Pontificia Universidad Católica del Ecuador | SEDE ESMERALDAS

ESCUELA DE ENFERMERÍA

TESIS DE GRADO

ESTADO NUTRICIONAL DE PREESCOLARES DE LA UNIDAD EDUCATIVA RAÚL DELGADO GARAY DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA
PAOLA ROMY LEMOS BALLESTEROS

ASESORA
MGT. MEMI ANGULO ALEGRÍA

ESMERALDAS, 2019

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN

Trabajo de tesis aprobado luego de haber dado cumplimiento a los requisitos exigidos por los reglamentos de Grado de la P.U.C.E. previo a la obtención del título de LICENCIADA EN ENFERMERÍA.

_____

Presidente

_____

Lector 2

_____

Directora de Tesis

_____

Director de Escuela

_____

Fecha

AUTORÍA

Yo, LEMOS BALLESTEROS PAOLA ROMY, con CI. 0802980961, declaro que la presente investigación, enmarcada en el actual trabajo de tesis es absolutamente auténtica, original y personal.

En virtud que el contenido de esta investigación es de exclusiva responsabilidad legal y académica de la autora y de la PUCE.

_____

PAOLA ROMY LEMOS BALLESTEROS
C.I. 0802980961

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis padres y a mi esposo, ya que sin su apoyo incondicional no sería posible mi progreso educativo.

A mis compañeras de carrera y demás personas que de una u otra manera me brindaron su apoyo en este trayecto.

A los directivos de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay por permitirme realizar esta investigación.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis personas favoritas.

MI HIJA

Porque todo esfuerzo y sacrificio lo hago por ti.

Gracias por existir Itzel Fiorella.

MI ABUELA

Rosa María Izquierdo Nazareno, por ser la mejor abuela del mundo.

Vivirás por siempre en mi corazón y en mis recuerdos, algún día volveremos a encontrarnos mi rosita.

ÍNDICE

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN i
AUTORÍA ii
AGRADECIMIENTO iii
DEDICATORIA iv
ÍNDICE v
LISTA DE FIGURAS vi
RESUMEN vii
ABSTRACT viii
INTRODUCCIÓN 1
Presentación del tema 1
Planteamiento del Problema 2
Justificación 3
Objetivos 4
Objetivo General 4
Objetivos específicos 4
CAPITULO I 5
MARCO TEÓRICO 5
1.1 Bases Teóricas científicas 5
1.2 Antecedentes 8
1.3 Marco Legal 10
CAPITULO II 12
MATERIALES Y MÉTODOS 12
2.1 Tipo de estudio 12
2.2 Definición Conceptual y Operacionalización de las Variables 12
2.3 Métodos 13
2.4 Técnicas e Instrumentos 13
2.5 Procesamiento de datos 14
2.6 Normas Éticas 14
CAPÍTULO III 15
RESULTADOS 15
CAPÍTULO IV 22
DISCUSIÓN 22
CAPÍTULO V 25
CONCLUSIONES 25
CAPÍTULO VI 26
RECOMENDACIONES 26
REFERENCIAS 27
ANEXOS 31

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Sexo y edad de los niños 15
Figura 2. Grado de escolaridad del padre/madre 16
Figura 3. Ingreso económico mensual familiar 17
Figura 4. Enfermedades más frecuentes 18
Figura 5. Procedencia de los alimentos de los preescolares 19
Figura 6. Alimentos consumidos con más frecuencia en casa..... 20
Figura 7. Diagnóstico nutricional según el IMC. 21

RESUMEN

Con el objetivo de analizar el estado nutricional de los preescolares en la unidad educativa fiscal Raúl Delgado Garay, de la ciudad de Esmeraldas, se realizó una investigación cuali-cuantitativa, con un diseño descriptivo de corte transversal, a una población de 108 niños y niñas, de los cuales 85 conformaron la muestra, seleccionada con un muestreo probabilístico aleatorio simple, empleándose los métodos descriptivo, explicativo y observacional, las técnicas fueron la encuesta, utilizando como instrumento un cuestionario; la entrevista, estructurada con preguntas abiertas; y la observación para valorar el tipo de alimentación de los preescolares. Se realizó el cálculo de índice de masa corporal (IMC) tomando en cuenta el peso, talla, y la edad de cada niño de la unidad educativa, para determinar el estado nutricional en el que se encuentran acorde a la tabla de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Respecto a los factores que afectan el estado nutricional de los preescolares se mostró que son los económicos, culturales y sociales. También pudo comprobarse el fácil acceso que tienen a comida rica en calorías y carbohidratos en casa y dentro de la escuela, ya que llevan este tipo de alimentos desde sus hogares. De esta manera se pudo llegar a la conclusión que los preescolares estudiados tienen un estado nutricional dentro de los rangos normales en un gran porcentaje; además no se evidenció ningún efecto de las alteraciones nutricionales de importancia en su salud.

Palabras clave: Estado nutricional; preescolares; nutrición; medidas antropométricas

ABSTRACT

With the purpose to analyze the nutritional state of preschool children of the Raul Delgado Garay school in Esmeraldas city, a qualitative-quantitative investigation was done, with a descriptive and transversal design,, to a population of 108 girls and boys, in the range of age between 3 to 5 years, 11 months and 9 days, who attend the mentioned school, from whom 85 constituted the sample, which was selected with a simple aleatory-probabilistic sampling. The descriptive, explicative and observational methods were used, with the techniques of survey, which used the questionnaire as the instrument, applied to preschool children's parents; the interview, directed to the teacher; and the observation, to evaluate the type of feeding the referred students had in school. The index of the body mass was calculated taking into consideration parameters such as weight, height and age of each child to determine their nutritional state according to the scores of World Health Organization (WHO). It was shown that the factors that affect the nutritional state of the preschool children under study are the economic, cultural and social. It was also proved the easy access to food rich in calories and carbohydrates that preschool children have, at home, in the sector where they live and in school, due to they bring that type of food from their houses. The results concluded that the nutritional state is among the normal ranges in the majority of cases; besides, it could not be found any important nutritional disorder in the health of this preschool children.

Key words: Nutritional state; preschool children; nutrition; anthropometric measures

INTRODUCCIÓN

Presentación del tema

La nutrición cumple un rol esencial en la primera etapa de vida de los niños, debido a que, si se realiza de la manera correcta, ofrece los elementos necesarios para el bienestar de su salud, proporcionando un desarrollo adecuado siempre y cuando se lleve a cabo una ingesta proporcionada por parte de los padres desde casa y de las profesoras de las unidades educativas a los que acuden los preescolares.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la nutrición influye de manera significativa en el desarrollo de las personas, debido a esto, debe llevarse a cabo de la mejor manera posible adquiriendo hábitos o estilos de vida saludables con una adecuada elección de alimentos acorde a las necesidades de cada organismo. Se estima que, en el 2016, 155 millones de niños menores de 5 años tenían retraso en su crecimiento, mientras que 55 millones tenían un bajo peso para su talla y 41 millones tenían sobrepeso o eran obesos, es por eso que la alimentación del niño es esencial para mejorar la supervivencia infantil y fomentar un crecimiento y desarrollo saludables. (OMS, 2018)

Todas las actividades que faciliten un crecimiento dentro de los parámetros considerados normales evitarán alguna alteración perjudicial en los estilos de vida de los niños disminuyendo los riesgos en su desarrollo físico, motor, cognitivo y del lenguaje presentes y futuros.

En la etapa preescolar, los niños inician el control de sí mismos y del ambiente, empiezan a interesarse por los alimentos, a preferir algunos de ellos, a ser caprichosos con las comidas, a tener poco apetito, a ser monótonos. En la elección de alimentos influyen factores genéticos, aunque tiene mayor importancia los procesos de observación e imitación. (Moreno & Galiano, 2015)

Según el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), los niños que presentan un retraso en su crecimiento son más susceptibles a

enfermedades que el resto de los niños. Tienen más probabilidades de padecer sobrepeso, desnutrición aguda y enfermedades no contagiosas. (UNICEF, 2013)

La malnutrición puede afectar a niños en cualquier parte del mundo y comprende la desnutrición, el sobre peso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas al régimen alimentario. "Por malnutrición se entienden las carencias, los excesos o los desequilibrios de la ingesta de energía y/o nutrientes de una persona" (OMS, 2016).

Planteamiento del Problema

Latinoamérica está en un proceso de evolución nutricional muy precipitada, propia de las zonas en vías de desarrollo, trayendo como consecuencia desnutrición, obesidad y sobrepeso, incrementando también los casos de muertes por cáncer, hipertensión arterial y enfermedades cerebro-vasculares. Todo esto en conjunto con el sedentarismo, tal como señala el estudio realizado en Brasil, Chile, Venezuela y México reportando un 80% de sedentarismo en su población. (López, Landaeta, & Macías, 2013)

EL Ministerio De Salud Pública (MSP) conjuntamente con el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) llevaron a cabo la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT-ECU), afirmando que en el Ecuador hay un 8,6% de niños menores de 5 años con sobrepeso y se ha evidenciado un aumento de casos de obesidad infantil, al mismo tiempo que los porcentajes de desnutrición también aumentan. (Freire at al., 2014).

Según la Subsecretaría Nacional de vigilancia de salud pública, en el 2017 se notificaron 14 casos (8,54%) de desnutrición aguda severa en niños menores de 5 años en la provincia de Esmeraldas, de los 164 casos reportados a nivel nacional. (Granizo, 2017)

En la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas, hay casos de alteraciones nutricionales en preescolares debido a diversos factores que afectan su estado de salud. Entre las causas encontramos el nivel socio-económico de la familia, en la mayor parte de los casos son personas de bajos recursos e ingresos económicos inestables y muchas veces por debajo del salario básico; sumado a las características de la familia, que en numerosas ocasiones son muchas las personas que viven en la misma casa, lo que trae como resultado una dieta pobre en cantidad y calidad, ya que compran lo que esté a

su alcance, lo cual no satisface las necesidades nutricionales requeridas para un niño de esa edad, teniendo como consecuencia un aporte inadecuado de nutrientes y alteraciones en el peso como desnutrición, bajo peso y sobrepeso.

Entre los factores culturales y sociales que afectan en el estado nutricional de estos preescolares tenemos el tipo de alimentos consumidos y patrones dietéticos de la familia que en su mayoría tienen bajo o ningún valor nutricional, consumidos en casa y fuera de ella. Se pudo evidenciar que en el sector hay una gran cantidad de puntos de venta de comida chatarra como frituras, alimentos procesados y bebidas azucaradas; todo esto al alcance de los niños, ya que los padres adquieren este tipo de comida por la rapidez de su preparación y porque son más accesibles económicamente, generando alta vulnerabilidad a infecciones y problemas de salud como enfermedades gastrointestinales y dermatológicas, pudiendo verse afectado también el rendimiento académico, ya que si no se cuenta con una buena salud se generan problemas de aprendizaje.

Se suma además la falta de conocimiento sobre el tema, descuido en la alimentación e inadecuados hábitos alimenticios por parte de los padres o personas que están a su cuidado, que por lo general comprende productos con alto valor calórico y muy bajo contenido nutritivo, dejando como consecuencia la adquisición de malos hábitos alimenticios, por parte del niño desde edades muy tempranas y lo más probable es que estas preferencias queden con ellos hasta su vida adulta.

Lo antes señalado conlleva a la aparición de alteraciones en el estado nutricional de preescolares; pudiéndose apreciar la influencia de varios factores sobre la alimentación en los niños y las consecuencias que estos tienen en su salud.

Surgiendo la siguiente interrogante:
¿Cuál es el estado nutricional de los preescolares de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas?

Justificación

La alimentación tiene importancia especial en los niños porque contribuye de manera directa sobre el crecimiento y desarrollo, porque es en esta etapa donde se requiere mayor

cantidad de nutrientes para poder desenvolverse en forma adecuada, por eso es trascendental que los niños tengan una alimentación adecuada que les evite entrar en distintos grados de malnutrición.

Los principales beneficiados con esta investigación son los preescolares y sus respectivas familias debido a que la nutrición tiene un alto grado de participación en el desarrollo integral de los infantes, y con una buena alimentación estos niños tendrán un mejor rendimiento escolar y también podrán evitar en gran medida posibles enfermedades causadas por una mala nutrición.

Otros beneficiados serán la unidad educativa y los moradores del sector porque al conocer acerca del estado nutricional en el que se encuentran los niños, la escuela y el Centro de Salud ubicado cerca del sector, podrían poner en marcha programas de promoción de la salud que cuenten con charlas educativas o casas abiertas para todos los moradores del área y de esta manera poder mejorar la situación nutricional de los preescolares evitando efectos nocivos futuros y garantizando así un óptimo desarrollo físico, nutricional y cognitivo.

El impacto social radica en que se muestra elementos importantes que pueden contribuir a mejorar el estado nutricional de los preescolares de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay de Esmeraldas. Con los resultados de este estudio se benefician, además, los niños de otras instituciones educativas en la ciudad y en diversas partes del país.

Objetivos

Objetivo General

Analizar el estado nutricional de los preescolares de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas.

Objetivos específicos

- Detallar los factores que afectan el estado nutricional de los preescolares.
- Identificar los efectos de las alteraciones nutricionales que presentan los niños.
- Conocer el tipo de alimentación de los preescolares dentro y fuera de su hogar.

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Bases Teóricas científicas

Según la OMS (2018), nutrición es la ingesta de alimentos que cubre las necesidades dietéticas del organismo. Una adecuada alimentación debe basarse en dieta equilibrada apoyada de ejercicios regulares siendo elementos fundamentales para una buena salud.
El término malnutrición abarca dos grupos amplios de afecciones. Uno es la desnutrición, que comprende el retraso del crecimiento (estatura inferior a la que corresponde a la edad), la emaciación (peso inferior al que corresponde a la estatura), la insuficiencia ponderal (peso inferior al que corresponde a la edad) y las carencias o insuficiencias de micronutrientes (falta de vitaminas y minerales importantes). El otro es el del sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas con el régimen alimentario como cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, diabetes y distintos tipos de cáncer. (OMS, 2016)

Pesántez, Farfán y Carpio (2014) destacan que la desnutrición consiste en la pérdida total de peso del organismo, que puede aparecer un trastorno inicial único o tener una parición secundaria como síndrome por padecimientos de infecciones u otras causas, haciendo que sus síntomas y manifestaciones sean más precisas.

Son varias las causas, pero el mayor porcentaje (90%) de estados de desnutrición es causado por una pobre alimentación del niño, por deficiencia en la calidad o en la cantidad de alimentos que consumen, lo que está determinado por alimentos pobres, carencia de higiene, alimentación incorrecta o disparatada y falta de técnicas para alimentar al niño. El 10% restante de estados de desnutrición es causado por infecciones, defectos congénitos, nacimiento prematuro y factores congénitos. Entre las causas del sobrepeso y obesidad está el consumo excesivo de calorías debido a la falta de conocimiento, malos hábitos alimenticios, alta oferta y bajo costo de alimentos poco saludables, sumado a la poca actividad física trayendo como consecuencia un bajo gasto de energía. (FAO, 2013)

Los factores que afectan el estado nutricional de preescolares, son los socioeconómicos y orgánicos. Entre los socioeconómicos están: el nivel educativo de los padres, el ingreso económico mensual familiar y el número o cantidad de comida ingerida diariamente; todo esto origina un estado de pobreza, el cual se define como un grupo de situaciones que ocasionan que el costo de la alimentación sea mayor del 30% de los ingresos económicos de la familia. Los orgánicos son aquellas modificaciones hereditarias o adquiridas, que se presentan de forma duradera o interrumpida produciendo alteraciones estructurales o funcionales en el organismo, por ejemplo la mala absorción de nutrientes y el aporte insuficiente de oxígeno que retrasa el crecimiento. (Merchán, 2014)

Acerca de la desnutrición, Vásquez & Rodríguez (2013) consideran que esta es "un balance negativo que presenta como características la depleción orgánica y cambios en la composición bioquímica del organismo. Puede expresarse como un conjunto de fenómenos de dilución, hipofusión y atrofia. (p.1)

Los autores mencionados clasifican la desnutrición en: desnutrición primaria; por insuficiencia exógena, que comprende los siguientes tipos: Kwashiorkor o forma húmeda, Marasmo o forma seca y Mixta; y la desnutrición secundaria; consecutiva a otros procesos como: trastornos en la absorción, en el almacenamiento, mayor utilización, mayor excreción o inhibición de la utilización. Vásquez & Rodríguez (2013) añaden que la causa principal de la desnutrición primaria es una dieta muy escasa en proteínas, se presenta en la primera infancia, entre los 1 y 3 años.

Según Castro, Toledo-Rojas, Macedo-De la Concha, e Inclán-Rubio (2012), la obesidad es una alteración de naturaleza metabólica, que se caracteriza por una elevación excesiva en la grasa corporal y que constituye el problema de salud pública más importante en niños y adolescentes mexicanos. Estos autores apuntan que un niño se considera obeso cuando su peso es superior al 20% del ideal; debido a esto, el énfasis que se debe hacer en las acciones preventivas y de promoción de la salud, para el control de la obesidad, deberá enfocarse a niños y adolescentes. Esto ocasiona la necesidad de tomar medidas urgentes para eliminar problemas de salud crónicos que acarrea la obesidad como: la hipertensión arterial, la diabetes mellitus, el ovario poliquístico y diversos tipos de cánceres, entre otros.

Lo anterior fundamenta la necesidad de combatir la obesidad en los niños y una de las maneras es mejorando la nutrición de estos.

Los gustos y pautas de alimentación empiezan a establecerse desde el comienzo de la alimentación complementaria y se consolidan antes de los 10 primeros años de vida, quedándose hasta la adultez. Los niños aprenden las costumbres alimenticias de su familia, la adquisición de estos hábitos será mayor mientras más pequeño es el niño y mayor la frecuencia de comer todos juntos (Moreno & Galiano, 2015).

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, los niños desnutridos tienen menos defensas ante las enfermedades, es decir se enferman con mayor frecuencia y su recuperación es más lenta. La desnutrición crónica puede llegar a causar trastornos físicos y cognitivos, retraso en el crecimiento, enfermedades graves y ceguera permanente. Por otro lado, el sobrepeso y la obesidad aumentan el riesgo de enfermedades como las cardiovasculares, diabetes, osteoartritis, etc. (ONUAA, 2014).

Según la OMS (2018), los indicadores del crecimiento son usados para valorar el crecimiento tomando en cuenta la edad y las medidas antropométricas del niño. Los más usados son: talla para la edad, peso para la edad, peso para la talla e índice de masa corporal para la edad.

De acuerdo a Peña, Ros, González & Rial (s.f), la dieta de los preescolares para evitar la malnutrición, debe incluir alimentos de todos los grupos: leche y derivados, que son la principal fuente de calcio; carnes, pescados, mariscos y huevos, se aconseja el consumo de pescado frente a la carne porque son ricos en omega; cereales, como la base de la pirámide de los grupos de alimentos en una dieta equilibrada; frutas, frutos secos, verduras y hortalizas, fuente de vitaminas; y limitar el consumo de embutidos (ricos en grasa saturada, colesterol y sal).

La Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, Senplades (2017) en El Plan Nacional del Buen Vivir para el período 2017-2021, hace énfasis en el desarrollo de la infancia, especialmente la primera infancia, alegando que es en este período cuando se sientan las bases para el futuro, por lo tanto, establece la necesidad de desarrollar

estrategias para eliminar la desnutrición en niños preescolares, sobre todo en los menores de dos años.

La política no 3 del objetivo no1 del mencionado plan, en el eje 1: derechos para todos durante toda la vida, establece la necesidad de combatir la malnutrición y promover hábitos y prácticas de vida saludable, generando mecanismos de corresponsabilidad entre todos los niveles de gobierno, la ciudadanía, el sector privado y los actores de la economía popular y solidaria. Entre las metas para el 2021 se encuentran erradicar la prevalencia de desnutrición crónica en niños menores de 2 años, reduciendo del 24,8% al 3%, además, reducir la prevalencia de obesidad y sobrepeso en niños entre 5 a 11 años. (p. 442-50)

1.2 Antecedentes

Díaz, Mena, Chavarría, Rodríguez y Valdivia (2013), realizaron una investigación en Chile titulada "Estado nutricional de preescolares según su nivel de actividad física, alimentación y escolaridad de la familia", entre sus objetivos también evaluaron la calidad de alimentación y nivel educativo de los padres. Este estudio reveló que, de los 257 estudiantes, el 50 % tenía exceso de peso. El estado nutricional se relacionó significativamente con la actividad física, pero no con la calidad alimentaria ni con el nivel educativo de los padres.

Un estudio realizado en España por Barreto y Quino (2014) titulado "Efectos de la malnutrición infantil sobre el desarrollo cognitivo y psicomotor en niños menores de 5 años". Los resultados mostraron que de los 46 niños del estudio, 59% se encontraba en desnutrición aguda, el 26% tenía bajo peso y el 15% presentó un peso normal. Los principales efectos de la malnutrición que se hallaron fueron problemas de aprendizaje, cambios morfo-fisiológicos, implicaciones en el crecimiento y desarrollo infantil, secuelas en el desarrollo psicomotor y consecuencias sobre funciones intelectuales y patrones de comportamiento. También se observó asociación entre las variables desnutrición aguda y motricidad gruesa y fina. En esa medida, el ser humano con déficit energético y nutricional asociado a la desnutrición puede presentar manifestaciones clínicas, caracterizadas por alteraciones en la morfología, fisiología, crecimiento y desarrollo corporal y del sistema nervioso.

González y Díaz (2015) realizaron un estudio en Colombia, titulado "Características familiares relacionadas con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Cartagena", obteniendo los siguientes resultados: el 53,9% de los niños presentó un adecuado estado nutricional mientras que el 46,1% estaban malnutridos. Las características familiares asociadas a la malnutrición infantil (por defecto o exceso) fueron el número de integrantes y los ingresos familiares menores o iguales al salario mínimo. Respecto a las características familiares, la tipología familiar más predominante fue de familias extensas con 41,7 %; en relación al número de integrantes por familia, presentaban de 2 a 9 integrantes, con promedio de 5; en lo que concierne al nivel educativo de los padres, predominó la secundaria completa con 53,9 %, seguido de educación superior con 36,9. Respecto al ingreso familiar mensual, el salario mínimo vigente fue el que predominó con 51,4 %. La característica familiar que se asoció con el estado nutricional por déficit fue recibir ingresos iguales o menores a un salario mínimo mensual vigente, es decir que no contar con suficientes recursos económicos para la alimentación aumenta dos veces el riesgo de padecer déficit nutricional.

Por otra parte, en Perú, Navarrete, Velasco, Loayza y Huatuco (2016) realizaron una investigación sobre la situación nutricional de niños de tres a cinco años residentes en los distritos de Villa el Salvador, San Juan de Miraflores y San Juan de Lurigancho para el periodo comprendido entre abril y junio del 2016**.** Estos autores realizaron un estudio prospectivo, transversal no experimental con 1416 niños y niñas; se recogieron los datos de peso, talla y edad, para determinar el tipo de desnutrición según el patrón de referencia de la Organización Mundial de la Salud. Los resultados revelaron que la población del distrito de San Juan de Lurigancho presentó mayor desnutrición crónica (8.6%) y mayor sobrepeso (11.0%), la población del distrito de Villa María del Triunfo presentó mayor desnutrición aguda (1.3%) y la de Villa El Salvador mayor obesidad (4.6%). Es decir que el sobrepeso fue el indicador más alto.

En el Ecuador, en Cotacachi, Tapia (2018) desarrolló un estudio donde evaluaron el "Estado nutricional y alimentos consumidos por preescolares de la Unidad Educativa del Milenio Sumak Yachana Wasi". Los resultados revelaron que en su mayoría los niños y niñas son de etnia indígena (77%). En lo que se refiere a los hábitos alimentarios, la mayoría consume 5 tiempos de comida con preparaciones variadas ricas en grasa, se

evidencia un consumo deficiente tanto de verduras como de agua. Hay un adecuado consumo de calorías (39,2%) y carbohidratos (49,1%); elevado consumo de alimentos ricos en grasa (52,9%), y proteínas (86%) debido al alto consumo de alimentos de origen animal en la población estudiada.

El Ministerio Coordinador de Desarrollo Social (MCDS), en su proyecto para la reducción acelerada de la malnutrición en el Ecuador-INTI. 2012-2015, dentro de la estrategia Acción Nutrición, recalca que en la provincia de Esmeraldas hay una prevalencia de desnutrición crónica infantil en niños menores de 5 años del 21,1%. (MCDS, 2015)

En la Unidad Educativa donde se desarrolló esta investigación, no se encontraron antecedentes de estudios similares sobre el estado nutricional de preescolares.

1.3 Marco Legal

Con la presente investigación sobre el estado nutricional de preescolares de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas, se da cumplimiento al artículo 16 de la ley orgánica de salud, del Capítulo II de la alimentación y nutrición, donde se establece que el Estado Ecuatoriano decreta una política acerca de alimentación y nutrición, que fomente la exclusión de malos hábitos de alimentación, promueva costumbres alimentarias convencionales, además de la utilización de alimentos característicos de cada zona del país y respaldar el acceso a diversos alimentos saludables y aptos para el consumo.

También se sustenta en los artículos 18 y 19 del Código de la niñez y la adolescencia, junto con el artículo 3 de la constitución, numerales 1 y 5, y el artículo 32 de la Carta Magna, que concuerdan en fomentar acciones orientadas en el aprendizaje del aporte nutricional de los alimentos, así como también mencionan la obligación que tiene el Estado de asegurar derechos en la alimentación.

El Reglamento de Bares Escolares del Sistema Nacional de Educación (2014), plantea que según la Ley Orgánica del Régimen de la Soberanía Alimentaria, publicada en el Registro Oficial Suplemento No. 583 de 5 de mayo de 2009 en el artículo 27 establece la

importancia de disminuir y erradicar la desnutrición y mal nutrición, por lo tanto, en respuesta a esto, el Estado incentivará el consumo de alimentos nutritivos preferentemente de origen agroecológico y orgánico, mediante el apoyo a su comercialización, la realización de programas de promoción y educación nutricional para el consumo sano, la identificación y el etiquetado de los contenidos nutricionales de los alimentos; y la coordinación de las políticas públicas.

En el artículo 28 de la antedicha Ley, dispone la prohibición de la comercialización de productos con bajo valor nutricional en los establecimientos educativos, así como la distribución y uso de éstos en programas de alimentación dirigidos a grupos de atención prioritaria.

CAPITULO II

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo de estudio

Esta investigación se realizó en la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay, ubicada en el barrio Voluntad de Dios, al sur de la ciudad de Esmeraldas, que cuenta con 650 estudiantes entre hombres y mujeres. Este establecimiento educativo es de modalidad presencial con jornadas matutinas, el cual brinda educación de nivel inicial, básico y bachillerato. Limita con los barrios: al norte Familias Unidas, al Sur Los Marginados, al Este Tiwinza y al Oeste Su Amigo. El ingreso es de fácil acceso, cuenta con carretera de primer orden y los estudiantes, en su mayoría, son de situación socioeconómica baja y la etnia que más sobresale es la afroecuatoriana.

La investigación desarrollada fue de tipo cuali-cuantitativa, con un diseño descriptivo y un tipo de estudio de corte transversal. Cualitativa porque se realizó una descripción de la información obtenida. También fue cuantitativa porque se recolectaron datos numéricos que aportaron al estudio y se manejó de forma que al traducirlos pudieran ser representados en tablas y figuras.

2.2 Definición Conceptual y Operacionalización de las Variables

Se estudiaron como variable directa el estado nutricional y como variables indirectas la edad, factores que afectan el estado nutricional, efectos de las alteraciones nutricionales y tipo de alimentación. Estas fueron conceptualizadas y operacionalizadas. **(Anexo A).**

La población estudiada estuvo compuesta por 108 niños y niñas en edades de 3 a 5 años, 11 meses y 29 días que asisten a la unidad educativa referida, de los cuales 85 conformaron la muestra, que se seleccionó con un muestreo probabilístico aleatorio simple.

Para la obtención de la muestra se aplicó la siguiente formula:

n= Tamaño de la muestra

N= Población total

e= error de muestreo

$$n = \frac{N}{e^2 (N - 1) + 1} = \frac{108}{0{,}05^2 (108 - 1) + 1} = \frac{108}{0{,}0025 (107) + 1} = \frac{108}{1{,}26} = n = 85$$

Se incluyó a los niños de 3 a 5 años que se encuentren legalmente matriculados y que asistan a la Unidad Educativa regularmente, madres o padres de familia que quieran participar en la investigación y los Profesores de educación inicial de estos niños. Excluyéndose a niños que no entren en el rango de edad de 3 a 5 años, niños dentro del rango de edad que no estén matriculados o que no asisten a clases, profesores que no son de preescolar.

2.3 Métodos

Los métodos que se emplearon fueron el descriptivo; el cual permitió identificar el estado nutricional de los niños que acuden a la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay, a través de la aplicación de medidas antropométricas. También se empleó el método explicativo, para explicar cuáles son los factores que inciden en el estado nutricional de los preescolares utilizando los datos obtenidos en la encuesta. Se utilizó el método observacional para conocer el tipo de alimentos que consumen los preescolares dentro de la unidad educativa.

2.4 Técnicas e Instrumentos

Las técnicas e instrumentos utilizados fueron:

La encuesta, esta técnica se aplicó a los padres de familia en horas de la mañana, en el momento de dejar a sus niños en la unidad educativa, se les explicó que esta sería de manera rápida, anónima y los datos obtenidos servirían para conocer detalles acerca del tipo de alimentación del niño y la familia. Para la cual se utilizó como instrumento el cuestionario **(Anexo B)** con 11 preguntas cerradas acerca del tipo de alimentación que tienen en casa, situación económica y efectos de las alteraciones nutricionales de los niños, con el objetivo de analizar el estado nutricional de preescolares de la unidad educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas.

La entrevista, que estuvo dirigida a los docentes, la cual indagó acerca del rendimiento académico y la regularidad en la asistencia de los niños a clases, así como alteraciones

nutricionales que ellos hayan detectado. Para esta técnica se utilizó como instrumento una guía de preguntas abiertas **(Anexo C).** Se reunieron a los profesores al final de la sesión docente y se les dio la posibilidad de participar con confianza y emitir sus criterios en un clima agradable. Esto permitió que pudieran dar sus opiniones sin ningún impedimento y así poder recopilar la información.

La observación, fue una técnica esencial para valorar el tipo de alimentación de los preescolares dentro de la unidad educativa. Se realizaron 6 sesiones de observación que incluyó aspectos como, alimentos más frecuentes que consumen, si los preescolares comen alimentos del bar o de sus loncheras, la limpieza y condiciones del lugar donde ingieren los alimentos. Para esta técnica se utilizó una guía de observación **(Anexo F)** que contó con un listado de los alimentos más frecuentes que consumen los preescolares en las unidades, señalando con un visto en si o no; se aplicó en la hora del recreo porque es en este momento donde se sirven sus alimentos.

Las medidas antropométricas, permitieron saber el estado nutricional en la que se encontraban los niños acordes a la tabla de la OMS, realizado a los estudiantes preescolares bajo estudio, previa autorización de la profesora del salón y la aceptación de realizarlo minutos antes del recreo, explicándole que dicha actividad no tomaría mucho tiempo. Como instrumentos se realizó el control de peso/talla y se utilizó la tabla de evaluación nutricional de la OMS **(Anexo D)**. (**Anexo E)**.

2.5 Procesamiento de datos

La información obtenida mediante la aplicación de los instrumentos se tabuló y luego se hizo un análisis en base de datos en Excel; el resultado obtenido se representó por medio de figuras de manera clara con el fin de facilitar la comprensión de los mismos.

2.6 Normas Éticas

Para realizar el presente estudio, se utilizó un documento de consentimiento informado **(Anexo G)**, a través del cual se le explicó a los directivos, docentes y familiares, que su participación en las diferentes técnicas era totalmente voluntaria y que los resultados que se obtuvieran serían solo propiedad de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Esmeraldas para fines investigativos.

CAPÍTULO III

RESULTADOS

Respecto a la edad y sexo de los niños, como se revela en la figura 1, se determinó que el 50.58% son de sexo femenino, de los cuales el 15.29% están en edad de 3 años, 21.17% de 4 años y en 14.11% de 5 años. Por otro lado, del 49.41% de sexo masculino, el 12.94% pertenece a la edad de 3 años, el 24.70% corresponde a la edad de 4 años y el 11.76% a la edad de 5 años.

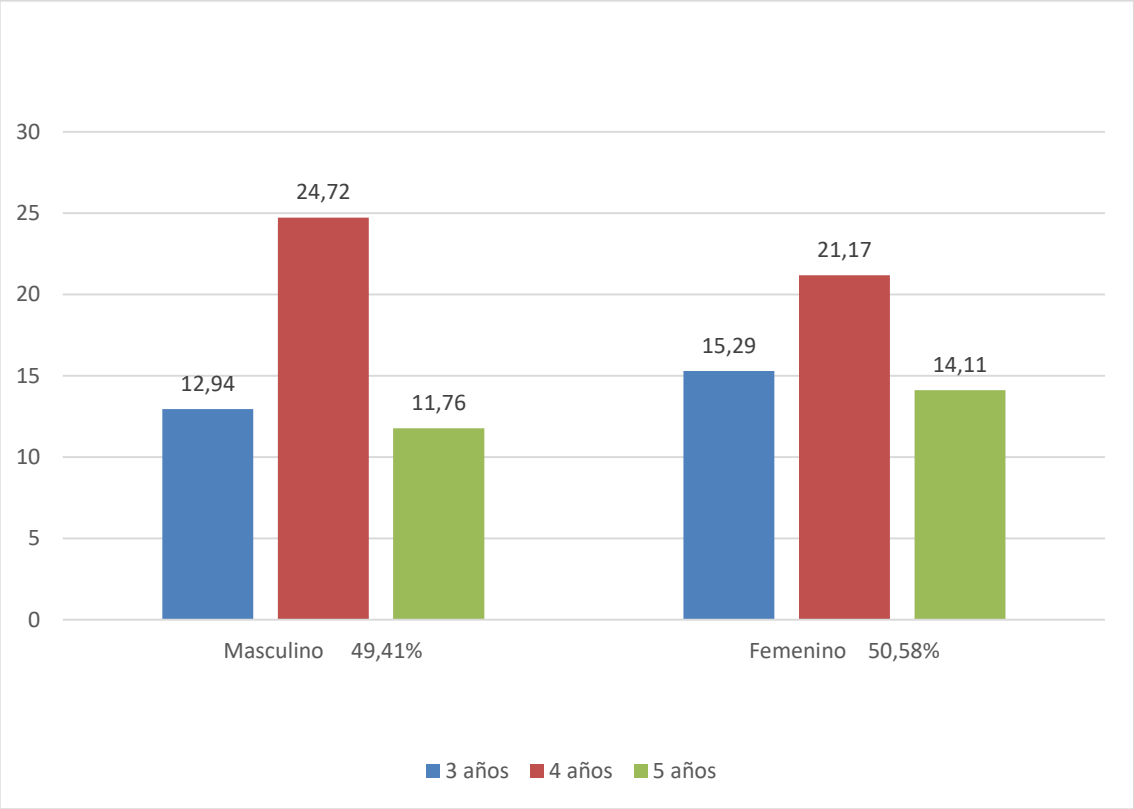


Figura 1. Sexo y edad de los niños
Fuente: Encuesta PUCESE 2018 a padres de familia de los preescolares

Los resultados acerca del grado de escolaridad de los padres de familia, como se revela en la figura 2, muestran datos significativos donde el 49.42 % solo terminó la primaria, mientras que 29.41% acabó la secundaria, y un porcentaje de 21.17% manifestó tener un grado superior. Revelando que el mayor porcentaje de padres de familia tiene un nivel bajo de escolaridad, lo que demuestra también que mientras más bajo es el grado de

escolaridad más bajo será el salario. De esta manera estará afectado también el tipo de alimentación que tengan por su difícil acceso y a su vez el estado nutricional y la salud de los preescolares.

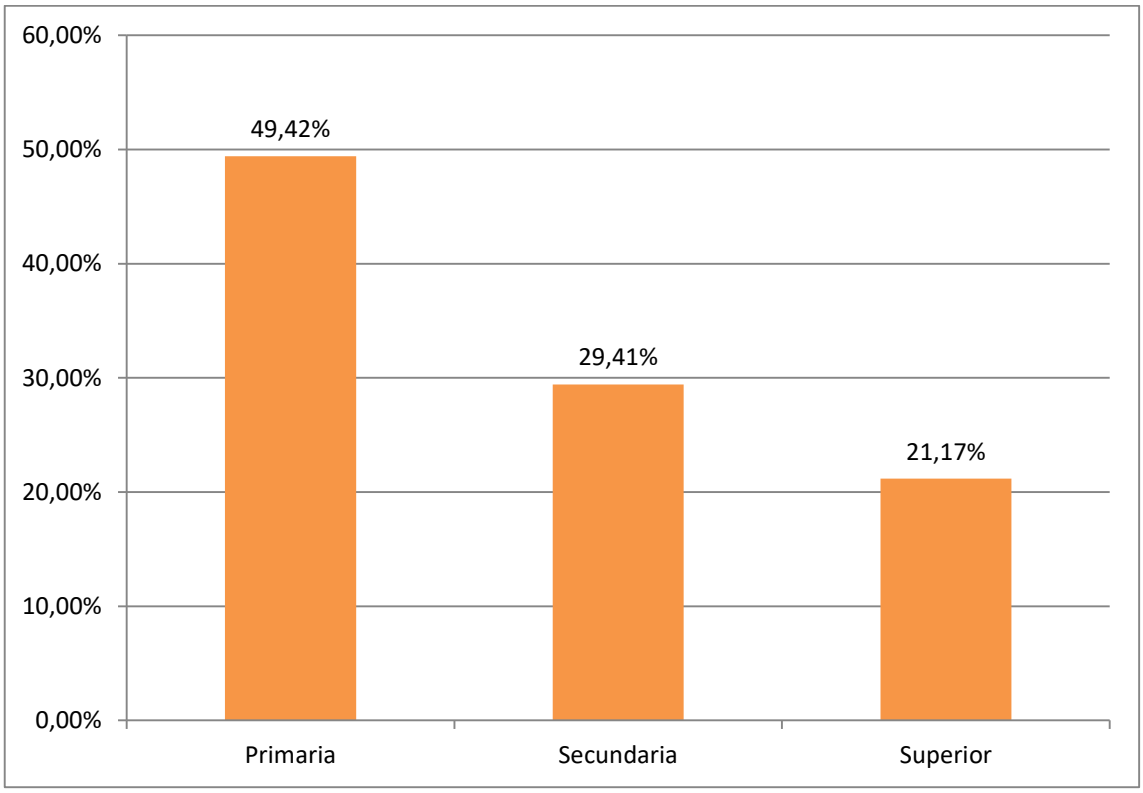


Figura 2. Grado de escolaridad del padre/madre
Fuente: Encuesta PUCESE 2018 realizada a los padres de familia de los preescolares.

En la Figura 3 se muestran los resultados del ingreso mensual familiar; encontrando que el 54.11% tiene un ingreso de $100 a $300, en el 36.47% es de más de $300 a $500 y en el 9.42% es mayor a $500. Estos resultados revelan que la mayoría de los padres de familia tienen un ingreso económico mensual inferior al salario básico. A pesar de esto, el número de comidas que se ingieren diariamente en la casa parece no estar afectado, ya que el 85% de los encuestados respondió que se servían 3 comidas, mientras que el 15% restante fue mayor, es decir 4 ingestas, aunque hay un porcentaje del 5% que no comen toda la porción de alimentos que les reparten sus familiares, a diferencia del 95% que si se comen todo. Ambos resultados demostraron que los preescolares si son alimentados en casa por lo menos con el número de comidas básicas.



Figura 3. Ingreso económico mensual familiar
Fuente: Encuesta PUCESE 2018 realizada a los padres de familia de los preescolares.

De las enfermedades más frecuentes en los preescolares, como ilustra la figura 4, el 52% respondió que las más comunes son las respiratorias, concordando con la observación en la que se evidenciaron varios niños con signos gripales, mientras que el 25% respondió que son las gastrointestinales y el 23% las enfermedades dermatológicas. Es significativo que ninguno de los encuestados señaló la anemia como opción. Previamente se les preguntó si sus hijos se enfermaban frecuentemente, siendo la respuesta del 40% que Sí. Ante lo cual, las 3 docentes entrevistadas manifestaron que ellas consideraban que las enfermedades que más prevalecen en los preescolares son las respiratorias y las dermatológicas; y de igual manera, ninguna de las docentes cree que hubiese casos de anemia.

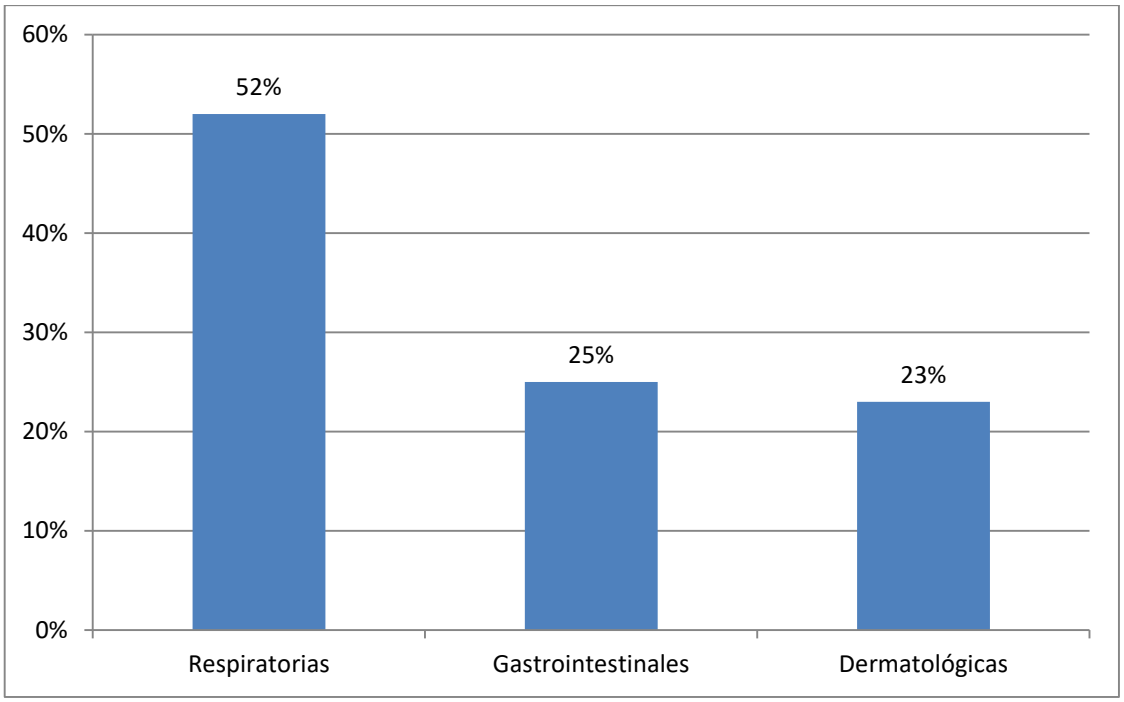


Figura 4. Enfermedades más frecuentes
Fuente: Encuesta PUCESE 2018 realizada a los padres de familia de los preescolares.

La Figura 5 referente a la procedencia de los alimentos que consumen los preescolares dentro de la unidad educativa, muestra que ningún niño utilizó el bar escolar para alimentarse, mientras que el 87.06% traen su lonchera desde casa y el 12.94% no llevan nada. Esto pudo evidenciarse al observar que el bar está cerrado a la hora del recreo de estos y además ningún niño lleva dinero a la escuela ya que no lo necesitan, esto concuerda con lo manifestado por las docentes, al asegurar que los niños no tienen acceso al bar escolar. También manifestaron que en el caso de los niños que no llevaban alimentos desde sus casas, les brindan refrigerios entregados por el Estado a las unidades educativas fiscales, que consiste en barras de granola y bebidas de cereales.

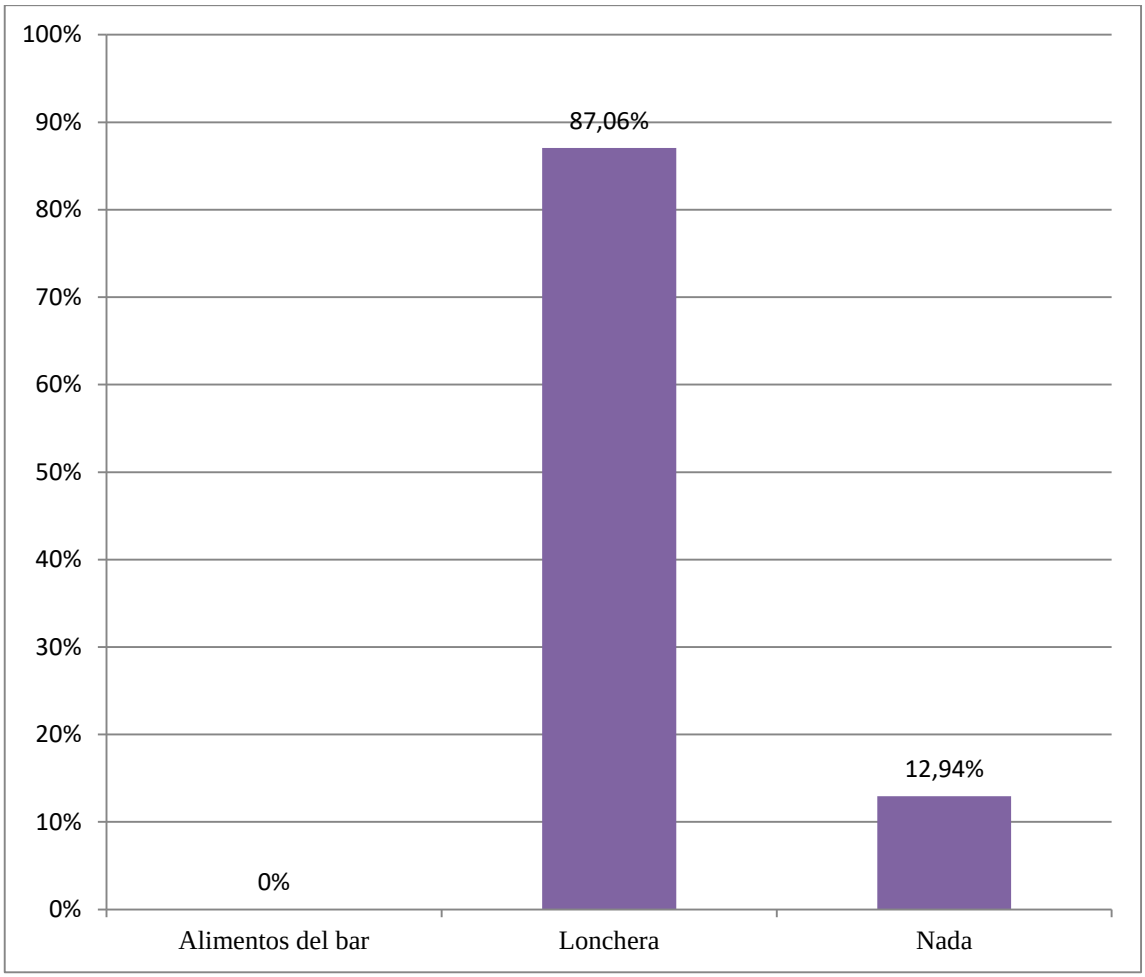


Figura 5. Procedencia de los alimentos de los preescolares
Fuente: Encuesta PUCESE 2018 realizada a los padres de familia de los preescolares.

En la figura 6, se observa que los alimentos consumidos con más frecuencia en casa son las bebidas azucaradas en un 88.23% y las grasas y frituras el 62.35%. Estos datos son corroborados al observar los refrigerios de las loncheras, es inquietante que son pocos los niños que llevan frutas a la escuela, aunque en casa el 50,58% si consumen, además ninguno lleva agua. Así mismo se preguntó si los niños tienen acceso a comidas no saludables en el sector, el 90% respondió afirmativamente; lo cual es desfavorable para el estado nutricional de los niños, puesto que estos alimentos no siempre son nutritivos. En esta pregunta se colocó un listado de alimentos de fácil selección por ser los de mayor disponibilidad en el medio, es por esto que al sumar los porcentajes no da como resultado 100%.

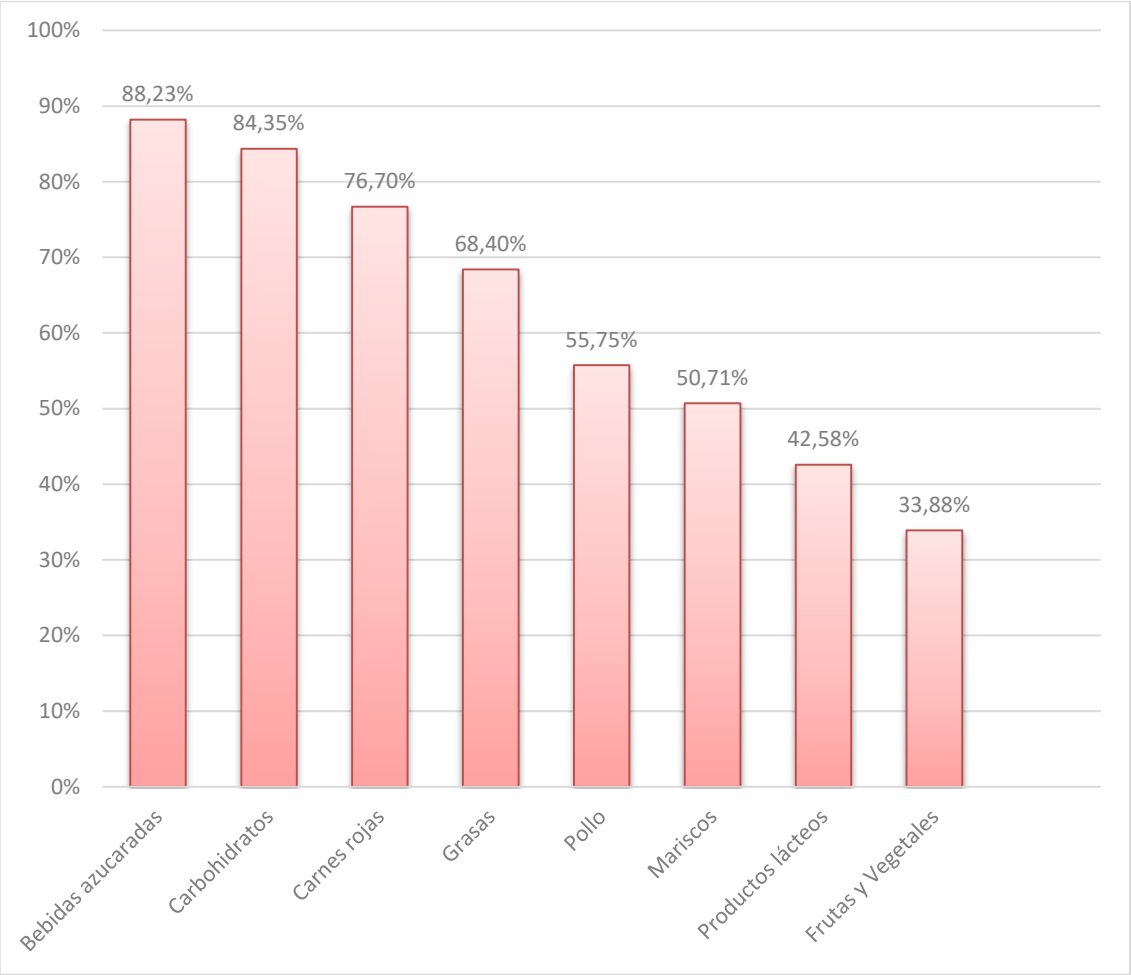


Figura 6. Alimentos consumidos con más frecuencia en casa
Fuente: Encuesta PUCESE 2018 realizada a los padres de familia de los preescolares.

Los datos obtenidos en la toma de las medidas antropométricas de los preescolares, **(Anexo E)** sirvieron para calcular su IMC, pudiendo clasificarlos de acuerdo a su estado nutricional; encontrando que el 14 % tienen bajo peso, el 51% peso normal, el 19 % están en riesgo de sobrepeso y el 16% con sobrepeso, como se muestra en la Figura 7.

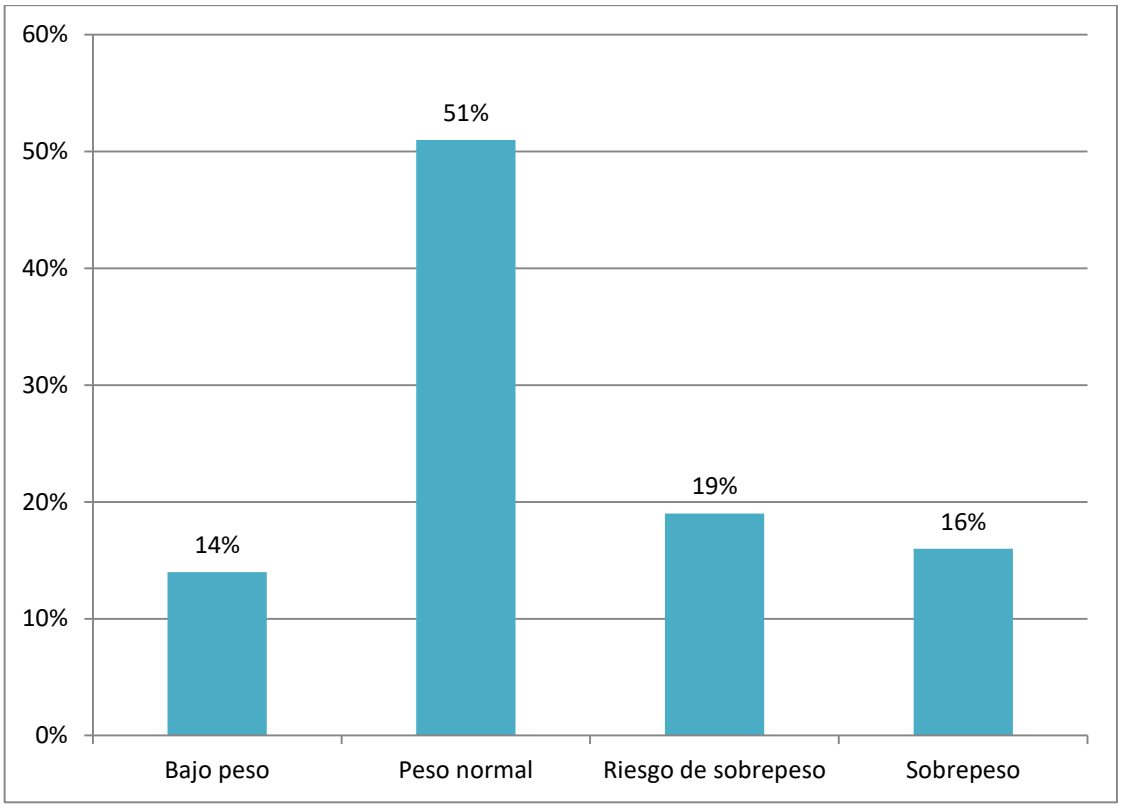


Figura 7. Diagnóstico nutricional según el IMC.
Fuente: Medidas antropométricas en preescolares.

Los docentes responden que los preescolares asisten a clases sin dificultad y en general presentan un buen rendimiento académico, y que pese al tipo de alimentos que traen desde sus hogares no han notado ningún efecto negativo en el estado nutricional de los niños. Además se constató que el lugar que usan los estudiantes para el consumo de sus alimentos en el recreo es el aula, que cuenta con instalaciones necesarias para que estos coman cómodamente. Cada uno tiene su silla y una mesa grande que comparten y ninguno consumió alimentos del bar de la escuela.

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN

Un correcto análisis del estado nutricional en niños es muy importante, así se podrán detectar a tiempo desórdenes alimenticios y trastornos en el peso de los menores, así como también se podrán tomar las medidas necesarias para solucionar cualquier problema relacionado con el estado nutricional.

Los resultados de esta investigación determinaron que un poco más de la mitad de los preescolares tenía un peso normal, a diferencia de la minoría que se encuentra en bajo peso y sobrepeso; no se encontró una diferencia significativa en el peso de los niños según su sexo. Algo muy distinto ocurrió en una investigación realizada por Díaz, Mena, Chavarría, Rodríguez y Valdivia (2013), en la que se pudo evidenciar que de los 257 estudiantes, la mitad tenía exceso de peso, lo cual indica que los preescolares de este estudio tienen un mejor estado nutricional que los del estudio de referencia.

De igual manera, no se encontraron coincidencias con el estudio realizado por Navarrete, Velasco, Loayza y Huatuco (2016), en el cual se recogieron los datos de peso, talla y edad, para determinar el tipo de desnutrición que tenían los preescolares. Los resultados revelaron que el 8.6% presentó desnutrición crónica, el 1.3% presentó desnutrición aguda, el 11% sobrepeso, y el 4.6% obesidad. Es decir que el sobrepeso fue el indicador más alto, resultados que contrastan con los de esta investigación en la que el indicador más alto fue el peso normal en el 51% de los niños.

Respecto a los factores que afectan el estado nutricional de los preescolares tenemos los económicos, culturales y sociales. En lo referente a lo económico se pudo comprobar en la presente investigación que el ingreso mensual familiar es de menos del salario básico en la mayoría de los encuestados y un porcentaje mínimo tenía un ingreso mayor a $500. El número de integrantes que viven en la misma casa también es dato muy importante ya que poco menos de la mitad indicó que viven de 5 a 7 personas. El grado de instrucción que prevalece es la primaria, es muy alarmante que cerca de la mitad de los padres encuestados respondió tener ese grado de instrucción, ya que está demostrado que mientras más bajo es el grado de instrucción, mayor dificultad se tendrá al momento de

conseguir un salario por encima del básico, lo que trae como consecuencia una alimentación deficiente.

En la presente investigación, una gran mayoría respondió tener fácil acceso a comida poco saludable en el sector, lo cual parece influir en el estado nutricional de los preescolares, ya que el hecho de tener acceso a este tipo de alimentos aumenta el número de niños malnutridos.

Resultados muy parecidos se obtuvieron en la investigación realizada por González y Díaz (2015) en el que un poco más de los niños presentó un estado nutricional adecuado, también se concuerda con este estudio en que el ingreso familiar es un factor que influye mucho en el estado nutricional de los niños. En ambos estudios, el número de personas que viven en la misma casa y el nivel educativo de los padres parece influir también en el estado nutricional de los preescolares.

El estudio realizado por Barreto y Quino (2014), encontró efectos en el aprendizaje, implicaciones en el crecimiento y desarrollo infantil, secuelas en el desarrollo psicomotor y consecuencias sobre funciones intelectuales y patrones de comportamiento en niños con déficit energético y nutricional asociado a la desnutrición. Sin embargo, en esta investigación no se encontró una relación entre el estado nutricional y el rendimiento escolar, ya que todos los padres encuestados respondieron que sus hijos asisten con normalidad a clases y un mínimo porcentaje respondió que el rendimiento escolar de los preescolares es regular. Los profesores entrevistados revelaron que los niños tienen un buen rendimiento escolar.

Haciendo una comparación entre el estudio de referencia y esta investigación se revela que los preescolares de esta investigación tienen un mejor estado de salud, ya que según la información recolectada no se obtuvieron datos de enfermedades que puedan comprometer seriamente su crecimiento y desarrollo intelectual

La investigación realizada en la Unidad Educativa del Milenio Sumak Yachana Wasi por Tapia (2018), encontró que los alimentos consumidos por preescolares son de alto valor calórico y deficiente en frutas, verduras y agua; lo que concuerda con los hallazgos del presente estudio en el que se constató que los padres proveen comida poco saludable a

los niños, compuesta en un gran porcentaje de grasas, carbohidratos bebidas azucaradas y pobre en frutas y verduras; lo que también se pudo comprobar observando los alimentos llevados en la lonchera, los cuales tenían un aporte nutricional muy bajo, en su mayoría conformados por golosinas y bebidas azucaradas.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

El estado nutricional de los preescolares de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay, de la ciudad de Esmeraldas, está dentro de los rangos normales en la mayoría de los casos. Sin embargo, existe un 19% de estos niños con riesgo de sobrepeso y un 16% de sobrepeso que conduce a la obesidad, la que es una manifestación del mal estado nutricional.

Entre los factores que afectan el estado nutricional de los preescolares se encuentra el consumo de alimentos ricos en grasas y carbohidratos, tanto dentro de casa como en el recreo de la escuela, donde ingieren alimentos de su lonchera. Se perciben, además, los factores culturales y socioeconómicos de la familia que inciden en el estado nutricional de los niños estudiados, ya que el 78,83% de los padres de familia tienen un nivel de escolaridad bajo y los ingresos, en el 90,56% de las familias, es menor de $500.

La mayoría de los preescolares sufre de enfermedades respiratorias y gastrointestinales, lo que pudiera estar relacionado con su mal estado nutricional. Afortunadamente, estas situaciones no afectan la asistencia a la escuela ni el rendimiento académico.

El tipo de alimentación de los preescolares está basado mayormente en carbohidratos, grasas, carnes y bebidas azucaradas; y un porcentaje muy bajo de frutas y verduras. También se pudo constatar que los alimentos llevados para comer en el recreo, tienen poco o ningún valor nutritivo.

CAPÍTULO VI

RECOMENDACIONES

A investigadores sobre esta temática, continuar investigando en otras unidades educativas de la provincia, para propiciar el diseño y aplicación de estrategias de mejora que beneficien a una comunidad más amplia de niños preescolares y de otras edades.

A las autoridades de salud, que estudien la posibilidad de realizar campañas educativas en el sector relacionadas con los beneficios de una alimentación y estilos de vida saludable, encabezadas por personal de salud calificado con la finalidad de educar, promocionar la salud y prevenir enfermedades.

A las autoridades de educación, que ejecuten la Ley Orgánica del Régimen de la Soberanía Alimentaria en el capítulo 1, artículo 3 del Sistema Nacional de Salud, la cual plantea que los bares escolares sean atendidos por personal debidamente autorizado para la preparación y expendio de alimentos y bebidas, y que prohíbe la venta de productos poco nutritivos en las unidades educativas.

A directivos de la unidad educativa, que organicen capacitaciones para maestros, alumnos y padres de familia acerca de la importancia de comer sano, incentivando en ellos buenos hábitos alimenticios.

A los padres de familia, que fomenten una alimentación saludable en los niños, ya que los gustos que adquieran por ciertos alimentos quedarán en ellos hasta su vida adulta, si estos alimentos no son los más adecuados provocarán enfermedades asociadas a la mala nutrición.

REFERENCIAS

Acosta, Sámano, Márquez y Berruecos (2017). Estrategia didáctica para disminuir la malnutrición en preescolares de comunidades marginadas. Revista Mexicana de Pediatría. Vol. 84, No. 6. Recuperado de http://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2017/sp176b.pdf

Barreto, P., & Quino, A. (2014). Efectos de la desnutrición infantil sobre el desarrollo psicomotor. *Revista Criterios XXI*(1). Recuperado de http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/criterios/article/view/779

Candela, Y. (2016). Seguridad alimentaria en Venezuela: una mirada desde el ciudadano vulnerable. Cuaderno del CENDES, año 33, No 91. Tercera época. Enero-Abril. Caracas, Venezuela. Recuperado de http://www.scielo.org.ve/pdf/cdc/v33n91/art08.pdf

Castro, Toledo-Rojas, Macedo-De la Concha, e Inclán-Rubio (2012). La obesidad infantil, un problema de salud multisistémico. Revista médica del Hospital General de México. Vol.75, No 1. Pág 1-71. Recuperado de http://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-del-hospital-general-325-articulo-la-obesidad-infantil-un-problema-X0185106312231587

Córdova, L. (2012). Efecto de un programa educativo con productos oriundos peruanos en las conductas alimentarias, estado nutricional y conocimientos de las madres de preescolares. Tesis para Optar el Titulo de Profesional de Licenciada en Enfermería. Lima, Perú. Recuperado de http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/306/1/Cordova_l.pdf

Dìaz, X., Mena, C., Chavarrìa, P., Rodrìguez, A., & Valdivia, P. (2013). Estado nutricional de escolares según su nivel de actividad física, alimentación y escolaridad de la familia. Revista Cubana de Salud Pùblica. Recuperado de https://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662013000400003

FAO. (2013). Guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición.

Nutrición y Salud, 75, 79. Obtenido de http://www.fao.org/docrep/013/am283s/am283s05.pdf

Freire, W., Ramírez-Luzuriaga M., Belmont, P., Mendieta M., Silva-Jaramillo M., Romero N., Sáenz, K., Piñeiros, P., Gómez, L., y Monge, R. (2014). Encuesta de Salud Nacional. Recuperado de http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/MSP_ENSANUT-ECU_06-10-2014.pdf

Gonzàlez, Y., & Dìaz, C. (2015). Características familiares relacionadas con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Cartagena. Revista Salud Pùblica, XVII (6). Recuperado de http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v17n6/v17n6a02.pdf

Granizo, M. G. (15 de Marzo de 2017). Desnutrición cero. Obtenido de Semana epidemiológica: https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/03/Desnutrici%C3%B3n.pdf

López, B., Landaeta, M., & Macías, C. (2013). Contribución del crecimiento prenatal y posnatal temprano en las enfermedades crónicas relacionadas con la nutrición. Anales Venezolanos de Nutrición, XXVI(1). Recuperado de http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S0798-07522013000100005&script=sci_arttext

Merchán, J. (2014). Determinacion de factores que influyen en el estado nutricional de niños y niñas de 6 a 12 años del centro escolar del barrio el dulce, parroquia guachanamá del cantón paltas. Período 2016 (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Loja, Ecuador. Recuperado de http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/4168/1/MERCH%C3%81N%20MERCH%C3%81N%20JUANITA%20ESPERANZA.pdf

Moreno, J., y Galiano, M. (2015). Alimentación del niño preescolar, escolar y adolescente. Pediatría integral, XIX(4). Recuperado de https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/

Navarrete, Velasco, Loayza y Huatuco (2016) Situación nutricional de niños de tres a cinco años de edad en tres distritos de Lima Metropolitana. Perú. Horiz. Med. vol.16 no.4 Lima. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2016000400009

OMS. (2016). ¿Què es la malnutriciòn?. Recuperado de http://www.who.int/features/qa/malnutrition/es/

OMS. (2018). Recuperado de http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding

OMS. (2018). Recuperado de http://www.who.int/topics/nutrition/es/

OMS. (2018). Alimentaciòn del lactante y del niño pequeño. Recuperado de http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding

ONUAA. (2014). Por què la nutriciòn es importante. Recuperado de http://www.fao.org/3/a-as603s.pdf

ONU (2015). «Objetivos de desarrollo sostenible. 17 objetivos para transformar nuestro mundo». Recuperado de: http://www. un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/.

Pesántez, Farfán y Carpio (2014). El bajo rendimiento escolar y su relación con la malnutrición y conducta en los niños del primero y segundo año de educación básica de la escuela Zoila Aurora Palacios, Cuenca. Tesis previa a la obtención de título de médico. Cuenca. Recuperado de http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/6730

Peña, Ros, González & Rial (s.f). Alimentación del preescolar y escolar. Recuperado de https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_escolar.pdf

Reglamento de Bares Escolares del Sistema Nacional de Educación (2014). Recuperado de https://www.controlsanitario.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/12/ A-0514-Reglamento-de-bares-escolares-del-sistema-nacional-de-educacion.pdf

Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, Senplades (2017). Plan Nacional del Buen Vivir para el período 2017-2021. Quito, Ecuador. Recuperado de https://www.gobiernoelectronico.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/0 9/ Plan-Nacional-para-el-Buen-Vivir-2017-2021.pdf

Shamah, T., Mundo, V., & Rivera, J.. (2014). La magnitud de la inseguridad alimentaria en México: su relación con el estado de nutrición y con factores socioeconómicos. Salud Pública de México, 56(1). Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-363420140 00700012

Tapia. (2018). Estado nutricional y alimentos consumidos por preescolares de la unidad educativa del milenio “Sumak Yachana Wasi” en el área rural de Cotacachi. Repositorio Digital Universidad Tècnica del norte.Recuperado de Obtenido de http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/8184

UNICEF. (2013). Recuperado de https://www.unicef.org/Spanish_UNICEF-NutritionReport_low_res_10May2013.pdf

Vásquez, Z., & Rodríguez, F. (2013). Desnutrición. Honduras: Recuperado de http://www.bvs.hn/RHP/pdf/1967/pdf/Vol3-2-1967-7.pdf

ANEXOS

ANEXO A

Operacionalización de variables

OBJETIVO	VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA	TÉCNICA E INSTRUMENTO
Analizar el estado nutricional de preescolares de la Unidad Educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas	Estado nutricional	Situación en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta y adaptaciones fisiológicas que tienen lugar tras el ingreso de nutrientes.	Desnutrición Bajo peso Normo peso Sobrepeso Obesidad	IMC= peso(kg)/talla^2 Peso / talla / edad	Bajo peso Peso normal Riesgo de sobrepeso Sobrepeso	Medidas antropométricas, báscula y tallímetro
	Preescolar	Niño(a) que se encuentra en la etapa del proceso educativo que antecede a la escuela primaria	Edad	Cuantitativo	3 4 5	Encuesta
			Sexo	Género	Masculino Femenino	Encuesta
Detallar los factores que afectan el estado nutricional de los preescolares de la unidad educativa.	Factores	Circunstancias que contribuyen a producir un resultado en el estado nutricional	Factores económicos	El ingreso económico de la familia es	$100 - $300 $300 - $500 Más de $500	Encuesta
				¿Cuántas personas viven en su casa?	2 – 4 5 – 7 Más de 7	Encuesta
				¿Cuántas comidas se ingieren en su casa diariamente?	1 2 3 4	Encuesta
			Factor cultural	¿Tienen acceso a comida poco saludable en el sector?	Si ( ) No ( )	Encuesta
				¿Qué alimentos consume su hijo en el recreo?	Alimentos de bar Lonchera Nada	Encuesta
			Factor social	¿Cuál es su grado de instrucción?	Primaria Secundaria Superior	Encuesta
Identificar los efectos de las alteraciones nutricionales que presentan los niños	Efecto	Consecuencia producida por alteraciones nutricionales	Efectos en la salud	Enfermedades frecuentes	Respiratorias Dermatológicas Gastrointestinales Anemia	Encuesta

			Efectos en el rendimiento académico	¿Cuál cree usted que es el rendimiento académico de los niños de manera general? ¿El niño asiste normalmente a clases? ¿Ha notado usted algún efecto de la mala alimentación en los niños?		Entrevista Entrevista Entrevista
Conocer el tipo de alimentación que tienen los preescolares dentro y fuera de su hogar.	Tipo de alimentación	Alimentos necesarios para cumplir con las funciones vitales	Deficiente Suficiente Hipercalórica	¿Qué tipo de alimentos consume el niño en casa? ¿Cuántas comidas se ingieren en su casa diariamente? ¿Qué tipo de alimentos traen los niños como refrigerio?	Grasas Carbohidratos Vegetales Proteínas 1 2 3 4	Encuesta Encuesta Entrevista

ANEXO B

Encuesta para padres de familia

Objetivo: Analizar el estado nutricional de preescolares de la unidad educativa Raúl Delgado Garay de la ciudad de Esmeraldas.
Marque con una **X** la respuesta que usted considere que sea acertada**,** respondiendo con la mayor sinceridad posible.

Gracias por su colaboración.

1. Marque el sexo de su hijo
   Masculino ( ) Femenino ( )

2. Indique cuántos años tiene su hijo
   3 ( ) 4 ( ) 5 ( )

3. ¿Cuántas personas viven en su casa?
   2 – 4 ( ) 5 – 7 ( ) Más de 7 ( )

4. ¿Marque su grado de escolaridad
   Primaria ( ) Secundaria ( ) Superior ( )

5. ¿Cuánto es el ingreso mensual de su familia?
   $100 - $300 ( ) $300 - $500 ( ) Más de $500 ( )

6. ¿Cuántas comidas se ingieren en su casa diariamente?
   1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

7. ¿Su hijo come toda la porción que se le sirve en cada comida?
   Si ( ) No ( )

8. ¿Su hijo se enferma frecuentemente?
   Si ( ) No ( )

   ¿Qué tipo de enfermedades?
   Dermatitis ( ) Gripe ( ) Anemia ( ) Gastrointestinales ( )

9. ¿Qué alimentos consume su hijo en el recreo?
   Alimentos del bar ( ) Lonchera ( ) Nada ( )

10. ¿Tienen acceso a comida poco saludable en su sector?
    Si ( ) No ( )

11. ¿Qué tipo de alimentos consume el niño en casa?
    Grasas ( ) Carbohidratos ( ) Carnes rojas ( ) Pollo ( )
    Mariscos ( ) Vegetales ( ) Bebidas azucaradas ( ) Frutas ( )

ANEXO C

Entrevista a las profesoras de los preescolares

Objetivo: Conocer sobre el estado nutricional de los niños y si este repercute en su rendimiento académico.

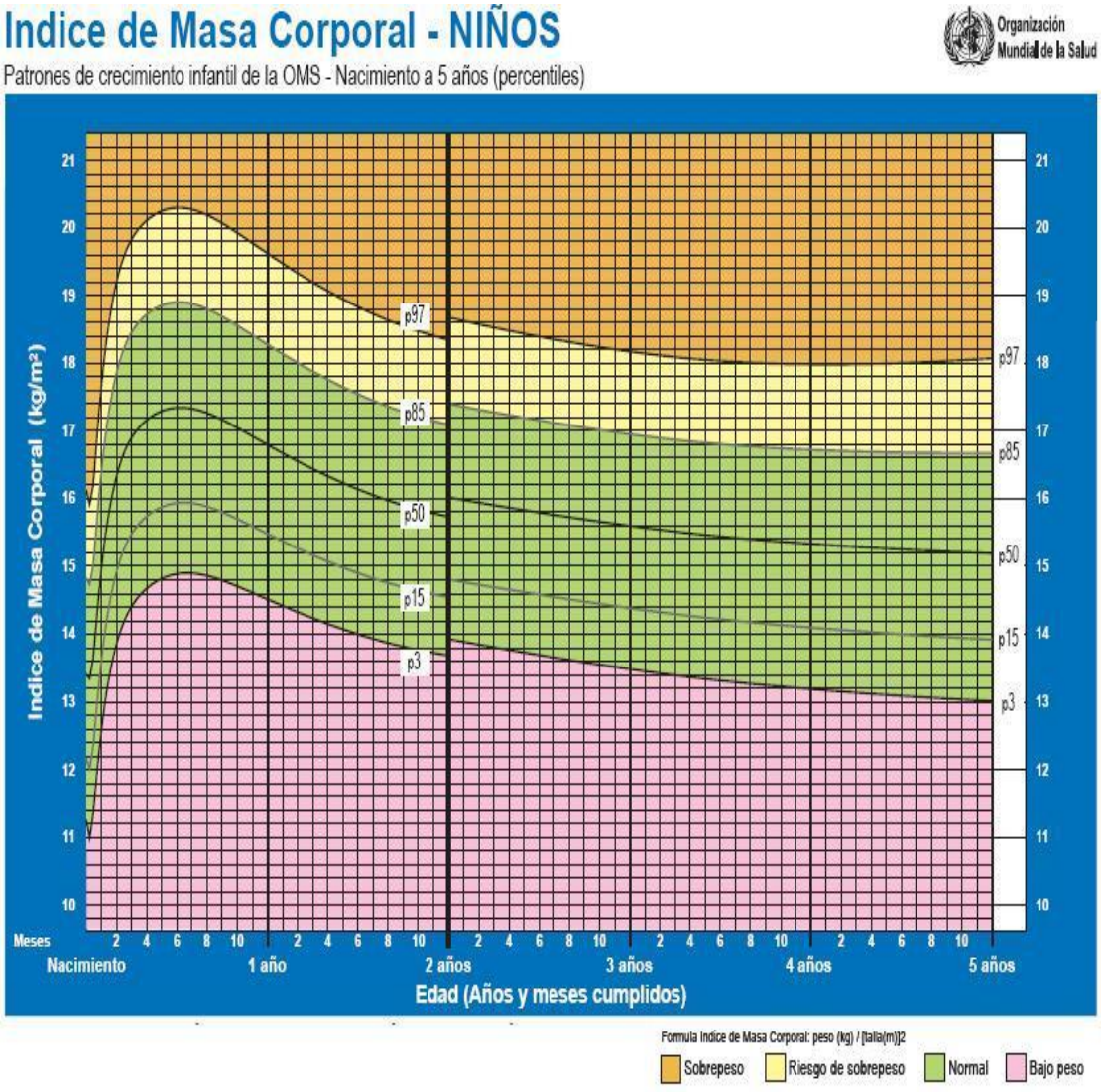
Gracias por su colaboración

Responda las siguientes preguntas:

1. ¿Los niños asisten normalmente a clases?
2. ¿Cuál cree usted que es el rendimiento académico de los niños de manera general?
3. ¿Qué tipos de alimentos traen los niños como refrigerio?
4. ¿Ha notado usted algún efecto de mala alimentación en los niños?

ANEXO D

Tablas de la OMS sobre peso para la edad e índice de masa corporal.



ANEXO E

Medidas antropométricas

N°	Sexo	Peso (K)	Talla (m)	IMC	Tipo de peso
1	M	14.9	1.02	14.3	Normal
2	F	15	0.99	15.3	Normal
3	F	13	0.98	13.5	Normal
4	F	13	1.04	12	Bajo peso
5	M	13	0.92	15.4	Normal
6	F	14	0.97	14.8	Normal
7	F	13	0.95	14.4	Normal
8	M	14	0.96	15.2	Normal
9	M	16	1.04	14.8	Normal
10	M	15	1.03	14.1	Normal
11	M	18	1.09	15.2	Normal
12	M	16	0.99	16.3	Riesgo de sobre peso
13	M	14	0.99	14.2	Normal
14	M	14	0.98	14.5	Normal
15	F	13	0.93	15.1	Normal
16	M	15	0.98	15.6	Normal
17	M	13.5	1.03	12.7	Bajo peso
18	F	14	1.05	12.7	Bajo peso
19	F	18	0.96	19.5	Sobre peso
20	F	15	0.92	17.8	Riesgo de sobre peso
21	M	18	0.97	19.1	Sobre peso
22	M	18	0.99	18.3	Sobre peso
23	M	18	1.04	16.6	Riesgo de sobre peso
24	M	14	0.97	14.8	Normal
25	M	16	1.05	14.5	Normal
26	M	15	0.96	16.3	Normal
27	F	17	1.06	15.1	Normal
28	F	17	0.96	18.4	Sobre peso
29	M	15	0.97	15.9	Normal
30	F	14	1.07	12.2	Bajo peso
31	M	16	0.96	17.3	Riesgo de sobre peso
32	M	14	1.06	12.5	Bajo peso
33	M	18	1.00	18	Sobre peso
34	M	14	0.98	14.5	Normal
35	F	13	1.03	12.2	Bajo peso
36	M	14	1.06	12.5	Bajo peso
37	F	16	1.03	15	Normal
38	M	15	1.02	14.4	Normal
39	F	18	1.05	16.3	Normal
40	F	17	1.06	15.4	Normal
41	F	19	1.08	16.3	Normal
42	M	18	1.12	14.4	Normal
43	F	17	1.05	15.4	Normal
44	M	18	0.98	18.3	Sobre peso

45	F	14	0.98	14.5	Normal
46	F	15	0.91	18.2	Sobre peso
47	F	19	1.05	17.2	Riesgo de sobre peso
48	F	17	0.98	17.7	Riesgo de sobre peso
49	F	23	1.10	19	Sobre peso
50	M	17	1.03	16	Normal
51	M	20	1.06	17.8	Riesgo de sobre peso
52	M	19	1.01	18.6	Sobre peso
53	F	16	0.99	16.3	Normal
54	F	15	0.97	15.9	Normal
55	M	26	1.12	20.8	Sobre peso
56	M	21	1.11	17	Riesgo de sobre peso
57	F	18	1.08	15.5	Normal
58	F	16	0.99	16.3	Normal
59	M	13	1.01	12.7	Bajo peso
60	M	14	1.07	12.2	Bajo peso
61	M	16	0.97	17	Riesgo de sobre peso
62	F	14	0.97	14.8	Normal
63	F	20	1.12	16	Normal
64	F	16	1.04	14.8	Normal
65	F	18	1.05	16.3	Normal
66	F	15	1.01	14.7	Normal
67	F	17	1.01	16.6	Riesgo de sobre peso
68	F	15	0.94	17	Riesgo de sobre peso
69	F	19	1.05	17.2	Riesgo de sobre peso
70	F	15	0.98	15.6	Normal
71	F	17	1.01	16.6	Riesgo de sobre peso
72	F	19	1.07	16.6	Riesgo de sobre peso
73	M	19	1.11	15.4	Normal
74	M	16	0.98	16.6	Riesgo de sobre peso
75	M	17	1.03	16	Normal
76	M	18	1.04	16.6	Riesgo de sobre peso
77	M	18	1.07	15.7	Normal
78	M	20	1.03	18.8	Sobre peso
79	M	20	1.04	18.5	Sobre peso
80	M	19	1.01	18.6	Sobre peso
81	M	19	1.02	18.2	Sobre peso
82	M	16	1.01	15.6	Normal
83	M	13	1.01	12.7	Bajo peso
84	M	14	1.05	12.7	Bajo peso
85	M	13	1.03	12.2	Bajo peso

Los 36 primeros son de 3 – 4 años

Desde el 37 al 85 son de 4 – 5 años

ANEXO F

Ficha de Observación

Objetivo: recolectar información acerca de los alimentos que consumen los preescolares dentro de la institución a la que asisten.

Indicador	**Si**	**No**	**Observación**
Limpieza y condiciones del lugar			
Los alimentos los consumen en el bar			
Los alimentos los consumen de su lonchera			
TIPOS DE ALIMENTOS **Grasas y Frituras** -Empanada -Corviche -Salchipapa -Hamburguesa **Snacks** -Doritos -Papitas -Tortolines -Cheetos **Alimentos Azucarados** -Jugos -Gaseosa -Golosinas **Sánduches** **Lácteos** -Yogurt -Leche **Agua** **Frutas**			

ANEXO G

Consentimiento informado

Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Esmeraldas, 07 de mayo del 2018

Lcda. Aracely Angulo Klinger

RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA RAÚL DELGADO GARAY DE ESMERALDAS

PRESENTE._

De mis consideraciones

Yo, **Lemos Ballesteros Paola Romy**, con **Ci. 0802980961**, estudiante de octavo semestre de la carrera de Licenciatura en Enfermería, me dirijo a usted con la finalidad de solicitar de manera mas comedida se me autorice obtener informacion por medio de Encuestas dirigidas a los Padres de familia, la medición de Medidas antropométricas a los preescolares y la Observación para poder realizar mi proyecto de grado en su Institución sobre **"ESTADO NUTRICIONAL DE PREESCOLARES DE LA UNIDAD EDUCATIVA RAÚL DELGGADO GARAY DE ESMERALDAS"** para obtener el título de Licenciada en Enfermeria.

Por lo expuesto

Anticipo mi agradecimiento pidiendo a usted acceder a mi solicitud.

Atentamente._

PUCE
SEDE ESMERALDAS
ESCUELA DE ENFERMERÍA

LEMOS BALLESTEROS PAOLA ROMY

CI. 0802980961

Recibido 08-05-2018 7:23

UNIDAD EDUCATIVA FISCAL RAUL DELGADO GARAY
RECTORADO
CÓDIGO AMIE 08H00395
Esmeraldas - Ecuador