



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

SEDE
ESMERALDAS

ESCUELA DE ENFERMERÍA

TESIS DE GRADO

DETERMINANTES QUE INCIDEN EN EL ESTADO
NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES EN LA
UNIDAD EDUCATIVA RAMÓN BEDOYA NAVIA DE
LA CIUDAD DE ESMERALDAS

PREVIO A LA OBTENCIÓN DE TÍTULO DE LICENCIADO
EN ENFERMERÍA

AUTOR

ALMAGRO ALCÍVAR VÍCTOR MANUEL

ASESOR

MSC MEMI ANGULO

Esmeraldas, 2018

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN

El trabajo de tesis aprobado luego de haber dado cumplimiento a los requisitos exigidos por el reglamento de Grado de la PUCESE, previo a la obtención del título de LICENCIATURA EN ENFERMERÍA.

.....

Presidente del tribunal de Graduación

.....

Lector (a) 2

.....

Director (a) de Tesis

.....

Director (a) de Escuela

Esmeraldas, octubre del 2018

AUTORÍA

Yo, **Víctor Manuel Almagro Alcívar**, declaro que la presente investigación enmarcada en el actual trabajo de tesis es absolutamente original, auténtica y personal.

En virtud que el contenido de esta investigación es de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor y de la PUCESE.

Víctor Manuel Almagro Alcívar

CI: 1309742672

DEDICATORIA

A DIOS

Por brindarme sus bendiciones y darme su fuerza para poder superar los obstáculos que se presentaron desde el inicio de este proyecto.

A MIS PADRES

Édison Alberto Almagro Ortiz y Heidy Jasmín Alcívar Anchundia, por brindarme lo mejor de sí, por sacrificar sus sueños, comodidades y ambiciones; por darme el apoyo necesario para continuar en busca de la meta deseada

A MI HIJO

Guillermo Almagro Taco que, aunque aún no has nacido, ya eres ese motor que me impulsa a seguir en la lucha diaria, con el fin de llegar a ser tu ejemplo de superación en el futuro.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por haberme dado la vida y salud, la perseverancia y la motivación necesaria para poder culminar con mis actividades requeridas, consiguiendo los factores para poderlas realizar, como el económico, el asistencial del talento humano y entre otros, gracias a él por la culminación de este proyecto.

A mi tutora Lic. Memi Angulo, que con sus conocimientos y guías supo encaminarme, colaborándome con su tiempo y su entrega para la realización de mi tesis.

A los estudiantes del colegio Ramón Bedoya Navia, por su colaboración en las diferentes actividades realizadas para la obtención de los datos pertinentes, gracias a su participación en la medición de diferentes herramientas e incluyendo a sus padres en el proyecto.

A la Lic. María Fernanda Mosquera Torres que estuvo incondicionalmente para brindarme su apoyo en la información correspondiente a la mencionada institución, cumpliendo la función de secretaria en el colegio, me proporcionó los datos necesarios para la elaboración de mi tesis.

A mi esposa Helen Taco por la entrega y paciencia, para ayudarme en las actividades a realizar en el plantel con su apoyo total, sin ningún tipo de disconformidad.

INDICE

TRIBUNAL DE GRADUACIÒN	ii
AUTORÍA	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
ÍNDICE.....	vi
LISTA DE GRÁFICOS Y TABLAS.....	vii
RESUMEN	viii
ABSTRAC	ix
INTRODUCCIÒN	1
Presentación del tema	1
Problematización	2
Planteamiento del problema.....	3
Justificación	4
Objetivos	5
CAPÍTULO I MARCO TEÒRICO	6
Bases teóricas científicas	6
Antecedentes	8
Bases legales	10
CAPITULO II MATERIALES Y MÈTODOS	12
CAPITULO III RESULTADOS.....	15
CAPITULO IV DISCUSIÒN	22
CAPITULO V CONCLUSIONES	24
RECOMENDACIONES.....	25
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	26
ANEXOS	29

LISTA DE TABLAS

Tabla 1.- Estado nutricional de los adolescentes	15
--	----

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1.- Distribución porcentual de acuerdo a las edades.....	15
Gráfico 2.- Distribución porcentual de acuerdo con el conocimiento que tienen acerca de nutrición	16
Gráfico 3.- Nivel de estudio de los jefes de hogar	16
Gráfico 4.- Distribución porcentual de acuerdo al número de hijos por familia.....	17
Gráfico 5.- Ocupación que ejercen los jefes de hogar.....	17
Gráfico 6.- Distribución porcentual de acuerdo al ingreso económico del hogar	18
Gráfico 7.- Distribución porcentual de acuerdo al consumo de sustancias nocivas o psicotrópicas	18
Gráfico 8.- Distribución porcentual de acuerdo a la frecuencia con la que se alimentan	19
Gráfico 9.- Distribución porcentual de acuerdo a la frecuencia de los alimentos ingeridos en el desayuno	19
Gráfico 10.- Distribución porcentual de acuerdo a la frecuencia de los alimentos ingeridos en el almuerzo.....	20
Gráfico 11.- Distribución porcentual de acuerdo a la frecuencia de los alimentos ingeridos a la media tarde.....	20
Gráfico 12.- Distribución porcentual de acuerdo a los ejercicios de mayor práctica.....	21
Gráfico 13.- Enfermedades de mayor prevalencia.	21

RESUMEN

Esta investigación se realizó en adolescentes que asisten a la Unidad Educativa Ramón Bedoya Navia– Esmeraldas, con el **tema**, determinantes que inciden en el estado nutricional de adolescentes; los **objetivos específicos** planteados fueron, identificar el estado nutricional, verificar los conocimientos nutricionales y las percepciones sobre las prácticas socioculturales y económicas de los adolescentes en estudio. Dentro de la **problemática** indica que el estado de salud es afectado por varios factores como la obesidad que en los adolescentes se ha multiplicado por diez en los últimos decenios y que se cree que en el año 2022 habrá más obesidad con insuficiencia ponderal en el mundo. Por tal razón se investiga ¿Cuáles son los determinantes que inciden en el estado nutricional de los adolescentes de la unidad educativa? Esta investigación se **justifica** porque al conocer los principales problemas y determinantes ayudará a brindar información pertinente para fortalecer las redes informativas y estrategias de trabajo. Es **de tipo** cuantitativa, descriptiva y explicativa con enfoque transversal y prospectivo, cuya población la conformaron 175 adolescentes; la muestra es probabilística simple, una muestra de 122 adolescentes de 15 – 18 años. Los **resultados** muestran al 51% con normo peso, el 12, % con desnutrición leve, el 25% con sobrepeso y el 12% con obesidad. Los conocimientos de los adolescentes en un 33% son regulares y solo el 11% presentaba buen conocimiento. En cuanto a lo sociocultural se encontraron deficiencias en el ingreso económico, llegando a ser menor al sueldo básico, y no todos realizaban una actividad física continua. Concluyendo se puede decir que su estado nutricional es regular y los determinantes que inciden mayormente son el económico y culturales.

Palabras claves. – determinantes nutricionales, conocimientos, estado nutricional, alimentación.

ABSTRAC

This research was conducted in adolescents who attend the Ramón Bedoya Navia-Esmeraldas Educational Unit, with the theme, determinants that affect the nutritional status of adolescents; The specific objectives were to identify nutritional status, verify nutritional knowledge and perceptions of sociocultural and economic practices of the adolescents under study. Within the problem indicates that the state of health is affected by several factors such as obesity in adolescents has multiplied by ten in recent decades and that it is believed that by 2022 there will be more obesity with low birth weight in the world. For this reason it is investigated What are the determinants that affect the nutritional status of adolescents in the educational unit? This research is justified because knowing the main problems and determinants will help to provide relevant information to strengthen the informational networks and work strategies. It is of a quantitative, descriptive and explanatory type with a transversal and prospective approach, whose population was made up of 175 adolescents; The sample is simple probabilistic, a sample of 122 adolescents aged 15 - 18 years. The results show 51% with normal weight, 12% with mild malnutrition, 25% with overweight and 12% with obesity. The knowledge of adolescents in 33% is regular and only 11% had good knowledge. Regarding the sociocultural, deficiencies were found in the economic income, becoming lower than the basic salary, and not all of them carried out a continuous physical activity. In conclusion, it can be said that their nutritional status is regular and the determinants that most affect are the economic and cultural.

Keywords. - nutritional determinants, knowledge, nutritional status, nutrition.

INTRODUCCIÓN

Presentación del tema

Según la Organización mundial de la salud (OMS), que es el organismo de las Naciones Unidas especializado en gestionar políticas de prevención, promoción e intervención en salud a nivel mundial. Dice que los principales factores determinantes de la salud, está ligados a la alimentación y a la práctica física, esta es la mejor manera de protegerse de padecer una enfermedad crónica. La dieta española tiene como ventaja el consumo de vegetales, cereales, legumbres, frutas y aceites de origen vegetal. Pese a ellos España se presenta con un índice de mayor obesidad infantil incluso llevándose el 17 % en adolescentes. (OMS, 2014).

OMS (2017) La nutrición es uno de los pilares de la salud y el desarrollo. La mejora de la nutrición pasa por promover la salud de las madres, los lactantes y los niños pequeños; reforzar nuestro sistema inmunitario; disminuir las complicaciones durante el embarazo y el parto; reducir el riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles (como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares), y prolongar la vida. Los niños sanos aprenden mejor. La gente sana es más fuerte, más productiva y está en mejores condiciones de romper el ciclo de pobreza y hambre y de desarrollar al máximo su potencial.

OMS (2017) La malnutrición, en cualquiera de sus formas, acarrea riesgos considerables para la salud humana. En la actualidad, el mundo se enfrenta a una doble carga de malnutrición que incluye tanto la desnutrición como la alimentación excesiva y el sobrepeso, sobre todo en los países de ingresos medianos y bajos. La OMS proporciona asesoramiento científico y herramientas útiles para tomar decisiones que pueden ayudar a los países a combatir todas las formas de malnutrición y promover la salud y el bienestar de todos, en todas las edades.

El equilibrio entre una correcta alimentación y ejercicio es lo que termina resultando como un buen estado nutricional, los desequilibrios de estos dos factores provocan las alteraciones nutricionales como la obesidad y la desnutrición, como en otros estudios ya antes mencionado ha existido alimentación rica en vegetales y granos, sin embargo una

vida sedentaria, provoco un desbalance y resulto dando en la mayoría de las personas obesidad; una persona sana provee más, tanto individual como colectivamente.

La OMS (2017), brinda un plan de aplicación para el problema de obesidad en adolescentes los cuales indican a algunos países que deben mejorar el entorno en donde se desenvuelven los jóvenes y estudian para evitar el consumo de comidas que afectarán su salud. A demás informa que en países destacados como España; investigaciones como la realizada por Palenzuela, Pérez, Perula, Fernández, Maldonado (2014), hablan acerca de la alimentación en el adolescente, mencionando el factor clave que implica la adolescencia para la instauración de hábitos saludables para la salud.

En la vida de cada persona se presentan ciertos factores que determinan el estado nutricional; uno de ellos es la alimentación que tiene que ver con la disponibilidad de los alimentos, el acceso, el consumo de estos, sean de buena o mala calidad, sus costumbres y preferencias hacia alguno de ellos, el estado de salud, que sería otro factor muy predisponente y los cuidado y nutrición que se presenten. Sin embargo, estos se pueden ver afectados al no cumplirse con estos requerimientos.

Problematización

La problemática que presentan algunos estudios sobre el estado de salud es afectada por varios factores como lo indica la OMS (2017) el que menciona que la obesidad en los adolescentes se ha multiplicado por diez en los últimos decenios y que se cree que en el año 2022 habrá más obesidad que con insuficiencia ponderal en el mundo. La tasa mundial de obesidad en la población de adolescentes ha aumentado un 1% lo cual es causado por diversos factores como la comercialización, las políticas y los precios de los alimentos, explicando el porqué del aumento de la obesidad en los jóvenes.

El profesor Ízate (2017), añade que estas preocupantes tendencias reflejan el impacto de las políticas y la comercialización de alimentos en todo el mundo, que han hecho que los alimentos saludables y nutritivos sean demasiado caros para las familias y las comunidades desfavorecidas.

Los hábitos alimentarios de los adolescentes se ven influenciados por diferentes factores, entre ellos los psicológicos asociados con la imagen corporal; los socioculturales relacionados con la publicidad y modas que promueven tendencias alimentarias no siempre saludables, tabúes, creencias, formas de preparación, entre otros. Así mismo, el factor económico, basado en la seguridad alimentaria, puede tener un efecto sobre los factores ambientales y biológicos. En Venezuela, las distintas regiones muestran ligeras diferencias en relación con los hábitos alimentarios y los existentes, dependiendo éstas en gran medida del tipo de población o de la posibilidad de alimentarse en el hogar o en establecimientos que expenden comida preparada. Zambrano, Colina, Valero, Herrera, Valero. J (2013)

El desbalance de la alimentación tiene que ver con que el poco abastecimiento de alimentos nutritivos y ricos en proteínas y minerales, causen desnutrición, pero así mismo el que exista una población donde halla el exceso de alimentos ricos en energización y los otros minerales ya mencionado, genera una población con obesidad, sin olvidar que todo esto debe ir relacionado con la actividad física.

Mencionando , los problemas más claros que hay en la población que se trabajó, es que en el lugar solo hay el expendio de comida chatarra, que no brinda ningún aporte nutricional, no generan beneficios para el desarrollo de los estudiantes, por otro lado, está que por más ganas que se tenga de alimentar bien si no existe el dinero necesario no se va a poder, solo se alimentara con lo que se pueda, haciendo un desbalance en los aportes alimenticios, y el poco conocimiento que hará que no ingieran lo que en verdad necesitan. Si se observa no todos poseen estos tres factores, hay algunos que solo poseen uno y otros que las poseen todas, en un muy poco porcentaje se ve que llevan un consumo adecuado de alimentos.

Problemática

¿Qué determinantes inciden en el estado nutricional de los adolescentes de la unidad educativa “Ramón Bedoya Navia “de la ciudad de Esmeraldas?

Justificación.

Esta investigación es importante ya que permitió conocer los factores que a veces no se conocen de la mala nutrición, ayudará a trabajar al punto real de los problemas de salud de los adolescentes para que a futuro el adulto y adulto mayor no presente las alteraciones propias de una desordenada alimentación o estilo de vida inadecuado ya que con esta información, las entidades educativas podrán guiar a los estudiantes en el tipo de alimentación que deben consumir y las repercusiones futuras. Con esta investigación también se beneficiará a las familias ya que al recibir una buena información los hijos, ellos serán portadores de esta, mejorando sus hábitos que irán en beneficio de las familias y de toda la comunidad.

La finalidad de poder analizar los determinantes del estado nutricional de los adolescentes en esta etapa difícil de la vida por cuanto supone la transición entre dejar de ser niño y empezar a ser adulto. La nutrición adecuada en este periodo trae muchas dificultades porque la personalidad de los adolescentes es más independiente, por los patrones sociales de alimentación impuestos, prescindiendo en ocasiones de comidas que se sustituyen por “picoteos” y comidas rápidas consumidas fuera del hogar en alguno de los casos.

Si los docentes están informados de los factores que inciden en las alteraciones nutricionales de los estudiantes en esta unidad educativa y aquellos que no les permite tener una correcta nutrición, podrán trabajar en la promoción y prevención de estas. La información recolectada se entregará a la institución educativa para ser analizada y expuesta a la población en general, siendo un punto de partida para poderse informar del estado nutricional de los adolescentes y las situaciones que se pueden dirigir a futuro, esta información plantea diálogos con los estudiantes y en especialmente con las familias.

Es importante dar a conocer los peligros alimenticios que atentan a la juventud en general ya que la mayoría de los trastornos fisiológicos se producen a largo plazo; más por factores alimenticios, que, por cualquier otro tipo de índole, trastornos que aumentan el índice de discapacidades, enfermedades crónicas y muertes.

Objetivo general

Analizar los determinantes que inciden en el estado nutricional de los adolescentes que asisten a la unidad educativa “Ramón Bedoya Navia” de la ciudad de Esmeraldas.

Objetivos específicos

Identificar el estado nutricional de los adolescentes que asisten a la unidad educativa.

Verificar los conocimientos nutricionales que presentan los adolescentes de la unidad educativa.

Identificar las percepciones sobre las prácticas sociales-culturales y económicas de la población en estudio.

CAPITULO 1

MARCO TEÓRICO

Bases teóricas científicas.

Esta investigación se fundamenta en la investigación de Zambrano y otros (2013), realizada en Venezuela, donde se evaluó los hábitos alimentarios y estado nutricional de adolescentes de Caracas, con el propósito de conocer los hábitos alimenticios. Un 30% de los adolescentes presentó sobrepeso. Se observó un consumo de proteínas superior al recomendado. Los alimentos más consumidos fueron los cereales, los huevos y productos lácteos, seguidos por los alimentos altos en grasas y bebidas comerciales. El consumo de hortalizas y frutas fue bajo, contribuyendo con esto a un mayor riesgo de padecer enfermedades asociadas a la dieta. La promoción de buenos hábitos alimentarios en esta etapa de la vida es de suma importancia, tanto en la escuela como en el hogar, para tener una adultez saludable.

Palenzuela Paniagua (2014), también da a conocer los hábitos alimenticios de los adolescentes y la influencia con factores sociofamiliares, el cual mostró resultados donde hay un bajo consumo de lácteos; solo las dos terceras partes consumen diariamente. Las pastas, verduras y hortalizas son consumidas a diario en un 30 %; las legumbres son ingeridas semanalmente por 64.5% de personas y la carne de res y pescado en igual proporción, siendo la más preferida la carne de aves. Más de la mitad consume embutidos diariamente, hay un significativo consumo de comidas chatarras.

La salud busca un equilibrio, busca una dieta balanceada en la cual se ingiera todos los tipos de nutrientes esenciales y necesarios para así poder mantener un balance óptimo y necesario. (OMS) 2016

El Aprendizaje a partir de la experiencia. Considerando la necesidad de contar con programas educativos participativos centrados en la vida práctica cotidiana y lo difícil del problema de la mala alimentación. Resulta necesario usar un enfoque necesario de la educación.

En este enfoque se basa en la propia experiencia y se construye sobre el conocimiento adquirido en creencias y actitudes utilizando tres principios educativos: Revisar los

conocimientos adquiridos, poner en práctica los conocimientos adquiridos para su certificación y que utilicen estos conocimientos en todo tipo de situación.

En Ecuador se encontró un estudio realizado por Mariana Oleas (2010), resultando importante su mención, porque, fue el único estudio dentro del país que guardo relación con la investigación que se realizó, debido a que se habla de la prevalencia y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en escolares de la provincia de Imbabura, el cual, En una muestra estratificada con selección aleatoria de 450 escolares, de 6 a 12 años, distribuidos en 22 escuelas, se evaluó el sobrepeso y obesidad con el Índice de Masa Corporal (IMC). A través de un cuestionario se evaluó la ingesta de energía, actividad física y aspectos sociodemográficos. El sobrepeso y obesidad alcanzó a 13,6 %, del cual 10 %, correspondió a sobrepeso y 3,6 % a obesidad. Este problema fue mayor en los niños y niñas de las escuelas particulares. El retardo de talla alcanzó 22,7 %. La falta de actividad física fue otro factor asociado al problema, 25,1 % de escolares miran televisión (TV) más de 3 horas diarias los días que van a la escuela, valor que se duplica los días que no van a la escuela; En conclusión, se terminó demostrando que el mayor riesgo de sobrepeso y obesidad los escolares que prefieren el consumo de gaseosas, los hijos de madres con trabajo remunerado, los escolares mucho menos activos, y los que se van a la escuela todos los días en algún tipo de transporte.

En la provincia de Esmeraldas, Ecuador se encontró un estudio realizado por Fornasini, Castro, Pepita(2008), resultando importante su mención, porque, fue el único estudio dentro de la ciudad que guardo relación con la investigación que se realizó, debido a que habla de la relación entre el estado nutricional de una población afroecuatoriana y la distancia a la carretera de Borbón en la Provincia de Esmeraldas, dándonos referencias de cómo puede afectar el estado nutricional y estilo de vida de poblaciones remotas, así mismo la construcción de una carretera desencadena cambios fisiológicos, socio-económicos y culturales que modifican los patrones alimentarios y por ende el estado nutricional de una comunidad.

es importante como un joven se alimenta, en el ámbito familiar, si predomina el factor económico, se valora que se controle el consumo de alimento dentro del hogar, debido que solo ahí se sabe lo que el adolescente consume, lo que ingiera fuera del hogar dependerá de lo que en su hogar haya aprendido a ingerir, se toma mucho en cuenta las

tendencias a ingerir cierto tipo de alimentos, como lo es la comida chatarra, ya sea por diferentes determinantes como el económico o el tiempo, es la comida de preferencia de los jóvenes y para adicionar, lo que los bares más saben ofertar es este tipo de alimentos.

Antecedentes

Según Castañeda, Lugo y Yépez (2016), investigaron sobre el estado nutricional de adolescentes encontrando que de entre 258 adolescentes el 55% mujeres y el 45%, se presentó un porcentaje de 43.1% con sobrepeso u obesidad, 20.9% con desnutrición. Demostrando que casi la mitad de esta población sufría de sobrepeso, marcando el valor de riesgo que están presentando, da a entender que el cuidado de alimentación en esta zona necesita más trabajo para mejorar el estado nutricional de estas personas, ya que a la larga presentarían cualquier tipo de enfermedad crónica debido a la mala alimentación que llevan.

En la investigación realizada por Fajardo, Camargo, Erika Buitrago, Peña, Lina Rodríguez en Colombia (2016), donde se estudió el estado nutricional y hábitos alimentarios, tienen; encontraron como resultado que el 83,6 % de la población estudiada presentó, índice de masa corporal (IMC) normal, un buen estado nutricional. El 7,9 % bajo peso, el 7,3 % sobrepeso y el 1,1% obesidad. Además que el 17,6 % refirió tomar bebidas energéticas y el 41,5 % bebidas gaseosas al menos una vez por semana. El 37,5% demostró escoger comidas rápidas al menos una vez por semana.

Hortensia, Domingo, Rolando, Bugueño, Munizaga (2016), investigaron el Estado nutricional y composición corporal en escolares de Chile, donde los resultados indican que el 19.7% tuvo prevalencia de obesidad y el 24.3% sobre peso mayor en mujeres, el exceso del componente grasa fue 37,6%, El déficit de masa muscular fue 31,8%, mayor en mujeres y En cuanto al riesgo cardiovascular, medido por la circunferencia de cintura, fue de 17,7%, siendo levemente mayor en varones. Reflejando un estado nutricional con tendencia a padecer obesidad por su alto consumo de grasas, la falta de ejercicio físico o sedentarismos.

Serrano, Dolores, Salvador , en el año (2016) investigaron sobre “Relación entre el funcionamiento familiar y los estilos de vida de los adolescentes en edad escolar” cuyos hallazgos fueron que el 32,4% de los estudiantes había fumado, el 61.3% consumido alcohol, 26% había mantenido relaciones sexuales , 85.2% usó preservativos, el 94,6 respetó señales de tráfico, el 77.5% usaba cinturón de seguridad y el 81,9% el caso lo que indica que edad, sexo y estado de funcionamiento familiar fueron los principales factores asociados a los estilos de vida de los escolares.

En otro estudio podemos encontrar el realizado por Córdoba y otros (2014) que habla sobre el análisis de los conocimientos sobre el desayuno saludable y su relación con los hábitos de estilo de vida y el rendimiento académico en la enseñanza secundaria obligatoria, el objetivo principal del estudio es analizar si los alumnos de la enseñanza secundaria obligatoria (ESO) de la ciudad de Badajoz saben si conocen los alimentos que forman parte de un desayuno saludable, 50,1% de mujeres. Además, se les pidió que seleccionaran entre una serie de alimentos aquellos que formaban parte de un desayuno saludable, resultados Un 49,12% de los adolescentes conoce los alimentos que forman parte de un desayuno saludable. Demostrando que una buena alimentación influye mucho en el rendimiento académico, respaldando los datos de la investigación.

En el estudio de Cruz, Tuñon, Villaseñor, del Carmen, Nigh (2013) se menciona el Sobrepeso y obesidad, son considerados un grave problema de salud pública, por su presencia en enfermedades crónicas como las cardiovasculares y la diabetes, que se observan entre los pobres y más en las mujeres.

Lastre, López, Alcázar (2017) investigaron sobre la Relación entre apoyo familiar y el rendimiento académico en estudiantes colombianos; en el cual los resultados indican que de los padres de familia el 4,3% tiene ocupaciones en el sector agrícola, el 72,8% en el sector industrial (construcciones), el 10,9% trabajo doméstico, el 12% comercio y trabajo informal. De la investigación mostraron constitución de familias con niveles socioeconómicos y educativos bajos y había predominio de actividades informales de construcción. Esto también indica que estos padres que acompañan a sus hijos están pendientes de los mismos y de su vida escolar no tienen buenas bases suficientes para retroalimentarlos.

Riva, (2015), investigó sobre la economía en los hogares peruanos; obtuvo como resultados que el 40% de la población tiene ingresos mayores a los 3000 soles lo que corresponde a 901 dólares. Demostrando que la economía de los hogares peruanos ha aumentado lo cual explica porque estas personas han llegado a un nivel de satisfacción que no están dispuestos a cambiar, aunque en el estudio también reflejan que a pesar de estar bien y satisfechos la cifra de aumento que esperaban era mucho mayor y por la reducción de puestos de trabajos ahora muchos de ellos optan por trabajos informales y créditos bancarios.

Llanos y Pablo cantó (2018) investigaron sobre la cantidad de hijos por familias europeas; cuyos resultados indicaron que el 47% tienen un solo hijo, el 40% dos hijos, el 13% tienen 3 o más hijos y el 15% monoparentales. Demostrando esta investigación que a diferencia de los hogares en América Latina especialmente en nuestro país Ecuador los porcentajes son más altos en cuanto al número de hijos por familia ya que en Europa tener 3 hijos ya es considerado una familia numerosa, ellos tienen menos cantidad de hijos porque según el estudio se concentran más en la planificación de hogar acorde a su estatus económico y posibilidades.

Carrera, Nieto, López, Manzanares (2014) investigaron sobre la influencia del nivel educativo de los progenitores en el rendimiento académico, y en las estrategias de aprendizaje desarrollada por el alumnado, los cuales demostraron que los padres en su mayoría solo tienen un estudio, el 32,5% y solo el 18,5% tienen estudios superiores, mientras que en las madres el 35,8% tiene un estudio básico y el 19,2% tienen un estudio superior, no siendo mucha la diferencia entre hombres y mujeres, aun así las mujeres tuvieron más preparación. La mayoría de los padres demostraron tener solo un estudio básico, lo que sirve para la presente investigación, para relacionar resultados concluyentes.

Marco legal

Al tratarse de una investigación sobre los determinantes que influyen en el estado nutricional de los adolescentes se tomó como referencia el marco legal con los siguientes artículos de la constitución de la república del Ecuador para su sustentación:

Art. 44.- Se promueve el desarrollo integral tanto para el niño, niña y el adolescente asegurando que se cumplan los derechos en su totalidad, atendiendo sus necesidades sobre la de las demás personas. Los niños y los adolescentes deberán cumplir sus derechos en un ambiente integral donde se cumplan el proceso de crecimiento corporal e intelectual potenciando sus necesidades y aspiraciones.

Teniendo en cuenta este punto de partida para nuestra investigación, ya que sustentaremos la necesidad o derecho que tiene la juventud sobre su crecimiento corporal e intelectual.

Art. 45.- los niños, niñas y adolescentes deben gozar de derechos similares y que estos estén acorde a su edad. El estado deberá conocer y garantizar la protección de los derechos, de forma física y psíquica: identidad y en su estado de salud, educativo de deporte y recreación que conlleven a la participación de social: al respeto de su libertad y dignidad.

Sustentaremos nuestra investigación en base al contenido de este artículo, específicamente sobre lo que debería ser por derecho, sus condiciones, sabemos que no es así por diversos factores. Necesitamos saber los determinantes más casuales en la población.

En la Ley Orgánica del Régimen de la Soberanía, indica en los artículos:

Art. 27. Que el consumo de alimentos se debe realizar de una forma nutritiva con la finalidad de disminuir e eliminar desnutrición y la malnutrición, brindando iniciativas al consumo de alimentos nutritivos preferentes e origen orgánico, teniendo el apoyo en la comercialización, en la promoción en los programas sociales, y en la educación nutricional para que este sea de un consumo sano.

Queremos saber qué tanto de este artículo se cumplen dentro del hogar, ya que de la nutrición se obtendrá un buen aprendizaje en la escuela o colegio.

Art. 28. Prohíbe la comercialización de productos que contengan bajo nivel nutricional que se comercialicen en las entidades educativas.

Resaltando este artículo principalmente, por que en la unidad educativa lo que más se puede encontraren los bares, son productos de muy baja calidad nutricional.

CAPITULO II

METODOLOGÍA

Descripción del lugar

La investigación se realizó en el colegio fiscal Ramón Bedoya Navia, ubicado en las calles Panamá y Azuay, frente a la camaronera principal del sector, en el centro este de la ciudad de Esmeraldas; barrio periférico habitado por personas de diferentes clases sociales y de bajo recursos económicos, cuyos hijos estudian en esta unidad; funciona en doble jornada y el trabajo se desarrolló en la jornada vespertina con estudiantes del bachillerato. Cuenta con áreas de laboratorio de computación y de ciencias técnicas, existe un bar donde se expende alimentación que es consumida por docentes y estudiantes. Fuera del establecimiento se venden cierto tipo de comida rápida o comida con alto contenido de grasas saturadas y otros como frutos en curtidos como ovos y mangos. Se toma en cuenta este lugar porque la alimentación que se ofrece en el bar es poco nutritiva, en base a esto y a los objetivos se escogió este establecimiento.

Tipo de estudio y método

El tipo de estudio es cuantitativa, descriptivo y explicativo porque permitió detallar y explicar los resultados numéricos acerca de determinantes que inciden en el estado nutricional de adolescentes que se representaron porcentualmente en figura y se obtuvo información sociocultural que fue interpretada y analizada.

De igual forma es Transversal porque en esta investigación no hubo seguimiento a través del tiempo y las variables se midieron una sola vez en un período de tiempo.

Las variables que se estudiaron son los Determinantes del estado nutricional, Estado nutricional, conocimientos en la educación.

Prospectiva debido a que se desarrolló en base de la información que se registró en la guía de observación y lo que resulto de la encuesta.

El método que se utilizó fue histórico y analítico – sintético porque se realizó un bosquejo del tema a investigar y los resultados obtenidos fueron analizados y sintetizados en este informe acerca de las determinantes que inciden en el estado nutricional en el objeto de estudio.

Población y muestra de estudio

La población la constituyen los estudiantes de octavo a tercero de bachillerato de la unidad mencionada; siendo un total de 175 estudiantes, según los registros de la institución.

Para obtener la muestra probabilística simple, se realizó estadísticamente para mayor exactitud a la realidad de la Institución mediante la aplicación de la siguiente formula:

n= Tamaño de la muestra

N= Población total

e= error de muestreo

$$n = \frac{N}{e^2(N-1)+1} \quad n = \frac{175}{0.05^2(175-1)+1}$$

$$n = \frac{175}{0.0025 (174) + 1} \quad n = \frac{175}{1.43} \quad n = 122$$

Donde la muestra la constituyen todos los estudiantes de 1ero. a 3ero. de bachillerato; siendo un total de 122 estudiantes, 68 hombres y 54 mujeres matriculados a la fecha. Se tomó como criterio de inclusión que estén matriculados, que asista con regularidad a clase que estén dentro del rango de edad de entre 15 a 18 años y desee participar, excluyéndose a aquellos que no tengan la edad señalada y se encuentren en cursos inferiores a los indicados.

Técnica e instrumento

La obtención de datos se efectuó mediante una encuesta, que fue dirigida a los padres de la Unidad Educativa Ramón Bedoya Navia, con preguntas cerradas, de selección múltiple, la cual se respondió en un laxo de 10 minutos, para de esta manera obtener

mejor información y estadísticamente resultados exactos sobre los factores que alteran el estado nutricional de los estudiantes. Revisión estadística, de donde se obtuvieron los datos de las familias en general.

Como instrumentos se utilizó un cuestionario que consta de una cantidad mínima de 12 pregunta cerradas, que consistió en obtener información útil para la ejecución de la investigación y una guía de observación en base a la tabla de evaluación nutricional de la (OMS) en donde se registró las medidas biomédicas las cuales reflejaron el estado nutricional.

Análisis de datos

La información obtenida por medio de la encuesta se procederá a tabular y analizar en la base de datos Excel y los resultados se representarán en gráficos y tablas de manera que facilitara la comprensión de estas en base al tema a exponer.

Los datos obtenidos mediante la toma de las medidas biométricas fueron comparados con la tabla de evaluación nutricional, luego de ser medidos se procedió a representarlos en la guía de observación, lo que nos dio el estado nutricional de los estudiantes.

CAPITULO III RESULTADOS

Según la guía de observación en donde se representaron los datos obtenidos por la toma de las medidas biomédicas, los resultados muestran diferentes grupos del estado nutricional en el que se encuentran los adolescentes; es así que el 51% están en regular, luego con sobrepeso un 25%, siguiendo con una desnutrición leve el 12% y la obesidad con un 12%. Obteniendo una población regular.

Tabla 1. Estado nutricional de los adolescentes

ESTADO NUTRICIONAL	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
DESNUTRICIÓN LEVE	15	12%
NORMO PESO	62	51%
SOBREPESO	30	25%
OBESIDAD	15	12%
TOTAL	122	100%

Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas

La muestra empleada de 68 hombres y 54 mujeres distribuida en grupos etarios, demuestra que el número de adolescentes entre 15 y 16 años tiene una cantidad del 28%, el 24% con estudiantes de 17 años, luego con un 20 % estudiantes de 18 años.

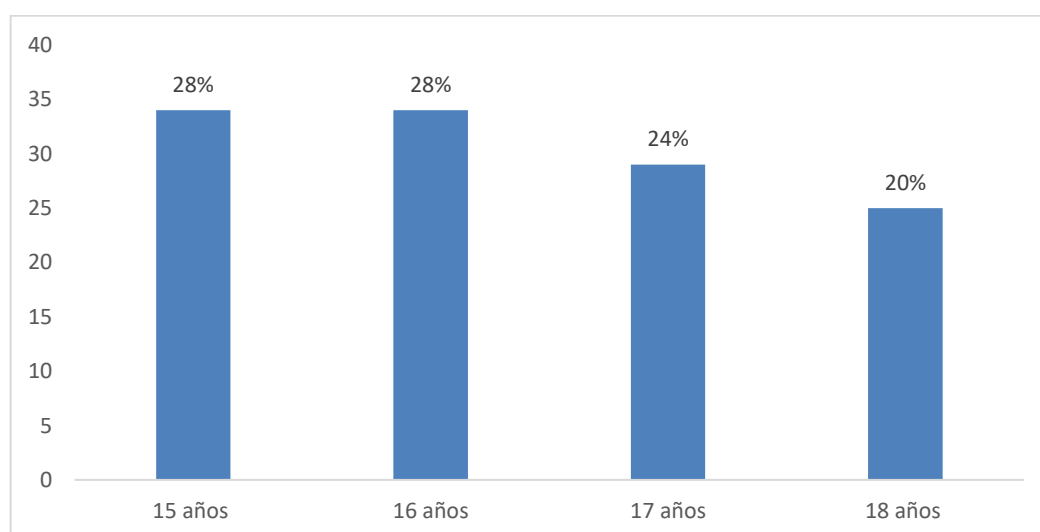


Gráfico 1.- distribución porcentual de acuerdo a las edades

Fuente. - Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

Según las respuestas que se obtuvieron, se manifiestan los siguientes conocimientos de los estudiantes, el rango predominante es regular con un 33%, después el 23% con un conocimiento de bueno, el conocimiento deficiente con un 21%, malo un 12% y por último muy bueno con un 11%.

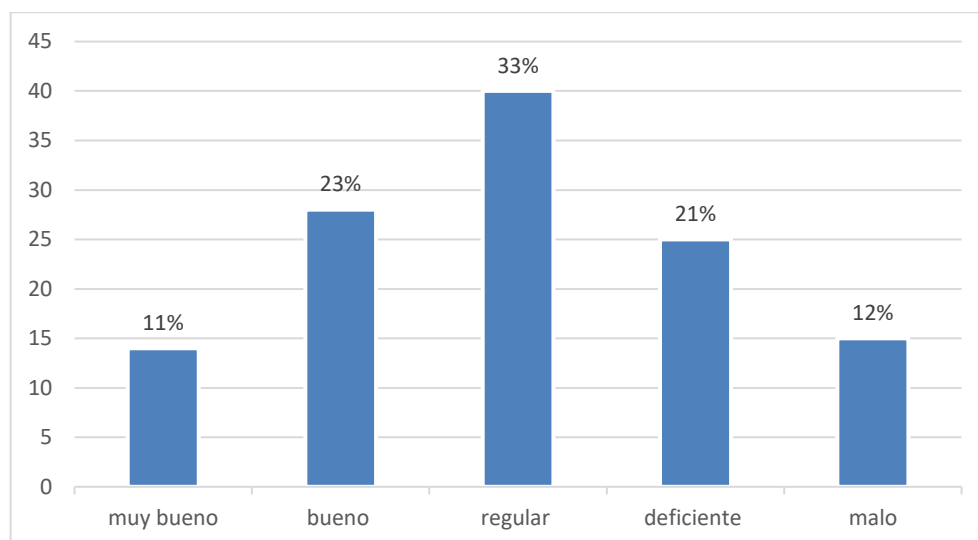


Gráfico 2.- Distribución porcentual de acuerdo con el conocimiento que tienen acerca de la nutrición.
Fuente. - Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

De acuerdo con la representación gráfica el 33% de los jefes de hogar solo tienen hasta el nivel primario, el 34% hasta la secundaria, el 21% al estudio superior, mientras que el 12% no han recibido ningún tipo de formación académica.

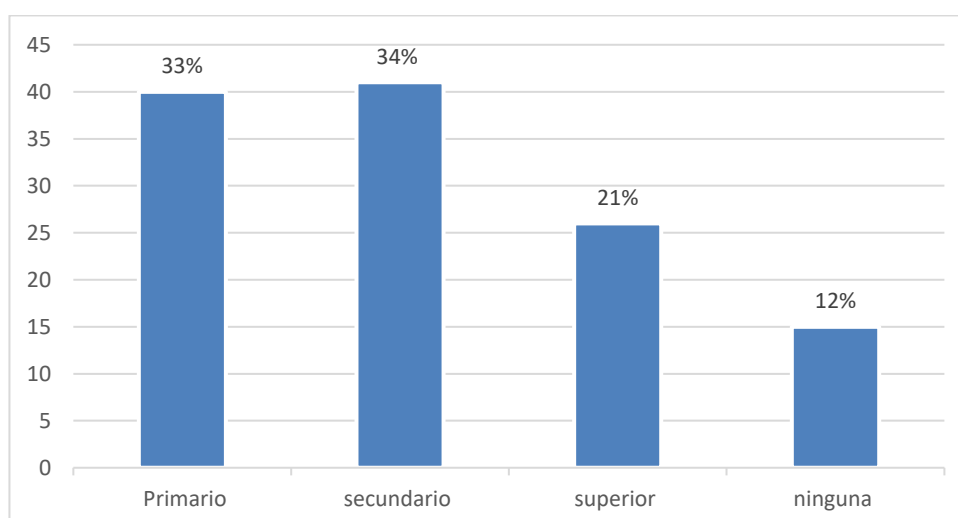


Gráfico 3.- Nivel de estudio de los jefes de hogar
Fuente. - Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

Mediante la representación gráfica se puede observar que la máxima cantidad de hijos por familia son de 0-2 hijos con un 45 %, luego le sigue de 3 a 5 hijos con el 37% y por último el 18% con 6 o más hijos.

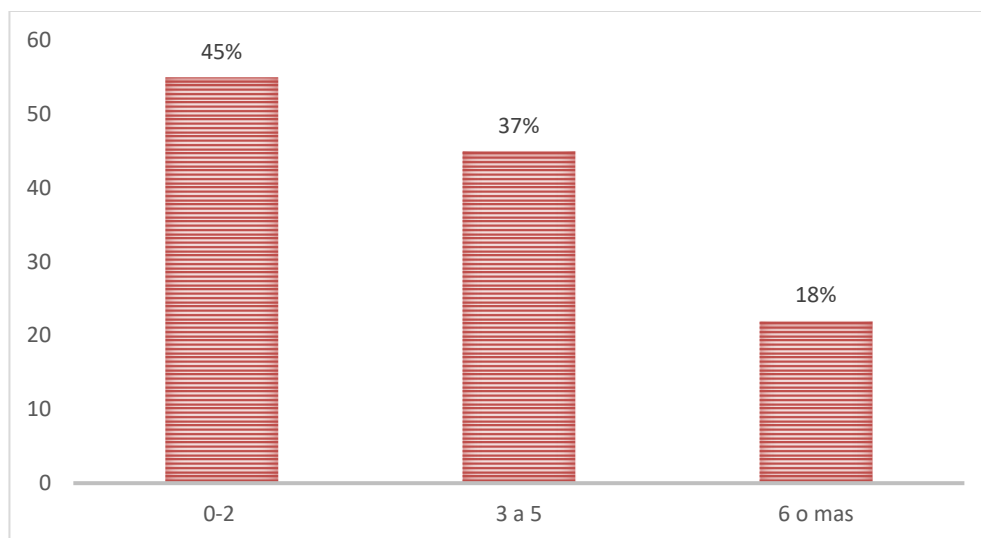


Gráfico 4.- distribución porcentual de acuerdo con el número de hijos por familia.
Fuente. - Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

Las encuestas nos reflejan, que a la ocupación, que más se dedican, es quehaceres domésticos, con un 34% siendo la más alta, luego le sigue la opción otras actividades, como albañilería, carpintería, taxistas, sastrería, etc. La cual representa el 29 %, el servidor privado fue escogido con un 11 %, las empleadas domésticas con un 14 %, el servidor público con un 12 %.

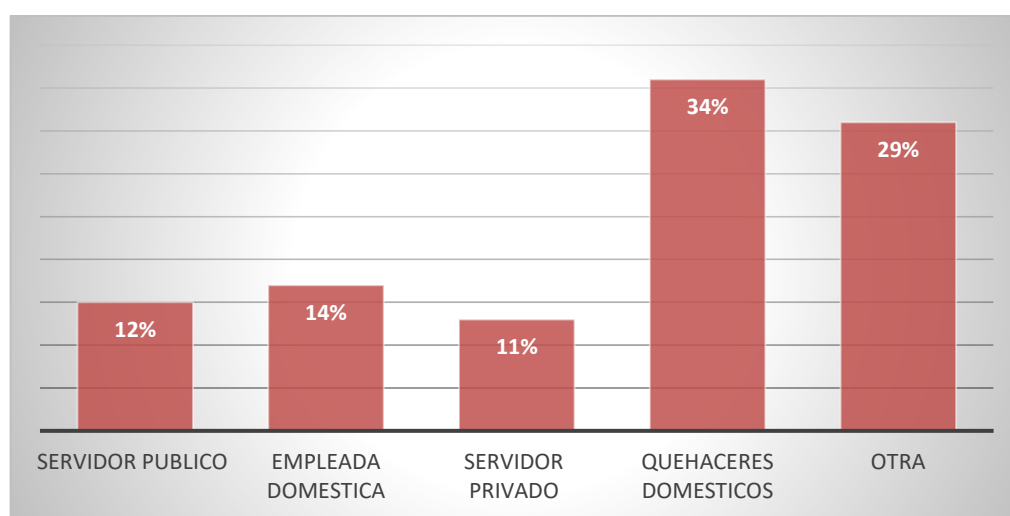


Gráfico 5.- Ocupación que ejercen los jefes de hogar.
Fuente. - Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas

Según los resultados, manifiestan que el 37 % perciben un ingreso menor a \$ 360,00; el 34 % se refiere a un sueldo mayor de \$ 360,00 hasta \$ 650,00 y por último el 29% con un sueldo más de \$ 700,00. Demostrando que en la mayoría de los hogares no existe un ingreso más alto del sueldo básico.

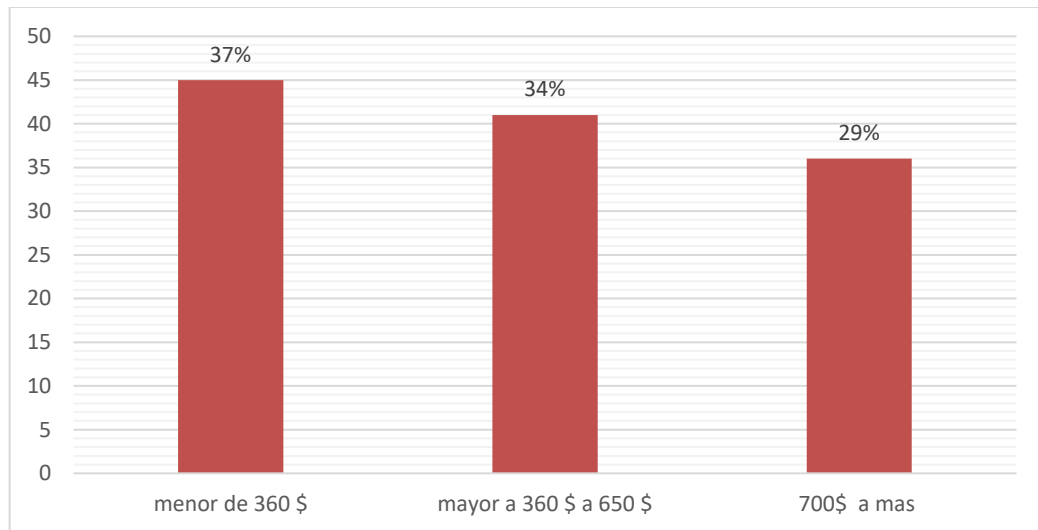


Gráfico 6.- distribución porcentual de acuerdo con el ingreso económico del hogar
Fuente. - Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

En el gráfico se puede observar lo que manifiestan los padres que en su mayoría no consumen sustancias nocivas el 38%, le sigue el alcohol con un 33% como la sustancia más consumida, luego el tabaco con un 29 % y por último drogas un 0%.

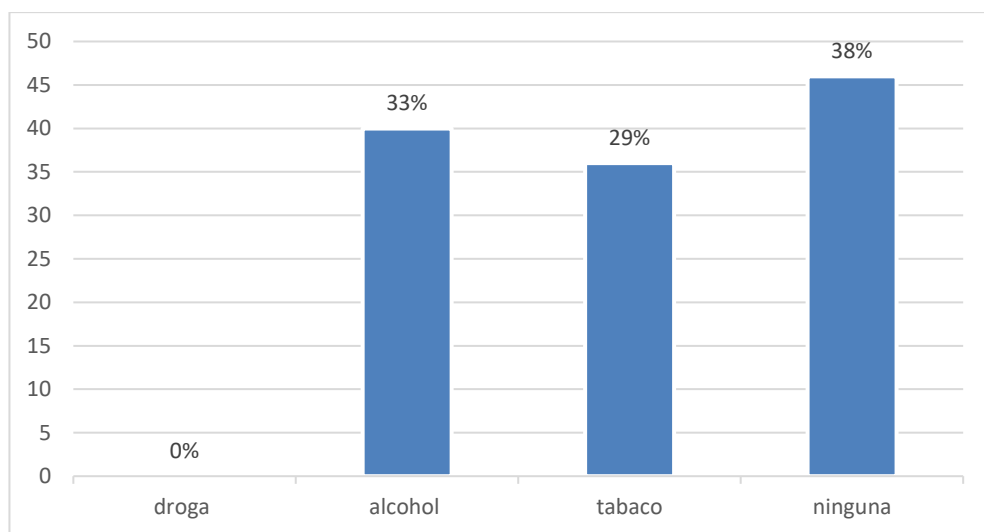


Gráfico 7.- distribución porcentual de acuerdo con el consumo de sustancias nocivas o psicotrópicas.
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

La siguiente representación gráfica demuestra que comúnmente en el hogar el número veces que se alimentan son 3 veces al día con un 61 %, mientras que con el 33% se alimentan 5 veces al día, y con un 6% se mencionó más de 6 comidas.

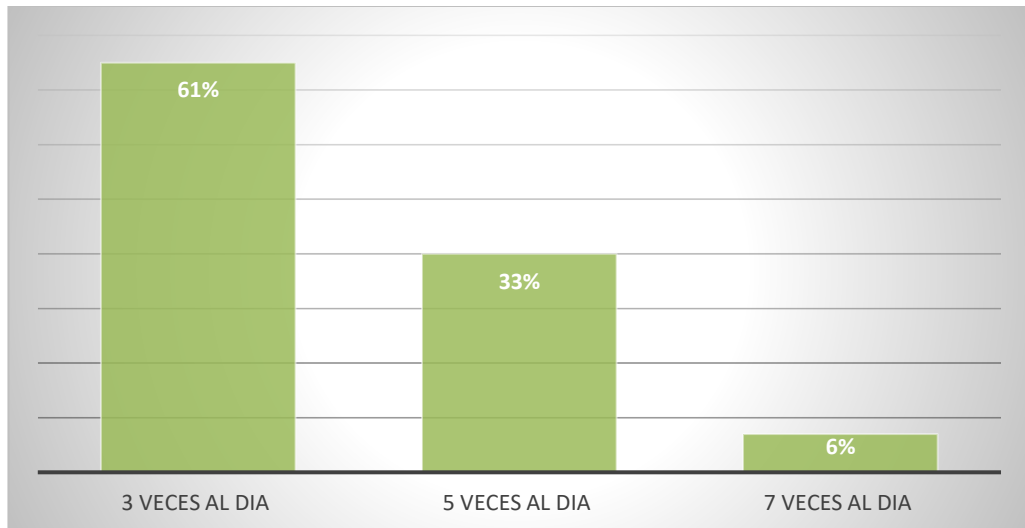


Gráfico 8. _ Distribución porcentual de acuerdo con la frecuencia con la que se alimentan
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

En el siguiente grafico podemos observar que lo que más consumen en el desayuno son los carbohidratos (pan, tostadas, galletas, cereales) con un 54%, se representa a la frutas con un 24 %, después con un 22 % los lácteos.

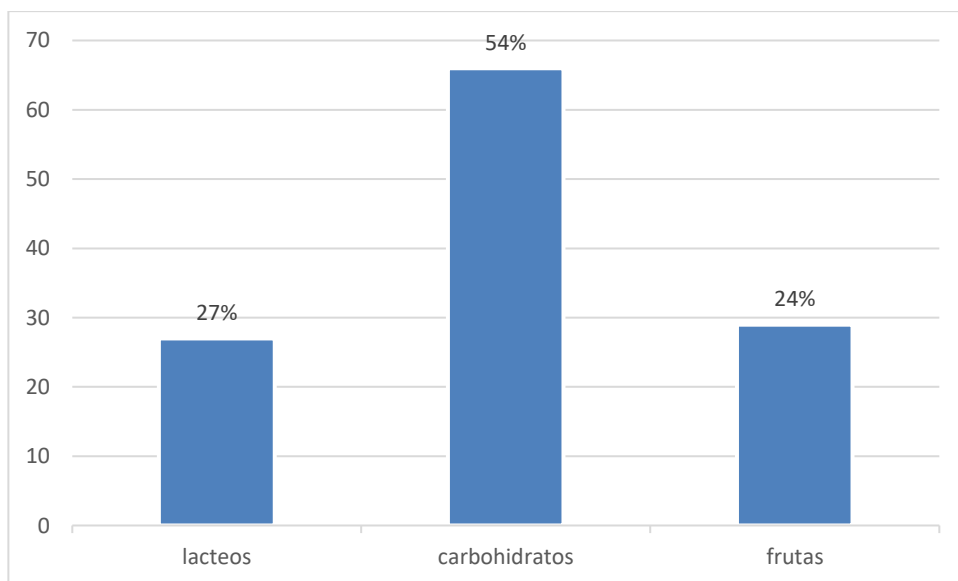


Gráfico 9. _ Distribución porcentual de acuerdo con la frecuencia de los alimentos ingeridos en el desayuno
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

En el almuerzo los alimentos más consumidos son los carbohidratos (arroz, pan) con un 39%, luego las verduras el 20 %, después las proteínas (huevo, pescado y carnes) un 22%, las frutas con un 10 % y por último el pan con el 9%.

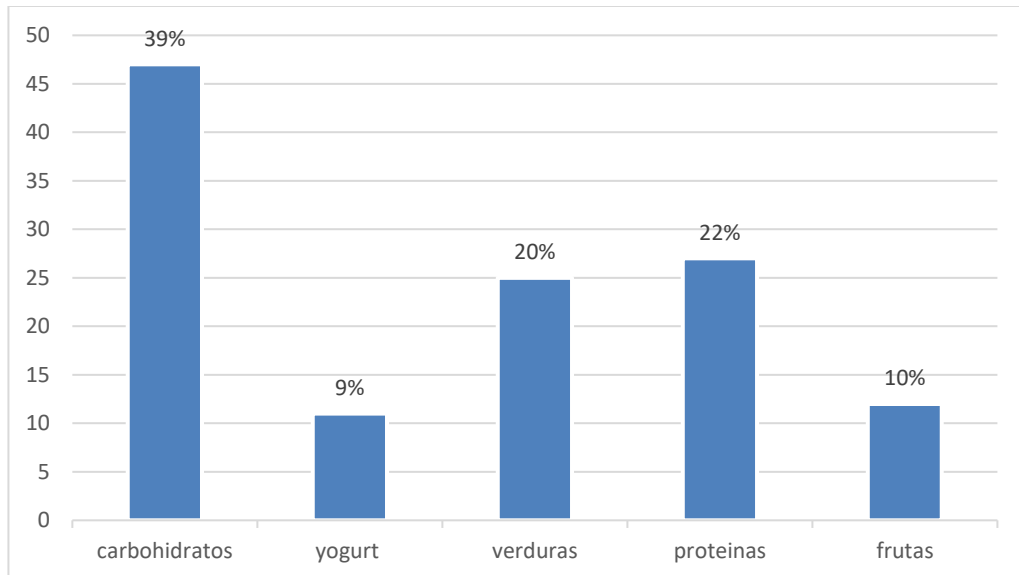


Gráfico 10. _ Distribución porcentual de acuerdo con la frecuencia de lo ingerido en el almuerzo
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

Mediante la representación gráfica, se puede observar que lo que más se consume a media tarde son los carbohidratos (bocadillos, galletas) con un 45%, luego las frutas con un 31%, los lácteos (batidos) con un 24 %.

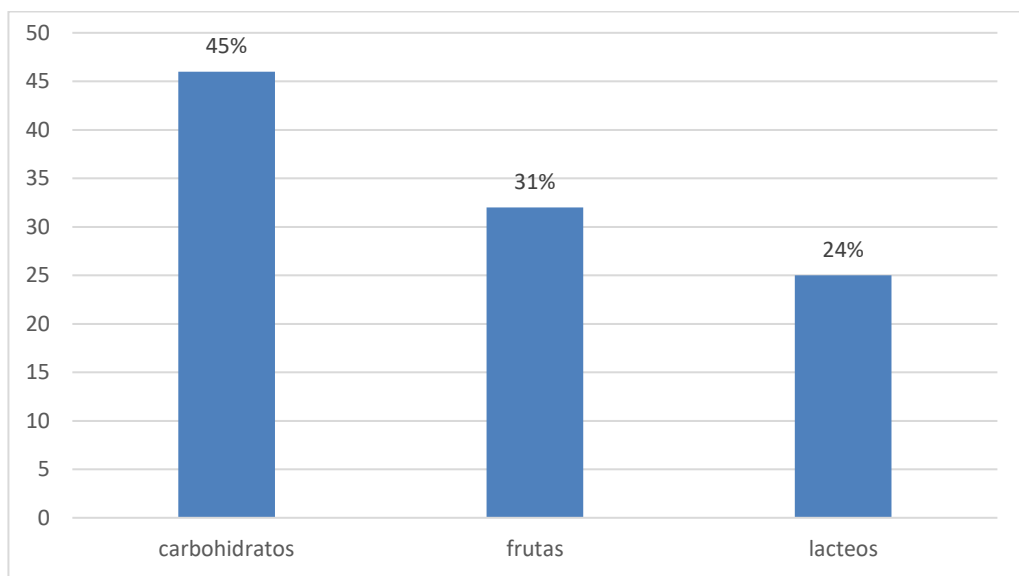


Gráfico 11. _ Distribución porcentual de acuerdo con la frecuencia de lo ingerido a la media tarde
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

Según el resultado el 29% realiza otras actividades como parte de ejercicio físico, luego el 25 % caminan, la tercera actividad con el 22% fue aeróbicos, el 7 % nadar, el 5% realiza yoga, y por último el 12 % afirmo que no practicaban ninguna actividad física en su hogar.

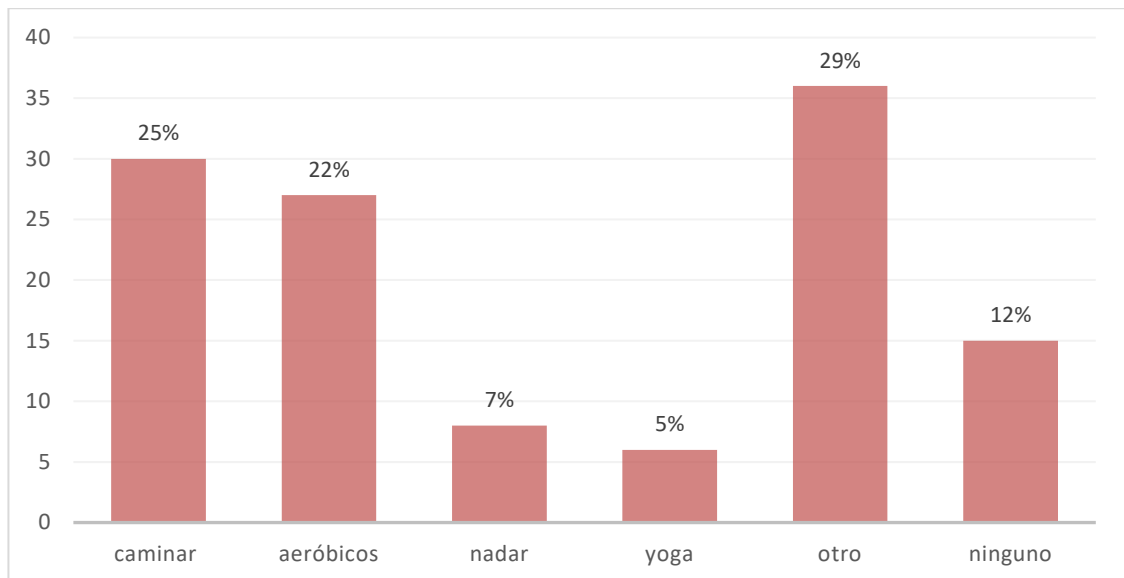


Gráfico 12. _ Distribución porcentual de acuerdo con los ejercicios de mayor práctica.
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas.

Los resultados del grafico nos dan a observar que la mayoría no padece ningún tipo de las enfermedades mencionadas con un 37%, le sigue con un 28% la hipertensión arterial, el 16% con diabetes mellitus, el 19% con gastritis.

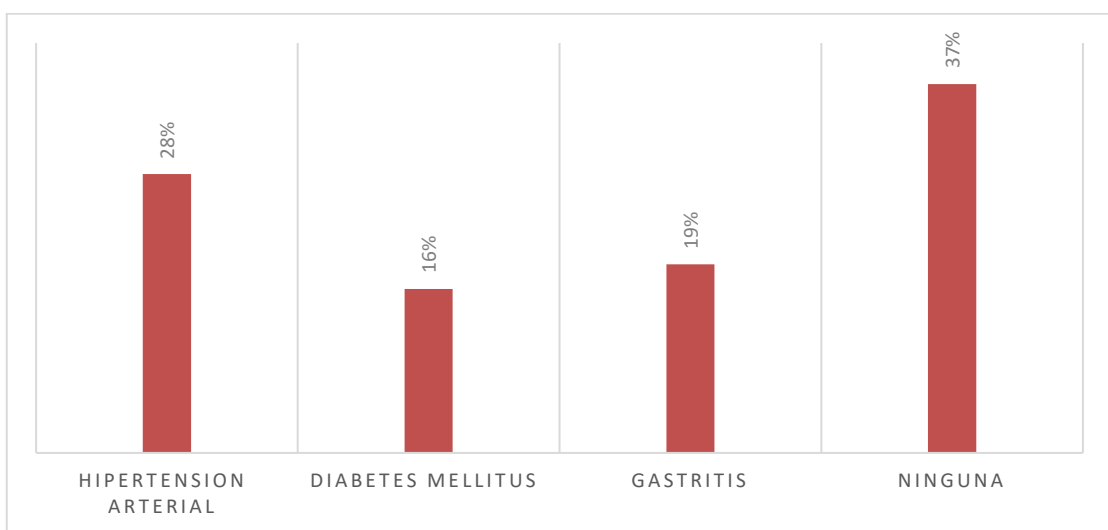


Figura 13. _ Enfermedades de mayor prevalencia
Fuente: Encuesta PUCESE 2017 - Colegio Ramón Bedoya Navia de Esmeraldas

CAPITULO IV

DISCUSIÓN

En este estudio se ha podido determinar que el estado nutricional de los adolescentes en mayor cantidad es normo peso, sin embargo, se pudo encontrar adolescentes con desnutrición y obesidad, con una incidencia baja, demostrando que hay problemas en ciertos alumnos, debido a distintos factores que alteran su estado nutricional, sin embargo la mayor cantidad presentan un buen estado de salud, siendo un resultado positivo; esto difiere con el estudio realizado por Oscar Castañeda, Mario Lugo y Rosaura Yépez, (2016). Donde la mayor parte de los adolescentes presentaba sobrepeso u obesidad y un menor porcentaje desnutrición, esto nos indica que los adolescentes de este estudio tienen un tipo de alimentación diferente, más saludable, lo que hace que su estado nutricional se encuentre mejor, que en los jóvenes del estudio de referencia.

Se determinó que los adolescentes tienen conocimientos en un mayor porcentaje, si embargo existe una minoría con escasos o ningún conocimiento al respecto, lo que nos indica que hay carencia en la educación fomentada sea desde el hogar o en el colegio, pero existen conocimientos que faltan completar, para mejorar su estado nutricional; esto es respaldado por el estudio realizado por Gonzalo Córdoba, García Ventura, Luengo Pérez, Luis Miguel, (2014). Donde la mayoría de los adolescentes tienen conocimientos sobre los alimentos que forman parte de un desayuno saludable, por lo cual se puede suponer que los estudiantes del estudio tomado de referencia tienen un relacionado porcentaje de conocimientos.

Según este estudio, las percepciones sobre las prácticas sociales-culturales y económicas de la población en estudio han determinado que un porcentaje bajo de los representantes de los adolescentes tienen un nivel de estudio hasta la primaria, identificando porque hay falta conocimientos de muchos adolescentes, porque sus padres no tienen el conocimiento de cómo impartir educación nutricional; lo que se respalda con en el estudio realizado por Carrera y otros (2014). Donde un menor porcentaje de los padres de los jóvenes tienen un estudio de tercer nivel y reflejaba que entre menos preparación y tiempo se le daba al estudio de los hijos eran menor su rendimiento académico, por lo cual podemos decir que los padres, de la presente

investigación tienen los mismo ingresos o tiempo que los padres del estudio de referencia, siendo este un determinante muy importante.

El mayor porcentaje de los representantes de los adolescentes tienen de quehaceres domésticos, debido a la falta de preparación profesional y de empleo, a diferencia del estudio realizado por Karina Lastre y otros (2017). En el cual la mayoría tiene ocupaciones en el sector industrial (construcciones), por lo que mencionamos antes, que los jefes de hogar de las dos investigaciones tienen un nivel de escolaridad bajo, este determinante nos indica las similitudes que existen entre poblaciones y la falta de conocimiento que genera una menor cantidad de empleos.

Respecto al ingreso económico de los hogares de los adolescentes, se determinó que el mayor porcentaje percibe un ingreso menor de \$360 mensuales, en porcentajes menores tienen ingresos mayores a \$360 hasta \$650 y de \$700 o más. Reflejando que en la mayor cantidad de hogares reciben, menos del sueldo básico, fueron en pocos, donde superaron el sueldo básico, debido a sus niveles de estudio. En el estudio realizado por Fidel la Riva (2015) los hogares peruanos tienen ingresos de 3000 soles lo que corresponde a \$901. Esto nos demuestra que los padres de familia del estudio en comparación se encuentran mejores preparados académicamente por lo cual tienen trabajos que les representa un mayor ingreso a sus hogares y por ende tienen un mejor estilo de vida sin dejar de lado que los ingresos económicos tienen mucho que ver con el estado nutricional ya que a través de esto se adquieren y seleccionan los alimentos que estarán presentes en nuestra dieta.

De acuerdo con los resultados de la investigación acerca de la cantidad de hijos por familias se obtuvo que el mayor porcentaje tiene 2 hijos seguido de 3 a 5 hijos y por último 6 o más hijos estos dos últimos ítems en menores porcentajes. Mientras que en el estudio realizado por Héctor Llanos y Pablo Cantó (2018), el porcentaje mayor tiene un solo hijo, seguido de las familias que tienen 2 hijos, 3 o más hijos y los monoparentales todos estos en porcentajes más bajos. Por lo cual podemos deducir que las familias del estudio de relación presentan una educación más integral y realizan planificaciones familiares de acuerdo con su situación económica y el estilo de vida que tengan.

CAPITULO V

CONCLUSIONES

Se identificó el estado nutricional que tienen los adolescentes a través de la relación del peso y talla, donde se obtuvo un índice de masa corporal de cada uno de los jóvenes, se pudo verificar que la mayor parte de los estudiantes presentan un estado nutricional en condiciones normales y acorde a su edad, recalcando que también existe alteraciones, pero en menores porcentajes.

Los hábitos alimenticios que tienen los jóvenes, se evaluaron por medio de los jefes de cada hogar ya que ellos a través de sus ingresos económicos son los que proporcionan los alimentos, obtuvimos que durante el desayuno consumen mayormente carbohidratos al igual que en el almuerzo a diferencia que en el almuerzo consumen en gran cantidad también proteínas por lo cual podemos indicar que por el bajo consumo de alimentos saludables como frutas y vegetales no tienen hábitos alimentarios buenos y por esta razón si existen alteraciones en sus estados nutricionales.

Los conocimientos que tienen los estudiantes acerca de nutrición se valoraron a través de preguntas realizadas a los padres de familia, donde se obtuvo que la mayoría de ellos tienen conocimientos regulares, debido a la misma preparación que tienen la mayoría de los padres y que saben que no pueden brindarles todos los conocimientos necesarios, a la hora de tener incógnitas sobre cómo realizar cierto tipo de alimentación, no tienen un conocimiento base como guía para su nutrición.

En las percepciones sobre las prácticas sociales-culturales y económicas de la población se analizaron los datos obtenidos, reflejando que la mayoría son una población de recursos limitados, puesto que tienen niveles de escolaridad incompletos, no tienen grandes trabajos y por ende sus ingresos económicos no son tan elevados y la cantidad de hijos no es acorde a todos estos factores, recordando también que la tasa de empleos de nuestro País en estos momentos no se encuentra en el mejor de los momentos.

RECOMENDACIONES

Que en las unidades educativas ofrezcan más información a los estudiantes sobre nutrición, para fortalecer el estado nutricional, brindando las informaciones que se encuentran en el Ministerio de Salud Pública (MSP), los alimentos que son más apropiados a la hora de añadir en sus dietas y que necesitan para mantener un estado nutricional acorde a su edad. Esto se puede lograr a través de casas abiertas, temas que los docentes pueden añadir en sus horas clases, actividades recreativas acorde al tema.

Capacitaciones a los padres de familia, de parte de organismos de salud y voluntarios, como el MSP y Cruz Roja, buscando la manera de que estas instituciones puedan trabajar juntas, con los temas acerca de nutrición y sobre todo temas de preparación de alimentos ya que ellos son los que ponen acorde los estilos de vida que llevan sus hijos.

Se recomienda que se analice los alimentos que se ofrecen en el bar de la unidad educativa, para que se expendan alimentos más saludables y menos comidas chatarras, para que al momento de tomar el receso o en horas libres, la alimentación que se esté brindando sea la más nutritiva.

Fomentación del ejercicio físico por medio de actividades recreativas, para que los estudiantes se interesen más por los deportes y les llame más la atención el tener un mejor estado nutricional, lo cual se puede emplear con la coordinación de entidades, como la Federación de Deportes de Esmeraldas, en coordinación con la entidad educativa.

Que se haga énfasis sobre la importancia del consumo de agua evitando las gaseosas o cualquier otro jugo artificial, antes y después de realizar actividades físicas y también al momento de la alimentación, ya que esto mejorara su estado físico, a través de carteles, elaborados por los mismos estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Altamirano B, Marino, Carranza C, Wilder O. (2014) . Habitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de los colegios secundarios. Chuyabamba y chota 2013. Recuperado de : <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/UNC/691>
- Berta E.E, Fugas V.A, Walz F, Martinelli M,I (2015). Estado nutricional de escolares y su relacion con el habito y calidad del desayuno.Argentina. recuperado de : https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-75182015000100006&script=sci_arttext
- Brogan,C. (2017).La obesidad entre los niños y los adolescentes se ha multiplicado por 10 en los cuatro últimos decenios. recuperado de : <http://www.who.int/es>
- Castañeda, Lugo y Yépez (2016). Estado nutricional en un grupo de adolescentes de pueblo yaqui, Sonora, mexico. Recuperado de : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1405887116301341>
- Carrera. I, Nieto.M, López. F, Manzanares. M (2014). Influencia del nivel eduactivo de los padres en el rendimiento academico, las estrategias de aprendizaje y los estilos de aprendizaje y los estilos de aprendizaje, desde la perspectiva de género. Recuperado de : <http://learningstyles.uvu.edu/index.php/jls/article/viewFile/25/161>
- Córdova G ,García L ,Pérez L y L.M (2014). Analisis de los conocimientos sobre el desayuno saludable y su relacion con los habitos de estilo de vida y el rendimiento academico en la enseñanza secundaria obligatoria. Recuperado de: <http://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-analisis-los-conocimientos-sobre-el-S1575092213003574>
- Cruz.M, Tuñon. E, Villaseñor. M, del Carmen. G, Ronald Nigh (2013). el Sobrepeso y obesidad: una propuesta de abordaje desde la sociología. recuperado de : http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-39252013000200006
- Delbino C, Vulich M.(2013). Conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias en adolescentes concurrentes al colegio F.A.S.T.A. recuperado de:

<http://redi.ufasta.edu.ar:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/81/304.pdf?sequence=1>

Durán.P , Piazza. N, Casavalle. P, Ferraro. M (2013). Consenso sobre factores de riesgo de enfermedad cardiovascular en pediatría. Obesidad. recuperado de :

https://www.researchgate.net/publication/237611291_Consenso_sobre_factores_de_riesgo_de_enfermedad_cardiovascular_en_pediatría_Obesidad

Fajardo, Camargo,Buitrago E, Peña, Lina R (2016). Estado nutricional y preferencias alimentarias de una población de estudiantes universitarios en Bogotá, Colombia. . recuperado de

<https://revistas.unimilitar.edu.co/index.php/rmed/article/view/2641>

Fornasini.M, Pepita.N (2008) . La relación entre el estado nutricional de una población afroecuatoriana y la distancia a la carretera de Borbón en la Provincia de Esmeraldas. recuperado de :

<http://repositorio.usfq.edu.ec/browse?type=author&value=Castro+Morillo%2C+Nancy+Pepita>

Hortensia. M , Domingo .A ,Rolando A,Bugueño. C ,Munizaga. R (2016). Estado nutricional y composición corporal en escolares de la Serena, Chile. Recuperado de :

[:https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182016000200005](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182016000200005)

Lastre. K, Daris.L, López, Alcázar.C (2017) relación entre apoyo familiar y el rendimiento académico en estudiantes colombianos de educación primaria.

Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v21n39/0124-0137-psico-21-39-00102.pdf>

Llanos H. y Cantó, P (2018). Número de hijos por familia. España. Recuperado de:

https://verne.elpais.com/verne/2018/04/23/articulo/1524493588_267227.html

Lozano. R, Chico. V. (2015). Adolescentes, hábitos alimenticios, actividad física y su relación con el estado nutricional de una población mixta de adolescentes de tercer año de bachillerato del colegio Anibal Salgado Ruiz del Cantón Tisaleo. Recuperado de : <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/9443>

- Oleas,M (2010). prevalencia y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en escolares de la provincia de Imbabura. recuperado de : https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182014000100008
- Organización Mundial de la salud (2014) .principales factores determinantes de la salud.recuperado de : <http://www.who.int/es>
- Organización mundial de la salud (2017). 10 datos sobre la nutrición. Recuperado de: <http://www.who.int/features/factfiles/nutrition/es/>
- Palenzuela. P, Perula,. F, Maldonado (2014) la alimentación en el adolescente. Recuperado de :http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272014000100006
- Riva. F (2015) el 40% de los hogares del Perú tiene ingresos mayores a los S/.3,000, según Apoyo. Recuperado de: <http://semanaeconomica.com/article/sectores-y-empresas/consumo-masivo/164606-el-40-de-los-hogares-del-peru-tiene-ingresos-mayores-a-los-s-3000-segun-apoyo/>
- Rosado C, Samaniego K (2015) factores que influyen en la alimentación de los adolescentes de 14 a 15 años del colegio replica Vicente Rocafuerte. Recuperado de: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/8703>
- Serrano.M , Dolores. M ,Salvador. J (2016) . relacion entre el funcionamiento familiar y los estilos de vida de los adolescentes en edad escolar. Recuperado de :<http://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-clinica-35-articulo-relacion-entre-el-funcionamiento-familiar-S1130862116301280>
- Vera Ferro, pedro Moreira, José Ribeiro (2016) conocimiento nutricional y la ingesta de alimentos en adolescentes portugueses. Recuperado de: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/handle/10198/17522>
- Zambrano. R, Colina. J , Valero. J, Herrera. H , Valero.J (2013). evaluación de hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes de caracas,venezuela. recuperado de http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522013000200004

Anexos

DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

OBJETIVOS	VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA	TECNICA E INSTRUMENTO	
Analizar las percepciones sobre las prácticas sociales-culturales y económicas de la población en estudio	Determinantes del estado nutricional	Medición de indicadores alimentarios y nutricionales relacionados con el estado de la salud, para identificar las posibles deficiencias nutricionales que se presenten en el cuerpo.	Hábitos alimenticios.	En el desayuno consumió alguno de estos alimentos leche o yogur, cereales, tostadas o galletas y fruta o zumo.	Si - No	Encuestas	
			Ingresos económicos de la familia	-El almuerzo fue pasta, arroz o verduras; carne, pescado o Huevo, frutas o yogur y pan.	Si - No		
				- Media tarde bocadillo, fruta, zumo, o batido y galletas.	Si - No		
				-generalmente no ingiere desayuno	Si - No		
				-logra tener una alimentación variada, dependiendo en cuestiones financieras.	Si - No		
				-recibe ingresos a partir de la canasta básica	Si - No		
				-trabaja más de una persona trabajan en el hogar	Si - No		
				-el joven trabaja	Si - No		
				Estilos de vida	-consume sustancias toxicas: alcohol-tabaco-cafeína-drogas etc.		Si - No
					*cuanto tiempo le da a la actividad física a la semana		Si - No
*se lava las manos antes de ingerir alimentos.	Si - No						

<p>Identificar el estado nutricional de los adolescentes que asisten a la unidad educativa “Ramón Bedoya Navia”</p>	<p>Estado nutricional</p>	<p>Posición en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta de nutrientes y la adaptación fisiológica que tienen lugar tras el ingreso de alimento.</p>	<p>Desnutrición Bajo peso Normo peso Sobre peso Obesidad</p>	<p>IMC menor a 16,99 IMC de 17 a 18,99 IMC de 19 a 24,99 IMC de 25 a 29,9 IMC mayor de 30</p>	<p>Control de peso talla</p>	<p>Medidas Biomédicas</p>
<p>Determinar las alteraciones nutricionales que presentan los adolescentes de la unidad educativa.</p> <p>Verificar los conocimientos nutricionales que presentan los adolescentes de la unidad educativa</p>	<p>Conocimientos en Alimentación</p>	<p>Conjunto de saberes que tienen los padres y estudiantes acerca de la alimentación que consumen.</p>	<p>Alimentación saludable</p> <p>Alimentación no saludable.</p>	<p>¿Considera que el desayuno es la comida más importante y por lo tanto debe ser en las primeras horas de la mañana? ¿Cree que en el desayuno se debe incluir frutas, pan, huevos y algún lácteo? ¿Cree que la actividad física es saludable para mantener buena salud? ¿Conoce cuál debe ser el consumo de agua de su hijo? Indique.</p>	<p>Si - No</p> <p>Si - No</p> <p>Si - No</p> <p>¿Si - No Cual?</p>	<p>Encuestas</p>

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE ESMERALDAS



ESCUELA DE ENFERMERÍA

ENCUESTA

Esta encuesta tiene el objetivo de analizar los determinantes que inciden en las alteraciones nutricionales de los adolescentes que asisten a la unidad educativa “Ramón Bedoya Navia” c de la ciudad de Esmeraldas.

1. Indique su nivel educativo

- Primario () secundario () superior () ninguna ()

2. Indique el número de hijos que tiene

- 0-2 () 3-5 () 6 o más ()

3. ¿Cuál es su ocupación?

- Servidor público () empleada doméstica () servidor privado ()
ama de casa () otra ()

4. El ingreso en su hogar es:

- Menor de \$360 () de mayor a 360 \$ a 650 \$ () de \$700 a más ()

5. ¿Qué sustancia usted consume?

- Droga () alcohol () tabaco () ninguna ()

6. indique con qué frecuencia se alimentan

- 3 veces al día () 5 veces al día () 7 veces al día ()

7. Señale el ejercicio físico que realizan más en su hogar

- Aeróbicos () Caminar () Nadar () Yoga () Otro() Ninguno ()

8. ¿Cuál de las siguientes enfermedades usted padece?

- Hipertensión arterial () Diabetes mellitus() Gastritis()
Ninguna()

9. En el desayuno consumió su hija alguno de estos alimentos leche o yogur, cereales, tostadas o pan, galletas, fruta o zumo. Subraye
10. El almuerzo fue pasta, arroz o verduras; carne, pescado o Huevo, frutas o yogur y pan. Subraye
11. Media tarde consume bocadillo, fruta, zumo, o batido y galletas. subraye

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE ESMERALDAS**



ESCUELA DE ENFERMERÍA

GUÍA PARA MEDIR ESTADO NUTRICIONAL

ESTADO NUTRICIONAL	GRUPOS DE EDAD							
	15		16		17		18	
	H	M	H	M	H	M	H	M
IMC 18 a 24.7	9	9	15	4	12	4	6	3
IMC de 28.6 a 29.5	6	4	1		3	1		
IMC de 23.8 a 29.4	9	6	10	5				
IMC de 16 a 18.5					3	6	2	4

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Estado nutricional	Escalas	
	Si	No
Obesidad		
Sobrepeso		
Desnutrición		
Normo peso		

Índice de masa corporal

Talla: _____

Peso: _____

$$\text{IMC: } \frac{\text{peso (kg)}}{\text{Talla (cm)}^2}$$

Tabla IMC para NIÑAS de 5 a 18 años (OMS)

Edad (años:meses)	Obesidad $\geq +2$ SD (IMC)	Sobrepeso $\geq +1$ a $< +2$ SD (IMC)	Normal ≥ -1 a $< +1$ SD (IMC)	Desnutrición leve ≥ -2 a < -1 SD (IMC)	Desnutrición moderada ≥ -3 a < -2 SD (IMC)	Desnutrición severa < -3 SD (IMC)
5:1	≥ 18.9	16.9–18.8	13.9–16.8	12.7–13.8	11.8–12.6	< 11.8
5:6	≥ 19.0	16.9–18.9	13.9–16.8	12.7–13.8	11.7–12.6	< 11.7
6:0	≥ 19.2	17.0–19.1	13.9–16.9	12.7–13.8	11.7–12.6	< 11.7
6:6	≥ 19.5	17.1–19.4	13.9–17.0	12.7–13.8	11.7–12.6	< 11.7
7:0	≥ 19.8	17.3–19.7	13.9–17.2	12.7–13.8	11.8–12.6	< 11.8
7:6	≥ 20.1	17.5–20.0	14.0–17.4	12.8–13.9	11.8–12.7	< 11.8
8:0	≥ 20.6	17.7–20.5	14.1–17.6	12.9–14.0	11.9–12.8	< 11.9
8:6	≥ 21.0	18.0–20.9	14.3–17.9	13.0–14.2	12.0–12.9	< 12.0
9:0	≥ 21.5	18.3–21.4	14.4–18.2	13.1–14.3	12.1–13.0	< 12.1
9:6	≥ 22.0	18.7–21.9	14.6–18.6	13.3–14.5	12.2–13.2	< 12.2
10:0	≥ 22.6	19.0–22.5	14.8–18.9	13.5–14.7	12.4–13.4	< 12.4
10:6	≥ 23.1	19.4–23.0	15.1–19.3	13.7–15.0	12.5–13.6	< 12.5
11:0	≥ 23.7	19.9–23.6	15.3–19.8	13.9–15.2	12.7–13.8	< 12.7
11:6	≥ 24.3	20.3–24.2	15.6–20.2	14.1–15.5	12.9–14.0	< 12.9
12:0	≥ 25.0	20.8–24.9	16.0–20.7	14.4–15.9	13.2–14.3	< 13.2
12:6	≥ 25.6	21.3–25.5	16.3–21.2	14.7–16.2	13.4–14.6	< 13.4
13:0	≥ 26.2	21.8–26.1	16.6–21.7	14.9–16.5	13.6–14.8	< 13.6
13:6	≥ 26.8	22.3–26.7	16.9–22.2	15.2–16.8	13.8–15.1	< 13.8
14:0	≥ 27.3	22.7–27.2	17.2–22.6	15.4–17.1	14.0–15.3	< 14.0
14:6	≥ 27.8	23.1–27.7	17.5–23.0	15.7–17.4	14.2–15.6	< 14.2
15:0	≥ 28.2	23.5–28.1	17.8–23.4	15.9–17.7	14.4–15.8	< 14.4
15:6	≥ 28.6	23.8–28.5	18.0–23.7	16.0–17.9	14.5–15.9	< 14.5
16:0	≥ 28.9	24.1–28.8	18.2–24.0	16.2–18.1	14.6–16.1	< 14.6
16:6	≥ 29.1	24.3–29.0	18.3–24.2	16.3–18.2	14.7–16.2	< 14.7
17:0	≥ 29.3	24.5–29.2	18.4–24.4	16.4–18.3	14.7–16.3	< 14.7
17:6	≥ 29.4	24.6–29.3	18.5–24.5	16.4–18.4	14.7–16.3	< 14.7
18:0	≥ 29.5	24.8–29.4	18.6–24.7	16.4–18.5	14.7–16.3	< 14.7

Fuente de la imagen: OMS

