). El requerimiento energético estimado va desde las 1.100 kcal/día para niñas de 3 años, hasta las 2.000 kcal/día en niños de 6 años (64). En cuanto a proteínas se establece un requerimiento de 0,95 g/Kg peso/día, en calcio de 800 mg/día, de hierro de 10 mg/día, de fósforo 500 mg/día, de zinc 5 mg/día, nutrición que debe ser suplementada con Flúor 1 mg/día, además de la respectiva necesidad de nutrientes y fibra, a esto se suma la recomendación de la ingesta diaria mínima de 400 UI diarias para todas las edades (32).

Alimentación de escolares

Según Peña, Ros, Gonzáles, & Rial en la etapa escolar incrementa la ingesta de alimentos y se da la adopción de comportamientos alimenticios provenientes de otros países, siendo creciente la tendencia a consumir productos poco nutritivos conocidos como “comida chatarra” que se caracterizan por el elevado contenido calórico, de grasas y de azúcares (32). Si bien adoptan hábitos alimenticios de los adultos, estos son influenciados por otros niños.

En cuanto a sus requerimientos de energía estos varían nuevamente dependiendo de la edad, sexo y actividad física realizada, pero se establece un rango de entre 1.400 a 2.500 kcal/día, 0,95 g/Kg peso/día de proteínas, de 800 a 1300 mg/día de calcio, de 10 a 8 mg/día de hierro, 500 a 1250 mg/día de Fósforo, de 5 a 8 mg/día de Zinc, se recomienda la respectiva inclusión de fibra en la dieta y al menos 400 UI de Vitamina D por día (32).

4.2.9. Alimentos procesados

Los alimentos procesados son aquellos que han pasado por una serie de procesos industriales hasta llegar al consumidor, existen diversos tratamientos como son: temperaturas elevadas para eliminar patógenos, uso de aditivos, envasado, entre otras (61). Existen diversos tipos de alimentos procesados: mínimamente procesados, sometidos a algún tipo de tratamiento, con ingredientes añadidos, muy procesados y altamente procesados (65). Entre estos se encuentran las margarinas, los cereales procesados, galletas, sopas instantáneas, caldos concentrados, gaseosas, Nuggets, hamburguesas, salchichas, papas fritas industriales, jamón, barras energéticas, ketchup, pan envasado, azúcar refinada, fruta deshidratada, pescado en conserva, café instantáneo, el yogurt, etc. (66).

Kilocaloría

La kilocaloría es una unidad de energía correspondiente a 1000 calorías, por lo general es utilizada para señalar el contenido energético de alimentos ya sean procesados o naturales (67).

Carbohidratos

Los carbohidratos están formados por carbono, hidrógeno y oxígeno, y están unidos mediante enlaces poliméricos (68). Son clasificados por su grado de polimerización, es decir, mono y disacáridos, oligosacáridos (formados por el enlazamiento de tres a nueve monosacáridos) y polisacáridos (contienen más de diez monosacáridos) (69). Este grupo están presentes en gran cantidad en la naturaleza, por ejemplo, arroz, papas, yuca, trigo, pastas entre otras (70).

Proteínas

Las proteínas son estructuras formadas por aminoácidos y que estos están compuestos por enlaces peptídicos, ya que son moléculas complejas encargadas de funciones decisivas en el organismo (71). Son necesarias para la estructura y regulación de tejidos en el organismo (72). Están clasificadas según el desempeño en el cuerpo: anticuerpo, enzimas, mensajeras, estructurales y de transporte o almacenamiento (73).

Grasas

Son sustancias que cumplen un rol fundamental en el organismo, son una fuente de energía. También forman parte de la estructura de la membrana celular, presentan actividad biológica y regulan una serie de funciones fisiológicas (74).

Vitaminas y minerales

Las vitaminas son sustancias orgánicas, mientras que los minerales son inorgánicos (75). Estos dos grupos ayudan al sistema inmune a presentar un mejor desempeño, estimulan un desarrollo normal, ya que permiten que las células realicen su trabajo de manera adecuada (74). La mejor manera de obtener la mayor cantidad de vitaminas y minerales es consumiendo una gran variedad de alimentos de todo tipo (76).

Alimentos permitidos y prohibidos

Para mantener un estilo de vida saludable es necesario consumir alimentos que ayuden a mejorar el funcionamiento del organismo (77). El Instituto Médico Europeo de la Obesidad dice que “a largo plazo estos alimentos pueden repercutir negativamente en la salud, causando enfermedades como es la diabetes, colesterol alto, problemas cardiovasculares; provocando obesidad,

desnutrición, falta de vitalidad y/o adicción” (78). Los alimentos considerados “prohibidos” son: Bollería industrial, alimentos muy procesados, fritos, embutidos muy grasos, harinas refinadas y alcohol (79).

4.2.10. Actividad física

Actividad física de prescolares

Es en esta etapa donde la actividad física es fundamental para el desarrollo de la motricidad gruesa, por lo que se debe fomentar los juegos en el parque, paseos, bicicleta, natación, etc. (80). Afortunadamente, de forma general los niños de preescolar se sienten atraídos por este tipo de actividades (81).

No obstante, se tiene indicios de que la actividad física en niños de edad preescolar es moderadamente baja, presentándose frecuentemente estilos de vida sedentarios, así mismo se establece que los niños tienen mayores niveles de actividad física de moderada a vigorosa a comparación con las niñas, aunque esto no es suficiente como para obtener beneficios en la salud (82). En esta etapa del desarrollo es altamente recomendable realizar al menos 60 minutos al día de actividad física (4).

Actividad física de los escolares

Los niños en edad escolar presentan un mayor gasto calórico debido a la práctica de deportes que suele ser más común en esta etapa, no obstante, es muy variable (83). Existen niños muy activos que practican incluso más de un deporte, y otros muy sedentarios que invierten su tiempo por ejemplo con la televisión, computador y videojuegos (32). Se debe prestar especial atención a los niños que realizan actividad física puesto que podrían no cumplirse sus requerimientos nutricionales (84).

La actividad física actualmente se ha visto condicionada por los avances tecnológicos actuales, por ende, el sedentarismo se ha vuelto un problema y es uno de los factores influyentes en el estilo de vida de las personas, lo cual reduce el gasto energético e incide en el correcto metabolismo del ser humano (85). Estilos de vida negativos que inciden en la salud de las personas:

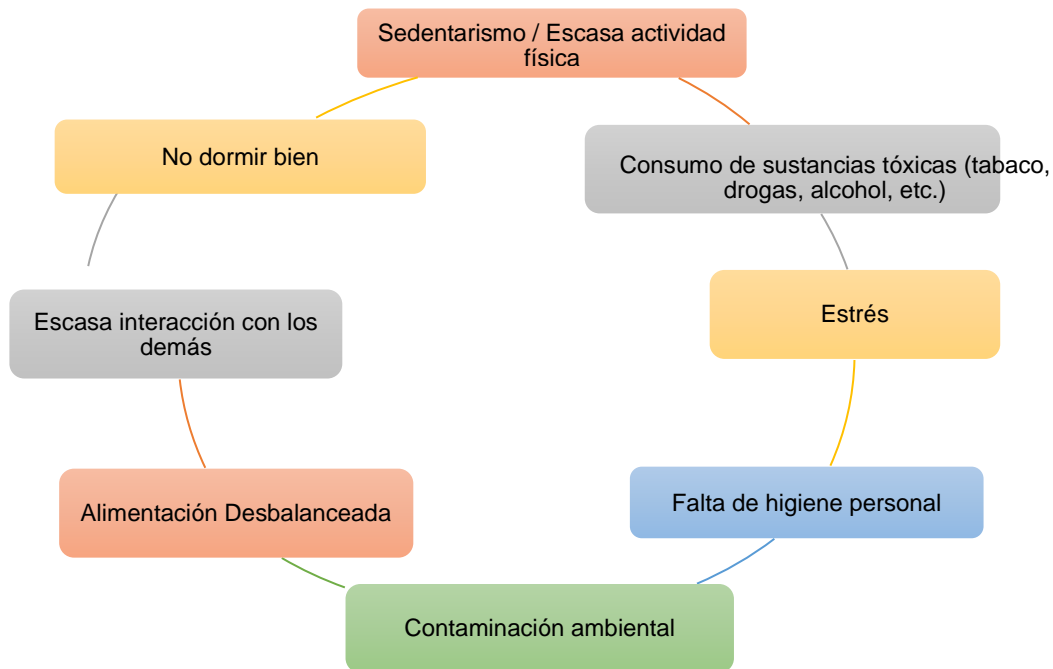


Gráfico 2: Estilos de vida que afectan la salud

Fuente: Wikidoks, Estilos de vida saludable, 2018 (86)

Sistema NOVA

El sistema NOVA clasifica la alimentación y alimentos diferentes según su naturaleza, propósito y grado de procesamiento industrial, en lugar de hacerlo por nutrientes y tipos de alimentos (87).

No se define a un alimento como saludable o no solo porque ha sido “procesado”(88). Cualquier discusión trascendente del procesamiento de alimentos requiere el uso de una terminología específica, con definiciones claras a las que el aplica universalmente, se necesitan varios tipos de tratamiento, beneficiosos o inofensivos (89).

En cambio, se considera perjudiciales tanto para la salud humana como para otros. Una comprensión completa de la importancia del procesamiento de alimentos depende de la clasificación del suministro, y de las muestras. Para la distinción de tipos y usos del proceso, se implementa el sistema NOVA, por medio del cual se estudia los suministros de alimentos y hábitos de diferentes países (87). También hace posible investigar los grupos de alimentos individuales (78).

4.3. MARCO LEGAL

Constitución De La República Del Ecuador

La Constitución de la República del Ecuador estipula en el capítulo II sobre los Derechos del Buen Vivir, Sección primera, Agua y alimentación:

Art.13.- Las personas y colectividades tienen el derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales (90).

La Sección séptima, sobre la Salud menciona que:

Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el Buen Vivir (90).

En el capítulo tercero, sobre la soberanía alimentaria indica que:

Art. 281.- La soberanía alimentaria constituye un objetivo estratégico y una obligación del Estado para garantizar que las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades alcancen la autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiado de forma permanente (90).

Ley Orgánica Del Régimen De La Soberanía Alimentaria

Esta ley tiene como objetivo establecer los mecanismos mediante los cuales el estado cumpla con su obligación y objetivo estratégico de garantizar a las personas, comunidades y pueblos la autosuficiencia de alimentos sanos, nutritivos y culturalmente apropiados de forma permanente (91).

En el Art. 3, literal d) de la Ley mencionada, dispone como obligación del Estado lo siguiente:

“Incentivar el consumo de alimentos sanos, nutritivos de origen agroecológico y orgánico, evitando en lo posible la expansión del monocultivo y la utilización de cultivos agroalimentarios en la producción de biocombustibles, priorizando siempre el consumo alimenticio nacional” (91).

Art. 24 Indica que la sanidad e inocuidad alimentaria tienen por objeto promover una adecuada nutrición y protección de la salud de las personas, y prevenir, eliminar o reducir la incidencia de enfermedades que se puedan causar o agravar por el consumo de alimentos contaminados (91).

5. FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS

El consumo de alimentos procesados influye en los parámetros antropométricos en los escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

6. IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES

Variables dependientes

Parámetros Antropométricos

Variables independientes

Alimentos procesados

6.1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 1. Variable independiente

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Independiente: Alimentos procesados	Se definen como aquellos productos considerados como comestibles pero que sufren algún tipo de alteraciones por la adición o introducción de sustancias como sal, azúcar, aceite, preservantes o algún tipo de aditivo que cambian la naturaleza del alimento original comúnmente para la prolongación de duración o a su vez solidificarla con un sabor más agradable y atractivo	Tipos de alimentos Hábitos de consumo de alimentos procesados	<ul style="list-style-type: none"> • Energéticos • Reguladores • Constructores <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • Independencia • Uso de utensilios • Reglas de comportamiento 	Encuesta
Dependiente: Parámetros antropométricos	Los parámetros antropométricos se consideran como valores de dimensión y composición corporal que permiten la obtención de información con enfoque en riesgos de alguna enfermedad a nivel escolar. Los principales son: peso, talla e índice de masa corporal.	Índice de masa corporal para la ead <hr/> Talla para edad <hr/> Peso para talla	<ul style="list-style-type: none"> • Bajo peso • Normal • Riesgo de obesidad • Obesidad <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • Talla baja severa • Talla baja • Normal • Talla alta <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • Desnutrición severo • Desnutrición moderada • Desnutrición aguda • Normal • Sobrepeso • Obesidad 	Encuesta

Fuente: Elaboración propia.

7. METODOLOGÍA

7.1. JUSTIFICACIÓN DE LA ELECCIÓN DEL DISEÑO METODOLÓGICO

La investigación tiene un diseño no experimental descriptivo, con enfoque cuantitativo de corte transversal, que permitió determinar la relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en los niños de entre 3 a 12 años de edad que acuden a la Escuela Particular San José, de la ciudad de Portoviejo en el año 2022, a través de una encuesta realizada por el autor . La prueba que se utilizará para describir y analizar los datos obtenido es la prueba Chi cuadrado de Pearson, teniendo en cuenta que la toma de datos se realiza solo una vez.

7.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo, el número de la población es de 77 niños con edades entre 3 a 12 años que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión.

7.2.1. Criterios de inclusión

- Niños que acuden a la Escuela Particular San José.
- Entre las edades de 3 a 12 años de edad.
- Consentimiento informado firmado por el representante

7.2.2. Criterios de exclusión

- Niños que no acudan el día de la recolección de datos
- Niños con alguna patología que se encuentre relacionado con el estado nutricional

7.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para analizar las variables de estudio se empleó el método analítico. Como instrumento de recopilación de la información se aplicó un;

- Cuestionario en formato encuesta a los padres/tutores de los niños que corresponden al grupo de estudio. Por medio de la aplicación Google Forms en su herramienta de formularios, se pudo establecer el contacto con los responsables de los niños, de modo que la información obtenida provenga directamente de la fuente.
- Consentimiento informado a los padres de familia para la recolección de datos a los menores de edad,

Por lo mismo se realizó la antropometría utilizando los siguientes instrumentos:

- Peso: por medio de la balanza corporal digital HBF-514, el cual proporciona la información en kilogramos, y permite conocer 7 indicadores corporales como edad corporal, porcentaje de grasa corporal, grasa visceral, etc.
- Talla: se realizará los datos en centímetros, los cuales se realizarán por el tallímetro seca 210.
- Índice de masa corporal : por medio del programa Who Anthro Software el cual proporcionará el puntaje Z con el fin de clasificar acorde al peso/talla; peso/edad; talla/edad.

8. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Tabla 2. Sexo de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Sexo	N	%
Femenino	28	36%
Masculino	49	64%
Total	77	100%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

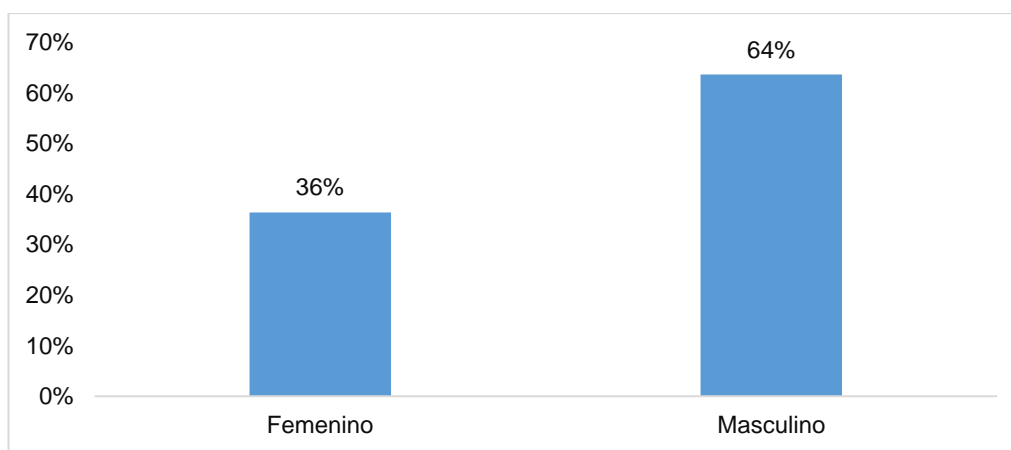


Gráfico 3. Sexo de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 2, se encontró que el 36% de la población corresponde a niñas y el 64% corresponden a niños, lo cual indica que la participación del sexo masculino fue mayor en el estudio.

Tabla 3. Rango de Edad de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Grupo de Edad	N	%
3-5 años	24	31%
6-8 años	35	45%
9-11 años	18	23%
Total	77	100%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

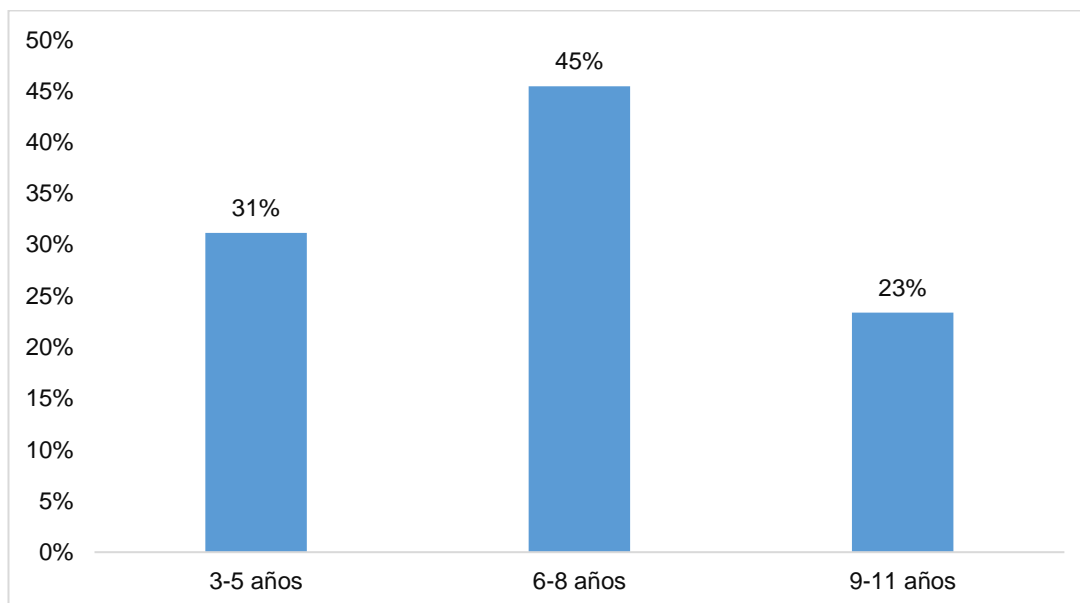


Gráfico 4. Rango de Edad de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 3, se pudo observar que el 45% de los niños y niñas comprendían las edades entre 6 a 8 años, el 31% con un rango entre 3 a 5 años de edad, mientras que el 23% corresponden de 9 a 11 años, evidenciando que los niños con mayor representación era entre los 6 a 8 años.

Tabla 4. Nivel de Escolaridad de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Grado	N	%
Inicial 1	7	9%
Inicial 2	6	8%
1ero año de básica	13	17%
2do año de básica	9	12%
3ero año de básica	13	17%
4to año de básica	11	14%
5to año de básica	7	9%
6to año de básica	4	5%
7mo año de básica	7	9%
Total	77	100%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

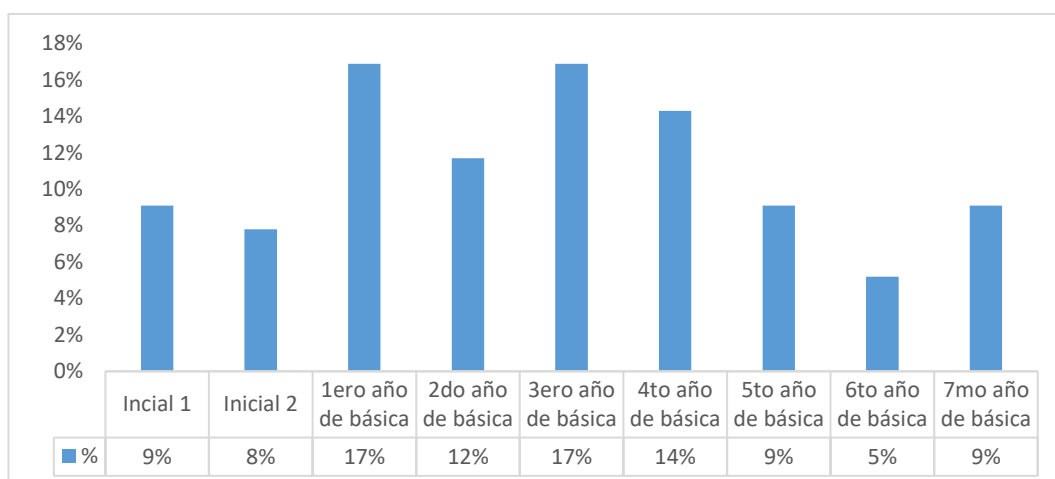


Gráfico 5. Nivel de Escolaridad de los escolares de la Escuela Particular "San José"
Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 4 de acuerdo al nivel de escolaridad de la muestra se refleja que, el 17% corresponden a 1ero y 3ero año de básica, 14% es de 4to año, 12% del 2do año, 9% se identifica al 5to de básica, 9% del 7mo año, 9% son de inicial 1; 8% pertenecen a inicial 2; y 5% del 6to año de básica.

Tabla 5. Datos Antropométricos de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Antropometría	Media
Peso (Kg)	27,31
Talla(cm)	121,01
IMC	17,8

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

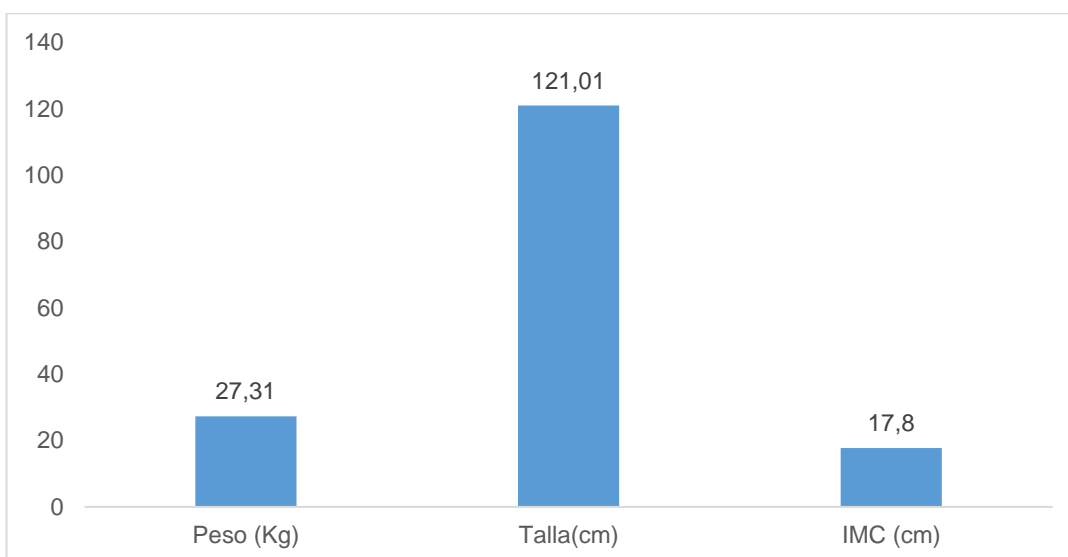


Gráfico 6. Datos Antropométricos de los escolares de la Escuela Particular "San José"
Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 5, se encontró que la media poblacional de Peso fue de 27,31 Kg, para la talla la media es de 121,01 cm, mientras que para el IMC la media fue de 17,8 lo cual al contrastar con los datos emitidos por la OMS, se puede evidenciar una tendencia que se podría catalogar como normal.

Tabla 6. Índice de Masa Corporal para la edad

IMC	N	%
Normal	34	44%
Obesidad	17	22%
Sobrepeso	11	14%
Bajo peso	15	20%
Total	77	100%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

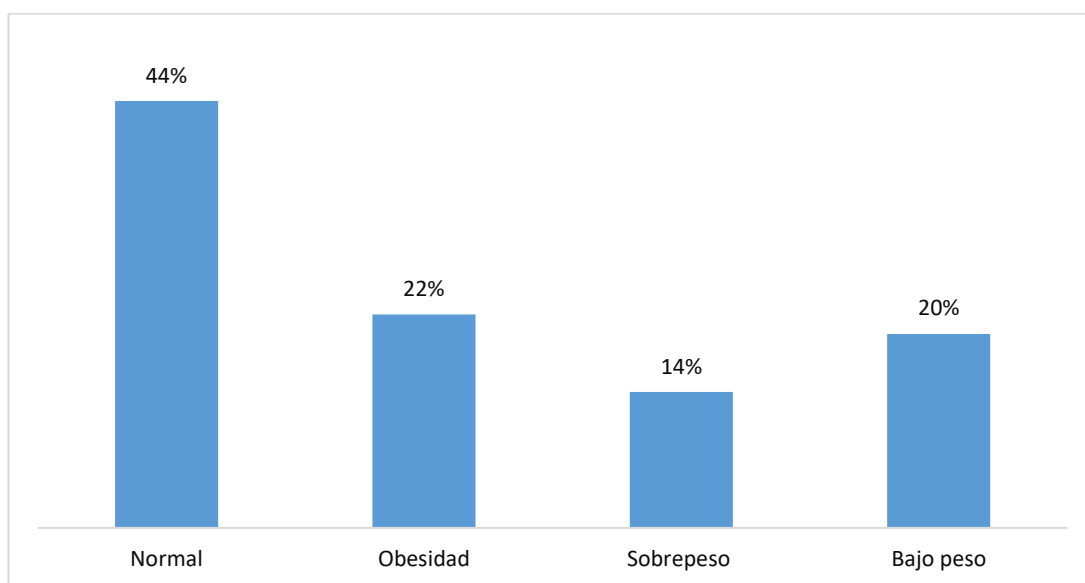


Gráfico 7. Índice de Masa Corporal para la edad

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 6, para determinar el índice de masa corporal, se pudo conocer que el 44% de los participantes disponen de un estado normal, el 22% de los participantes presentan obesidad, el 14% presentan sobrepeso y el 20% de los niños y niñas del grupo de estudio presentan bajo peso.

Tabla 7. Peso para la edad

Peso/edad	N	%
Desnutrición	9	12%
Normal	11	14%
Obesidad	35	45%
Sobrepeso	22	29%
Total	77	100%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

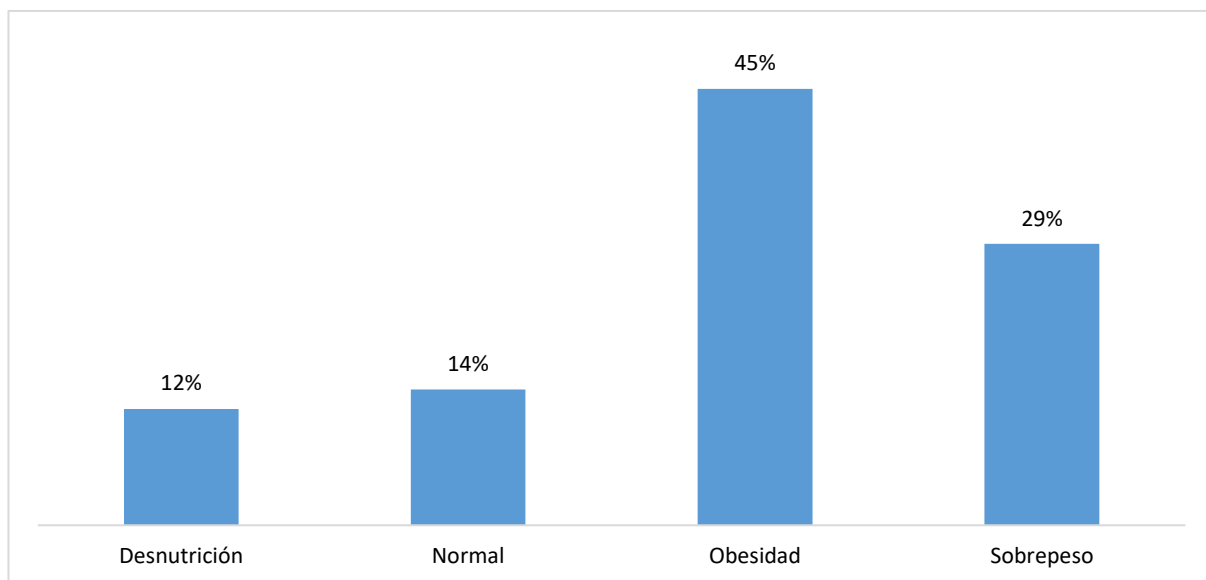


Gráfico 8. Peso para la edad

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis

En la tabla 7 se identificó que el 45% de los infantes tenía sobrepeso, 29% sobrepeso, 14% estado de salud normal, y 12% desnutrición.

Tabla 8. Talla para la edad

Talla/edad	N	%
Talla baja	18	23%
Normal	54	70%
Talla alta	5	7%
Total	7	100%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

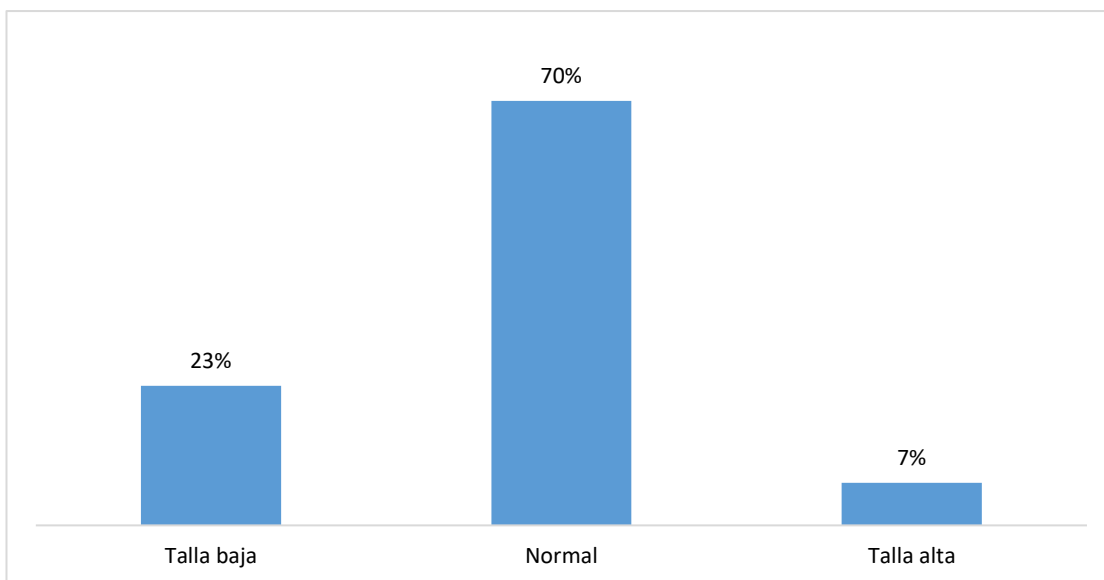


Gráfico 9. Talla para la edad

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis

En la tabla 8 se observó que los estudiantes presentan el 70% tienen una talla normal para la edad, 23% talla baja, y 7% talla alta.

Tabla 9. Ingesta de alimentos procesados de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Nivel Escolar	Alto		Bajo	
	N	%	N	%
Inicial 1	5	6%	2	3%
Inicial 2	4	5%	2	3%
1ero año de básica	7	9%	6	8%
2do año de básica	5	6%	4	5%
3ero año de básica	6	8%	7	9%
4to año de básica	7	9%	4	5%
5to año de básica	4	5%	3	4%
6to año de básica	3	4%	1	1%
7mo año de básica	5	6%	2	3%
Total	46	58%	31	41%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

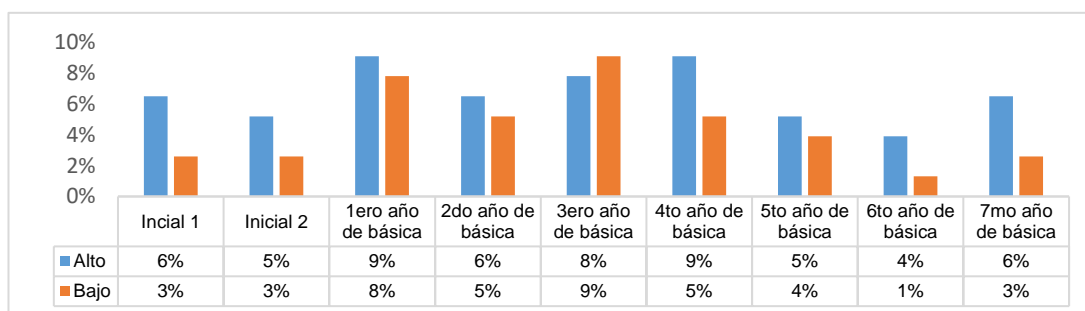


Gráfico 10. Ingesta de alimentos procesados de los escolares de la Escuela Particular "San José"

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 9, sobre la ingesta de alimentos procesados en una escala de consumo alto y bajo, se encontró que, el inicial 1 consume alimentos procesados en un 6% alto, bajo 3%; inicial 2 en un 5% alto; y 3% bajo, en primer año de básica 9% alto, y 8% bajo, segundo año con un 6% alto, y 5% bajo, tercer año 9% bajo y 8% alto; cuarto año con 9% alto y 5% bajo; quinto año 5% alto y 4% bajo; sexto con 4% alto y 1% bajo, y finalmente séptimo con 6% alto y 3% bajo.

Tabla 10. Frecuencia de Consumo por grupo de alimentos recomendado

Alimentos		N	%
Frutas	Recomendado	30	39%
	Bajo	7	9%
	Elevado	40	52%
Verduras	Recomendado	47	61%
	Bajo	24	31%
	Elevado	6	8%
Carne y pollo	Recomendado	21	27%
	Bajo	34	44%
	Elevado	22	29%
Pescado y Mariscos	Recomendado	17	22%
	Bajo	34	44%
	Elevado	26	34%
Lácteos	Recomendado	32	42%
	Bajo	8	10%
	Elevado	37	48%
Pan, tortilla, papas, cereales	Recomendado	27	35%
	Bajo	10	13%
	Elevado	40	52%
Frijoles, garbanzos, lentejas	Recomendado	26	34%
	Bajo	31	40%
	Elevado	20	26%
Alimentos dulces y bollería	Recomendado	36	47%
	Bajo	13	17%
	Elevado	28	36%
Huevo	Recomendado	27	35%
	Bajo	8	10%
	Elevado	42	55%
Almendras, nueces, pistachos, semillas	Recomendado	27	35%
	Bajo	36	47%
	Elevado	14	18%
Alimentatos empacados	Recomendado	10	13%
	Bajo	7	9%
	Elevado	60	78%

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José.

Análisis e interpretación:

En la tabla 10, sobre la frecuencia de consumo de alimentos por grupo, las frutas tienen una ingesta elevada del 52%, 39% recomendado, 9% bajo, en el grupo de verduras, se observa que es un 61% consume lo recomendable, 31% bajo, y 8% elevado, en el grupo de carne y pollo el 44% tenía una ingesta baja, 29% elevado, y 27% recomendado, el grupo de pescado y mariscos mencionan que, el 44% bajo, 34% elevado, y 22% recomendado. Para el grupo de lácteos es 48% elevado, recomendado 42%, y bajo 10%, en el grupo

de pan, tortillas y cereales un 52% es elevado, en un 35% recomendado, y 13% bajo, el grupo de granos menciona que el consumo es en un 40% bajo, el 34% recomendado, y 26% elevado, al grupo de alimentos dulces y bollería mencionan que el 47% es recomendado, 36% es elevado y el 17% bajo. Del grupo de huevo, se encontró que un 55% se considera que es elevado, el 35% en recomendado y el 10% de bajo, del grupo de almendras y nueces se considera que el consumo es 47% bajo, 35% recomendado, y 18% elevado. Finalmente en el grupo de alimentos empacados se detectó que el 78% de los niños tienen un consumo elevado, 13% recomendado, y 9% bajo.

Tabla 11. Prueba de Chi Cuadrado de Pearson en relación al grupo de alimentos e índice de masa corporal para la edad

Grupo de Alimentos		Bajo peso		Normal		Sobrepeso		Obesidad		Totales		Valor -P*
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Frutas	Bajo	2	3%	7	9%	0	0%	1	1%	10	13%	0,00
	Elevado	7	9%	8	10%	6	8%	16	21%	37	48%	
	Recomendado	6	8%	19	25%	5	6%	0	0%	30	39%	
Verduras	Bajo	3	4%	6	8%	4	5%	11	14%	24	31%	0,01
	Elevado	0	0%	1	1%	2	3%	3	4%	6	8%	
	Recomendado	12	16%	27	35%	5	6%	3	4%	47	61%	
Carnes y pollo	Bajo	8	10%	19	25%	1	1%	6	8%	34	44%	0,00
	Elevado	3	4%	3	4%	5	6%	11	14%	22	29%	
	Recomendado	4	5%	12	16%	5	6%	0	0%	21	27%	
Pescados y mariscos	Bajo	10	13%	18	23%	1	1%	5	6%	34	44%	0,00
	Elevado	3	4%	5	6%	6	8%	12	16%	26	34%	
	Recomendado	2	3%	11	14%	4	5%	0	0%	17	22%	
Lácteos	Bajo	2	3%	5	6%	0	0%	1	1%	8	10%	0,00
	Elevado	7	9%	8	10%	6	8%	16	21%	37	48%	
	Recomendado	6	8%	21	27%	5	6%	0	0%	32	42%	
Pan, tortilla, papas, cereales	Bajo	2	3%	7	9%	0	0%	1	1%	10	13%	0,02*
	Elevado	8	10%	10	13%	6	8%	16	21%	40	52%	
	Recomendado	5	6%	17	22%	5	6%	0	0%	27	35%	
Frijoles, garbanzos, lentejas	Bajo	2	3%	7	9%	0	0%	1	1%	10	13%	0,02
	Elevado	8	10%	10	13%	6	8%	16	21%	40	52%	
	Recomendado	5	6%	17	22%	5	6%	0	0%	27	35%	
Dulces y bollería	Bajo	4	5%	5	6%	0	0%	5	6%	14	18%	0,00*
	Elevado	4	5%	5	6%	6	8%	12	16%	27	35%	
	Recomendado	7	9%	24	31%	5	6%	0	0%	36	47%	
Huevo	Bajo	1	1%	7	9%	0	0%	0	0%	8	10%	0,00
	Elevado	9	12%	10	13%	6	8%	17	22%	42	55%	

	Recomendado	5	6%	17	22%	5	6%	0	0%	27	35%	
Almendras, nueces, pistachos, semillas	Bajo	9	12%	16	21%	2	3%	9	12%	36	47%	0,00
	Elevado	0	0%	2	3%	4	5%	8	10%	14	18%	
	Recomendado	6	8%	16	21%	5	6%	0	0%	27	35%	
Alimentos empacados	Bajo	1	1%	3	4%	3	4%	0	0%	7	9%	0,038
	Elevado	1	17%	2	30%	7	9%	17	22%	60	78%	
	Recomendado	1	1%	8	10%	1	1%	0	0%	10	13%	

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Al relacionar el índice de masa corporal y la frecuencia de consumo de alimentos, se pudo determinar que existe correlación significativa, ya que el valor de p es menor a 0.05 entre los siguientes grupos de alimentos: frutas, verduras, carnes y pollo; pescado y mariscos; lácteos, pan, tortilla, papa y cereales; frijoles, garbanzo y lenteja; dulces y bollería, huevos; almendras, nueces, pistachos, alimentos empacados.

Tabla 12. Prueba de Chi Cuadrado de Pearson en relación al grupo de alimentos y peso para edad

Grupo de Alimentos		Desnutrición		Normal		Sobrepeso		Obesidad		Totales		Valor-P*
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Frutas	Bajo	1	1%	4	5%	1	1%	4	5%	10	13%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	5	6%	32	42%	37	48%	
	Recomendado	6	8%	7	9%	16	21%	0	0%	30	39%	
Verduras	Bajo	0	0%	0	0%	2	3%	22	29%	24	31%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	3	4%	3	4%	6	8%	
	Recomendado	8	10%	11	14%	17	22%	11	14%	47	61%	
Carnes y pollo	Bajo	2	3%	5	6%	10	13%	17	22%	34	44%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	3	4%	19	25%	22	29%	
	Recomendado	6	8%	6	8%	9	12%	0	0%	21	27%	
Pescados y mariscos	Bajo	4	5%	5	6%	10	13%	15	19%	34	44%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	5	6%	21	27%	26	34%	
	Recomendado	4	5%	6	8%	7	9%	0	0%	17	22%	
Lácteos	Bajo	1	1%	3	4%	0	0%	4	5%	8	10%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	5	6%	32	42%	37	48%	
	Recomendado	7	9%	8	10%	17	22%	0	0%	32	42%	
Pan, tortilla, papas, cereales	Bajo	2	3%	4	5%	3	4%	1	1%	10	13%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	5	6%	35	45%	40	52%	
	Recomendado	6	8%	7	9%	14	18%	0	0%	27	35%	
Frijoles, garbanzos, lentejas	Bajo	2	3%	4	5%	3	4%	1	1%	10	13%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	5	6%	35	45%	40	52%	
	Recomendado	6	8%	7	9%	14	18%	0	0%	27	35%	
Dulces y bollería	Bajo	0	0%	0	0%	0	0%	14	18%	14	18%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	5	6%	22	29%	27	35%	
	Recomendado	8	10%	11	14%	17	22%	0	0%	36	47%	
Huevo	Bajo	1	1%	4	5%	3	4%	0	0%	8	10%	0,00

	Elevado	1	1%	0	0%	5	6%	36	47%	42	55%	
	Recomendado	6	8%	7	9%	14	18%	0	0%	27	35%	
Almendras, nueces, pistachos, semillas	Bajo	2	3%	4	5%	6	8%	24	31%	36	47%	0,00
	Elevado	0	0%	0	0%	3	4%	11	14%	14	18%	
	Recomendado	6	8%	7	9%	13	17%	1	1%	27	35%	
Alimentos empacados	Bajo	1	1%	1	1%	5	6%	0	0%	7	9%	0,00
	Elevado	4	5%	5	6%	15	19%	36	47%	60	78%	
	Recomendado	8	10%	5	6%	2	3%	0	0%	10	13%	

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Al relacionar el peso para la edad y la frecuencia de consumo de alimentos, se pudo determinar que existe correlación significativa, ya que el valor de p es menor a 0.05 entre los siguientes grupos de alimentos: frutas, verduras, carnes y pollo; pescado y mariscos; lácteos, pan, tortilla, papa y cereales; frijoles, garbanzo y lenteja; dulces y bollería, huevos; almendras, nueces, pistachos, alimentos empacados.

Tabla 13. Prueba de Chi Cuadrado de Pearson en relación al grupo de alimentos y talla para la edad

Grupo de Alimentos		Talla baja		Normal		Talla alta		Totales		Valor-P*
		N	%	N	%	N	%	N	%	
Frutas	Bajo	2	3%	8	10%	0	0%	10	13%	0,016
	Elevado	4	5%	28	36%	5	6%	37	48%	
	Recomendado	12	16%	18	23%	0	0%	30	39%	
Verduras	Bajo	0	0%	22	29%	2	3%	24	31%	0,00
	Elevado	1	1%	2	3%	3	4%	6	8%	
	Recomendado	17	22%	30	39%	0	0%	45	58%	
Carnes y pollo	Bajo	6	8%	28	36%	0	0%	34	44%	0,00
	Elevado	1	1%	16	21%	5	6%	22	29%	
	Recomendado	11	14%	10	13%	0	0%	21	27%	
Pescados y mariscos	Bajo	9	12%	25	32%	0	0%	34	44%	0,001
	Elevado	1	1%	20	26%	5	6%	26	34%	
	Recomendado	8	10%	9	12%	0	0%	17	22%	
Lácteos	Bajo	2	3%	6	8%	0	0%	8	10%	0,025
	Elevado	4	5%	28	36%	5	6%	37	48%	
	Recomendado	12	16%	20	26%	0	0%	32	42%	
Pan, tortilla, papas, cereales	Bajo	2	3%	8	10%	0	0%	10	13%	0,028
	Elevado	5	6%	30	39%	5	6%	40	52%	
	Recomendado	11	14%	16	21%	0	0%	27	35%	
Frijoles, garbanzos, lentejas	Bajo	2	3%	8	10%	0	0%	10	13%	0,028
	Elevado	5	6%	30	39%	5	6%	40	52%	
	Recomendado	11	14%	16	21%	0	0%	27	35%	
Dulces y bollería	Bajo	4	5%	10	13%	0	0%	14	18%	0,002
	Elevado	1	1%	21	27%	5	6%	27	35%	
	Recomendado	13	17%	23	30%	0	0%	36	47%	
Huevo	Bajo	1	1%	7	9%	0	0%	8	10%	0,034
	Elevado	6	8%	31	40%	5	6%	42	55%	
	Recomendado	11	14%	16	21%	0	0%	27	35%	
Almendras, nueces, pistachos, semillas	Bajo	6	8%	30	39%	0	0%	36	47%	0,000
	Elevado	1	1%	8	10%	5	6%	14	18%	
	Recomendado	11	14%	16	21%	0	0%	27	35%	
Alimentos empacados	Bajo	4	5%	3	4%	0	0%	7	9%	0,082
	Elevado	10	13%	45	58%	5	6%	60	78%	
	Recomendado	4	5%	6	8%	0	0%	10	13%	

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Al relacionar el peso para la edad y la frecuencia de consumo de alimentos, se pudo determinar que existe correlación significativa, ya que el valor de p es menor a 0.05 entre los siguientes grupos de alimentos: frutas, verduras,

carnes y pollo; pescado y mariscos; lácteos, pan, tortilla, papa y cereales; frijoles, garbanzo y lenteja; dulces y bollería, huevos; almendras, nueces, pistachos. Por otro lado se detecta que, no existe relacion con los alimentos empacados ya que su puntuacion es de 0,082.

9. CONCLUSIONES

- En función de la información descrita se puede concluir en que, al establecer la relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos IMC/edad, y peso para la edad existe relación con la frecuencia de consumo de alimentos tales como: frutas, verduras, carnes y pollo; pescado y mariscos; lácteos, pan, tortilla, papa y cereales; frijoles, garbanzo y lenteja; dulces y bollería, huevos; almendras, nueces, pistachos, y alimentos empacados. Por otro lado, de acuerdo a la talla para la edad no existe relación con los alimentos empacados, pero si con los alimentos antes mencionados (frutas, verduras, carnes y pollo; pescado y mariscos; lácteos, pan, tortilla, papa y cereales; frijoles, garbanzo y lenteja; dulces y bollería, huevos; almendras, nueces, pistachos).
- En la frecuencia de consumo de alimentos procesados en los escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo, se pudo determinar que los niños consumen en un 54% 1 a 2 veces por semana alimentos procesados; 46% una vez cada 15 días.
- Para determinar los datos antropométricos mediante indicadores de los escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo, se pudo observar que la media poblacional de Peso fue de 27,31 Kg, para la talla la media es de 121,01 cm, mientras que para el IMC la media fue de 17,8.
- En los datos antropométricos encontrados se detectó que los niños tienen un estado nutricional normal en un 77% de acuerdo a la talla normal, 7% alta, y 24% baja. Por otro lado, en el peso para la edad el 45% presentaba obesidad, 29% sobrepeso, 12% desnutrición, y en IMC/Edad el 44% normal, 22% obesidad, 14% sobrepeso, y 15% bajo peso.

10. RECOMENDACIONES

- Como recomendación se establece que la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo debe generar políticas que ayuden a la prevención de problemas como la obesidad y el sobrepeso mediante planes de interacción con los padres con programas de concientización para mejorar la alimentación de las familias.
- De igual forma se recomienda que se ejecuten más estudios de este tipo dentro de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo para poder identificar datos relevantes que ayuden a la prevención de problemas o afectaciones mayores en edades tempranas causa de la mala alimentación.
- Por otro lado, es importante que se ejecuten más programas de control para niños dentro de las unidades educativas para poder establecer una tendencia de consumo de alimentos saludables que permitan desarrollar una sociedad amigable al cuidado personal y por la alimentación saludable.
- Asimismo, se recomienda a la Universidad seguir apoyando a estas líneas de investigación ya que con esto se busca mejorar la calidad de vida de los participantes tanto a niños, padres, docentes y demás personas ya que todos tenemos derecho a una vida sana y seguridad alimentaria.

BIBLIOGRAFÍA

1. San Mauro I. Influencia de hábitos saludables en el estado ponderal de niños y adolescentes en edad escolar. *Nutr Hosp.* 1 de mayo de 2015;31(5):1996-2005.
2. Pizzo ME. El desarrollo de los niños en edad escolar [Internet]. 2016 [citado 9 de septiembre de 2022]. Disponible en: https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/053_ninez1/material/descargas/el_desarrollo_de_los_ninos_en_edad_escolar.pdf
3. Macías M AI, Gordillo S LG, Camacho R EJ. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Rev Chil Nutr.* septiembre de 2012;39(3):40-3.
4. (Unicef, Fondo de las Naciones Unidas para la infancia). Estado Mundial de la infancia 2019. Niños, alimentos y nutrición. 2019;258.
5. Martorell Pallás M del C, González Barrón R, Rasal P, Estellés R. Convivencia e inteligencia emocional en niños en edad escolar. *Eur J Educ Psychol.* 2009;2(1):69-78.
6. (Unicef, Fondo de las Naciones Unidas para la infancia). La mala alimentación perjudica la salud de los niños en todo el mundo, advierte UNICEF [Internet]. 2019 [citado 9 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/la-mala-alimentaci%C3%B3n-perjudica-la-salud-de-los-ni%C3%B1os-en-todo-el-mundo-advierte>
7. (OMS, Organización Mundial de la Salud), (OPS, Organización Panamericana de la salud). La OMS revela las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019 - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. 2020 [citado 9 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/9->

12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019

8. Villón Rodríguez NA. Impacto del factor nutricional en la calidad de desempeño escolar. Programa de nutrición dirigido a estudiantes [Internet]. [Guayaquil]: Universidad de Guayaquil; 2022. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/62401/1/BFILO-PD-LP1-22-03%20VILL%c3%93N%20RODRIGUEZ.pdf>
9. (Unicef, Fondo de las Naciones Unidas para la infancia). Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura: Vuelve a crecer el hambre en el mundo, impulsada por los conflictos y el cambio climático, según un nuevo informe de la ONU | FAO en Ecuador | Food and Agriculture Organization of the United Nations [Internet]. 2020 [citado 9 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.fao.org/ecuador/noticias/detail-events/en/c/1039109/>
10. Arévalo H, Triana MU, Santacruz JC. Impacto del aislamiento preventivo obligatorio en la actividad física diaria y en el peso de los niños en Colombia durante la pandemia por SARS-CoV-2. Rev Colomb Cardiol. diciembre de 2020;27(6):589-96.
11. (OMS, Organización Mundial de la Salud), (OPS, Organización Panamericana de la salud). La OMS revela las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019 - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. 2020 [citado 9 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/9-12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019>
12. (OMS, Organización Mundial de la Salud), (OPS, Organización Panamericana de la salud). La OMS insta a los gobiernos a fomentar la alimentación saludable en los establecimientos públicos [Internet]. 21d. C. [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>

13. (FAO, Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación), (FIDA, Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola), (OPS, Organización Panamericana de la salud), (WFP, Programa Mundial de Alimentos), (Unicef, Fondo de las Naciones Unidas para la infancia). América Latina y el Caribe - Panorama regional de la seguridad alimentaria y nutricional 2021 [Internet]. Santiago de Chile: FAO, FIDA, OPS, WFP y UNICEF; 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://www.fao.org/documents/card/es/c/cb7497es>
14. Investigación RS. Alimentos ultraprocesados y sus efectos nocivos. Artículo monográfico. [Internet]. ▷ RSI - Revista Sanitaria de Investigación. 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/alimentos-ultraprocesados-y-sus-efectos-nocivos-articulo-monografico/>
15. (MSP, Ministerio de Salud Pública). Reglamento de etiquetado de alimentos procesados para consumo humano [Internet]. 2014 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.controlsanitario.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/12/Reglamento-de-Etiquetado-de-Alimentos-procesados-para-consumo-humano.pdf>
16. (SEPEAP, Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria). La etapa preescolar en los niños - SEPEAP [Internet]. 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://sepeap.org/etapa-preescolar-en-los-ninos/>, <https://sepeap.org/etapa-preescolar-en-los-ninos/>
17. Del Aguila Villar C. Obesidad en el niño: factores de riesgo y estrategias para su prevención en Perú. Rev Peru Med Exp Salud Publica. enero de 2017;34(1):113-8.
18. (OMS, Organización Mundial de la Salud). Tenfold increase in childhood and adolescent obesity in four decades: new study by Imperial College London and WHO [Internet]. 2017 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/news/item/11-10-2017-tenfold->

increase-in-childhood-and-adolescent-obesity-in-four-decades-new-study-by-imperial-college-london-and-who

19. (OMS, Organización Mundial de la Salud). Vuelve a crecer el hambre en el mundo, impulsada por los conflictos y el cambio climático, según un nuevo informe de la ONU [Internet]. 2017 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/15-09-2017-world-hunger-again-on-the-rise-driven-by-conflict-and-climate-change-new-un-report-says>
20. Chacín M, Carrillo S, Rodríguez JE, Salazar J, Rojas J, Añez R, et al. Obesidad Infantil: Un problema de pequeños que se está volviendo grande. *Rev Latinoam Hipertens*. 2019;14(5):616-23.
21. (OPS, Organización Panamericana de la Salud). Indicadores básicos [Internet]. PAHO/EIH Open Data. 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://opendata.paho.org/es/indicadores-basicos>
22. Montoya Arenas DA, Giraldo Vásquez N, Arango Díaz L, Forgiarini Rupp R, García Cardona AA. Características cognitivas, emocionales y conductuales de niños preescolares del programa buen comienzo en el noroccidente de Medellín. *Agora USB*. 18 de julio de 2014;14(2):637.
23. Marchan Silva B, Mendoza Huansi D. Relación del consumo de alimentos ultraprocesados con el estado nutricional y riesgo cardiovascular en los alumnos de la Institución Educativa Secundaria «República del Perú», Tumbes 2020 [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional de Tumbes; 2020. Disponible en: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2229/TESIS%20-%20MENDOZA%20Y%20MARCHAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
24. Barrios Tao H. Neurociencias, educación y entorno sociocultural. *Educ Educ*. septiembre de 2016;19(3):395-415.
25. Andrade Higo, Condo Sánchez AS. La adaptación escolar y el Desarrollo Psicosocial de los niños de 4 a 5 años de edad, jornada vespertina de la

- Unidad Educativa “Juan Montalvo”, [Internet]. Universidad Técnica de Ambato; 2016 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/23703>
26. Villares JMM, Segovia MJG. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatr Integral*. 2015;XIX(4):10.
 27. Muslera M. Educación emocional en niños de 3 a 6 años [Internet]. [Uruguay]: Universidad de la República; 2016 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/7816>
 28. Barreno Salinas Z, Macías Alvarado J. Estimulación temprana para potenciar la inteligencia psicomotriz: importancia y relación / Importance and relationship in early stimulation to enhance psychomotor intelligence in infants. *Cienc UNEMI*. 5 de noviembre de 2015;8(15):110-8.
 29. Cadena Vera MN, Peñafiel Barzola MC. La sobreprotección familiar en el desarrollo de la autonomía en niños de 3-4 años en el Centro de Educación Inicial Jardineritos período lectivo 2019-2020 [Internet]. [Guayaquil]: Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil; 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/3936>
 30. (Instituto Superior Tecnológico «Eugenio Espejo»). Rendición de cuentas [Internet]. 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://docplayer.es/210154452-Instituto-superior-tecnologico-eugenio-espejo-rendicion-de-cuentas-forjamos-la-mejor-educacion-superior.html>
 31. Peña Quintana L, Ros Mar L, González Santana D, Rial González R. Alimentación del preescolar y escolar [Internet]. *Protocolos diagnóstico-terapéuticos de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica SEGHNPAEP / Asociación Española de Pediatría; Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica*, p. 297-305. Ergon Verlag; 2010 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://accedacris.ulpgc.es/jspui/handle/10553/108140>

32. Guardamino Herrera M. Desarrollo de la autonomía de los niños y niñas de la I.E.I. N° 270 Independencia [Internet]. [Perú]: Universidad San Ignacio de Loyola; 2018 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/6433>
33. Carbonell Ventura T, Antoñanzas Laborda JL, Lope Álvarez Á. La educación física y las relaciones sociales en educación primaria. *Int J Dev Educ Psychol.* 2018;2(Esp.1):269-82.
34. Robles Abad LY. Conducta de juego en desarrollo motriz en niños preescolares [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional de Tumbes; 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/1993>
35. Salas Cañón MA. Interacción social entre pares y alteridad: un estudio en el patio de recreo con niños y niñas del nivel de transición [Internet]. [Bogotá]: Universidad Pedagógica Nacional; 2018 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/9670>
36. González Moreno CX, Solovieva Y. Impacto del juego de roles sociales en la formación de la función simbólica en preescolares. *Rev Psicol Univ Antioquia.* 30 de diciembre de 2016;8(2):49-70.
37. Morales Giménez J. Cinesofía en el aula. Enseñar a pensar a través del cine [Internet]. [Madrid]: Universidad Autónoma De Madrid; 2022 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uam.es/handle/10486/700943>
38. Laureano Navarrete GD. Prácticas de crianza de los padres de preescolares que asisten al control de crecimiento y desarrollo del centro de salud nueva esperanza, Villa María del Triunfo, Lima – 2014 [Internet]. [Perú]: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2015 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/4061>

39. Vásquez S, Takaesu D. Esquemas desadaptativos tempranos y bienestar psicológico en pacientes que acuden a consulta externa en una Institución Prestadora de Servicios de Salud – IPRESS, Lima, 2020. Apunt Univ. 23 de enero de 2021;11:96-114.
40. Villaseñor M. El ABCD de la Evaluación del Estado Nutricional (1a ed. 2010) [Internet]. 1era ed. 2010 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: https://www.academia.edu/38614519/El_ABCD_de_la_Evaluaci%C3%B3n_del_Estado_Nutricional_1a_ed_2010_
41. Trujillo Díaz DF. Convivencia escolar y valores en estudiantes de grado octavo y noveno de la Institución Educativa Policarpa Salavarrieta Del Municipio De Quimbaya (QUINDÍO). [Internet]. Universidad Privada Norbert Wiener; 2018 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/1730>
42. (UNSA, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa). Publicación del Informe de Rendición de Cuentas por Periodo Anual 2021 [Internet]. 2022 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://transparencia.unsa.edu.pe/bitstream/handle/123456789/854/Oficio-0477-2022-DIGA.pdf>
43. (OMS, Organización Mundial de la Salud). Manual de crecimiento y desarrollo del niño [Internet]. 2ed ed. Estados Unidos: OPS (Organización Panamericana de la Salud); 1994. Disponible en: <https://epifesz.files.wordpress.com/2016/08/5manual-de-crecimiento-y-desarrollo-del-ninio1.pdf>
44. Ildeliza Sierra Torrescano MDL. Estimación de la talla; adaptando la técnica de medición altura talón-rodilla con regla y escuadra. Enferm Univ [Internet]. 16 de abril de 2018 [citado 10 de septiembre de 2022];6(3). Disponible en: <http://revista-enfermeria.unam.mx:80/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/331>

45. Chiliquina Jaramillo MP, Vallejos Orbe HM. Contabilidad de costos; sistema de costos; órdenes de producción; mano de obra; gastos generales de fabricación [Internet]. 2017 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/7077>
46. León Espín M de L. Valoración del estado dietético y antropométrico en niños preescolares del sector rural en San Isidro - Manabí 2021. [Internet]. [Guayaquil]: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil; 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/16923>
47. Ochoa-Díaz-López H, García-Parra E, Flores-Guillén E, García-Miranda R, Solís-Hernández R. Evaluación del estado nutricional en menores de 5 años: concordancia entre índices antropométricos en población indígena de Chiapas (México). *Nutr Hosp.* agosto de 2017;34(4):820-6.
48. Chiliquina Jaramillo MP, Vallejos Orbe HM. Colombian reference growth curves for height, weight, body mass index and head circumference. *Acta Paediatr Oslo Nor* 1992. marzo de 2016;105(3):e116-125.
49. Machado J. Sobrepeso y obesidad matarán a 13.000 ecuatorianos más hasta 2030 [Internet]. *Primicias*. 2019 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/sobrepeso-obesidad-muerte-alimentos/>
50. Pentón ASM, Pérez NP, Concepción OLV, Ferrer YG, Romero LO, Sardiñas SV. Ritmo del brote de distintos grupos dentarios en la dentición permanente según peso y talla. *Medicentro*. 2019;23(3):210-24.
51. Paucar Valdivieso EA, Mantilla Cisneros LA, Madera Cabezas CM. Propuesta de investigación para el análisis del estado nutricional y composición corporal en niños de 8 a 11 años, del Club Independiente del Valle, en Sangolquí, Quito - Ecuador [Internet]. [Quito]: Universidad San Francisco de Quito; 2022 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/11704>

52. Cañizález PCT, Beltrán JKC. Tecnología educativa y su papel en el logro de los fines de la educación. *Educere*. 2017;21(68):11.
53. Fernández Alba JJ, Paublete Herrera M del C, González Macías M del C, Carral San Laureano F, Carnicer Fuentes C, Vilar Sánchez Á, et al. Sobrepeso y obesidad maternos como factores de riesgo independientes para que el parto finalice en cesárea. *Nutr Hosp*. diciembre de 2016;33(6):1324-9.
54. (MSPS, Ministerio de Salud y Protección Social). Peso saludable [Internet]. 2022 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Peso-saludable.aspx>
55. Fernández J. ¿Cuál es su peso saludable? [Internet]. Resource | Baptist Health South Florida. 2015 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://baptisthealth.net/baptist-health-news/es/cual-es-su-peso-saludable/>
56. Rodríguez Perón JM, Mora González SR, Acosta Cabrera EB, Menéndez López JR. Índice de masa corporal como indicador en la estratificación del riesgo aterogénico para la vigilancia en salud. *Rev Cuba Med Mil*. marzo de 2004;33(1):0-0.
57. Definición e información sobre el sobrepeso y la obesidad en los adultos [Internet]. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/control-de-peso/informacion-sobre-sobrepeso-obesidad-adultos/definicion-hechos>
58. Santillán Gonzales PI, Simeón Zacarías AJ. Relación entre el estado nutricional según índice de masa corporal para la edad (IMC/E) y el cronotipo en los niños y niñas del nivel primario de la I.E.P Pitágoras de la Provincia de Jauja - 2017. *Univ Peru Los Andes* [Internet]. 29 de diciembre de 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]; Disponible en: <http://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1948>

59. Muñoz Sánchez AR. Admin. alimentos y tratamiento a personas dependientes en el... UF0120 [Internet]. 2da ed. 2019 [citado 10 de septiembre de 2022]. 368 p. Disponible en: <https://www.iceditorial.com/atencion-sociosanitaria-a-personas-en-el-domicilio-sscs0108/8530-administracion-de-alimentos-y-tratamientos-a-personas-dependientes-en-el-domicilio-uf0120-2-ed-9788491985334.html>
60. J B, M M, Baladia E, M M, R P, Ferrando C, et al. Postura del GREP-AEDN: Definición y características de una alimentación saludable. 2013.
61. Williams MH. Nutrición para la salud la condición física y el deporte [Internet]. Editorial Paidotribo; 2002. 528 p. Disponible en: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8rSpvU2FISMC&oi=fnd&pg=PA8&dq=La+alimentaci%C3%B3n+saludable+es+aquella+que+ayuda+a+que+prevalezca+un+funcionamiento+%C3%B3ptimo+de+todos+los+componentes+del+organismo,+y+as%C3%AD+disminuir+los+riesgos+de+padecer+ciertas+enfermedades,+esta+debe+ser+equilibrada,+segura+y+suficiente,+asegurando+un+d&ots=Cc66aNrkk8&sig=kjWrlI0Q6C-x5sP_dP8Zj_8FILU#v=onepage&q&f=false
62. Pérez MF. Evaluación del aporte nutricional en pandemia COVID-19 del menú escolar en función al requerimiento nutricional en niños entre 9 a 11 años de la Esc. N°14 Coronel Antonio Navarro, Concordia, Entre Ríos: 2021 [Internet] [Thesis]. Universidad de Concepción del Uruguay -- SC; 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.ucu.edu.ar/xmlui/handle/522/499>
63. Hidalgo M, Guemes. Nutrición del preescolar, escolar y adolescente [Internet]. 2012 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://cdn.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2012/03/Pediatria-Integral-XV-4.pdf#page=52>
64. (HLPE, informe). Las pérdidas y el desperdicio de alimentos en el contexto de sistemas alimentarios. 2014;133.

65. Busquets G, Bach A. ¿Qué son los alimentos procesados? [Internet]. Farmaceuticonline. 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.farmaceuticonline.com/es/que-son-los-alimentos-procesados/>
66. COSNAUTAS. Diccionario médico online | El diccionario médico de Fernando Navarro. [Internet]. 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.cosnautas.com/es/catalogo/diccionario-medico-librorojo>
67. OpenStax College. Carbohidratos (artículo) [Internet]. Khan Academy. 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://es.khanacademy.org/science/ap-biology/chemistry-of-life/properties-structure-and-function-of-biological-macromolecules/a/carbohydrates>
68. Seymour RB, Carraher CE. Introducción a la química de los polímeros. Reverte; 1995. 748 p.
69. Delbianco M, Bharate P, Varela-Aramburu S, Seeberger PH. Carbohydrates in Supramolecular Chemistry. Chem Rev. 24 de febrero de 2016;116(4):1693-752.
70. Qi Z, Bharate P, Lai CH, Ziem B, Böttcher C, Schulz A, et al. Multivalency at Interfaces: Supramolecular Carbohydrate-Functionalized Graphene Derivatives for Bacterial Capture, Release, and Disinfection. Nano Lett. 9 de septiembre de 2015;15(9):6051-7.
71. Luque Guillén, Victoria. Estructura y propiedades de las proteínas [Internet]. 2015 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: https://www.uv.es/tunon/pdf_doc/proteinas_09.pdf
72. (Medline Plus). ¿Qué son las proteínas y qué es lo que hacen?: MedlinePlus Genetics [Internet]. 21d. C. [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/genetica/entender/comofuncionangenes/proteina/>

73. Mckee T, Mckee J. Bioquímica. Las bases moleculares de la vida [Internet]. 7ma ed. Vol. 19. McGraw-Hill; 2014 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://accessmedicina.mhmedical.com/book.aspx?bookid=1960&isMissingChapter=true>
74. Gavin M. La revisión de su hijo: 9 años [Internet]. Nemours KidsHealth. 2021 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://kidshealth.org/es/parents/checkup-9yrs.html>
75. Hegoí Seguro Gurrutxaga GCL y RBP -. Nutrientes e inmunidad. Nutr Clin EN Med. 31 de marzo de 2016;(1):1-19.
76. (Buenos Aires Ciudad). Alimentación saludable y actividad física [Internet]. 2020 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.buenosaires.gob.ar/desarrolloeconomico/desarrollo-saludable/alimentacion-y-nutricion/alimentacion-saludable-y-actividad-fisica>
77. Interactiva S. Los alimentos más peligrosos para la salud [Internet]. 2022 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://saludinteractiva.mx/blog/2022/04/los-alimentos-mas-peligrosos-para-la-salud/>
78. Callejo A. Alimentos que no hay que comer para tener una dieta saludable [Internet]. CuidatePlus. 2018 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2018/02/20/alimentos-hay-comer-dieta-saludable-161404.html>
79. Delgado Fuentes MA. Desarrollar la motricidad gruesa, mediante los juegos tradicionales en niños y niñas de tres años de edad. Guía metodológica dirigida a los docentes del CIBV “COPITOS DE MIEL” ubicado en el D.M.Q. periodo académico 2016 [Internet]. [Quito]: Instituto Tecnológico «Cordillera»; 2016. Disponible en:

<https://dspace.cordillera.edu.ec/bitstream/123456789/2283/1/27-DTI-16-16-1001032505.pdf>

80. Aguilar Cordero MJ, Ortégón Piñero A, Mur Villar N, Sánchez García JC, García Verazaluce JJ, García García I, et al. Programas de actividad física para reducir sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes: revisión sistemática. *Nutr Hosp.* octubre de 2014;30(4):727-40.
81. Gavidia Medrano EL, Lombardi Gavidia C, Huerto Flores L. Nivel educativo y situación laboral de los padres en el estado nutricional de los niños de 2 a 5 años de edad, en la I. E. I. N° 005 Fray Martincito de Porres, Huánuco 2014 [Internet]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán; 2016 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/1227>
82. López DM, Pinillos FG, Román PÁL. Actividad física, condición física y salud en niños preescolares. Estudio de revisión narrativa. *EmásF Rev Digit Educ Física.* 2017;(45):105-23.
83. Pérez Martínez E. Alimentación e hidratación del niño y adolescente deportista. 2018;1(1):80-2.
84. Bennesar Veny M. Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: la universidad como entorno promotor de la salud [Internet] [Ph.D. Thesis]. TDX (Tesis Doctorals en Xarxa). Universitat de les Illes Balears; 2012 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <http://www.tdx.cat/handle/10803/84136>
85. Del Aguila, R. Estilos de Vida Saludable [Internet]. *Doktuz.* 2018 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>
86. Martínez N. Así es el sistema NOVA para clasificar los alimentos según su procesamiento [Internet]. *Nobbot.* 2019 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.nobbot.com/futuro/sistema-nova-alimentos-procesamiento/>

87. Nieto-Orozco C, Chanin Sangochian A, Tamborrel Signoret N, Vidal González E, Tolentino-Mayo L, Vergara-Castañeda A. Percepción sobre el consumo de alimentos procesados y productos ultraprocesados en estudiantes de posgrado de la Ciudad de México. *J Behav Health Soc Issues*. 1 de noviembre de 2017;9(2):82-8.
88. Mora TM, Pilar M del. Epistemología de la alimentación infantil en la consulta médica de primer nivel. Un estudio de casos en México. 7 de octubre de 2015 [citado 10 de septiembre de 2022]; Disponible en: <http://addi.ehu.es/handle/10810/16292>
89. Calvo Bruzos SC. Manual de alimentación. Planificación alimentaria [Internet]. 2015 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.librosuned.com/LU19539/Manual-de-alimentaci%C3%B3n--Planificaci%C3%B3n-alimentaria.aspx>
90. (Asamblea Constituyente). Constitución de la República del Ecuador. 2018;218.
91. (Asamblea Constituyente). Ley Orgánica del Régimen de la Soberanía Alimentaria [Internet]. 2010 [citado 10 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.soberaniaalimentaria.gob.ec/pacha/wp-content/uploads/2011/04/LORSA.pdf>

ANEXOS

Anexo 1. ENCUESTA A SER APLICADA A LOS PADRES/TUTORES DE NIÑOS EN EDAD DE PREESCOLAR (de 3 a 12 años)

Instrucciones:

Lea detenidamente cada pregunta y seleccione solo una opción (a menos que se indique lo contrario), de acuerdo a lo que más se ajuste a su realidad.

Los datos proporcionados en la presente encuesta son de carácter confidencial y solo se utilizarán con fines educativos

Datos del encuestado:

Nombre

Fecha de nacimiento

Grado escolar

Fecha de la encuesta

Ítems a considerar:

1. Seleccione la edad de su niño/a
 - a. 3 años
 - b. 4 años
 - c. 5 años
 - d. 6 años
 - e. 7 años
 - f. 8 años
 - g. 9 años
 - h. 10 años
 - i. 11 años
 - j. 12 años
2. Seleccione el sexo de su niño/a
 - a. Hombre
 - b. Mujer
3. ¿Qué factor considera más importante al elegir un alimento para el consumo de su niño/a?
 - a. Sabor
 - b. Precio
 - c. Que sea agradable a la vista
 - d. Caducidad
 - e. Contenido nutrimental
4. Considera usted que la dieta de su niño/a es
 - a. Diferente cada día
 - b. Diferente solo algunas veces durante la semana
 - c. Diferente durante los fines de semana
 - d. Muy monótona
5. De las siguientes razones, ¿cuál considera usted que le hace falta para mejorar la alimentación de su niño/a?
 - a. Más información
 - b. Apoyo social
 - c. Dinero
 - d. Compromiso o motivación personal
 - e. Tiempo
 - f. Nada, creo que su alimentación es saludable
 - g. No me interesa mejorar su alimentación
6. Si evita algún alimento para su niño/a ¿por qué motivo lo hace?

- a. Porque no le gusta a su niño/a
 - b. Por salud
 - c. Porque hace sentir mal a su niño/a
 - d. No evita ningún alimento
7. Le es difícil leer las etiquetas con información nutricional
- a. Por falta de tiempo
 - b. Porque no es de su interés
 - c. Porque no las entiende
 - d. Por pereza
 - e. Si las lee y las entiende
8. ¿Conoce el significado de la semaforización de los productos que compra para el consumo de su niño/a?
- a. Lo conoce, pero no lo comprende
 - b. Lo conoce y lo comprende
 - c. No lo conoce, pero quisiera aprender sobre el
 - d. No le interesa conocer
9. ¿Conoce de que se trata el sistema nova de clasificación de los alimentos?
- a. Nunca ha oído hablar de él
 - b. Ha oído sobre el pero no sabe de qué se trata
 - c. Sabe de qué se trata, pero no lo comprende
 - d. Sabe de qué se trata y lo comprende
10. ¿Cuál es la preparación más habitual de los alimentos que le da a su niño?
- a. Fritos (incluyendo empanizados-capeados)
 - b. Al vapor o hervidos
 - c. Horneados
 - d. Guisados o salteados
11. ¿Quién prepara con mayor frecuencia los alimentos que consume su niño/a?
- a. Usted
 - b. Su pareja
 - c. Otro familiar
 - d. Los compra preparados
12. ¿Qué es lo que normalmente hace su niño/a cuando ya se siente satisfecho?
- a. Deja de comer sin problema
 - b. Deja de comer, pero le cuesta hacerlo
 - c. Sigue comiendo sin problema
 - d. Sigue comiendo, pero se siente mal de hacerlo
13. ¿Qué hace con la grasa visible de la comida de su niño/a?
- a. La quita toda
 - b. Quita la mayoría
 - c. Quita un poco
 - d. No la quita en absoluto
14. ¿Su niño mastica habitualmente cada bocado más de 25 veces?
- a. Totalmente en desacuerdo
 - b. En desacuerdo
 - c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 - d. De acuerdo

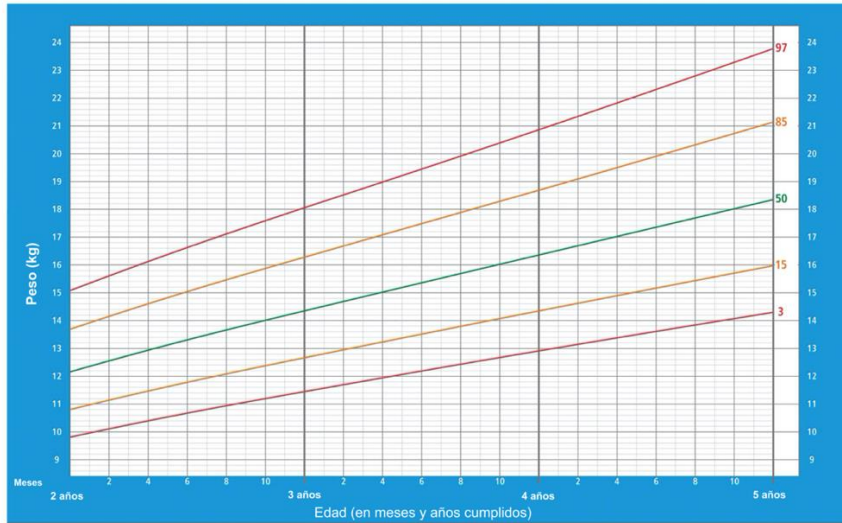
- e. Totalmente de acuerdo
- 15.** ¿Con qué frecuencia consume su niño/a alimentos fuera de casa?
- a. Todos los días
 - b. 5 a 6 veces por semana
 - c. 3 a 4 veces por semana
 - d. 1 a 2 veces por semana
 - e. Una vez cada 15 días
 - f. Una vez al mes
 - g. Menos de una vez al mes
- 16.** ¿Tiene usted conocimiento acerca de los que son los alimentos procesados?
- a. Totalmente en desacuerdo
 - b. En desacuerdo
 - c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 - d. De acuerdo
 - e. Totalmente de acuerdo
- 17.** ¿Con qué frecuencia consume su niño/a alimentos procesados?
- a. Todos los días
 - b. 5 a 6 veces por semana
 - c. 3 a 4 veces por semana
 - d. 1 a 2 veces por semana
 - e. Una vez cada 15 días
 - f. Una vez al mes
 - g. Menos de una vez al mes
- 18.** Habitualmente, ¿qué ingiere su niño entre comidas?
- a. Dulces
 - b. Fruta o verdura
 - c. Galletas o pan dulce
 - d. Yogurt
 - e. Snacks
 - f. Semillas o frutos secos
 - g. Nada
- 19.** Usualmente, ¿qué es lo que contiene la lonchera de su niño/a?
- a. Dulces
 - b. Fruta o verdura
 - c. Galletas o pan dulce
 - d. Yogurt
 - e. Snacks
 - f. Semillas o frutos secos
- 20.** ¿Cuál es la principal por la cual usted envía estos alimentos su niño/a?
- a. Salud
 - b. Economía
 - c. Falta de tiempo
 - d. Porque le gustan su niño/a
- 21.** De la lista, marque las opciones de acuerdo a la frecuencia de consumo de su niño/a de los siguientes alimentos

Grupo de alimentos	Alto	Recomendado	Bajo
Frutas			
Verduras			
Carnes y pollo			
Pescados y mariscos			
Lácteos			
Pan, tortilla, papas, cereales			
Frijoles, garbanzos, lentejas			
Alimentos dulces y bollería			
Huevo			
Almendras, nueces, pistachos, semillas			
Alimentos empacados			

Anexo 2. Curvas de Crecimiento

Peso para la edad Niños

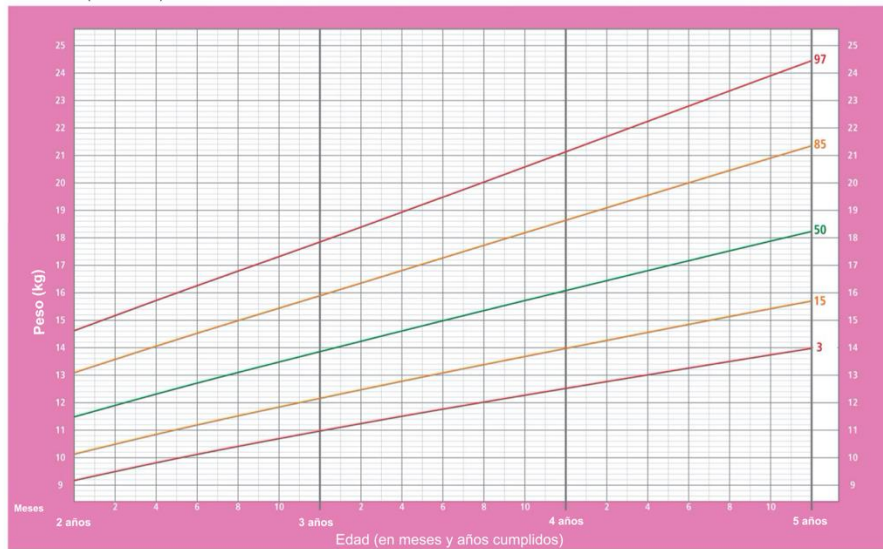
Percentiles (2 a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la edad Niñas

Percentiles (2 a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Anexo 3. Evidencia Fotográfica



Anexo 4. Resultado de encuestas

Tabla 14. Factor más importante al elegir un alimento

Factor más importante al elegir un alimento	%
Sabor	4,0
Que sea agradable a la vista	2,0
Caducidad	14,0
Contenido nutricional	80,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 14, referente a: ¿Qué factor considera más importante al elegir un alimento para el consumo de su niño/a?, se observó que, para cada opción se presentó un porcentaje de respuesta por parte de los encuestados, los cuales respondieron lo siguiente: en sabor un 4%, que sea agradable a la vista 2%, caducidad 14% y contenido nutricional 80%.

Tabla 15. Dieta del niño

Dieta del niño	%
Diferente cada día	96,0
Muy monótona	4,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado para la tabla 15, referente a la dieta de sus niños/as se observó que, para cada opción tenemos un porcentaje de: 96% diferente cada día, y 4% muy monótona.

Tabla 16. Razones para mejorar

Razones para mejorar	%
Más información	6,0
Apoyo Social	12,0
Dinero	14,0
Compromiso o motivación personal	12,0
Tiempo	18,0
Nada, creo que su alimentación es saludable	26,0
No me interesa mejorar su alimentación	12,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado, para la tabla 16, que se refiere a ¿Cuál considera usted que le hace falta para mejorar la alimentación de su niño?, por lo que se observó que el 6% respondió la opción más información, 12% Apoyo social, 14% Dinero, 12% Compromiso o motivación personal, 18% Tiempo, 26% Nada, creo que su alimentación es saludable, 12% No me interesa mejorar su alimentación, por lo tanto, la frecuencia mayor se inclina a la respuesta “Nada, creo que su alimentación es saludable”.

Tabla 17. Razones para evitar el alimento

Razones para evitar el alimento	%
Porque no le gusta a su niño/a	2,0
Por salud	18,0
Porque hace sentir mal a su niño/a	48,0
No evitar ningún alimento	32,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

En lo que concierne a la pregunta número 17, que refiere a: Si evita algún alimento para su niño/a ¿por qué motivo lo hace?, por lo que se observó que un 2% respondió porque no le gusta a su niño/a, 18% por su salud, 48% porque hace sentir mal a su niño, 32% No evita ningún alimento. Por lo tanto, la frecuencia mayor se inclina a la respuesta “Porque hace sentir mal a su niño”.

Tabla 18. Etiquetas con información nutricional

Información nutricional	%
Por la falta de tiempo	4,0
Si las lee y las entiende	96,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 18, que tiene relación con: Le es difícil leer las etiquetas con información nutricional, a lo que se presentaron las siguientes respuestas: 4% Por falta de tiempo, 96% Si las lee y las entiende.

Tabla 19. Semaforización de los productos que compra

Semaforización	%
Lo conoce, pero no lo comprende	96,0
No lo conoce, pero quisiera aprender sobre el	4,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Según lo que se evidencia en la pregunta número 19, que tiene relación con: ¿Conoce el significado de la semaforización de los productos que compra para el consumo de su niño/a?, a lo que se receptaron las siguientes respuestas: 96% Lo conoce, pero no lo comprende, 4% No lo conoce, pero quisiera aprender sobre él.

Tabla 20. Conocimiento sobre el sistema nova

Conocimiento sobre el sistema NOVA	%
Nunca ha oído hablar de él	96,0
Sabe de qué se trata y lo comprende	4,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo hallado a continuación en la tabla 20, que se refiere a: ¿Conoce de qué se trata el sistema nova de clasificación de los alimentos?, a lo que se receptaron las siguientes respuestas: 96% Nunca ha oído hablar de él, 4% Sabe qué se trata y lo comprende. Por lo que, la frecuencia mayor tiene relación a la respuesta "Nunca ha oído hablar de él".

Tabla 21. Preparación habitual de los alimentos

Preparación habitual de los alimentos	%
Fritos (incluyendo empanizados-capeados)	18,0
Al vapor o hervidos	14,0
Horneados	62,0
Guisados o salteados	6,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo presentado a continuación, en lo que refiere a la pregunta número 21 ¿Cuál es la preparación más habitual de los alimentos que le da a su niño?, por lo que se receptaron las siguientes respuestas: 18% Fritos, 14% Al vapor o hervidos, 62% Horneados, 6% Guisados o salteados.

Tabla 22. Persona que prepara los alimentos

Persona que prepara los alimentos	%
Usted	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

En lo que concierne a la tabla 22, referente a ¿Quién prepara con mayor frecuencia los alimentos que consume su niño/a?, por lo que el resultado fue el 100% respondió que ellos eran los responsables directos.

Tabla 23. Acciones del niño/a cuando ya se siente satisfecho

Acciones del niño/a cuando ya se siente satisfecho	%
Deja de comer sin problema	90,0
Deja de comer, pero le cuesta hacerlo	4,0
Sigue comiendo sin problema	6,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado para tabla 23, sobre ¿Qué es lo que normalmente hace su niño/a cuando ya se siente satisfecho?, las respuestas que se receptaron fueron: 90% Deja de comer sin problema, 4% Deja de comer, pero le cuesta hacerlo, 6% Sigue comiendo sin problema, por lo que se deduce que la frecuencia mayor está en relación con la respuesta “Deja de comer sin problema”.

Tabla 24. La grasa visible de la comida

La grasa visible de la comida	%
La quita toda	16,0
Quita la mayoría	84,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 24, que refiere a ¿Qué hace con la grasa visible de la comida de su niño?, se receptaron las siguientes respuestas: 16% La quita toda, 84% Quita la mayoría, por lo que, frecuencia mayor es en relación a la respuesta “Quita la mayoría”.

Tabla 25. Forma que mastica habitualmente

Forma que mastica habitualmente	%
Totalmente en desacuerdo	4,0
En desacuerdo	6,0
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	90,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en tabla 25, referente a ¿Su niño mastica habitualmente cada bocado más de 25 veces?, las respuestas receptadas fueron: 4% Totalmente en desacuerdo, 6% En desacuerdo, 90% Ni de acuerdo ni en desacuerdo, por lo que la frecuencia mayor es “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”.

Tabla 26. Frecuencia de consumo de alimentos fuera de casa

Frecuencia de consumo de alimentos fuera de casa	%
5 a 6 veces por semana	10,0
3 a 4 veces por semana	2,0
1 a 2 veces por semana	66,0
Una vez al mes	22,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

En lo que concierne a la tabla 26, referente a ¿Con qué frecuencia consume su niño/a alimentos fuera de casa?, las respuestas receptadas fueron 10%; 5 a 6 veces por semana, 2% 3 a 4 veces por semana, 66%; 1 a 2 veces por semana, 22% una vez al mes, por lo que la frecuencia mayor es “1 a 2 veces por semana”.

Tabla 27. Conocimiento acerca de los alimentos procesados

Conocimiento acerca de los alimentos procesados	%
De acuerdo	28,0
Totalmente de acuerdo	72,0
Total	100,0

Fuente: Base de datos de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo - Elaboración propia.

Análisis e interpretación:

Según lo que se evidencia en la tabla 27, referente a ¿Tiene usted conocimiento acerca de los que son los alimentos procesados?, los resultados receptados fueron: 28% de acuerdo, 72% totalmente de acuerdo, por lo que la mayor frecuencia es “Totalmente de acuerdo”.

Tabla 28. Frecuencia de consumo de alimentos procesados

Frecuencia de consumo de alimentos procesados	%
1 a 2 veces por semana	54,0
Una vez cada 15 días	46,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en tabla 28, referente a la frecuencia de consumo de alimentos procesados las respuestas receptadas fueron: 54% corresponde a 1 a 2 veces por semana, y 46% una vez cada 15 días.

Tabla 29. Lo que más ingiere el niño

Lo que más ingiere el niño	%
Dulces	4,0
Fruta o verdura	4,0
Galletas o pan dulce	6,0
Yogurt	18,0
Snacks	28,0
Semillas o frutos secos	24,0
Ninguno	16,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 29, referente a: Habitualmente, ¿qué ingiere su niño entre comidas?, los datos receptados fueron: 4% dulces, 4% fruta y verdura, 6% Galletas o pan dulce, 18% Yogurt, 28% Snacks, 24% Semillas o frutos secos, 16% Ninguno.

Tabla 30. La lonchera del niño/a

La lonchera del niño/a	%
Dulces	4,0
Fruta o verdura	8,0
Galletas o pan dulce	14,0
Yogurt	26,0
Snacks	30,0
Semillas o frutos secos	18,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo observado en la tabla 30, referente a: Usualmente, ¿qué es lo que contiene la lonchera de su niño/a?, se receptaron las siguientes respuestas: 4% dulces, 8% fruta o verdura, 14% galletas o pan dulce, 26% yogurt, 30% Snacks, 18% Semillas o frutos secos.

Tabla 31. Contenido de lonchera escolar

Contenido de lonchera escolar	%
Salud	26,0
Porque le gustan su niño/a	74,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo que se evidencia en la tabla 31, referente a: ¿Cuál es la principal razón por la cual usted envía estos alimentos a su niño/a?, las respuestas receptadas fueron: 26% salud, y 74% Porque le gustan a su niño/a.

Tabla 32. Agrado de consumo de Fruta

Agrado de consumo de Fruta	%
Le agrada mucho	48,0
Le agrada	52,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo que se evidencia en la tabla 32, sobre: ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer fruta?, los datos receptados fueron: 48% le agrada mucho, 52% le agrada.

Tabla 33. Agrado de consumo de verdura

Agrado de consumo de verdura	%
Le agrada mucho	58,0
Le agrada	42,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 33, sobre: ¿Cuál es el agrado de su niño por comer verdura?, los datos receptados fueron 58% le agrada mucho, 42% le agrada.

Tabla 34. Agrado de consumo de pollo y carne

Agrado de consumo de pollo y carne	%
Le agrada mucho	52,0
Le agrada	48,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo observado en la tabla 31, sobre ¿Cuál es el agrado de su niño/a por comer carnes y pollos?, los datos receptados fueron 52% le agrada mucho, 48% le agrada, por lo que la frecuencia mayor es “le agrada mucho”.

Tabla 35. Agrado de consumo de pescado y mariscos

Agrado de consumo de pescado y mariscos	%
Le agrada mucho	48,0
Le agrada	52,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo observado en la tabla 35, sobre ¿Cuál es el agrado de su niño/a por comer pescados y mariscos?, los datos receptados fueron: 48% le agrada mucho, 52% le agrada, por lo que la frecuencia mayor es “le agrada”.

Tabla 36. Agrado de consumo de lácteos

Agrado de consumo de lácteos	%
Le agrada mucho	58,0
Le agrada	42,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 36, sobre: ¿Cuál es el agrado de su niño/a por comer lácteos?, los datos receptados fueron: 58% le agrada mucho, 42% le agrada, por lo que la frecuencia mayor es “le agrada”.

Tabla 37. Agrado de consumo de pan y cereales

Agrado de consumo de pan y cereales	%
Le agrada mucho	52,0
Le agrada	48,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en tabla 37, referente a ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer pan, tortilla, papas, cereales?, las respuestas receptadas son 52% le agrada mucho, 48% le agrada, por lo que la frecuencia mayor es “le agrada mucho”.

Tabla 38. Agrado de consumo de granos

Agrado de consumo de granos	Porcentaje
Le agrada mucho	48,0
Le agrada	52,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo observado en la tabla 38, referente a ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer frijoles, garbanzos, lentejas?, las respuestas receptadas fueron 48% le agrada mucho, 52% le agrada, por lo que la frecuencia mayor es “le agrada”.

Tabla 39. Agrado de consumo de dulces

Agrado de consumo de dulces	%
Le agrada mucho	56,0
Le agrada	44,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo que se observa en la tabla 39, referente a: ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer alimentos dulces?, las respuestas receptadas fueron: 56% le agrada mucho, 44% le agrada.

Tabla 40. Agrado de consumo de huevo

Agrado de consumo de huevo	%
Le agrada mucho	52,0
Le agrada	48,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo evidenciado en la tabla 40, referente a ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer huevo?, las respuestas receptadas fueron: 52% le agrada mucho, 48% le agrada, siendo la frecuencia mayor “le agrada mucho”.

Tabla 41. Agrado de consumo de frutos secos

Le agrada mucho	%
Le agrada mucho	46,0
Le agrada	54,0
Ni le agrada ni le desagrada	0,0
Le desagrada	0,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo observado en tabla 41, referente a ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer almendras, nueces, pistachos, semillas?, los resultados receptados fueron: 46% le agrada mucho, 54% le agrada.

Tabla 42. Agrado de consumo de alimentos empacados

Agrado de consumo de alimentos empacados	%
Le agrada mucho	60,0
Le agrada	36,0
Ni le agrada ni le desagrada	2,0
Le desagrada	2,0
Total	100,0

Fuente: Elaboración propia tomado de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo.

Análisis e interpretación:

Según lo analizado en la tabla 42, sobre ¿Cuál es el agrado de su niño/a para comer alimentos empacados?, los resultados fueron 60% le agrada mucho, 36% le agrada, 2% ni le agrada, ni le desagrada, 2% le desagrada.



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Párraga Conforme María Cristina** con C.C: # **131461331-4** autora del trabajo de titulación: **Relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo en el periodo de mayo – agosto del 2022** previo a la obtención del título de **Licenciada en Nutrición, Dietética y Estética** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, **19 de septiembre de 2022**

f. _____

Nombre: **Párraga Conforme María Cristina**

C.C: **131461331-4**



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo en el periodo de mayo – agosto del 2022		
AUTOR(ES)	Párraga Conforme María Cristina		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Rosado Alvarez María Magdalena		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Ciencias Médicas		
CARRERA:	Nutrición, Dietética y Estética		
TÍTULO OBTENIDO:	Licenciada en Nutrición, Dietética y Estética		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	19 de septiembre de 2022	No. DE PÁGINAS:	85
ÁREAS TEMÁTICAS:	Estado Nutricional, Sobrepeso, Obesidad		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Alimentación, Nutrición, Estado Nutricional, Sobrepeso, Obesidad, Antropometría.		
Resumen:	<p>La presente investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre la ingesta de alimentos procesados y los parámetros antropométricos en escolares de la Escuela Particular San José de la ciudad de Portoviejo. La metodología utilizada fue de diseño no experimental descriptivo con enfoque cuantitativo de corte transversal, para ello se obtuvo una muestra del estudio fue de 77 niños, los cuales cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Entre los resultados se encontró que existe relación entre la ingesta de lácteos y dulces; en comparación a frutas, verduras, pan y cereales, carne y pollo, pescado y marisco; frijoles; huevo; y almendra, y alimentos empacados con datos antropométricos de índice de masa corporal para la edad, peso para la edad, y talla para la edad. Se debe tener en cuenta que este último no tiene relación con la ingesta de productos empacados. En lo referente a la frecuencia de consumo de alimentos procesados el 54% los consumen de 1 a 2 veces por semana, y 46% cada 15 días. Por lo que se llega a recomendar que, para prevenir futuras enfermedades a la salud se debe realizar charlas orientativas sobre un estilo de vida saludable, modificar la alimentación, y realizar actividad física. A su vez se deben implementar programas de alimentación en la escuela que colaboren con la importancia de alimentación sana.</p>		
ADJUNTO PDF:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593-9984142244	E-mail: maria.parraga05@cu.ucsg.edu.ec	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::	Nombre: Poveda Loor Carlos Luis		
	Teléfono: +593-993592177		
	E-mail: carlos.poveda@cu.ucsg.edu.ec		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			