



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**

CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAÚL”

TITULO:

Factores de Riesgo Nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período octubre 2015 a febrero del 2016.

AUTORAS:

**Alvarado Desiderio Stefania Divasky
Valente Galán Janeth Estefanía**

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO:

LICENCIADO DE ENFERMERÍA

TUTOR:

Lcda. González Osorio Cristina Virmane. Mgs

GUAYAQUIL – ECUADOR

14 de marzo del 2016



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**

CARRERA DE ENFERMERIA "SAN VICENTE DE PAUL"

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por la Srta. **Alvarado Desiderio Stefania Divasky** y la Srta. **Valente Galán Janeth Estefanía** como requerimiento para la obtención del título de **Licenciatura en Enfermería**

TUTOR (A)

Lcda. González Osorio Cristina Virmane. Mgs

DIRECTOR DE LA CARRERA

Lcda. Mendoza Vincés Ovidia Ángela. Mgs

Guayaquil, al 14 del mes de Marzo del año 2016



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**

CARRERA DE ENFERMERIA “SAN VICENTE DE PAUL”

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Nosotras: **Alvarado Desiderio Stefania Divasky** y **Valente Galán Janeth Estefanía**

DECLARAMOS QUE:

El Trabajo de Titulación **Factores de Riesgo Nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período octubre 2015 a febrero del 2016, previo a la obtención del Título de Licenciada en Enfermería**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de nuestra total autoría

En virtud de esta declaración, nos responsabilizamos del contenido, veracidad y alcance científico del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, al 14 del mes de Marzo del año 2016

AUTORAS

Stefania Divasky Alvarado Desiderio

Janeth Estefanía Valente Galá



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**

CARRERA DE ENFERMERIA “SAN VICENTE DE PAUL”

AUTORIZACIÓN

Nosotras: **Alvarado Desiderio Stefania Divasky y Valente Galán Janeth Estefanía**

Autorizamos a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: **Factores de Riesgo Nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período octubre 2015 a febrero del 2016**, previo a la obtención del Título de **Licenciada en Enfermería**, cuyo contenido, ideas y criterios son de nuestra exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, al 14 del mes de Marzo del año 2016

AUTORAS

Stefania Divasky Alvarado Desiderio

Janeth Estefanía Valente Galán

DEDICATORIA

A Dios quien ha sabido guiarme por el camino del bien a superar obstáculos y adversidades a nunca desmayar y seguir adelante.

A mi querida tía Yenny, quien es el principal motor para la construcción de mi vida profesional; sentó en mi las bases de valores para seguir adelante, sus grandes deseos de superación, tengo un gran ejemplo a seguir por su gran corazón que me llevan a admirarla día a día.

A mis padres y a mis seres queridos que me han ofrecido su ayuda, su motivación, consejos, comprensión para seguir adelante que con solo su amor y calidez ellos pueden darme, han ofrecido todo lo que soy como persona.

Stefania

DEDICATORIA

A Dios, quien con su inmensa bendición me ha dado vida y salud para poder culminar cada uno de mis proyectos.

A mis padres, mi pilar fundamental aquel que con palabras de aliento y con su esfuerzo durante toda esta larga etapa de mi vida.

A mis hermanos Mercedes, Sammy y Adrián, que han formado parte importante a lo largo de mi vida.

A mis primas, más que primas son como mis hermanas.

A mi tutora de tesis Lcda. Cristina González Osorio. Mgs

Janeth

AGRADECIMIENTO

A mi Dios que me dio la fuerza y la fe necesaria para permitirme llegar a este gran logro.

A mis padres, a mi familia y a mi querida tía Yenny por apoyarme, por su motivación y aliento en seguir adelante ya que han sido personas claves en mi vida.

A mis grandes docentes que hicieron parte de este gran proceso de formación integral que inculcaron en mí grandes conocimientos y valores; a mi Directora de Carrera de Enfermería, a mi tutora la Lic. Cristina González que con su paciencia, dedicación, criterio y aliento ha hecho fácil lo difícil es un privilegio haber contado con su guía y ayuda.

A mi querida Universidad Católica de Santiago de Guayaquil por permitir convertirme en ser un profesional.

Al Hospital Teodoro Maldonado Carbo por permitirme en este último año enriquecer y fortalecer mis conocimientos teóricos y prácticos, a todas las personas y grandes profesionales que me dieron motivación y amistades difíciles de olvidar que perduraran por siempre.

Gracias a todos por ser parte de este gran logro.

Stefania

AGRADECIMIENTO

Son muchas las personas especiales a las que me gustaría agradecer su apoyo, amor, ánimo y compañía en mis diferentes etapas de vida. Algunas están aquí y otros los llevo en los recuerdos de mi corazón.

A mi familia quienes compartieron todos mis logros que son el fruto de su esfuerzo, consejos, ayuda y motivación.

A mi hermanita mayor Mercedes, por siempre estar a mi lado, para apoyarme y por enseñarme a luchar por lo que quiero en la vida. Por ser un ejemplo como ser humano y mi imagen a seguir. Sin tu apoyo incondicional no lo hubiera podido lograr.

A mi abuelito José que aunque no esté aquí conmigo se que estaría orgulloso de mí ya que con sus consejos, regaños y cariño no fueron en vano. Sé que desde el cielo estarás muy contento por tu nieta que criaste como una hija.

A mis primas, que más que primas fueron hermanas ustedes forman una parte muy especial a lo largo de mi vida, aquellas personitas que sin importar las circunstancias han estado ahí para siempre darme palabras de alientos.

A mi tutora de tesis Lic. Cristina González que sin su ayuda y conocimientos brindados no hubiese podido culminar con éxito esta investigación.

A la Universidad católica de Santiago de Guayaquil fuente de conocimiento, entrega y sacrificio.

Por último a mis apreciados licenciados de la Observación "C" del hospital Teodoro Maldonado Carbo y cómo olvidarme de los Doctores de la Consulta Externa de Cirugía General que han sido de gran ayuda en mi etapa de crecimiento profesional y con quienes compartí gratas experiencias.

Janeth



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**

CARRERA DE ENFERMERIA “SAN VICENTE DE PAUL”

CALIFICACIÓN

Lcda. Ángela Ovilda Mendoza Vincés. Mgs.
DIRECTORA DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA

ÍNDICE GENERAL

Contenido

CARÁTULA	i
CERTIFICACIÓN	ii
DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD	iii
AUTORIZACIÓN	iv
DEDICATORIA	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
AGRADECIMIENTO	viii
ÍNDICE DE CUADROS	xiii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xiv
RESUMEN	xv
ABSTRACT	xvi
INTRODUCCIÓN	17
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	18
1.3 JUSTIFICACIÓN	19
1.4 OBJETIVOS	20
1.4.1 Objetivo General	20
1.4.2 Objetivos Específicos	20
CAPÍTULO II	21
2.1 FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL	21
2.1.1 Nutrición	22
La alimentación	23
2.1.2 Bases para una buena alimentación	23
2.1.3 Factor de riesgo	25
2.1.4 Malnutrición	29
2.1.5 Causas de la Desnutrición Infantil	31
2.1.6 Qué hacer ante situaciones de desnutrición escolar	32

2.1.7 Programa de Alimentación Escolar planteado por el Gobierno Nacional.	34
2.2 Marco legal.....	36
2.2.1 Ministerio de Salud Pública del Ecuador.....	36
2.2.2 Constitución de la República del Ecuador.....	36
La Constitución del Ecuador estipula sobre los Derechos del Buen Vivir.	36
2.2.3 Tratados y convenciones internacionales	37
2.2.4 Leyes especiales.....	38
2.2.5 Decretos ejecutivos y acuerdos ministeriales.....	40
2.2.6 El Plan nacional para el buen vivir	41
Malnutrición	43
Causas de la Desnutrición Infantil	43
Modo de preparación de los alimentos.....	44
CAPÍTULO III.....	46
3.1 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	46
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	46
3.2.1 Población de estudio.....	46
3.2.2 Muestra	46
3.3 TIPO DE ESTUDIO	46
3.4 Método de recolección de información	47
3.5 Plan de tabulación de datos.....	47
3.6 Objeto del estudio.....	48
3.7 Procedimiento para recolección de información	48
3.8 instrumentos de recolección de datos	48
3.9 Procesamiento de la investigación	49
Bibliografía	71
Trabajos citados	71
ANEXO NO. 1	76
CARTA SOLICITANDO AUTORIZACIÓN PARA EL ESTUDIO.....	76
ANEXO NO. 2.....	80
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	80
ANEXO NO. 3.....	81

FOTOS DE LAS ACTIVIDADES.....	81
CUADRO No. 6.....	83
CUADRO DE CASOS ESTUDIADOS DE NIÑAS 9 – 12 AÑOS.....	83
CUADRO No. 7.....	85
CUADRO DE CASOS ESTUDIADOS DE NIÑOS 6 – 12 AÑOS	85
ANEXO NO. 4.....	88

ÍNDICE DE CUADROS

CUADRO N° 1 Edad del niño/a	50
CUADRO N° 2 Género del niño/a	51
CUADRO N° 3 Grado del niño/a:	52
CUADRO N° 4 Parentesco con el niño	53
CUADRO N° 5 Nivel de instrucción académica	54
CUADRO N° 6 OCUPACIÓN.....	55
CUADRO N° 7 Número de personas que habiten en su hogar	56
Cuadro N° 8 Comidas que ingiere al día su hijo o hija.....	57
CUADRO N° 9 Considera que los alimenta bien	58
CUADRO N° 10 Tipo de carnes consumidas a diario	59
CUADRO N° 11 Consumo de hortalizas y verduras a diario	60
CUADRO N° 12 Tipo de frutas ingeridas	61
CUADRO N° 13 Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos.....	62
CUADRO N° 14 Compra comida chatarra para sus hijos	63
CUADRO N° 15 Cuantas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hijos.....	64
CUADRO N° 16 Conoce los riesgos de una mala alimentación	65
CUADRO N° 17 Acude al médico con sus hijos para chequeos rutinarios .	66
CUADRO N° 18 Considero importante la charla impartida	67

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO N° 1	Edad del niño/a.....	50
GRÁFICO N° 2	Género del niño/a	51
GRÁFICO N° 3	Grado del niño/a:	52
GRÁFICO N° 4	Parentesco con el niño	53
GRÁFICO N° 5	Nivel de instrucción académica	54
GRÁFICO N° 6	OCUPACIÓN.....	55
GRÁFICO N° 7	Número de personas que habiten en su hogar.....	56
GRÁFICO N° 8	Comidas que ingiere al día su hijo o hija	57
GRÁFICO N° 9	Considera que los alimenta bien.....	58
GRÁFICO N° 10	Tipo de carnes consumidas a diario	59
GRÁFICO N° 11	Consumo de hortalizas y verduras a diario.....	60
GRÁFICO N° 12	Tipo de frutas ingeridas	61
GRÁFICO N° 13	Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos.....	62
GRÁFICO N° 14	Compra comida chatarra para sus hijos	63
GRÁFICO N° 15	Cuántas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hijos.....	64
GRÁFICO N° 16	Conoce los riesgos de una mala alimentación	65
GRÁFICO N° 17	Acude al médico con sus hijos para chequeos rutinarios	66
GRÁFICO N° 18	Considero importante la charla impartida	67

RESUMEN

La nutrición, clave para una buena alimentación, el desarrollo y crecimiento de los escolares, la presente investigación que tiene como **Objetivo** determinar factores de riesgo nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la escuela fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período Octubre a Febrero del 2016, la **Metodología** fue de tipo Descriptivo, cuantitativo y exploratorio, enfocado en la observación y descripción, el **Universo** fue de 190 personas, constituidas por 95 padres de familia y 95 alumnos de 9 a 12 años, tomando en consideración una **muestra** de 30 Padres de familia y 30 alumnos, el **Instrumento** utilizado fue un formulario constituido en preguntas y respuesta de opciones múltiples, como **resultados** un porcentaje considerable de niños en etapa escolar sufren de anemia debido a la carencia de hierro. En la Escuela Fiscal “República de Cuba” durante el año lectivo 2015 – 2016 se matricularon alrededor de 700 escolares; dentro de los meses de Octubre a Febrero que se realizó el estudio correspondiente, indicando 10 padres de familia que si tienen una buena alimentación, mientras que 4 indican que no son bien alimentados y por ultimo 16 que desconocen sobre una buena alimentación, como **Conclusión** un 23% reconoce los riesgos de una mala alimentación, un 34% no conoce y 43% brevemente rasgos conoce los riesgos, se suma también el aspecto económico perpetuándose así escasez de recurso y poco acceso a los alimentos requeridos.

Palabras Claves: Desnutrición infantil, factores asociados, desarrollo y crecimiento.

ABSTRACT

Nutrition key to good nutrition, development and growth of the students, this research has as **objective** to determine nutritional risk factors affecting children from 9 to 12 years in fiscal school "Republic of Cuba" of the city of Guayaquil during the period October to February 2016, the **methodology** was descriptive, quantitative and exploratory, focused on observation and description, the **Universe** was 190 people, consisting of 95 parents and 95 students of 9 to 12 years, **taking** into consideration a 30 Parents and 30 students, the **instrument** used was a form consisting of questions and answer multiple choice, as a **result** a considerable percentage of children in school age suffer from anemia due to lack of iron. In the "Republic of Cuba" Fiscal School during the school year 2015 - 2016 about 700 students were enrolled; within the months of October to February the corresponding study was conducted, with 10 indicating parents that if they have a good diet, while 4 indicate that they are not well fed and finally 16 who do not know about good nutrition, as **Conclusion** A 23% recognize the risks of poor diet, 34% do not know and 43% short features knows the risks, also adds the economic aspect thus perpetuating scarcity of resources and little access to food required.

Keywords: child malnutrition, associated factors, development and growth.

INTRODUCCIÓN

El propósito de este trabajo de investigación es orientar a padres de familias, de manera esencial a niños y niñas que se encuentren inmersos en tener o padecer algún riesgo nutricional que perjudiquen su crecimiento y desarrollo normal. El estado de salud es una condición médica sea esta física o mental de bienestar o equilibrio de un individuo.

Un porcentaje considerable de niños menores a un año sufren de anemia y esto es debido a la carencia de hierro, esto produce en el infante dificultades en su crecimiento y adecuado desarrollo, es recomendable que a partir de los 6 meses iniciales de vida la alimentación debe contribuir la necesaria cantidad de hierro. Es indispensable incentivar el cambio en relación a la forma de alimentarse en la comunidad para conseguir que la sociedad en general con menos recurso tenga más accesibilidad a la información que le facilite la protección a su familia con relación a estas deficiencias y sus posibles secuelas. (Report, 2009)

El informe Europeo sobre nutrición y salud 2009; ha recopilado la información fiable, inédita o publicada, relativa a la nutrición y el estado de salud en los países de la Unión Europea (UE) con el objetivo de proporcionar una visión global y actualizada, que contribuya a la identificación de los principales problemas nutricionales y de salud.

La nutrición en niños y niñas en lo que respecta a América Latina y el Caribe están por buen camino. Se están desarrollando una serie de campañas publicitarias y programas nutricionales, pero las probabilidades de que los niños y niñas que viven en las zonas rurales tengan el peso ideal es muy poca, padecen de problemas de aprendizaje escolar, un porcentaje considerable de niños menores a un año sufren de anemia y esto es debido a la carencia de hierro, esto produce en el infante dificultades en su crecimiento y desarrollo

CAPÍTULO I

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Entre las anomalías que intervienen resolutivamente en los aspectos de la salud de la comunidad escolar se hallan entrelazadas con las dificultades nutricionales que por desgracia perturban a un número considerable de niñas(os) en etapa escolar y que comprensiblemente condicionan su viabilidad de aprendizaje.

La pobreza produce fracasos escolares indudablemente y la falta de educación reduce las posibilidades de trabajo. Una de las formas graves de malnutrición es la obesidad. En la actualidad en Ecuador, las cuestiones de peligro nutricional acompañadas con los factores de riesgos sociales ambientales son continuas en los establecimientos educativos, es por esta razón que toda actividad que se realice con un objetivo preventivo debe ser denominada o considerada como un proyecto interinstitucional.

En atención a estos antecedentes, se inició un estudio en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de Guayaquil, durante el período octubre a febrero del 2016, para analizar los factores de riesgo nutricionales que afectan a niños y niñas de entre 9 y 12 años de edad.

Preguntas de investigación

¿Cuáles son los factores de riesgo que influye en el estado nutricional de los escolares?

¿Mediante el percentil se podrá valorar el estado nutricional en niños y niñas de 9 a 12?

¿Cómo el estado nutricional influye en el aprendizaje significativo de los escolares?

1.3 JUSTIFICACIÓN

Este estudio es importante y de interés social porque en el determinaremos los factores que originan los riesgos nutricionales en los escolares de 9 a 12 años de la Escuela República de Cuba de la Ciudad de Guayaquil. Para poder tratar o evaluar el estado nutricional, para lo cual se precisa recomendar medidas que ayuden tanto a los niños y niñas como a padres de familia, docentes, autoridades del plantel y la comunidad, quienes a su vez van a ser los beneficiados con el resultado de la investigación llevándolos a la iniciativa y buena práctica de la alimentación, para así poder evitar enfermedades que dificultaría en el crecimiento, desarrollo, calidad de vida tanto a nivel personal como en su entorno familiar.

La buena alimentación es esencial en todo ser humano desde el nacimiento, esta tiene que ser variada, en especial a la edad de 9 a 12 años, que es cuando los niños están en la etapa de la niñez mediana. El estado ecuatoriano sobre nutrición y salud ha recopilado información fiable, inédita o publicada, relativa en especial de los niños en edad escolar con el objetivo de proporcionar una visión global y actualizada, que contribuya a la identificación de los principales problemas nutricionales. El crecimiento y desarrollo son importantes en la salud de una población. La carencia o exceso alimentos, además del desconocimiento y el nivel social-económico repercuten sobre el estado nutricional.

En base a los resultados obtenidos al realizar el proyecto investigativo se llegó a la conclusión de que si existe un déficit nutricional en los niños de 9 a 12 años pertenecientes a la institución educativa “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil” aunque este no se observa de manera generalizada pero si en algunos estudiantes, es por este motivo que se sugiere la implementación de talleres con la colaboración de los representantes legales de los niños en donde se topen temas como la correcta alimentación.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo General

Determinar cuáles son los factores de riesgo nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la escuela de educación básica fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período Octubre a Febrero del 2016.

1.4.2 Objetivos Específicos

Delimitar las condiciones socio demográfica de los niños con riesgos nutricional niños y niñas de 9 a 12 años en la escuela de educación básica fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período Octubre a Febrero del 2016.

Determinar el estado nutricional a través de percentil en los niños y niñas de 9 a 12 años en la escuela de educación básica fiscal “República de Cuba” a través de los percentiles de OMS.

Valorar los hábitos nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años de acuerdo a la escala de percentil que se encuentran.

Analizar la actividad física en los niños según los percentiles que se encuentra.

CAPÍTULO II

2.1 FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL

La nutrición es la clave para una buena alimentación y el desarrollo y crecimiento de cada persona.

Datos brindados por la OMS mencionan que la salud es una etapa de prosperidad física completa, asimismo mental y social, no únicamente significa el abandono de cualquier enfermedad o dolencia, como lo define la organización Mundial de la salud en el año 1948. Gurruchaga (2013)

Según Behrman (2000) “La nutrición en los periodos prenatales y los iniciales años de existencia es de muy trascendental, debido a que tienen influencia directa en el crecimiento o desarrollo normal del menor, muy de lo contrario la desnutrición ocasiona el surgimiento de infecciones y reduce considerablemente el sistema inmunológico, mientras que el sobrepeso colabora a la liberación patológica como por ejemplo la diabetes” la diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial e infarto etc.”

A partir de la segunda mitad del siglo XX se dispone en los países industrializados de más alimentos y con mayores garantías sanitarias que colaboren, sumado a la mejora de las condiciones higiénica-sanitarias, ha favorecido el aumento de la esperanza de vida, de forma paralela, se produce un incremento de la incidencia de malos hábitos relacionados con la baja calidad de la dieta y el estilo de vida (sedentarismo y consumo de tabaco y alcohol)

2.1.1 Nutrición

La nutrición en un principio era poco más que química, el estudio de los alimentos y lo que es más importante, el adecuado análisis de su composición en nutrientes, que no es poco. Sin este preciso análisis y esta preciosa información, nos quedaríamos en el primer peldaño de una escalera que nunca podríamos subir la de la ciencia de la nutrición. (Hernandez, 2012)

Fundamentalmente se puede considerar a la nutrición como el beneficio que brindan los nutrientes, conservando un balance homeostático del organismo a nivel molecular y macrosistémico.

Aunque alimentación y nutrición se utilizan frecuentemente como sinónimos, en realidad constituyen términos diferentes, debido a los siguientes aspectos:

La nutrición comprende un conjunto de fenómenos involuntarios que suceden tras la ingesta de los alimentos.

La alimentación está comprendida por una agrupación de acciones voluntarias y conscientes que van dirigidas a la selección, elaboración e ingesta de las comidas, anomalías muy relacionadas con el entorno sociocultural y económico (comunidad en general) y establecen una cierta parte las costumbres dietéticas y modos de convivencia.

El objetivo del estudio de la nutrición es enseñar, educar y mostrar la secuela metabólica y fisiológica del organismo frente a la dieta, sumado a los adelantos moleculares, bioquímicos y genéticos, el estudio de la nutrición sea profundizado en el análisis del metabolismo, indagando la correlación que existe entre la dieta desde una perspectiva de los procedimientos bioquímicos.

No únicamente se tiene que entender al resultado de una óptima alimentación como un requerimiento inmediato que condiciona principalmente al desarrollo del aprendizaje, sino asimismo con razonamiento prospectivo, no se establecen dudas en cuanto a comunidades adecuadamente nutridas formaran descendencias igualmente nutridas, por esta razón más acopladas para esencialmente instruirse, o educarse, la secuela final será una comunidad o sociedad en general más saludable.

La alimentación

La alimentación es objeto de estudio para la ciencia moderna desde hace numerosas décadas. Bien sea desde una aproximación biológica, histórica o económica, los análisis sobre la alimentación humana ocupan una respetable posición en el desarrollo teórico y empírico de las diferentes disciplinas. (Cantarero, 2010)

La alimentación son los procesos por el cual los seres vivos ingieren distintas clases de comidas, la alimentación ha cobrado importancia en las últimas décadas, en particular, a partir de las crisis alimentarias globales. Además de estas situaciones que han puesto recurrentemente en riesgo de salud de las poblaciones, se perfilan hoy nuevas enfermedades, como la anorexia, la bulimia o la obesidad.

2.1.2 Bases para una buena alimentación

Las personas en general asimismo como el resto de los seres vivientes del planeta requieren además de agua que es indispensable, una gran variedad y balanceada de comida que es esencial para continuar existiendo, una alimentación adecuada tiene que poseer un gran número de proteínas, glúcidos, minerales y lípidos, el cuerpo de una óptima nutrición se basa en el

balance, diversidad y la medida de nuestra forma de comer, aunque la manera de comer en la actualidad es más urbana y constantemente se puede observar desequilibrio, desestructurado y se suele unir con una forma de vida inadecuada cada vez más cayendo en el sedentarismo.

Micro elementos

Los micros elementos son compuestos químicos utilizados por el organismo en proporciones pequeñas

Proteínas

“Las proteínas son biomoléculas poliméricas lineales constituidas por aminoácidos. Se encuentran tanto en células animales como en vegetales y se pliegan en una estructura tridimensional característica que les confiere una enorme variedad de funciones”. (Brihuega, 2011) Las proteínas actúan como componentes estructurales y como receptores moleculares; algunas participan en la replicación, transcripción y traducción de la información genética, otras son parte de la primera línea de defensa de nuestro organismo. Entre todas las proteínas, quizás son las enzimas las más importantes puesto que regulan todo el metabolismo y son piezas esenciales en todos los aspectos bioquímicos.

Carbohidratos

Los carbohidratos constituyen la principal fuente de energía alimentaria en el mundo ya que estos aportan entre el 40 al 80% del total de la energía consumida dependiendo del área geográfica, consideraciones culturales y nivel económico. Los individuos que consumen dietas con un alto contenido en carbohidratos pertenecen, por lo común a los extractos económicos más bajos debido a que los alimentos que contienen carbohidratos por lo general no

son muy caros. (Food and Agriculture Organization of the United Nations, 2013)

Los carbohidratos no solamente son una fuente energética, sino que también desempeñan otras funciones. Tradicionalmente, los azúcares se utilizan como edulcorantes para hacer que el alimento sea más apetecible y contribuir a su conservación. Las dietas con un alto contenido en carbohidratos pueden reducir la tendencia individual a la obesidad.

Grasas

“La mayor parte de las grasas naturales son una mezcla de distintas glicerinas asiladas y son líquidas a temperatura ambiente. Puesto que la necesidad de grasas sólidas, en especial para la alimentación humana, es esencialmente mayor”. (Beyer, Wolfgang Walter, 2010) En la bioquímica la grasa es la definición que se le da de manera genérica la clase de lípidos, sin embargo también hace referencia los acilglicéridos, éstos pueden ser sólidos o líquidos según la temperatura del ambiente; cumple funciones tanto estructurales como metabólicas.

2.1.3 Factor de riesgo

Según Polsdorfer, Ricker, MD, (2011) “Un factor de riesgo es aquello que incrementa su probabilidad de contraer una enfermedad o condición”.

El término "factor de riesgo" fue utilizado por primera vez por el investigador de enfermedades cardíacas Thomas Dawber en un estudio publicado en 1961, donde atribuyó a la cardiopatía isquémica determinadas situaciones como son la presión arterial, el colesterol o el hábito tabáquico.

Los déficits en el estado nutricional infantil están generalmente asociados a múltiples factores del ambiente en el que vive el niño desde su concepción.

La pérdida de peso o su insuficiente aumento, y el retardo del crecimiento en talla son procesos resultantes de múltiples agresiones, la desnutrición es, fundamentalmente, expresión de una patología social más generalizada: la pobreza (en el sentido global de múltiples carencias).

Entre los primordiales motivos de la malnutrición se hallan la indigencia y los costos de las comidas, la práctica alimenticia y la producción agrícola, habiendo bastantes casos particulares producidos por una combinación de diversas causas.

Siguiendo las afirmaciones de Isidoro Kofman, es posible enumerar factores concurrentes, o al menos coexistentes en el entorno del niño desnutrido.

El factor vivienda es uno de los mencionados, producto de las observaciones realizadas en el medio hospitalario, la experiencia ha demostrado que

La mayor parte de los pacientes proceden de comunidades olvidadas que se hallan ubicadas alrededor de las inmensas ciudades, son en la mayoría de las veces residentes de casas inestables que no tienen agua potable y se proveen de grifos públicos. Escasean de puntos cloacales y suelen morar en las cercanías de basureros, coexistiendo con ratones, moscos, entidades artífice de enfermedades. En un entorno de total hacinamiento y promiscuidad. (Unicef, 2011)

Según este autor, el elemento social y económico contribuye a la caracterización de la ecología de la desnutrición, al respecto afirma que la situación social es sumamente inestable siendo a menudo hijos de madres solteras muy jóvenes e inexpertas, otros casos coinciden con la convivencia con abuelos.

Es una constante en estos niños la presencia de padres desocupados, subocupados, con capital insuficiente e

inapropiado manejo del sueldo, en no escasas circunstancias el alcoholismo está vigente en el entorno de convivencia de la familia, esta situación condiciona escasez de recursos alimenticios y malos hábitos alimentarios, suelen agregarse un destete precoz e hipogalactia materna. (Unicef, 2011)

En la correlación entre estudiante subalimentado y progreso de la inteligencia tiene que ser estudiado integrado a los aspectos concluyentes de su conexión determinada, aunque ya es indudable e incuestionable la demostración científica que enlaza a la desnutrición con el desempeño escolar.

Según Tallis, Jaime:

El daño que puede ocasionar una desnutrición sobre el progreso del intelecto del menor tiene que ser adecuadamente aclarado, debido a que la disertación política de denuncia del impacto invariable de estas insuficiencias en la nutrición a temprana edad profundiza un peligro de separar de la enseñanza prudente, por un aparente entendimiento de que el menor padece retardo mental, a un conjunto de niños cuyos problemas de enseñanza dependen de otros componentes socio educativos sujetos a la denominada "ecología de la desnutrición" y no a la carencia de nutrientes específicos. (Tallis Jaime, 2009)

Históricamente hablando sobre el estudiante que padece desnutrición prevalece el problema, él es el fruto contiguo de la carencia alimentaria; y éste es resultado de un transcurso multivariado y lóbrego, es por este motivo que al ubicar al estudiante desnutrido de manera intrínseca en el entorno escolar irreparablemente corresponderá examinar contextos distintos, esto tiene

directa correlación con el minuto a minuto de la vida del menor en que se instaló su “conflicto” nutricional.

Siguiendo los planteos de Jaime Tallis, el niño en riesgo nutricional en la escuela debe ser estudiado en situaciones diferentes, por un lado habrá de considerarse al niño con hambre en el ámbito escolar.

Será este un niño desmotivado o cuyo déficit de aprendizaje no responderá a deficiencia de desarrollo intelectual; sino a motivos accesorios como irritabilidad, desatención, apatía; y efectivamente reversibles si se establecen las medidas oportunas, aquí no hay retardo alguno y la escuela deberá dar de comer para permitir el aprendizaje.

Es relevante estar consiente que la relación entre la ingesta de alimento y los estados de salud deben enunciarse como un aspecto de peligro, una investigación aparece establecida, igualmente por la conducta alimentaria y demás aspectos de peligro como la propensión hereditaria, factores comportamentales o ambientales, económicos o sociales. Arvejo (2014)

Factores Culturales

La alimentación es un aspecto de la vida que se basa en un vehículo de conducta como forma de comunicación y de normas que rige sea esto al individuo, familia o comunidad dependiendo del entorno en el que se encuentren rodeados; condicionado por su disponibilidad y utilización.

Factores Genéticos

Esta disponibilidad está más predispuesta a la falta de acceso y consumo de alimentos requeridos para el crecimiento y desarrollo durante la etapa de la niñez, más no de forma hereditaria.

Factores Ambientales

En la actualidad se habla mucho de la desnutrición ya que el principal motivo es la mala ingesta de alimentos adecuados y basados en la pirámide alimenticia.

Medios de Comunicación

La mecanización de nuestros trabajos, las mejores comunicaciones y mejor transporte han hecho que nuestro gasto energético disminuya sensiblemente en todas las edades y niveles sociales de una sociedad que es cada vez más urbana y menos rural, más cercana y menos distante, sean cuantos sean los kilómetros que medien entre destinos, a ello han contribuido la TV, el abono al cable, la computadora, Internet, los medios de transporte cada vez más accesibles, la falta de tiempo para hacer ejercicio, el temor a la violencia y a las drogas, la escasez de espacios públicos para la práctica de actividades deportivas, y la falta de apoyo gubernamental a todas las actividades deportivas.

2.1.4 Malnutrición

En la actualidad alrededor del globo terráqueo alrededor de mil millones de individuos están pasando por hambre en este momento según la Organización de las naciones unidas para la alimentación y la agricultura FAO, y las apreciaciones muestran que estas cifras van en aumento.

Desde el año 2008, las dificultades de carácter financiero y el frecuente aprieto alimentario han desmejorado el escenario, los costos de las comidas titubean, con incrementos que provocan un camino más complicado hacia una

alimentación correcta se torne más complicada casi imposible para millones de habitantes o familias. Unicef (2011)

Existen dos tipos clínicos evolutivos: la forma aguda, con pérdida preferente de peso, y la crónica, con retraso de talla. Déficit de peso para la talla o enflaquecimiento corresponde a la malnutrición aguda: se desarrolla en un breve plazo y mejora rápidamente con el tratamiento nutricional. En los países donde este tipo de malnutrición es frecuente suele empezar de los dos a cuatro meses y alcanza la máxima intensidad y prevalencia hacia los 12 y 24 meses. A partir de esta edad los niños que sobreviven experimentan recuperación nutricional. Y la mayoría puede alcanzar un peso normal hacia los dos años. Retraso de crecimiento en talla de origen nutricional tiene una clínica y evolución diferente. Puede comenzar incluso intraútero, con disminución de la velocidad de crecimiento de peso y talla. (Manuel Hernández Rodríguez, Ana Sastre Gallego, 2012)

La malnutrición es un cuadro clínico caracterizado por una alteración en la composición del cuerpo, ocasionado por un desequilibrio entre la ingesta de nutrientes y las necesidades nutricionales básicas, se la observa frecuentemente en el curso de la mayoría de las enfermedades en las cuales existe cierto compromiso del estado general.

Convivimos en un contexto de la humanidad en el cual por vez inicial hay la cultura, el discernimiento, la experiencia y los recursos necesarios para erradicar al hambre de la sociedad al igual que la indigencia, no hay que dejarse engañar con el argumento de que no hay comida, ya que la carencia

de comida no existe, todo lo contrario existe alimento para que todas las comunidades del mundo puedan alimentarse correctamente, no obstante se suele desperdiciar entre un 30% y un 50% de todo la comida que se elabora, y en las naciones desarrolladas se estima que se derrocha más o menos una cuarta parte de los alimentos que adquieren las familias.

2.1.5 Causas de la Desnutrición Infantil

La desnutrición infantil es el resultado de la ingesta insuficiente de alimentos (en cantidad y calidad), la falta de una atención adecuada y la aparición de enfermedades infecciosas.

Detrás de estas causas inmediatas, hay otras subyacentes como son la falta de acceso a los alimentos, la falta de atención sanitaria, la utilización de sistemas de agua y saneamiento insalubres, y las prácticas deficientes de cuidado y alimentación.

Una persona con desnutrición suele presentar asociados los diferentes tipos de desnutrición. Un niño con delgadez extrema suele también presentar un déficit de vitaminas y minerales así como un retraso en el crecimiento. Un individuo que presente kwashiorkor puede presentar también marasmo. (Prudhon, 2014)

En el origen de todo ello están las causas básicas que incluyen factores sociales, económicos y políticos como la pobreza, la desigualdad o una escasa educación de las madres. Marroquin (2013)

Según Wendy Wisbaum de la UNICEF, menciona tipos de desnutrición:

Desnutrición crónica

Desnutrición aguda moderada

Desnutrición aguda grave o severa

Carencia de vitaminas y minerales

La desnutrición actúa como un círculo vicioso: las mujeres que padecen desnutrición suelen tener bebés con deficiencias en estatura y peso, esto incrementa la posibilidad de continuar con la desnutrición en las continuas generaciones, en los estados en progreso, nace cada año unos diecinueve millones de infantes con el peso incorrecto es decir menor a 2.500 gramos.

El factor de la desnutrición, al momento de perjudicar las capacidades intelectuales y cognoscitivas del infante, reduce su desenvolvimiento académico, y el aprendizaje de capacidades que limitara su rendimiento en la vida cotidiana, por este motivo la habilidad del infante de formarse en una persona adulta que logre colaborar mediante su progreso humano y profesional al desarrollo de su sociedad y de su nación.

Cuando la desnutrición se perpetúa de generación en generación, se convierte en un serio obstáculo para el desarrollo y su sostenibilidad.

2.1.6 Qué hacer ante situaciones de desnutrición escolar

Desde esta perspectiva la institución educativa precisamente, tendrá que regirse como una estructura reparadora de tales carencias a través de la realización de comedores en la escuela y su respectiva subsistencia con constante colaboración de la sociedad y de otros establecimientos de la zona, al igual que la responsabilidad y colaboración de los grupos de salud en la elaboración de dietas balanceadas y ajustadas a las necesidades nutricionales de los estudiantes.

Al igual que brindar una buena alimentación como un hecho ya establecido y moderador se debe de crear acciones de enseñanza nutricional que facilite a la comunidad en general, optimizar la utilización de sus recursos alimenticios mediante la realización y sustentación de huertos escolares, para que se conozca las particularidades nutricionales del producto de su labor; o sobre las familias a través de la distribución de cursos que accedan el mejoramiento de la calidad de la alimentación implementado comidas de bajo precio y de sencilla producción en las zonas.

Si bien la ejecución de cada uno de ellos es patrimonio del especialista, tal vez la sonometría por su simplicidad y fácil comprensión sea el más adecuado para ser efectuado dentro del ámbito escolar.

Al respecto, el documento titulado "Secuelas de la desnutrición" presentado en el Encuentro Científico Multidisciplinario "La Pediatría y la Argentina del Siglo XXI, la nueva morbilidad" destaca la importancia de esta actividad de monitoreo sobre grupos de población de riesgo. Dice:

Sería más importante poder hacerlo desde el nacimiento, monitoreando el peso al nacer y el peso y la talla durante los primeros años de vida. Sería muy importante el seguimiento de las curvas de crecimiento de los niños con el objeto de detectar tempranamente cualquier retardo... y así actuar sobre el niño. Esta supervisión puede hacerse a grupos de población, de manera tal de monitorear mes a mes, o con intervalo mayor, el estado nutricional de los niños de riesgo. (Mora, 2011)

Los parámetros más frecuentemente utilizados son peso y talla, de esta manera la escuela se rige como ejecutora de una de las acciones preventivas

más importantes relacionadas con el crecimiento de los alumnos, pudiendo relacionarse con rendimiento pedagógico y frecuencia de asistencia.

2.1.7 Programa de Alimentación Escolar planteado por el Gobierno Nacional.

El Programa de Alimentación Escolar atiende los 200 días del período escolar con alimentación para niñas y niños de 3 a 4 años de edad de Educación Inicial; y niñas, niños y adolescentes entre 5 y 14 años de edad de Educación General Básica (EGB) de instituciones educativas públicas, fiscomisionales y municipales de las zonas rurales y urbanas.

El desayuno para Educación Inicial está compuesto de una colada fortificada de sabores y galleta rellena y el refrigerio consiste en 200 ml en envase de leche de sabores y entera.

El desayuno para estudiantes de Educación General Básica comprende cinco productos: colada fortificada de sabores, galleta tradicional, galleta rellena, barra de cereal y granola en hojuelas, mientras que el refrigerio consiste en 200 ml en envase tetra brik de leche de sabores y entera.

El desayuno escolar, que en muchos de los casos es la primera comida del día, brinda a los estudiantes el 90% de las necesidades energéticas y cubre al 85% el requerimiento de proteína requerida para esa hora del día.

El Programa además incorpora una estrategia de inclusión económica y social, que tiene como objetivo dinamizar la economía nacional a partir de la integración de pequeños productores de granola en hojuelas.

A finales del 2013, se inició la entrega progresiva de almuerzo escolar a todos los estudiantes de jornada vespertina de las Unidades Educativas del Milenio, el almuerzo escolar es entregado listo para el consumo en las Instituciones

Educativas, su elaboración se efectúa en base a los requerimientos nutricionales de los escolares de acuerdo al grupo de edad, y su preparación es realizada con productos frescos de la zona, propiciando la compra local y directa a pequeños productores.

Mediante Decreto Ejecutivo Nro. 129 del 22 de octubre de 2013, se crea el Instituto de Provisión de Alimentos, adscrito al Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca, el que se encarga de la adquisición de los productos de alimentación escolar, su almacenamiento y distribución. Y el Ministerio de Educación es responsable de establecer las necesidades y características de la demanda de la alimentación escolar, las instituciones educativas cubren distintos niveles de educación (Inicial, EGB y Bachillerato) por lo que cada centro educativo recibe recursos educativos diferentes, por lo tanto el total de instituciones no corresponde a la sumatoria de los recursos entregados. Medina (2015)

El rol de la enfermera en relación a la nutrición

Es importante señalar los aspectos más relevantes de las funciones asistenciales y educacionales que la enfermera lleva a cabo cotidianamente. **“La enfermeras logran exponer sus conocimientos por qué hacen lo que hacen ya que el estudio y su capacidad les ofrece autonomía profesional debido a que dirige las funciones asistenciales”** (Aured, 2009), educadores e investigadores. De ahí la relevancia de las mediaciones asistenciales en el grupo pluriprofesional que incrementa debido al discernimiento teórico y práctico, ya que las sistemáticas desarrolladas estudiosamente poseen más viabilidades de brindar excelentes resultados.

Los Cuidados de las enfermeras en Nutrición son asistir, informar, formar, educar, asesorar y adiestrar, desde el aspecto bio-psico-social del paciente y con un desarrollo estructurado en diferentes etapas. Tras el diagnóstico

nutricional y educativo la enfermera, pauta el adiestramiento del paciente, ofreciendo atención integral y evaluación continua de resultados. Todo ello con actitud científica, abierta, constante, personalizada y con empatía.

En los equipos pluriprofesionales, las enfermeras son responsables de proporcionar los cuidados y conocimientos necesarios para atender y educar a las personas en distintas etapas del ciclo vital. Los hábitos alimentarios son un factor determinante del estado de salud de la población, porque se configuran en la infancia y se desarrollan y asientan a lo largo de la vida del sujeto, pudiendo influir sobre ellos a través de programas educativos que refuercen las pautas de conducta alimentaria adecuadas. Moncayo(2013)

2.2 Marco legal

2.2.1 Ministerio de Salud Pública del Ecuador

2.2.2 Constitución de la República del Ecuador

La Constitución del Ecuador estipula sobre los Derechos del Buen Vivir.

Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a **alimentos sanos, suficientes y nutritivos**; (...).El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

Sección séptima. Salud

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. (...).

Sección quinta. Niños, niñas y adolescentes

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y **nutrición**; a la educación y cultura, **al deporte y recreación**; (...).

Art. 363.- El Estado será responsable de: 1. Formular políticas públicas que garanticen la promoción, prevención, curación, rehabilitación y atención integral en salud y fomentar prácticas saludables en los ámbitos familiar, laboral y comunitario (...).

La sección sexta hace alusión a la cultura física y tiempo libre y menciona lo siguiente:

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas;(...).

2.2.3 Tratados y convenciones internacionales

El Ecuador ha suscrito varias convenciones, acuerdos y tratados internacionales, que lo comprometen a garantizar el derecho de las personas a un acceso seguro y permanente a alimentos sanos y nutritivos, así como a promover el deporte, la actividad física y la recreación, como actividades beneficiosas para la salud de sus habitantes entre ellas:

Carta de Ottawa sobre Promoción de la Salud (1986).

Estrategia Mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud de OMS (2004).

Estrategia regional y plan de acción con enfoque integrado para la prevención y el control de las enfermedades crónicas (2006).

Estrategia mundial sobre la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles (2007).

Agenda de Salud para las Américas 2008-2017, de la Organización Panamericana de la Salud (2008).

La Declaración de Río de Janeiro «Las Américas Libres de Grasas Trans» (2008).

Acuerdo de Quito para la reducción de ácidos grasos saturados, Trans y promoción de grasas insaturadas de configuración Cis (ácidos grasos insaturados) (2008).

Plan de acción global de ECNT (Enfermedades crónicas no transmisibles) (2008).

Recomendaciones sobre la comercialización de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigidas a niños y niñas (2008)

2.2.4 Leyes especiales

La ley orgánica de salud (2006).

Señala a la salud como un derecho humano inalienable, indivisible, irrenunciable e intransigible, cuya protección y garantía es responsabilidad primordial del Estado; y el resultado de un proceso colectivo de interacción donde Estado, sociedad, familia e individuos convergen para la construcción de ambientes, entornos y estilos de vida saludables.

Para el efecto, indica:

De la alimentación y nutrición

Art. 16.- El Estado establecerá una política intersectorial de seguridad alimentaria y nutricional, que propenda a eliminar los malos hábitos alimenticios, respete y fomente los conocimientos y prácticas alimentarias tradicionales, así como el uso y consumo de productos y alimentos propios de cada región, y garantizará a las personas, el acceso permanente a alimentos sanos, variados, nutritivos, Inocuos y suficientes.

De las enfermedades no transmisibles

Art. 69.- La atención integral y el control de enfermedades no transmisibles, crónico degenerativas, (...) comprenderá la investigación de sus causas,

magnitud e impacto sobre la salud, vigilancia epidemiológica, promoción de hábitos y estilos de vida saludable, prevención, recuperación, rehabilitación, reinserción social de las personas afectadas y cuidados paliativos.

La ley orgánica del régimen de soberanía alimentaria del Ecuador (2009)

Cumple 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 y estipula para el efecto lo siguiente:

Art. 28.- Calidad nutricional

Se prohíbe la comercialización de productos con bajo valor nutricional en los establecimientos educativos, así como la distribución y uso de estos en programas de alimentación dirigidos a grupos de atención prioritaria. El Estado incorporará en los programas de estudios de educación básica contenidos relacionados con la calidad nutricional, para fomentar el consumo equilibrado de alimentos sanos y nutritivos. (...). Las leyes que regulan el régimen de salud, la educación, la defensa del consumidor y el sistema de la calidad establecerán los mecanismos necesarios para promover, determinar y certificar la calidad y el contenido nutricional de los alimentos, así como la promoción de alimentos de baja calidad a través de los medios de comunicación. (Ecuador C. d., 2011)

La ley del deporte, educación física y recreación (2010).

Señala entre sus preceptos fundamentales:

Art. 3.- La práctica del deporte, actividad física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Será protegida por todas las funciones del Estado.

En el Capítulo I, sobre los derechos de los ciudadanos, se indica:

Art. 11.- Es derecho de los y las ciudadanos practicar deporte, realizar educación física y acceder a la recreación, sin discrimen alguno (...).

En el Título VI referente al tema de la recreación, Sección 1, sobre Generalidades, indica:

Art. 89. La recreación comprenderá todas las actividades físicas lúdicas que empleen el tiempo libre de una manera planificada, buscando un equilibrio biológico y social en la consecución de una mejor salud y calidad de vida.

Art. 90. Es obligación de todos los niveles del Estado programar, planificar, ejecutar e incentivar las prácticas deportivas y recreativas, incluyendo a los grupos de atención prioritaria, impulsar y estimular a las instituciones públicas y privadas en el cumplimiento de este objetivo.

Art. 92.- Sobre la regulación de las actividades deportivas

c) Fomentar programas con actividades de deporte, educación física y recreación desde edades tempranas hasta el adulto mayor, y grupos vulnerables en general, para fortalecer el nivel de salud, mejorar y elevar su rendimiento físico y sensorial.

d) Garantizar, promover y fomentar en la Administración Pública, la práctica de actividades deportivas, físicas y recreativas.

2.2.5 Decretos ejecutivos y acuerdos ministeriales

Reglamento para funcionamiento de bares escolares en las instituciones educativas (2010)

Cuyo objetivo es fomentar y promover hábitos alimentarios saludables en las niñas, niños y adolescentes del sistema educativo nacional.

En el Capítulo VI, De los Alimentos, se señala:

Art. 20.- Los alimentos industrializados que se expendan en el bar escolar deberán contar con el registro sanitario correspondiente y estar debidamente rotulados, y el etiquetado indicará el valor nutricional, especialmente de las grasas totales, grasas saturadas, grasas trans, azúcar, sodio, fibra y calcio y fecha de caducidad.

Art. 22.- Los alimentos o comida preparada que presenten altos contenidos de nutrientes con indicadores de exceso, no podrán expendirse, ni comercializarse en ninguno de los establecimientos educativos.

Art.23.- Se prohíbe la promoción de productos alimenticios den bajo valor nutricional en los bares escolares.

2.2.6 El Plan nacional para el buen vivir

En su objetivo dos, referente a mejorar las capacidades y potencialidades de la ciudadanía, indica entre sus políticas:

2.1. Asegurar una alimentación sana, nutritiva, natural y con productos del medio para disminuir drásticamente las deficiencias nutricionales.

2.8. Promover el deporte y las actividades físicas como un medio para fortalecer las capacidades y potencialidades de la población.

Además señala, como metas:

2.1.1. Reducir en un 45% la desnutrición crónica al 2013.

2.1.2. Garantizar un consumo kilocalórico diario de proteínas mínimo de 260 kcal /día al 2013.

2.1.3. Disminuir al 3,9% el bajo peso al nacer en niños y niñas al 2013.

En el objetivo tres, se plantea mejorar la calidad de vida de la población, y establece como políticas para este fin:

3.1. Promover prácticas de vida saludable en la población.

Impone como metas las siguientes:

3.1.1. Triplicar el porcentaje de la población que realiza actividad física más de 3,5 horas a la semana al 2013.

3.1.2. Reducir al 5% la obesidad en escolares al 2013.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES

- Factores de riesgo nutricionales
- Niños y niñas de 9 a 12 años

Cuadro operacionalización de las variables

Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Escala	Fuente / Instrumento	Ítems
Factores de riesgo nutricionales	Es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión.	Nutrición	La alimentación Bases para una buena alimentación Micro elementos Proteínas Carbohidratos Grasas	¿Cuántas comidas ingiere al día su hij@? <ul style="list-style-type: none"> • 1-3 • 3-5 • más 	Encuesta y guía de observación	¿Cuántas comidas ingiere al día su hij@? 1-3/ 3-5/ más ¿Cree alimentarlos bien? Si / No / Más o Menos
		Factor de riesgo	Habito alimentarios Carencia de Alimento Exceso de alimentos	¿Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos? <ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A Veces 		¿Qué tipo de carnes consume a diario? Carnes, Pollo, Pescado, Embutidos Chanchos, Enlatados
		Factores Culturales	Factores Ambientales Medios de Comunicación			¿Consume verdura y hortalizas a diario? Si / No / Rara vez
		Malnutrición	Causas de la Desnutrición Infantil Qué hacer ante situaciones de desnutrición escolar			¿Qué tipo de frutas ingiere? Manzana, Guineo, Mango, Uvas, Peras, Otros

			<p>Modo de preparación de los alimentos</p> <p>Conocimiento en la preparación de los alimentos</p>			<p>¿Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos? Si / No / A Vece</p> <p>¿Compra comida chatarra para sus hij@s? Sí / No / Rara vez</p> <p>¿Cuántas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hij@s? 1-2 Días 3-4Días todos los días</p> <p>¿Conoce los riesgos de una mala alimentación? Si / No / Más o Menos</p>
Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Escala	Fuente / Instrumento	Ítems
Niños y niñas de 9 a 12 años	Individuos que transcurren por la primera instancia de la vida conocida como infancia y que es anterior a la pubertad.	<p>Desarrollo y crecimiento de los niños</p> <p>Nutrición escolar</p> <p>educación</p> <p>económico</p>	<p>Crecimiento Desarrollo</p> <p>Dieta escolar El bar escolar</p> <p>Instrucción Académica</p> <p>Nivel económico</p>	<p>¿Cuántas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hij@s?</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1-2 Días • 3-4Día • todos los días 	Encuesta	<p>¿Acude al médico para chequeos rutinarios de sus hij@s? SI / No / Rara vez</p> <p>¿Le pareció de gran ayuda la charla impartida? Si / No / Más o Menos</p> <p>Edad del niño/a 9-10 / 10-11 / 11-12</p> <p>Género del niño/a Masculino Femenino</p>

						<p>Grado del niño/a: Sexto Séptimo Octavo</p> <p>Nivel de instrucción académica de los padres o representantes . Primaria secundaria superior otros</p> <p>Número de personas que habiten en su hogar 1-3 / 4-6/ 6-8 / 8-10 más</p> <p>Actualmente trabaja Si / No / A veces/ Indiferente</p> <p>Ocupación de los padres o representantes Profesional / Chofer / Ama de casa Comerciante V. ambulante Otros</p>
--	--	--	--	--	--	--

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

CAPÍTULO III

3.1 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1 Población de estudio

“La población es una fuente de muestras, de la cual se toma la muestra sobre la que se va a experimentar” (Silvia Sáez, Luis Gregorio Gómez-Cambronero López, 2013). La población escogida para ser encuestada es de 50 Padres de Familia, representantes de los niños de 9 a 12 años de la Escuela República de Cuba de la Ciudad de Guayaquil.

3.2.2 Muestra

“La muestra es el número limitado de medidas tomadas de una fuente mayor que en este caso de la población”. (Silvia Sáez, Luis Gregorio Gómez-Cambronero López, 2013). La muestra está constituida por 30 padres de familia divididos en 10 de sexto grado, 8 en séptimo grado y por ultimo 12 en octavo grado de básica, con quienes se contó para la realización de las encuestas.

3.3 TIPO DE ESTUDIO

La investigación a desarrollar tiene las características de un estudio Exploratorio y Descriptivo.

La investigación exploratoria frecuentemente es utilizada para solucionar una problemática de la cual no se tenga una claridad. Este tipo de investigación induce a establecer el más adecuado diseño del estudio, la metodología de

recolección de información y la elección de temas. Es prudente obtener conclusiones terminantes solo con mucha cautela.

El Estudio descriptivo de poblaciones se realiza mediante encuestas con muestras probabilísticas. La descripción se hace en un único momento temporal, lo cual le da la característica de corte transversal.

El estudio es cuantitativo-cualitativo. La investigación es cuantitativa porque en ella se recogerán y analizarán datos cuantitativos sobre variables. Al mismo tiempo, la investigación será cualitativa porque evitará en lo posible la cuantificación.

Los investigadores cualitativos hacen registros narrativos de los fenómenos que son estudiados mediante técnicas como la observación participante y las entrevistas no estructuradas.

El tipo de estudio encierra la verificación de información además del estudio en bibliografía relacionada.

3.4 Método de recolección de información

Encuesta previamente elaborada y guía de observación.

3.5 Plan de tabulación de datos

Utilizamos el programa de Excel para la elaboración de tablas y gráficos de los datos obtenidos en las encuestas, mediante barras de resultados.

3.6 Objeto del estudio

El objeto de estudio son los factores de riesgo nutricionales que afectan a niños tanto en el desenvolvimiento académico como en el estado de salud por lo que es indispensable proponer lineamientos precisos para que los padres de familia, autoridades del plantel guíen a niños y niñas para que tengan una buena alimentación, es por ello que se debe de garantizar la atención y la responsabilidad, generando situaciones de buen confort, ambiente, por ellos es interesante la motivación.

3.7 Procedimiento para recolección de información

El instrumento que se utilizó para la recolección de información fue la encuesta, que se basa en preguntas de opciones múltiples para conseguir los datos importantes y precisos para su respectivo análisis y resultados que concluirá con recomendaciones que sean de gran aporte.

3.8 instrumentos de recolección de datos

Se elaboraran un instrumento para captar la información, esto será a través de una Entrevista / Cuestionario. A Padres de Familia y expendedores inmersos de los grados seleccionados.

El cuestionario constara de:

- Datos generales
- Datos específicos
- Instructivo

Fuentes primarias:

Se recibirá información a través de revistas, artículos, informes, periódicos y documentos relacionados con el tema pertinente. Por medio de estas fuentes de primera mano se obtendrá información para realizar el análisis o elaboración de la fundamentación conceptual.

Fuentes Secundarias:

Se consultó documentación que fue de gran utilidad para escoger los métodos de investigación correctos, se revisó los resúmenes de diferentes repositorios de las bibliotecas digitales de las universidades.

3.9 Procesamiento de la investigación

Recolección de la información.

Procesamiento de datos recolectados.

Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

Presentación análisis e interpretación de resultados

Luego de emplear las encuestas a los Padres de Familia de la Institución de la Escuela República de Cuba de la Ciudad de Guayaquil se procedió a realizar el respectivo análisis e interpretación de todos los resultados obtenidos en las encuestas

Los resultados se van a expresar mediante cuadros explicativos y con sus respectivos gráficos estadísticos lo cual va a facilitar una adecuada lectura de la misma y fácil interpretación acerca de la problemática que es objeto de estudio de esta investigación.

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA

Datos Demográficos:

1. Edad del niño/a

CUADRO N° 1 Edad del niño/a

Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	9 a 10	9	30%
2	10 a 11	15	50%
4	11 a 12	6	20%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 1 Edad del niño/a



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

De los padres de familia encuestados, el 30% tiene a niños de entre 9 a 10 años de edad, el 50% de 10 a 11 años, el 20% de 11 a 12 años. Porque son niños de octavo año.

2. Género del niño/a

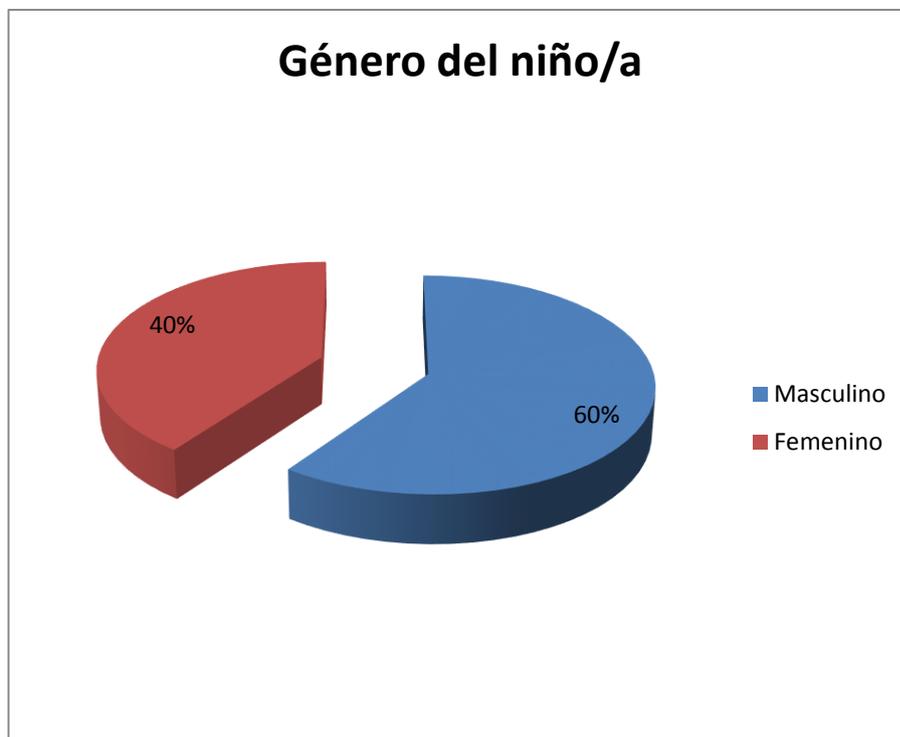
CUADRO N° 2 Género del niño/a

Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Masculino	18	60%
2	Femenino	12	40%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 2 Género del niño/a



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El 60% de los representantes encuestados tiene a niños de sexo masculino, el 40% de sexo femenino. A pesar de ello no es seguro que en el plantel existan más niños que niñas.

3. Grado del niño/a:

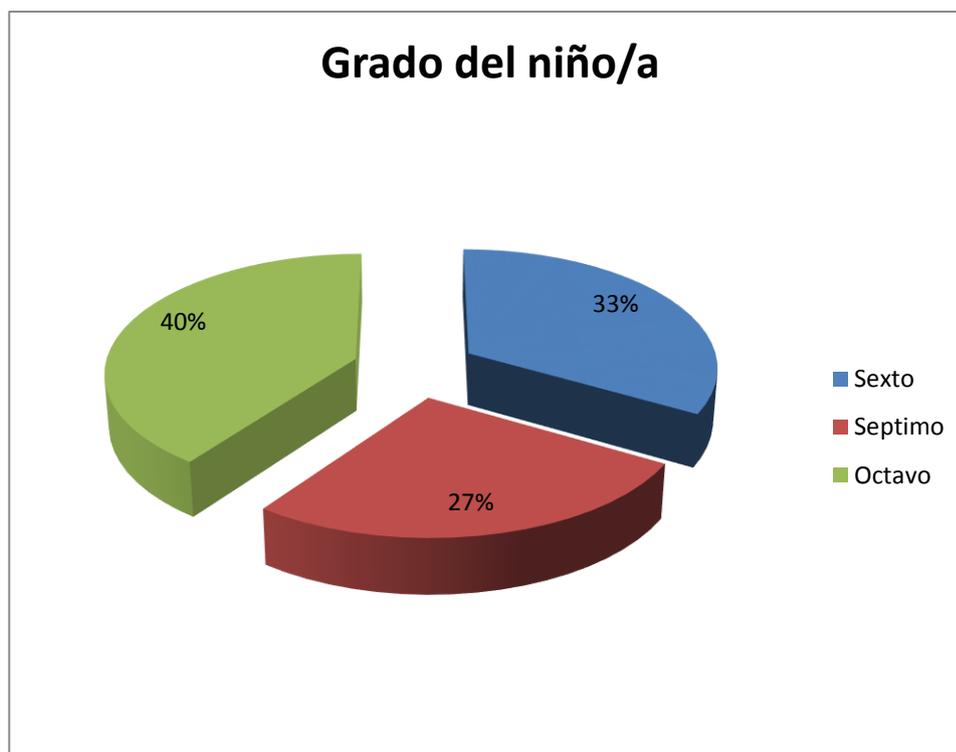
CUADRO N° 3 Grado del niño/a:

Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Sexto	10	33%
2	Séptimo	8	27%
4	Octavo	12	40%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 3 Grado del niño/a:



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

De los representantes encuestados el 33% tiene a sus niños en sexto grado, el 27% en séptimo grado y el 40% en octavo de básica.

4. Parentesco con el niño

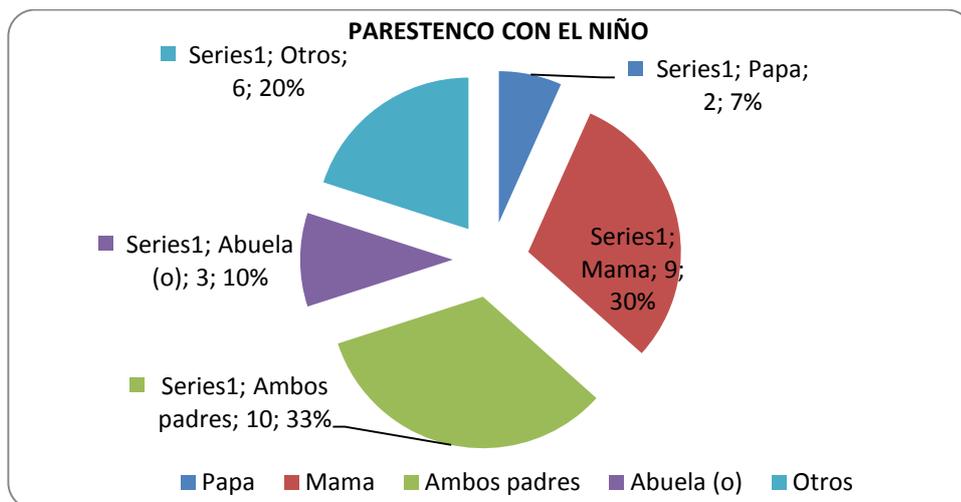
CUADRO N° 4 Parentesco con el niño

Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Papa	2	7%
2	Mama	9	30%
4	Ambos padres	10	33%
5	Abuela (o)	3	10%
6	Otros	6	20%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 4 Parentesco con el niño



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Mediante este gráfico podemos interpretar que hay un gran porcentaje de niños que no viven con sus padres se pudo constatar que prevalece aquellos niños que conviven con Ambos padres un 33% mientras que un 30% solo vive con sus madres, que se puede determinar que las causas serían por separación de padres, irresponsabilidad y el factor económico.

5. Nivel de instrucción académica

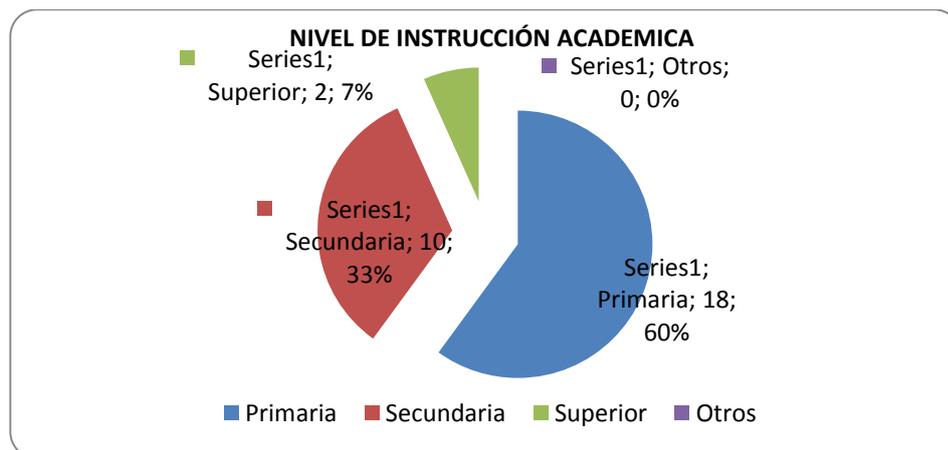
CUADRO N° 5 Nivel de instrucción académica

Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Primaria	18	60%
2	Secundaria	10	33%
4	Superior	2	7%
6	Otros	0	0%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 5 Nivel de instrucción académica



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Está basada en el nivel de instrucción de cada padre de familia, lo que refleja un 60% de personas que solo han terminado o han estudiado el nivel primario mientras que un 33% han terminado o se encuentra cursado su nivel secundario y un 7% para personas profesionales.

Lo cual puede determinar que aquellas personas solo tiene el nivel primario por lo cual pueden desconocer el estado nutricional de sus niños.

6. Ocupación

CUADRO N° 6 OCUPACIÓN

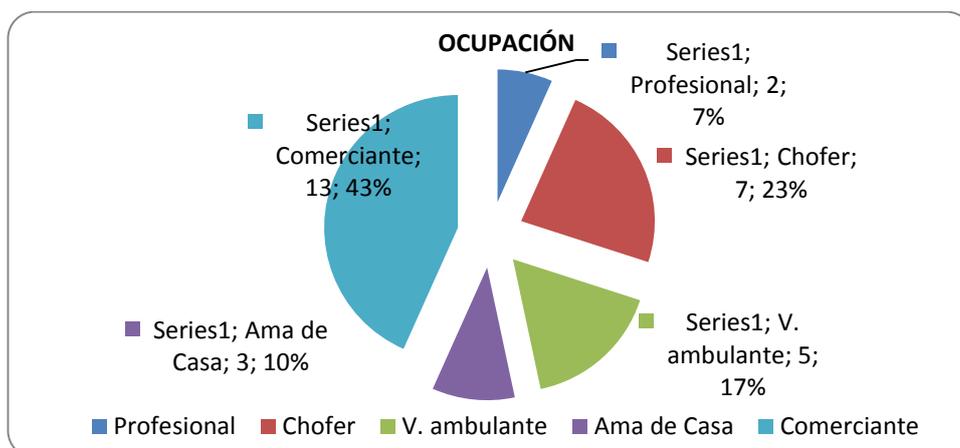
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Profesional	2	7%
2	Chofer	7	23%
3	V. Ambulante	5	17%
4	Ama de casa	3	10%
5	Comerciante	13	43%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO # 6

GRÁFICO N° 6 OCUPACIÓN



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Refiriéndose a su tipo de Ocupación prevaleciendo un 43% que son comerciantes, es decir que tienen negocios propios considerado como un factor de riesgo ya que sus niños no pasan mucho tiempo con sus padres en ciertas ocasiones hasta ellos son parte de vendedores. Debido a que en la actualidad en nuestro país es lo que más refleja.

7. Número de personas que habiten en su hogar

CUADRO N° 7 Número de personas en su hogar

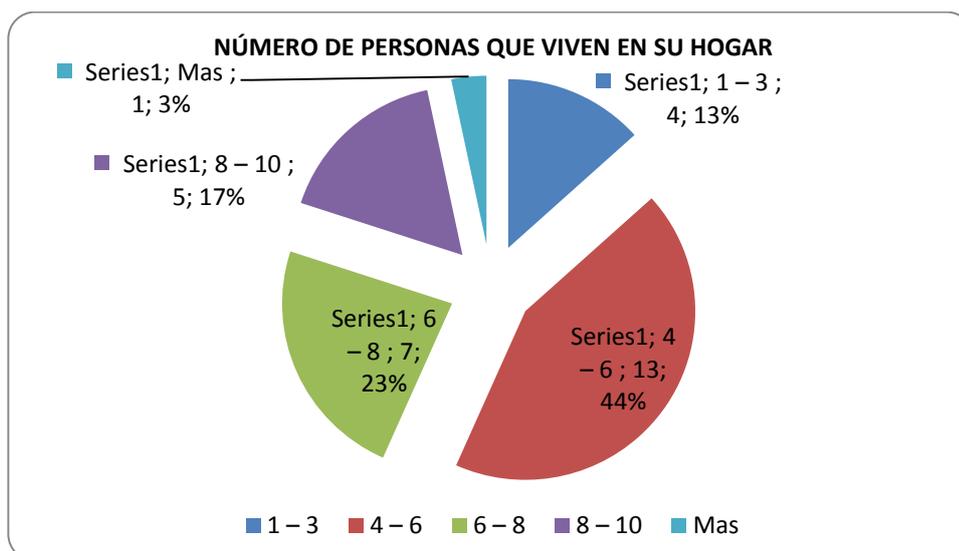
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	1 - 3	4	3%
2	4 - 6	13	44%
3	6 - 8	7	23%
4	8 - 10	5	17%
5	Más	1	3%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 7

Número de personas en su hogar



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Basándose en el número de personas que habitan en el hogar un 13% habitan de 1 a 3 personas, 44% entre 4 a 6 personas. Siendo el que tiene mayor relevancia son familias compuestas por 4 a 6 miembros sean estos padres, abuelos, tíos o demás lo que ocasiona más demanda de personas y en la gran mayoría son familias de escasos recursos y que tienen más de 1 niño en casa.

8. Comidas que ingiere al día su hijo o hija

Cuadro N° 8 Comidas que ingiere al día su hijo o hija

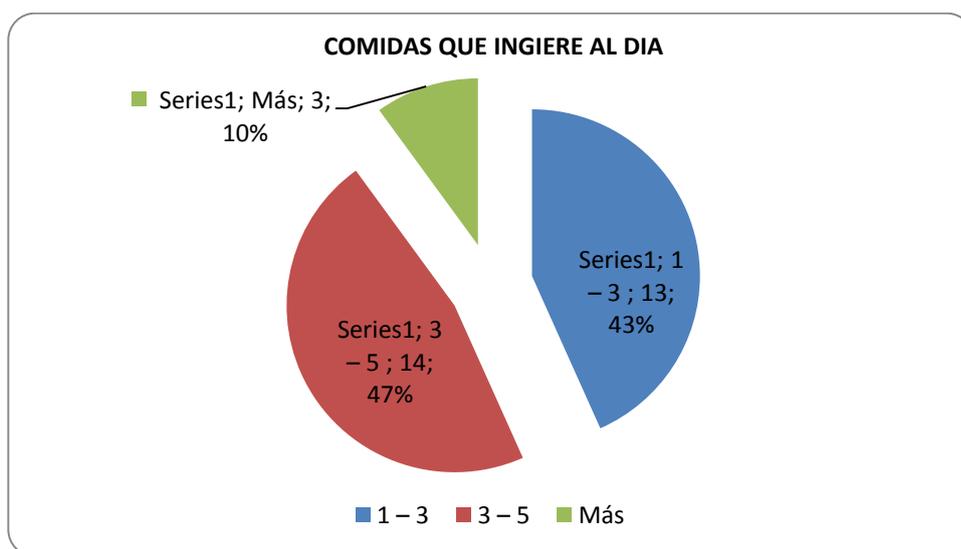
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	1 - 3	13	43%
2	3 - 5	14	47%
4	Más	3	10%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 8

Comidas que ingiere al día su hijo o hija



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Basándose en el número de comidas que ingieren existe de mayor prevalencias de 3 a 5 comidas al día con un 47%, seguido por un 43% que ingiere de 1 a 3 comidas al día y por concluir un 10% que ingieren más de 5 comidas al día.

9. Considera que los alimenta bien

CUADRO N° 9 Considera que los alimenta bien

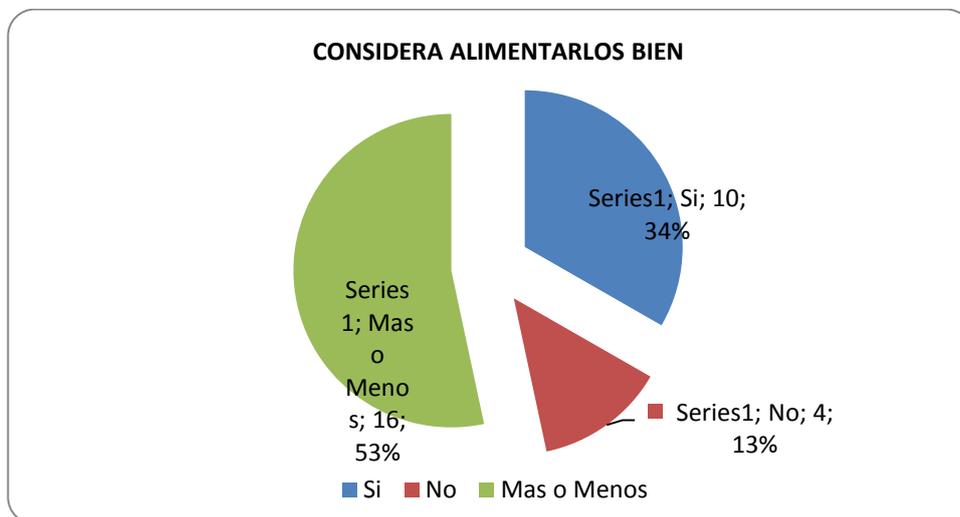
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	10	34%
2	No	4	13%
4	Más o menos	16	53%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 9

Considera que los alimenta bien



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Mediante este gráfico podemos interpretar que hay un gran porcentaje de padres de familia que mencionan que no saben si alimentan bien a sus hijos con un 53% que es el valor que prevalece, seguido por un 34% que manifiesta saber que si los alimentan bien y un 13% que no los alimenta bien.

Los padres de familia pudieron manifestar lo porque daban sus respuestas y la gran mayoría manifestaba que no tenían conocimiento para saber lo que estaba bien o estaba mal y a su vez la escasez de recursos.

10. Tipo de carnes consumidas a diario

CUADRO N° 10 Tipo de carnes consumidas a diario

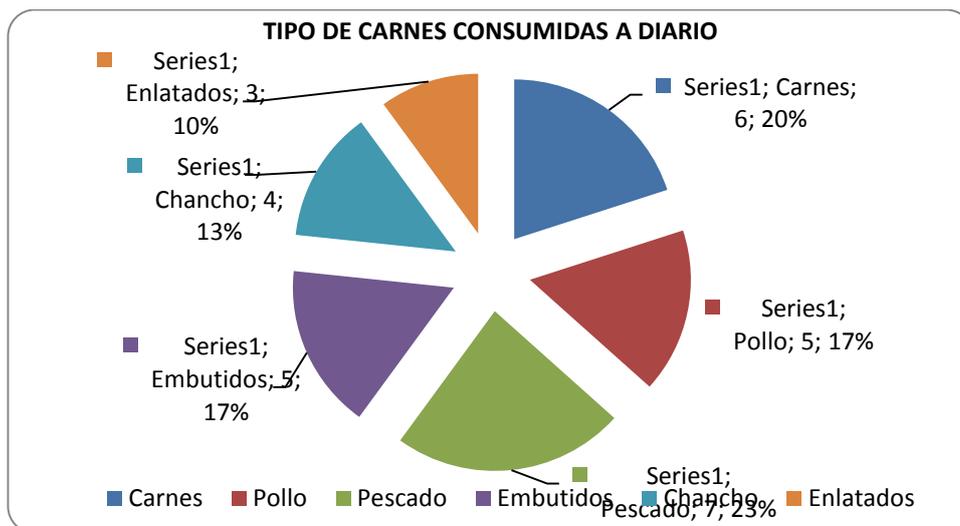
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Carnes	6	20%
2	Pollo	5	17%
3	Pescado	7	23%
4	Embutidos	5	17%
5	Chancho	4	13%
6	Enlatados	3	10%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 10

TIPO DE CARNES CONSUMIDAS A DIARIO



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Está basada en el tipo de carnes que consume a diario en el hogar la cifra opción que más prevalece es el 23 % que es Pescado, lo cual ellos manifiestan que es lo que encuentran a mayor alcance y disponibilidad.

11. Consumo de hortalizas y verduras a diario

CUADRO N° 11 Consumo de hortalizas y verduras a diario

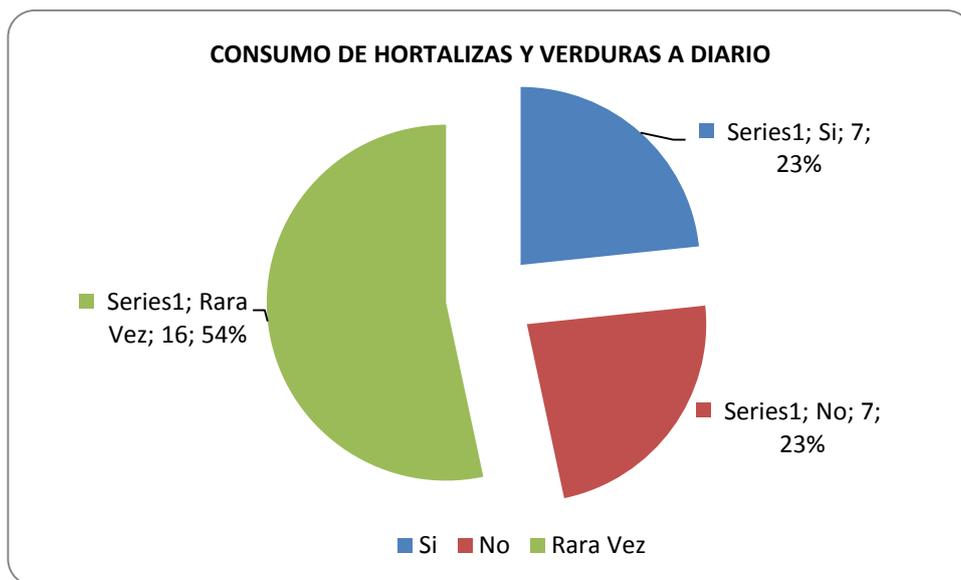
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	7	23%
2	No	7	23%
4	Rara Vez	16	54%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 11

Consumo de hortalizas y verduras a diario



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Refiriéndose al consumo diario de hortalizas y verduras prevalece la Opción de Rara vez con un 54% y con un porcentaje igual del 23% las opciones del Sí y No.

12. Tipo de frutas ingeridas

CUADRO N° 12 Tipo de frutas ingeridas

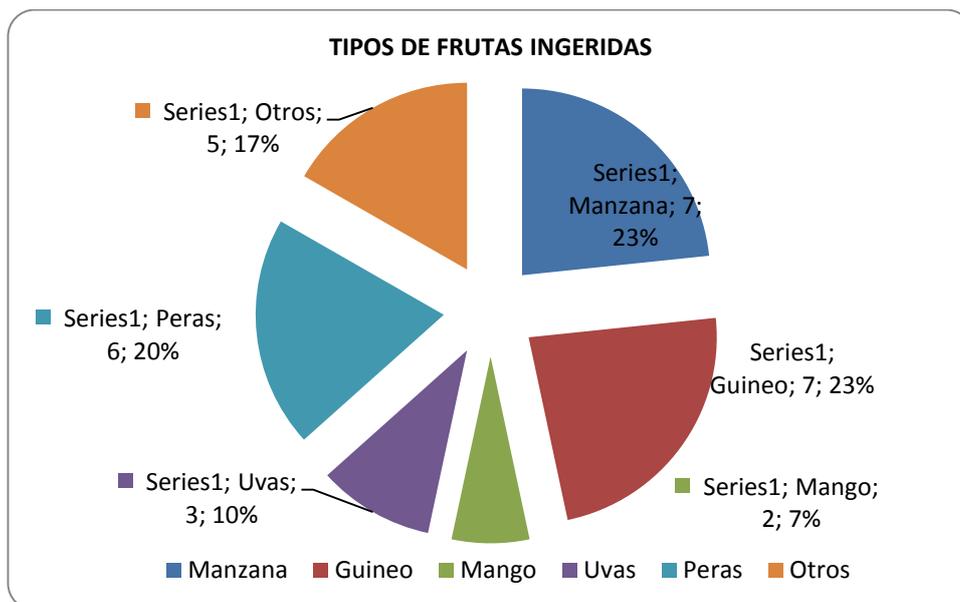
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Manzana	7	23%
2	Guineo	7	23%
3	Mango	2	7%
4	Uvas	3	10%
5	Peras	6	20%
6	Otros	5	17%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 12

Tipo de frutas ingeridas



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Basándose en tipo de frutas consumidas con mayor frecuencia se encuentra la manzana y el guineo con un 23% cada una siendo las opciones que más prevalecen, debido a que son las frutas de mayor alcance.

13. Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos

CUADRO N° 13 Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos

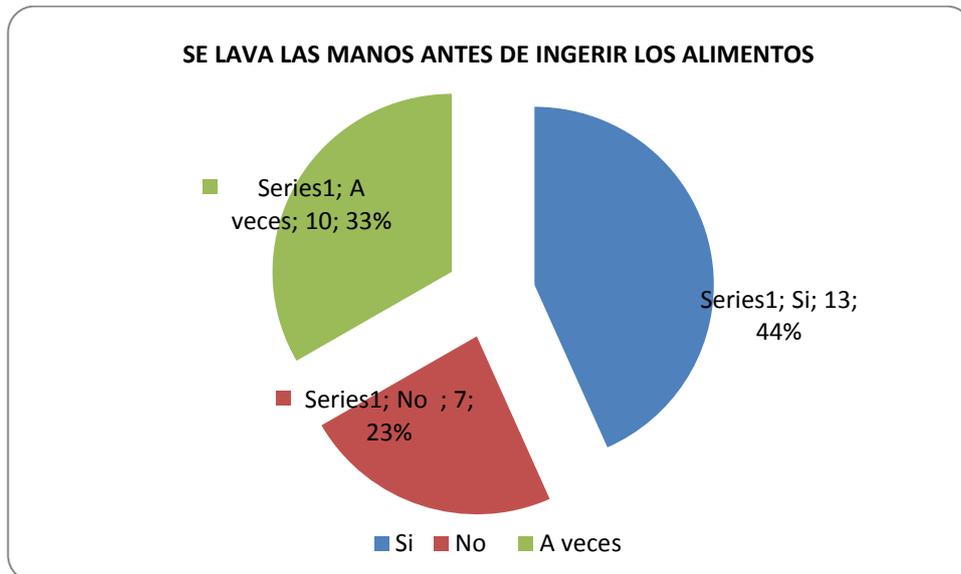
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	13	44%
2	No	7	23%
4	A veces	10	33%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 13

Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Existe una estadística del 44% que si se lava las manos seguido con un 33% que se lava las manos a veces y un 23% que no se lava las manos, expresan por diversos motivos sea por falta de tiempo, para hacer de manera más rápida.

14. Compra comida chatarra para sus hijos

CUADRO N° 14 Compra comida chatarra para sus hijos

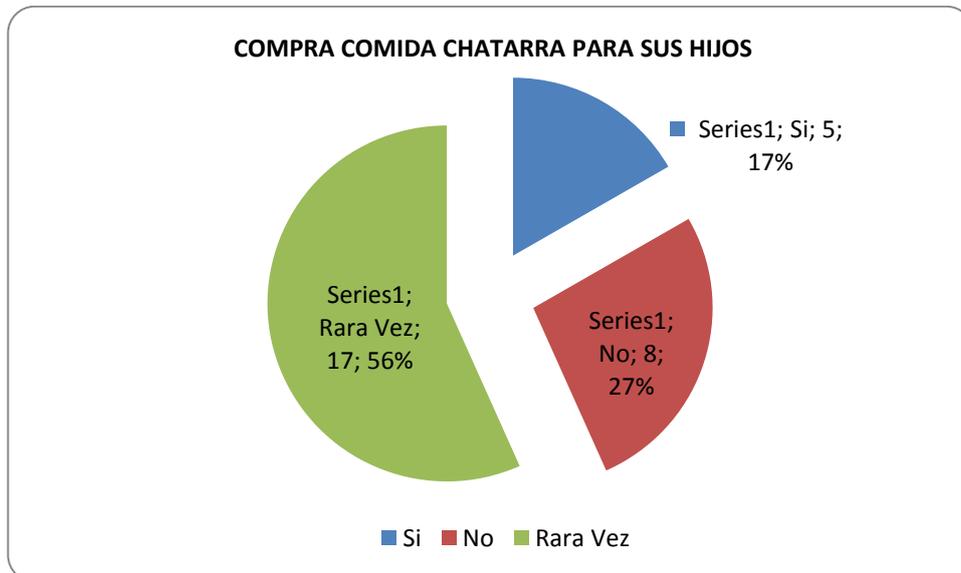
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	5	17%
2	No	8	27%
4	Rara Vez	17	56%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 14

Compra comida chatarra para sus hijos



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Expresa una estadística del 56% que si compra comida chatarra ya sea por falta de tiempo, por falta de conocimiento seguido por un 27% que no compra comida chatarra y un 17% que si compra comida chatarra.

15. Cuantas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hijos

CUADRO N° 15 Cuantas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hijos

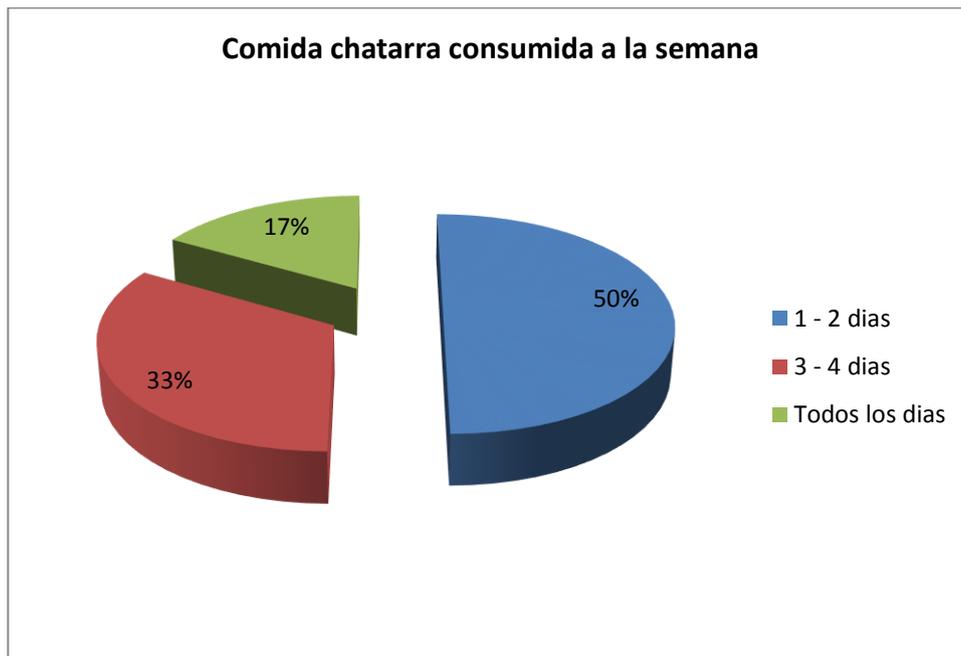
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	1 - 2 días	15	50%
2	3 - 4 días	10	33%
4	Todos los días	5	17%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 15

Cuantas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hijos



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Está basada en el consumo de comida chatarra que prevalece un 68% que consume de 1 a 2 días a la semana seguido con un 27% de 3 a 4 días y por ultimo un 5% todos los días.

16. Conoce los riesgos de una mala alimentación

CUADRO N° 16 Conoce los riesgos de una mala alimentación

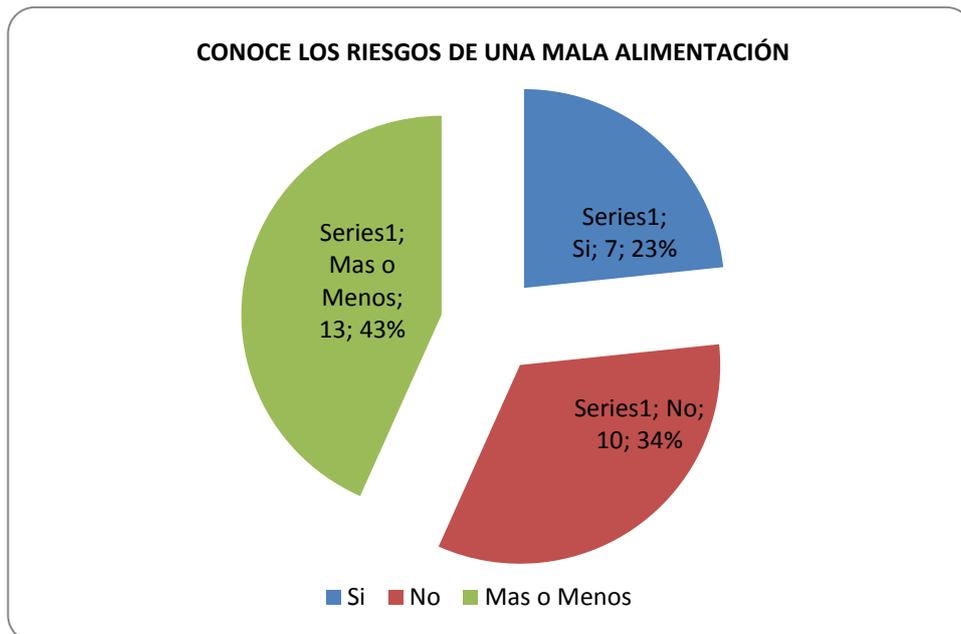
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	7	23%
2	No	10	34%
4	Más o menos	13	43%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 16

Conoce los riesgos de una mala alimentación



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Existe estadística de un 43% que conoce más o menos los riesgos de una mala alimentación debido a la falta de conocimientos creencias y en el entorno en donde se encuentran rodeados.

17. Acude al médico con sus hijos para chequeos rutinarios

CUADRO N° 17 Acude al médico con sus hijos para chequeos rutinarios

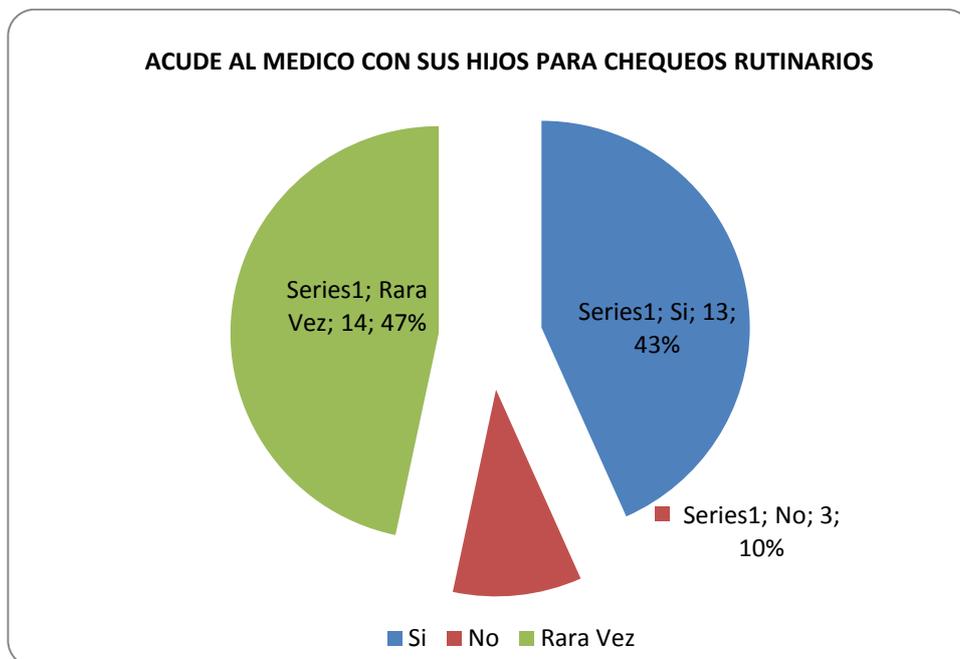
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	13	43%
2	No	3	10%
4	Más o menos	14	47%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 17

Acude al médico con sus hijos para chequeos rutinarios



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Existen estadísticas que prevalece con un 47% que rara vez acuden a chequeos rutinarios con sus hijos, seguido por un 43% que si acude; esto debido a que los padres se encuentran muy ocupados que no tiene tiempo y los que acuden al médico es por la ficha médica que deben de seguir en el Sub – Centro de Salud.

Considero importante la charla impartida

CUADRO N° 18 Considero importante la charla impartida

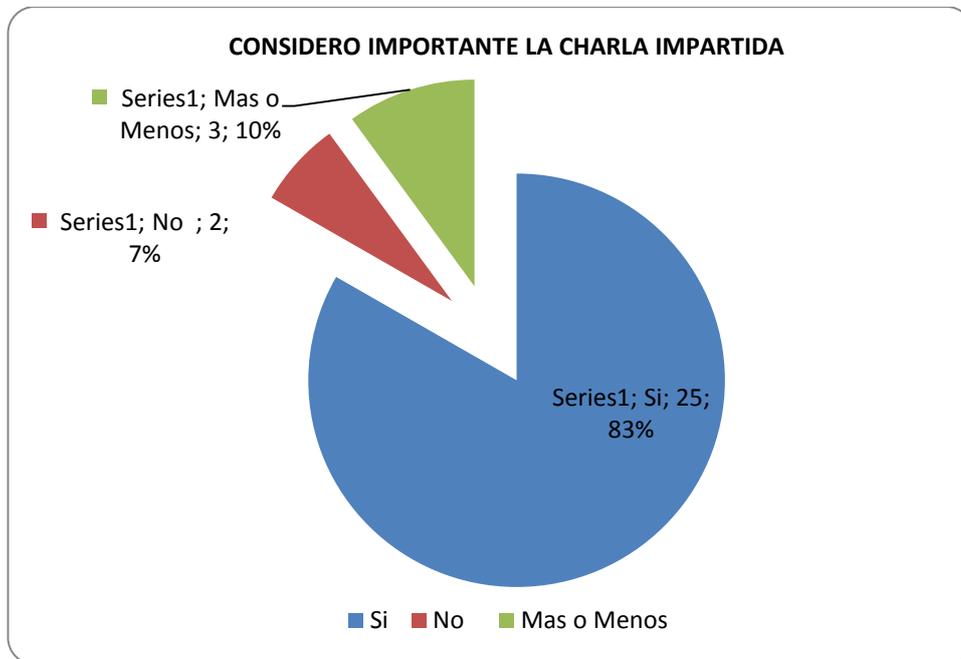
Ítem	Respuesta	Frecuencia	Porcentaje %
1	Si	25	83%
2	No	2	7%
4	Más o menos	3	10%
Total		30	100%

Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

GRÁFICO N° 18

Considero importante la charla impartida



Fuente: encuesta aplicada a los padres de familia

Elaborado por: Srta. Estefanía Alvarado y Srta. Janeth Valente

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Existe una estadística del 83% que si considero de gran importancia la charla impartida debido a que se aclaró dudas del tema mencionado mientras que un 7% considero que no era importante ya que los padres manifestaron tener otro tipo de manera de alimentar a sus hijos y eso también depende de la cultura.

CONCLUSIONES

Existe un porcentaje de niños y niñas de 9 a 12 años que se encuentran con un peso y talla adecuada aunque también existe un porcentaje con déficit en el peso y la talla; por lo tanto es relevante destacar la labor educativa por parte de los docentes al igual que los padres de familia en cuanto a una correcta alimentación y nutrición para niños y niñas por mantener su estado nutricional.

Los factores sociales, culturales, educativos que prevalecen en padres de familia afectan tanto al desarrollo y crecimiento de niños y niñas, lo cual probablemente limitara su concentración en el estudio y su aprendizaje.

En cuanto a las características sociales y culturales de las familias se encontró relación entre el indicador del nivel educativo por los padres de familia con el estado nutricional.

Lo anterior expuesto nos permite reconocer factores de riesgo nutricionales en niños y niñas como la desnutrición infantil, se suma también el aspecto económico que se vuelve más vulnerable perpetuándose así escasez de recurso y poco acceso a los alimentos requeridos.

Para ellos por parte del Gobierno Nacional y del Ministerio de Educación se desarrolla el Programa del Desayuno Escolar que se emplea en escuelas de educación básica fiscal con el fin de contribuir a una mejor comprensión.

Por último se puede concluir en cuanto al factor hereditario que no es un desencadenante de la desnutrición, sino del grado de conocimiento que tengan los padres de familia.

RECOMENDACIÓN

En la actualidad no es raro que algunos padres de familia necesiten ayuda para poder entender el significado de una buena alimentación para sus hijos. El conocimiento que se impartirá se basará en el conocimiento de la calidad de alimentos y la cantidad diaria que se necesita de cada uno de los alimentos a ingerir ya que el exceso de los mismos podría llegar a alguna patología en los niños que habiten en su hogar.

El conocer la pirámide alimenticia será de gran ayuda para los padres de familia. En la pirámide conoceremos la gran variedad, porciones, y cantidad que debemos consumir para que el organismo pueda realizar todas sus funciones y se mantenga en buena forma.

Nosotras como conocedoras de la salud sugerimos recomendaciones que ayuden a crear conciencia en la ingesta apropiada de alimentos saludables los mismos que van a fortalecer el crecimiento físico e intelectual de los niños, las sugerencias van dirigidas a los padres de familia, educadores y personal encargado del bar, sobre los aspectos importantes de la ingesta de alimentos.

1. Elaborar una lista de alimentos necesarios haciendo énfasis en las verduras, hortalizas y frutas requerida y de gusto preferencial.
2. Educar al niño a que ingiera alimentos acorde a su edad.
3. Crear un plan semanal de comida para el niño que asiste a la escuela, evitando así que consuma comidas chatarras de fácil alcance.
4. Tener cuidado en el aporte de proteínas entre estos tenemos las carnes, pescados, huevos y lácteos, pues las necesidades son proporcionalmente mayores que las de los adultos.
5. Tener un tiempo necesario para que el niño o niña aprenda a comer de una manera que disfrute su comida sin tener la presión de rapidez en la ingesta de sus alimentos.
6. Evitar dar el consume diario de dulces, refrescos embotellados.

7. Los padres debemos estar siempre alertas ante el exceso de alimentos que ingiere el niño o niña para evitar el riesgo de tener sobrepeso u obesidad.
8. Llevar una actividad física que disfruten los niños o niñas.
9. Debemos evitar hacer la hora de la comida como una situación de conflicto que interfiera con las realizaciones afectivas.
10. Tomar en cuenta los requerimientos diarios de vitaminas y minerales que requiere tanto nuestro organismo como la nuestros niños.
11. Como parte de la familia debemos aumentar actividad física y predicar con el ejemplo de realizar de forma igualitaria.
12. Fijar cantidades justas para cada miembro del núcleo familiar.
13. Hacer que el niño colabore en el cocinado de los alimentos.
14. Realizar presentaciones de platos de alimentos apetecibles.
15. No forzar la alimentación de los niños y no dar premios
16. Conocer los tipos de alimentos que sean imprescindibles en el hogar.
17. Tomar una medida de indulgencia y establecer prioridades.
18. Aumentar en los niños el nivel de responsabilidad a la hora de la comida.

Bibliografía

Trabajos citados

- Arvejo, H. (2014). *Factores que determinan el estado nutricional de los consumidores*. Club Ensayos.
- Aured, M. L. (2009). Recuperado el 18 de Febrero de 2016, de dialnet.unirioja.es: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3309733>
- Beyer, Wolfgang Walter. (2010). *Manual de química orgánica*. Barcelona: Reverte.
- Brihuega, D. A. (2011). *Jerarquía estructural de las proteínas*. ECU.
- Cantarero, L. (2010). *La antropología de la alimentación en España: perspectivas actuales*. UOC.
- Clubensayos. (24 de Noviembre de 2014). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de clubensayos.com: <https://www.clubensayos.com/Ciencia/LA-NUTRICION/2219760.html>
- constitucion, A. (29 de Julio de 2008). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de blogspot.com: <http:// analisisconstitucion.blogspot.com/2008/07/la-calidad-de-la-salud.html>
- Ecotec, U. (9 de Agosto de 2011). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de ecotec.edu.ec: http://www.ecotec.edu.ec/documentacion%5Cinvestigaciones%5Cestudiantes%5C trabajos_de_clases/19251_2008-CEE-GLYNCH-00029.pdf
- Ecuador, C. d. (5 de Abril de 2011). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de derechoecuador.com: <http://www.derechoecuador.com/productos/producto/catalogo/registros-oficiales/2011/abril/code/19877/registro-oficial-no-420---martes-5-de-abril-de-2011>
- Ecuador, D. (17 de Abril de 2011). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de derechoecuador.com: <http://www.derechoecuador.com/productos/producto/catalogo/registros-oficiales/2011/abril/code/19877/registro-oficial-no-420---martes-5-de-abril-de-2011>
- Ecuador, V. (17 de Diciembre de 2014). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de Vlex.ec : <http://vlex.ec/vid/crease-entidad-operativa-desconcentrada-556748426>
- Educación, M. d. (31 de Octubre de 2012). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de educacion.gob: <http://educacion.gob.ec/author/administrador/page/14/>

- Educación, M. d. (2013). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de educacion.gob:
<http://educacion.gob.ec/programa-de-alimentacion-escolar/>
- Electronica, R. M. (2010). Recuperado el 18 de Febrero de 2016, de portalesmedicos.com:
<http://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/alimentacion-infantil-conceptos-intervenciones-enfermeria/>
- Electronica, R. M. (2010). Recuperado el 18 de Febrero de 2016, de portalesmedicos.com:
<http://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/mito-enfermeria-dietas-disociadas/>
- Ensayos, C. (30 de Enero de 2013). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de clubensayos.com:
<https://www.clubensayos.com/Ciencia/Desnutrici%C3%B3n/523888.html>
- Ensayos, C. (30 de Enero de 2013). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de clubensayos.com:
<https://www.clubensayos.com/Ciencia/Desnutrici%C3%B3n/523888.html>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. (2013). *Los Carbohidratos En La Nutricin Humana*. Roma: FAO.
- Gurruchaga, M. T. (2013). *UN ESTUDIO SOBRE CONOCIMIENTOS Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN MAESTROS EN FORMACIÓN EN LA UNIR*. Madrid: NIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID.
- Hernandez, A. G. (2012). *Tratado de Nutrición: Bases Fisiológicas y bioquímicas de la nutrición*. Panamericana.
- Hora, L. (8 de Noviembre de 2010). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de <http://lahora.com.ec/>:
http://lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101044820/-1/Se_expidi%C3%B3_reglamento_para_bares_escolares.html#.VsTUMvI96M8
- Issuu. (2010). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de issuu.com:
https://issuu.com/booksfoe/docs/msp_modelo_de_atenci__n_integral_de/28
- Issuu. (2010). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de issuu.com:
https://issuu.com/control.electoral/docs/pnbv_resumen/75
- Issuu. (2011). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de issuu.com:
https://issuu.com/publisenplades/docs/pnbv_2009-2013/177
- Manuel Hernández Rodríguez, Ana Sastre Gallego. (2012). *Tratado de nutrición*. Diaz de Santos.
- Marroquin, P. (2013). *Desnutricion Infantil*. Prezi.

- Medina, M. (2015). *PAE*. Prezi.
- Moncayo, R. (9 de Septiembre de 2013). Recuperado el 18 de Febrero de 2016, de repositorio.ug.edu.ec:
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8794/1/TESIS%2520ROSA%2520MONCAYO.pdf>
- Mora, S. (2011). *Psicología Del Niño en Edad Escolar*. EUNED.
- OMS, 2. (s.f.).
- Prezi. (12 de Febrero de 2013). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de prezi.com:
<https://prezi.com/3dx92atgmxek/desnutricion-infantil/>
- Prezi. (09 de Diciembre de 2015). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de prezi.com:
https://prezi.com/l_b21cz1jdxs/pae/
- Prudhon, C. (2014). *Evaluación y tratamiento de la desnutrición en situaciones de emergencia*. Madrid: Icaria.
- Publica, M. d. (15 de Octubre de 2010). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de comiteescuelapacheco.files.wordpress.com:
<https://comiteescuelapacheco.files.wordpress.com/2010/10/reglamento-que-regula-el-funcionamiento-de-bares-escolares.pdf>
- Publica, M. d. (01 de Junio de 2011). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de iess.gob.ec:
https://www.iess.gob.ec/documents/10162/51880/Protocolos_ECNT_01_de_junio_2011_v.pdf
- recreacion, E. f. (17 de Octubre de 2012). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de blogspot.com: <http://educacionfisicadeportesyrecreacion.blogspot.com/>
- Report, N. a. (2009).
- Researchgate. (2014). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de www.researchgate.net:
https://www.researchgate.net/publication/260034736_UN_ESTUDIO_SOBRE_CONOCIMIENTOS_Y_HABITOS_ALIMENTARIOS_EN_MAESTROS_EN_FORMACION_EN_LA_UNIR
- Scribd. (2010). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de scribd.com:
<https://es.scribd.com/doc/220499419/Plan-Nacional-Del-Buen-Vivir>
- Silvia Sáez, Luis Gregorio Gómez-Cambronero López. (2013). *Sistema de mejora continua de la calidad en el laboratorio: Teoría y práctica*. PUV.
- Slideshare. (4 de Septiembre de 2014). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de slideshare.net: <http://es.slideshare.net/JohnMolina5/proyecto-integrados-de-saberes-completo>

Tallis Jaime. (2009).

telegrafo, E. (11 de Noviembre de 2015). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de eltelegrafo.com: <http://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/economia/1/el-estado-priorizara-570-proyectos-de-inversiones-en-2016>

Unicef. (10 de Noviembre de 2011). Recuperado el 17 de Febrero de 2016, de unicef.es: <https://www.unicef.es/sites/www.unicef.es/files/Dossierdesnutricion.pdf>

ANEXOS

ANEXO NO. 1

CARTA SOLICITANDO AUTORIZACIÓN PARA EL ESTUDIO

Guayaquil, 05 de Octubre del 2016

Dr. Gabriel Martillo Moscoso
DIRECTOR
ESCUELA DE EDUCACION BASICA FISCAL "REPUBLICA DE CUBA"

De mis consideraciones.-

Muy respetuosamente nos dirigimos hacia Ud. y a la vez para saludarle somos la Srta. Stefania Alvarado Desidorio y la Srta. Janeth Valente Galán; alumnas de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil de la Carrera de Enfermería "San Vicente de Paul", por medio de la presente le damos a conocer y a su vez pedirle permiso para poder realizar nuestro Trabajo de Titulación previo a nuestra obtención de título como Licenciadas en Enfermería con el título de Factores de Riesgo Nutricionales en niños y niñas de 9 a 12 años de la Escuela Básica Fiscal "República de Cuba" de la ciudad de Guayaquil durante el periodo de Octubre a Febrero del 2016.

A su vez mediante este trabajo investigativo se hará un seguimiento para detectar los factores que se encuentren en riesgo también se procederá a realizar encuestas a los Padres de Familia y a los Docente de la institución.

De ante mano le agradecemos por la atención que le dé a la presente.

Atentamente.


Srta. Stefania Alvarado D
Interna de Enfermería UCSG


Srta. Janeth Valente G
Interna de Enfermería UCSG





UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE DE PAUL”

Encuesta de trabajo de titulación dirigida a padres de familia de la escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” del sector centro de la ciudad de Guayaquil.

Marco con una X la opción correcta.

Datos Demográficos:

1. Edad del niño/a

9-10 10-11 11-12

2. Género del niño/a

Masculino Femenino

3. Grado del niño/a:

Sexto Séptimo Octavo

4. Parentesco con el niño

Papá Mamá Abuela otros: _____

5. Nivel de instrucción académica de los padres o representantes.

Primaria secundaria superior otros _____

6. Número de personas que habiten en su hogar

1-3 4-6 6-8 8-10 más

ECONOMIA

7. Actualmente trabaja

Si No A veces Indiferente

8. Ocupación de los padres o representantes

Profesional Chofer Ama de casa
Comerciante V. ambulante Otros _____

CONOCIMIENTO, PRÁCTICA Y ACTITUD

9. ¿Cuántas comidas ingiere al día su hij@?

1-3 3-5 más

10. ¿Cree alimentarlos bien?

Si No Más O Menos

Porque: _____

7. ¿Qué tipo de carnes consume a diario?

Carnes Pollo Pescado
Embutidos Chancho Enlatados

8. ¿Consume verdura y hortalizas a diario?

Si No Rara vez

9. ¿Qué tipo de frutas ingiere?

Manzana Guineo Mango
Uvas Peras Otros

10. ¿Se lava las manos antes de ingerir sus alimentos?

Si No A Veces

11. ¿Compra comida chatarra para sus hij@s?

Si No Rara vez

12. ¿Cuántas veces a la semana da a consumir comida chatarra a sus hij@s?

1-2 Días 3-4Dias todos los días

13. ¿Conoce los riesgos de una mala alimentación?

Si No Más O Menos

14. ¿Acude al médico para chequeos rutinarios de sus hij@s?

SI No Rara vez

15. ¿Le pareció de gran ayuda la charla impartida?

Si No Más O Menos

ANEXO NO. 2

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividades	Meses					
	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo
Elaboración y Construcción del Tema						
Planteamiento del Problema						
Elaboración del Marco Conceptual						
Operacionalización de las Variables						
Elaboración y Recolección de Encuesta						
Materiales y Métodos						
Distribución de Gráficos						
Elaboración de Conclusiones y Recomendaciones						
Presentación del Proyecto de Investigación						
Sustentación del Proyecto de Investigación						

Elaborado por: Alvarado, Valente.

ANEXO NO. 3

FOTOS DE LAS ACTIVIDADES



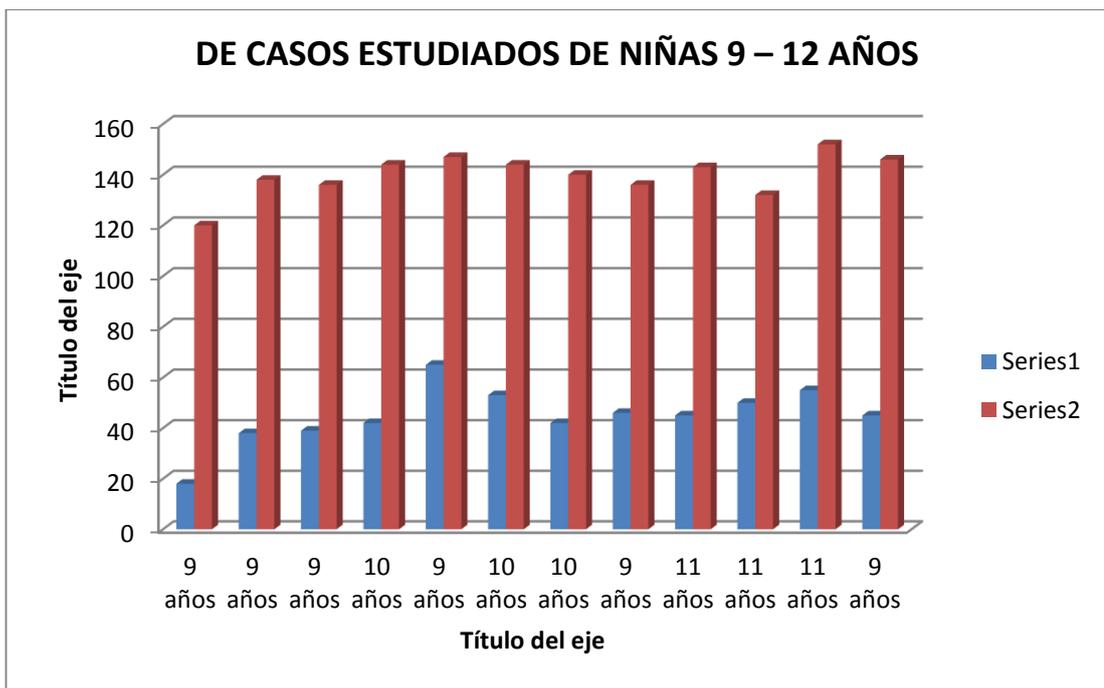


CUADRO No. 6**CUADRO DE CASOS ESTUDIADOS DE NIÑAS 9 – 12 AÑOS**

No.	Edad (años)	Peso (Kg)	Talla (cm)	IMC	Percentil
01	9 años	18	120	12.50	Bajo Peso
02	9 años	38	138	19.95	Sobrepeso
03	9 años	39	136	15.23	Saludable
04	10 años	42	144	18.33	Sobrepeso
05	9 años	65	147	30.44	Sobrepeso
06	10 años	53	144	25.56	Saludable
07	10 años	42	140	21.43	Bajo Peso
08	9 años	46	136	24.87	Bajo Peso
09	11 años	45	143	22.01	Bajo Peso
10	11 años	50	132	28.7	Saludable
11	11 años	55	152	23.81	Saludable
12	9 años	45	146	21.11	Bajo Peso

Fuente: Escuela de Educación Básica Fiscal "República de Cuba" de Guayaquil

Elaborado por: Alvarado, Valente.



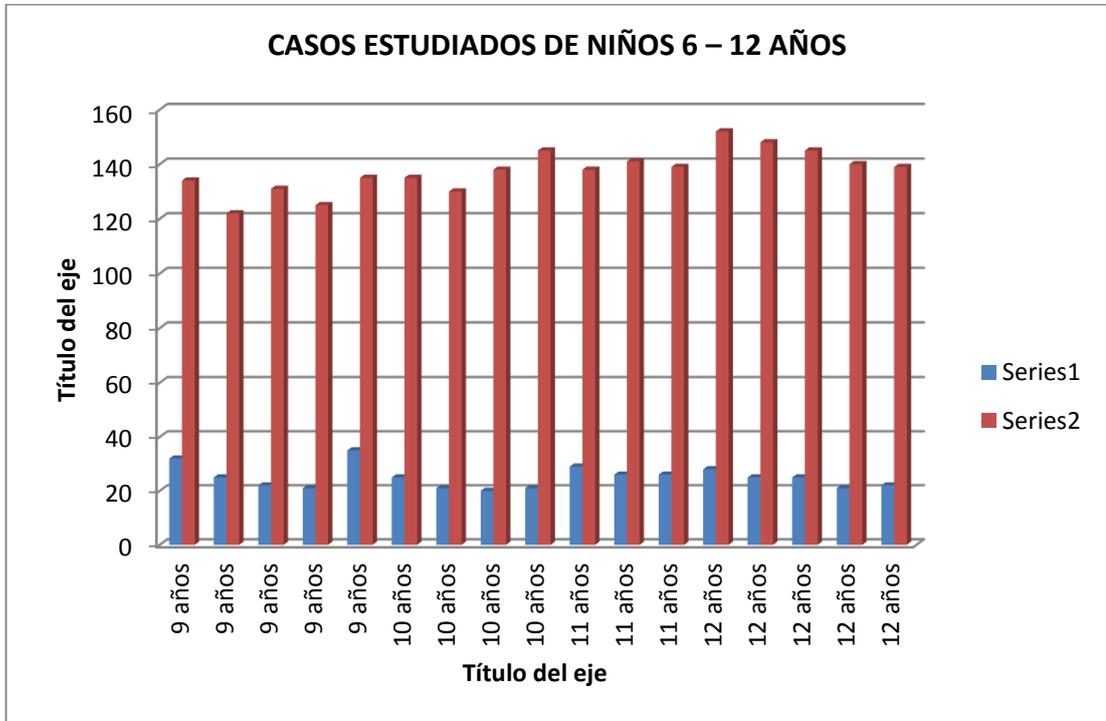
Fuente: Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de Guayaquil
Elaborado por: Alvarado, Valente.

CUADRO No. 7**CUADRO DE CASOS ESTUDIADOS DE NIÑOS 6 – 12 AÑOS**

No.	Edad (años)	Peso (Kg)	Talla (cm)	IMC	Percentil
01	9 años	32	134	17.82	Sobrepeso
02	9 años	25	122	16.80	Sobrepeso
03	9 años	22	131	12.82	Bajo Peso
04	9 años	21	125	13.44	Saludable
05	9 años	35	135	11.52	Bajo Peo
06	10 años	25	135	13.72	Sobrepeso
07	10 años	21	130	12.43	Bajo Peso
08	10 años	20	138	10.5	Bajo Peso
09	10 años	21	145	9.99	Bajo Peso
10	11 años	29	138	11.55	Saludable
11	11 años	26	141	13.08	Saludable
12	11 años	26	139	13.46	Saludable
13	12 años	28	152	12.12	Saludable
14	12 años	25	148	11.41	Bajo Peso
15	12 años	25	145	11.89	Saludable
16	12 años	21	140	10.71	Saludable
17	12 años	22	139	11.39	Bajo Peso
18	12 años	30	149	13.51	Bajo Peso

Fuente: Escuela de Educación Básica Fiscal "República de Cuba" de Guayaquil

Elaborado por: Alvarado, Valente.



Fuente: Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de Guayaquil

Elaborado por: Alvarado, Valente.

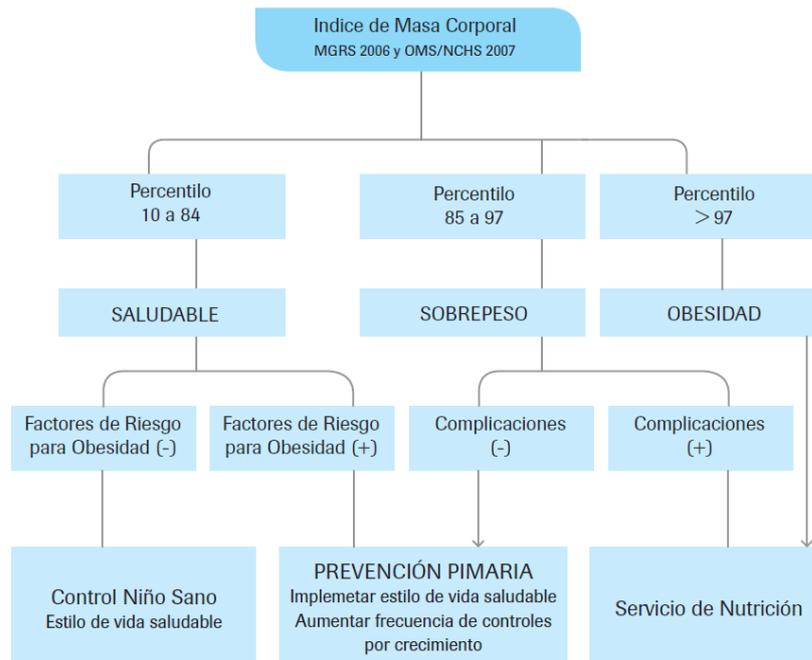
TABLA # 1
COBERTURA POR ZONA A NIVEL NACIONAL

ZONA	DESAYUNO EGB		DESAYUNO Y REFRIGERIO EDUCACIÓN INICIAL		REFRIGERIO EGB		TOTAL PARTICIPANTES		INVERSIÓN ESTIMADA
	Instituciones	Participantes *	Instituciones	Participantes *	Instituciones	Participantes *	Instituciones	Participantes *	
ZONA 1	2.322	222.284	619	22.691	92	31.266	2.489	276.241	\$ 12.707.086,00
ZONA 2	1.065	99.134	446	12.150	2	1.010	1.140	112.294	\$ 5.165.524,00
ZONA 3	2.114	191.162	877	24.963	81	47.897	2.327	264.022	\$ 12.145.012,00
ZONA 4	2.809	251.654	541	22.594	142	57.698	3.059	331.946	\$ 15.269.516,00
ZONA 5	2.963	340.089	566	24.806	143	59.184	3.193	424.079	\$ 19.507.634,00
ZONA 6	1.722	137.610	530	16.135	79	38.377	1.858	192.122	\$ 8.837.612,00
ZONA 7	2.122	151.602	426	15.421	108	42.790	2.276	209.813	\$ 9.651.398,00
ZONA 8	494	150.398	350	23.132	301	96.998	834	270.528	\$ 12.444.288,00
ZONA 9	303	62.583	333	28.939	184	111.851	609	203.373	\$ 9.355.158,00
TOTAL	15.914	1.606.516	4.688	190.831	1.132	487.071	17.785	2.284.418	\$ 105.083.228,00

* Datos al 3 de marzo del 2015

Fuente: Ministerio de Educación, 2015

DIAGRAMA # 1
INDICE DE MASA CORPORAL EN NIÑOS



Fuente: Organización Mundial de la Salud

Tríptico instrumento de apoyo

Int. De Enfermería
"Universidad Católica"

TEMA

**"FACTORES DE RIESGO NUTRICIONALES
QUE AFECTAN A NIÑOS Y NIÑAS DE 9 A
12" AÑOS"**

Reglas básicas de nutrición

1. Consumir gran variedad de alimentos.
2. Equilibrar los alimentos que consumimos con la actividad física, para mantener o mejorar el peso corporal.
3. Ingerir mayoritariamente cereales integrales, frutas y verduras.
4. Mantener una dieta baja en grasas saturadas y colesterol.
5. Seguir una dieta moderada en azúcares.
6. Seguir una dieta baja o moderada en sal (sodio).
7. Evitar el consumo de "comida rápida (fast food)".

INTEGRANTES

Stefania Alvarado
Janeth Valente Galán

PIRAMIDE ALIMENTARIA

Porcentaje	Grupo Alimenticio
2%	Azúcares Refinados
8%	Grasas y Aceites
20%	Lácteos y Alimentos de origen Animal
30%	Frutas y Verduras
40%	Cereales y sus Derivados

Fuente: Escuela de Educación Básica Fiscal "República de Cuba" de Guayaquil
Elaborado por: Alvarado, Valente.

“FACTORES DE RIESGO NUTRICIONALES QUE AFECTAN A NIÑOS Y NIÑAS DE 9 A 12” AÑOS”

La nutrición en los primeros años de vida juega un papel importante en el crecimiento físico y el desarrollo intelectual del ser humano. Una adecuada nutrición va a favorecer tanto el crecimiento corporal del



niño, como el desarrollo de sus capacidades cognitivas y lo hará más resistente a las enfermedades.

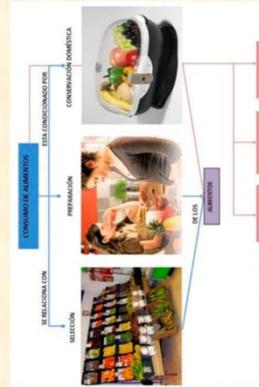
Según la UNICEF, la desnutrición es una emergencia silenciosa e invisible y por lo mismo muy grave; que cobra un precio muy alto en los niños y sus familias y que es resultado de un gran número de causas.



Uno de los factores de riesgo nutricional que hay que tomar en cuenta es el incremento de las necesidades nutricionales que tienen un niño que se encuentra en la edad previa a la adolescencia, dados por los cambios biológicos que exigen una cantidad mayor de micro y macro nutrientes relacionados con el



Factores que tomar en cuenta es el incremento de establecimientos de la llamada “comida rápida (fast food)” lo cual ha elevado su consumo de hidratos de carbono refinados y el de bebidas poco



Urkund Analysis Result

Analysed Document: tesis 13-03-2016.doc (D18459415)
Submitted: 2016-03-14 12:25:00
Submitted By: stefi_alvaradod2692@hotmail.com
Significance: 0 %

Sources included in the report:

Instances where selected sources appear:

0

a Febrero Del 2016 previo a la obtención del Título de Licenciada en Enfermería,

ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de nuestra total autoría En virtud de esta declaración, nos responsabilizamos del contenido, veracidad y alcance científico del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, al 14 del mes de Marzo del año 2016

AUTORAS

Stefania Divasky Alvarado Desiderio Janeth Estefanía Valente Galán

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
CARRERA DE ENFERMERIA "SAN VICENTE DE PAUL"

AUTORIZACIÓN

Nosotras; Stefania Divasky Alvarado Desiderio y Janeth Estefanía Valente Galán Autorizamos a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, a

la publicación en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: "Factores de Riesgo Nutricionales que Afectan a Niños y Niñas De 9 A 12 Años en la Escuela

de Educación Básica Fiscal "República De Cuba" de la Ciudad de Guayaquil, Durante El Período Octubre 2015 a Febrero Del 2016,



Presidencia
de la República
del Ecuador



Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes



SENESCYT
Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Alvarado Desiderio Stefanía Divasky con C.C # 091613725-0 y Valente Galán Janeth Estefanía con C.C # 093115686 – 3, autoras del trabajo de titulación: Factores de Riesgos Nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el periodo octubre 2015 a febrero del 2016 previo a la obtención del título de **LICENCIADA DE ENFERMERÍA** 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, 14 de Marzo del 2016

f. _____

Nombre: Alvarado Desiderio Stefanía Divasky

C.C: 091613725-0

f. _____

Nombre: Valente Galán Janeth Estefanía

C.C: 093115686-3



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TÍTULO Y SUBTÍTULO:	Factores de Riesgo Nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período octubre 2015 a febrero 2016.		
AUTORAS:	Alvarado Desiderio Stefanía Divasky Valente Galán Janeth Estefanía		
REVISOR/TUTORA	Lic. Cristina Virmane González Osorio		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Facultad de Ciencias Medicas		
CARRERA:	Escuela de Enfermería “San Vicente de Paul”		
TITULO OBTENIDO:	Licenciada en Enfermería		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	15 del Marzo del 2016	No. DE PÁGINAS:	95
ÁREAS TEMÁTICAS:	Salud y Nutrición		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Desnutrición infantil, nutrición, factores de riesgos nutricionales, desarrollo y crecimiento.		

RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras):

La nutrición, clave para una buena alimentación, el desarrollo y crecimiento de los escolares, la presente investigación que tiene como objetivo determinar factores de riesgo nutricionales que afectan a niños y niñas de 9 a 12 años en la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” de la ciudad de Guayaquil, durante el período octubre a febrero del 2016, la metodología fue de tipo descriptivo, cuantitativo y exploratorio, enfocado en la observación y descripción, el universo fue de 190 personas, constituidas por 95 padres de familia y 95 alumnos de 9 a 12 años, tomando en consideración una muestra de 30 Padres de familia y 30 alumnos, el Instrumento utilizado fue un formulario constituido en preguntas y respuesta de opciones múltiples, como resultados un porcentaje considerable de niños en etapa escolar sufren de anemia debido a la carencia de hierro. En la Escuela de Educación Básica Fiscal “República de Cuba” durante el año lectivo 2015 – 2016 se matricularon alrededor de 700 escolares; dentro de los meses de Octubre a Febrero que se realizó el estudio correspondiente, indicando 10 padres de familia que si tienen una buena alimentación, mientras que 4 indican que no son bien alimentados y por ultimo 16 que desconocen sobre una buena alimentación, como conclusión un 23% reconoce los riesgos de una mala alimentación, un 34% no conoce y 43% breve rasgos conoce los riesgos, se suma también el aspecto económico perpetuándose así escasez de recurso y poco acceso a los alimentos requeridos.

ADJUNTO PDF: NO



**Presidencia
de la República
del Ecuador**



**Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes**



SENESCYT
Secretaría Nacional de Educación Superior,
Ciencia, Tecnología e Innovación

CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593- 0980093524/ 0996219647	E- mail: stefi_alvaradod2692@hotmail.com / janeth.valente@gmail.com
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN	Nombre: Lic. Cristina González Osorio	
	Teléfono: 0994250766	
	E-mail: cristinagonzalezoso@gmail.com	
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA		
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):		
Nº. DE CLASIFICACIÓN:		
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):		