



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

SEDE
ESMERALDAS

TESIS DE GRADO

**ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES QUE ACUDEN
AL SUBCENTRO UNIDOS SOMOS MÁS DE LA CIUDAD DE
ESMERALDAS**

Previo a la obtención del título de Licenciada en Enfermería

Línea de investigación

**SALUD INTEGRAL, DETERMINACIÓN SOCIAL Y DESARROLLO
HUMANO**

Autor

CARMEN YADIRA PLAZA CABEZAS

Asesor

Mgt. MEMI ANGULO ALEGRÍA

Agosto, 2021

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN

Trabajo de tesis aprobado luego de haber dado cumplimiento a los requisitos exigidos por el Reglamento de Grado de la PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR SEDE ESMERALDAS, previo a la obtención del título de LICENCIADA EN ENFERMERIA.

Mgt. Memi Angulo Alegría
Asesora de tesis

Mgt. Marilyn Vila Maffare
Lectora 1

Mgt. Guadalupe Quiñonez Perlaza
Lector 2

Mgt. Mercy Falcones Benalcazar
Director (a) de Escuela

Esmeraldas, noviembre 2021

AUTORÍA

Yo, CARMEN YADIRA PLAZA CABEZAS con C.I. 080305136-6, declaro que la presente investigación enmarcada en el actual trabajo de tesis es absolutamente original, autentica y personal.

El contenido de esta investigación es de exclusiva responsabilidad legal y académica de la autora y de la PUCESE.

CARMEN YADIRA PLAZA CABEZAS
C.I. 080305136-6

DEDICATORIA

A DIOS, el ser más maravilloso que nos ama incondicionalmente quien ilumina y guía mis pasos cada día ya que sin el no soy nadie. Con mucha gratitud y amor a mis familiares que siempre estuvieron apoyándome, especialmente a mi madre Carmen Celinda Cabezas Camacho y a mi esposo Milton Javier Quiñonez Araujo quienes decidieron apoyarme en el transcurso de la carrera, mil gracias por sus esfuerzos y sacrificios en este trayecto.

A mis hijos Carmen Nayeli Montero Plaza, Naydelin Roshell Quiñonez Plaza y Jandry Javier Quiñonez Plaza que con su comprensión me ayudaron y me fortalecían cuando quería desistir, porque ellos son mi fortaleza mi motivación e inspiración para poder superarme.

A mis hermanos por esas palabras de aliento y no me dejaban decaer y hacían que yo superara cualquier adversidad.

A todos ustedes gracias, porque sin su ayuda esto no hubiera sido posible los amo.

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradezco a DIOS por darme la vida y guiarme siempre y haberme permitido cumplir con cada uno de mi proyecto a lo largo de mi vida, por bendecirme cada día y gobernar mi camino siempre, sin ti mi DIOS no soy nadie y nada de esto hubiera sido posible sin ti, porque tu amor y bondad no tiene fin.

A mi Madre, mis Hijos y a mi Esposo por su apoyo infinito y motivarme a esforzarme día a día para poder obtener lo que me proponga.

A la Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas por haberme abierto sus puertas para lograr obtener mi título profesional.

A mi asesora de tesis la Mgt. Memi Angulo Alegría por ser una excelente maestra, por su dedicación y esfuerzo al momento de guiar el avance de la investigación su apoyo fue de gran ayuda.

A mis profesores que durante los años de aprendizajes supieron compartir sus conocimientos y con paciencia y empeño supieron guiarme para ser un buen profesional.

Al personal del Subcentro Unido Somos Mas de la ciudad de Esmeraldas por su comprensión y ayuda al momento de brindarme la información necesaria para mi investigación y facilitarme el ingreso a los consultorios para poder realizar mi trabajo y poder aplicar mis instrumentos.

Para ellos: Muchas gracias y que Dios los bendiga.

ÍNDICE

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN	ii
AUTORÍA	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
INTRODUCCIÓN	1
Planteamiento del Problema	2
Formulación del Problema	4
Justificación	4
Objetivo General	5
Objetivos específicos:	5
CAPÍTULO I	6
MARCO TEÓRICO	6
1.1 Bases Teórico Científicas	6
1.2 Antecedentes	8
1.3. Bases Legales	10
CAPÍTULO II	12
MATERIAL Y MÉTODOS	12
2.1 Tipo De Estudio:	12
2.2 Población Y Muestra:	12
2.3 Variables	13
2.4 Métodos:	14
2.5 Técnica De Instrumentos	14
2.6 Análisis De Datos	15
2.7 Normas Éticas	15
CAPÍTULO III	16
RESULTADOS	16
CAPITULO IV	20
DISCUSIÓN	20
CONCLUSIÓN	22
RECOMENDACIONES	23
ANEXOS	28

RESUMEN

En esta investigación se determinó el estado nutricional de los adolescentes que acuden al subcentro de salud Unidos Somos Más de la ciudad de Esmeraldas en el periodo de enero a julio del 2021; fue un estudio cualitativo y cuantitativo, de corte transversal y de alcance descriptivo. La población estuvo representada por 200 adolescentes en rango de entre 12 a 19 años que se atendieron en el establecimiento de salud y periodo antes mencionado, datos emitidos por el departamento de estadística y verificados en las historias clínicas de los 132 adolescentes que aceptaron colaborar de manera voluntaria para la realización de esta investigación los cuales constituyeron la muestra de estudios, se encontraban en el rango de edad entre los 12 a 19 años. Luego de la aplicación de los instrumentos, dio como resultado que el 74% pertenecen al género femenino y el 26% correspondieron al género masculino, la prevalencia de las alteraciones nutricionales la tuvo las mujeres con un 46% de sobrepeso y el 28% con obesidad seguida de los varones con el 17% con sobrepeso y el 9% con pesos normales y las enfermedades más destacadas son las antes mencionadas, el nivel de conocimiento de los jóvenes y el grado de información al responder y explicar lo que es estado nutricional fue que el 84% respondió que sí saben pero que no lo ponen en práctica y el 16% manifestó que no saben que es estado nutricional, a los cuales se les impartió charla respecto al tema y se le aclararon dudas, en conclusión es que el estado nutricional de los adolescentes no es satisfactorio ya que se vio reflejado en enfermedades como sobrepeso y obesidad que al momento de tallar y pesar y al realizar la fórmula para sacar el índice de masa corporal se manifestaron.

Palabras claves: estado nutricional, adolescentes, Indicadores Antropométricos, Nivel Socioeconómico, Conocimiento:

ABSTRACT

This research determined the nutritional status of adolescents who attend the Unidos Somos Más health sub-center in the city of Esmeraldas in the period from January to July 2021; It was a qualitative and quantitative study, cross-sectional and descriptive in scope. The population was represented by 200 adolescents ranging from 12 to 19 years of age who were treated at the health facility and the aforementioned period, data issued by the statistics department and verified in the medical records of the 132 adolescents who agreed to collaborate in a manner Volunteer to carry out this research, which constituted the sample of studies, were in the age range between 12 to 19 years. After the application of the instruments, it resulted that 74% belonged to the female gender and 26% corresponded to the male gender, the prevalence of nutritional alterations was in women with 46% overweight and 28% with obesity followed by men with 17% overweight and 9% with normal weights and the most prominent diseases are the aforementioned, the level of knowledge of the young people and the degree of information when answering and explaining what is nutritional status was that 84% answered that they do know but that they do not put it into practice and 16% stated that they do not know what nutritional status is, to which a talk was given on the subject and doubts were clarified, in conclusion is that the nutritional status of adolescents is not satisfactory since it was reflected in diseases such as overweight and obesity that at the time of carving and weighing and when making the formula to obtain the body mass index were manifested.

Key words: nutritional status, adolescents, Anthropometric Indicators, Socioeconomic Level, Knowledge:

INTRODUCCIÓN

Presentación del tema de investigación

La investigación tuvo como finalidad estudiar e investigar el Estado nutricional de los adolescentes que acuden al subcentro Unidos Somos Más de Esmeraldas con el propósito de identificar los riesgos presentes por una mal nutrición. Según la Organización Mundial de Salud (OMS) el estado nutricional es la condición del organismo que resulta de la relación que se establece entre las necesidades nutritivas del individuo y la utilización de los nutrientes contenidos en los alimentos consumidos en la alimentación diaria, representa el resultado del balance entre ingesta, absorción, utilización de los alimentos por parte del organismo y entre las necesidades fisiológicas como el mantenimiento, desarrollo y funcionamiento del organismo de manera adecuada, el estado nutricional es el resultado final del balance entre la ingesta y requerimiento de nutrientes, que se reflejan en medición antropométricas y la determinación de diversos parámetros bioquímicos. En consecuencia, se puede afirmar que el estado nutricional representa la condición física en la que se encuentra una persona como consecuencia de la relación que se establece entre el aporte nutricional de los alimentos y el consumo de nutrientes, evidenciando si los nutrientes ingeridos son suficientes para cubrir los requerimientos nutricionales del organismo (1)

Existe una gran diversidad de conceptos a la hora de definir los hábitos alimentarios sin embargo la mayoría concuerda en que es una serie de comportamientos individuales en relación al consumo de alimentos y el camino para adoptar los hábitos de alimentación; en los adolescentes se ve influenciado por varios factores como son, padres, disponibilidad de alimentos, preferencias alimentarias, costos, creencias personales y culturales, imitación de sus padres, medios de comunicación e imagen corporal ya que la adolescencia es una etapa de transición donde se experimenta un rápido crecimiento y desarrollo con cambios biológicos, psicológicos y emocionales, donde se asume la responsabilidad de sus hábitos de alimentación, encontrándose con barreras para una alimentación saludable tales como bajos ingresos económicos, el gusto y la percepción de la alimentación saludable como poco atractiva y las presiones sociales que repercutirán en la salud durante la vida adulta, sin embargo, esta etapa se torna aún más importante

debido a que los padres tienen la oportunidad de influir en la ingesta dietética de sus hijos (2).

La adolescencia es el tránsito de la niñez a la vida adulta en el que se producen numerosas modificaciones en el ser humano como ser biológico, social, y en su integridad total de acuerdo con los conceptos convencionalmente aceptados por la OMS, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 12 a 19 años. Este periodo se caracteriza por un rápido crecimiento y por cambios importantes en la composición corporal, debido al proceso de maduración y desarrollo que implica el peso de niño a adulto. La nutrición adecuada es fundamental durante esta etapa para lograr las metas de crecimiento acordes con el potencial genético de cada individuo y para evitar efectos deletéreos en salud, a corto o a largo plazo, derivados de una alimentación insuficiente o desbalanceada, y de estilos de vida inadecuados. Como consecuencia de lo anterior, la adolescencia es una etapa con alta prevalencia de trastornos nutricionales, y son los más frecuentes, la malnutrición por exceso y las carencias específicas de hierro y calcio (3).

Planteamiento del Problema

El sobrepeso y la obesidad (SP/OB) son considerados problemas de salud a nivel mundial, en 2017 se registraron 3.4 millones de muertes relacionadas con esta condición, siendo uno de los grupos más vulnerables el de los adolescentes, debido a que esta población se encuentra predispuesta a desarrollar dicha condición. Lo anterior puede ser debido al deseo alimentario, el acceso a la comida rápida, y al impacto negativo que causa la abstinencia alimentaria, además el SP/OB son factores de riesgo para desarrollar comorbilidades como la Diabetes Mellitus Tipo 2, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer (4).

Algunos estudios han demostrado que en América Latina unos 130 millones de personas son víctimas del sobrepeso y obesidad, casi un cuarto de la población, los países con población más obesa son: México con 32.8%, Venezuela con 30.8% de adultos obesos y 67.5% con sobrepeso, Argentina con 29.4% de adultos con obesidad, Chile con 29.1% y Uruguay con 23.5% de población obesa (5).

En Brasil la obesidad es un problema creciente en todos los grupos de edad. El sobrepeso al final de la adolescencia indica una alta probabilidad de tener un peso no saludable en la edad adulta como objetivo tiene describir los datos antropométricos de la Encuesta Nacional de Salud para Escolares (PeNSE) 2018 y los métodos que se utilizaron fueron los datos de PeNSE 2018. La muestra para este análisis comprende adolescentes de entre 11 y 19 años de escuelas públicas y privadas con datos antropométricos disponibles. El estado nutricional se clasificó de acuerdo con los valores de referencia para el índice de masa corporal (IMC), propuesto por el International Obesity Task Force (IOTF). Los resultados fue la prevalencia de insuficiencia ponderal fue inferior al 3%. Las mayores prevalencias de sobrepeso se observaron en adolescentes que se declararon negros o indígenas, de la región sur, del área urbana y de los quintiles de menores ingresos. En general, la prevalencia del sobrepeso fue mayor entre los adolescentes que asistían a escuelas privadas. En conclusión, el sobrepeso es más frecuente entre los adolescentes de estratos de bajos ingresos. Además de ser un indicador del estado nutricional, el sobrepeso puede indicar desigualdad social en Brasil (6).

En el Puno (Perú) La obesidad representa la enfermedad crónico nutricional no trasmisible más frecuente, y es un problema creciente de salud pública y entre los grupos más vulnerable están los adolescentes; su prevalencia en este grupo se debe a las conductas obesogénicas, definidas como un conjunto de prácticas inadecuadas que pueden llevar a la persona a desarrollar obesidad, entre ellas tenemos: los hábitos alimenticios y la actividad física (7).

En Ecuador las poblaciones actualmente están sufriendo transformaciones significativas en los patrones dietéticos y nutricionales; tales cambios son analizados como parte de un proceso denominado transición nutricional, cuya característica principal radica en la reducción de las prevalencias de los déficits nutricionales y ocurrencias más expresivas del sobrepeso y obesidad, de hecho muchos países en desarrollo se encuentran en transición por lo que es necesario y fundamental estudiar el estado nutricional de los adolescentes, puesto que es una etapa de la vida muy sensible, la cual se caracteriza por la sucesión de cambios biológicos, psicológicos; en nuestro medio son muy escasos los estudios que investigan esta temática en adolescentes, a pesar de que la literatura sostiene que durante la adolescencia las necesidades de energía y nutrientes son superiores en relación a otras etapas de la vida con lo que es posible que los cambios mencionados

anteriormente tiendan a afectar los patrones del crecimiento físico y el estado nutricional (8).

En nuestro país tenemos las cifras desde el 2012 a raíz de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. La encuesta indico que a nivel nacional el 62,8% de la población, tenían sobrepeso y obesidad. Las mujeres tenían un mayor porcentaje de obesidad (26,7%) y los hombres más alto el sobrepeso (43,4%). Todas las regiones del Ecuador presentaron una prevalencia de sobrepeso y obesidad elevada (9).

El problema que se encontraría en los adolescentes que acuden al subcentro Unido Somos Más es que algunos de ellos no tenían dietas saludable y no realizan actividades físicas, esto los puede llevar a padecer ciertas afectaciones por su mal estado nutricional, como causas tenemos lo que son enfermedades concomitantes que significa que ocurre durante el mismo período de tiempo, generalmente se refiere a síntomas secundarios que se presentan con un síntoma principal, también nos lleva a padecer diabetes mellitus, obesidad, hipertensión, trastorno de la personalidad, todo esto nos lleva a desarrollar enfermedades crónica en la etapa adulta que pondrían en riesgo su salud y por ende su vida.

Formulación Del Problema

Por lo antes mencionado realizo la siguiente pregunta:

¿cuál es el estado nutricional de los adolescentes del Subcentro de Salud Unidos Somos Más de Esmeraldas?

Justificación

Analizando la situación de nuestro País y la cultura alimentaria de muchas familias que se ha venido deteriorando al pasar de los años, debido al déficit de conocimiento de los padres que son los responsables de elegir una alimentación adecuada y balanceada para los adolescentes, la falta de fuentes de trabajos disminuye la compra de alimentos, el marketing de las comidas rápidas, desafortunadamente provoca en los jóvenes el retraso del crecimiento y desarrollo en esta etapa evolutiva del ser humano y observando que en la provincia de Esmeraldas hay un alto porcentaje de sobrepeso y obesidad especialmente en los adolescentes por lo que se consideró dar prioridad a este grupo etario ya que siempre cuestionan la apariencia física y las creencias.

Esta investigación pretende aportar con nuevas fuentes de estudios sobre el tema, ya que existen varios factores que influyen en los adolescentes para tener un buen estado nutricional, y estos son muy comunes, además se espera aportar con nuevos conocimientos metodológicos y técnicas que permitan mejorar la atención del joven.

En cuanto al aporte documental que la presente investigación ofrecerá, es servir de soporte y apoyo para futuros estudios relacionado con el tema. Del mismo modo se justifica por dejar un aporte social ya que el reconocer la importancia del estado nutricional de los adolescentes, fomentará una vida saludable como un bien colectivo de la comunidad el cual permitirá diseñar estrategias e instrumentos que podrán ser dispuestas en estudios similares y así poder dar cumplimiento a los objetivos planteados. Este estudio intenta ayudar a mejorar los conocimientos sobre nutrición, alimentación y a llevar una dieta equilibrada en los adolescentes, mediante la elaboración de guía nutricional, para que de esta forma puedan modificar sus hábitos alimentarios, condiciones de vida, este material será útil para estudiantes que se interesen por el tema.

Objetivo General

Determinar el estado nutricional en adolescentes que acuden al subcentro de salud unidos somos más de la ciudad de Esmeraldas

Objetivos específicos:

- Valorar el estado nutricional de los adolescentes con indicadores antropométricos.
- Identificar el nivel socioeconómico y sanitario de los adolescentes que acuden al subcentro de salud Unidos somos más.
- Conocer el nivel de conocimiento que poseen los adolescentes sobre estado nutricional y sus alteraciones.
- identificar las enfermedades que padecen las adolescentes por hábito alimentario.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Bases Teórico Científicas

El estado nutricional es la condición física que presenta el ser humano y sus condiciones nutritivas, entre la ingesta y las necesidades requeridas de energía y nutrientes. El sobrepeso y la obesidad aumenta la incidencia y la severidad de enfermedades comunes en la adolescencia y es un problema de salud pública en los países en desarrollo, los criterios para evaluar el estado nutricional de las adolescentes se establecen con base a sus medidas antropométricas y son un punto de referencia para la formación en hábitos alimentarios saludables y la prevención de enfermedades crónicas. En Colombia según la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (ENSIN 2019), la prevalencia de sobrepeso y obesidad crónica en los jóvenes de 13 a 19 años fue de 10,7 %. Los habitantes de las áreas rurales presentaron el doble de la prevalencia de retardo en crecimiento comparados en los del área urbana la encuesta mostró que 8 de cada 10 adolescentes presenta sobrepeso u obesidad (10).

La adolescencia es una etapa de la vida que se caracteriza por ser un período crítico, en el que se producen intensos cambios biológicos, psicológicos y cognitivos, en ella suele aparecer problemas nutricionales como el bajo peso, la delgadez, el sobrepeso y la obesidad; por ello la importancia de los hábitos alimentarios se basa en que las comidas produzcan los beneficios esperados en su cuerpo. Esto no sólo se relaciona con preparar bien o elegir adecuadamente los alimentos que ingerimos, sino con darnos el tiempo, el espacio y el gusto de disfrutar las comidas cada día. Estos se clasifican en saludables cuando la comida que se ingiere a lo largo del día proporciona la cantidad de nutrientes necesarios para un adecuado funcionamiento del cuerpo, y los no saludables son aquellos que no proporcionan la energía y los nutrientes que necesitamos para que el organismo funcione correctamente y pueda desempeñar las actividades cotidianas (11).

La evaluación antropométrica es la medición de las dimensiones físicas del cuerpo humano en diferentes edades y su comparación con estándares de referencia. A partir de ello, el clínico puede determinar las anomalías en el crecimiento y desarrollo como resultado de conocer el estado nutricional de un individuo o un grupo que están en riesgo de

alteraciones. Repetir estas mediciones en un niño a través del tiempo proporciona datos objetivos sobre su estado de nutrición y de salud. Para evaluar el crecimiento se necesita conocer el peso, la longitud o la estatura, la edad exacta y el sexo. Los índices antropométricos para individuos o poblaciones pueden ser utilizados con diferentes objetivos y convertirse en indicadores para la identificación de riesgo, para intervención, evaluación de impacto sobre el estado nutricional o salud, para exclusión de ciertos tratamientos, entre otros. Dependiendo de las circunstancias, el mismo indicador antropométrico puede estar influenciado por la nutrición o la salud, o más por una que por la otra y por consiguiente puede ser un indicador del estado de nutrición o de salud, o de ambos; incluso, en algunos casos, se puede utilizar indirectamente como un indicador socioeconómico (12).

La nutrición humana en el mundo estudia los problemas nutricionales más importantes de los países en desarrollo o en progreso y sugieren programas y políticas apropiados para la solución, Abasteciendo información científica sobre los alimentos, los nutrientes, las causas de la mal nutrición, y los desórdenes nutricionales y su prevención. Los requisitos de una nutrición apropiada son tres: la seguridad alimentaria, la buena salud y los cuidados adecuados. Los enfoques multidisciplinarios prácticos para el alivio de la mal nutrición son de especial importancia; Las estrategias basadas en la alimentación con único medio sostenible para mejorar el estado nutricional de toda la población (13).

Una de las enfermedades más comunes del mundo está relacionada con la mala alimentación. Estudios confirman que la obesidad y el sobrepeso afecta a muchas personas adultas debido a malos hábitos alimentarios en edades tempranas. Por ello, en pleno siglo XXI parece fundamental querer analizar cuál es la influencia que las redes sociales pueden causar en el comportamiento de los jóvenes respecto a los hábitos alimentarios para que puedan llevar una nutrición adecuada. Para ello se ha procedido a la revisión de la literatura existente y se ha desarrollado un estudio empírico para comprobar que las páginas web cuentan con información apropiada de nutrición saludable para el bienestar de los adolescentes, siendo el conocimiento nutricional y el IMC factores que no se pueden prescindir y deben implantarse en las redes sociales (14).

1.2 Antecedentes

En Ecuador a lo largo del tiempo se evidencia una gran tendencia general de la población hacia el sobrepeso y la obesidad. El estudio realizado por Yépez et al. en el 2017 encontró una prevalencia de sobrepeso y obesidad de 21,5 % en adolescentes ecuatorianos. Mientras Freire et al. en el mismo año (2017) llevó a cabo la encuesta nacional de nutrición (ENSANUT) en cuya base de datos se puede observar una prevalencia de 24,8 % de sobrepeso y obesidad en las mujeres adolescentes quiteñas de 14 a 19 años. Si comparamos estos con los resultados de otros estudios que fueron ligeramente superior al 27 % de la muestra, claramente observamos una tendencia creciente de esta parte de la población hacia el sobrepeso y la obesidad, pues han crecido 5,72 puntos porcentuales desde el 2017, de acuerdo con lo señalado por Yépez et al. Por otra parte, otras cifras son comparables con las reportadas en otros países de Latinoamérica, como México, donde se indicó una prevalencia de sobrepeso y obesidad del 27,3 % de los adolescentes universitarios con una edad promedio de 18,5 años (15)

En un estudio realizado por Bravo et al. en el año 2018, en Ecuador en la ciudad de Cuenca el tema fue: Prevalencia de sobrepeso y factores asociados en adolescentes en el Hospital José Carrasco Arteaga, ya que el sobrepeso en la actualidad es un problema de salud pública, de causa multifactorial relacionado con comorbilidades como la diabetes mellitus tipo II, resistencia a la insulina y el síndrome metabólico, tuvo como objetivo determinar la prevalencia y factores asociados al sobrepeso en adolescentes del Hospital José Carrasco Arteaga, el método que se realizó fue un estudio descriptivo y transversal de factores asociados y la muestra calculada fue de 238 adolescentes y los datos de residencia, sexo, hábitos alimentario, condición socio económica, Apgar familiar, fueron evaluados; los resultados de los 238 adolescentes incluidos en el estudio el promedio de edad fue de 12 años. La prevalencia de sobrepeso fue de 13.4% con predominio en el sexo masculino 7.9%. El sobrepeso de los adolescentes está asociada al nivel socioeconómico más aún si el jefe de familia percibe mayores ingresos al tipo de escolaridad del adolescente, hábitos alimenticios inadecuados y tiene como conclusión el sobrepeso en adolescentes del Hospital José Carrasco Arteaga es importante y está asociada a un mayor nivel socioeconómico familiar y hábitos alimenticios inadecuados (16).

Estudio realizado por Medina et al. en el año 2018 en México tuvo como objetivo Determinar el estado nutricional en adolescentes, la muestra estuvo conformada por 109 personas de una institución educativa, se realizaron mediciones antropométricas (peso, talla, circunferencia de cintura y nivel de IMC), así como la cuantificación de la tensión arterial, también se aplicó una cédula de datos personales, los resultados con el nivel de IMC indicaron que el 15.6% tiene obesidad, 13.8% sobrepeso, 67% normopeso y 3.7% bajo peso. Con respecto a la circunferencia de cintura el 16.5% presentó riesgo cardiovascular, así mismo los parámetros de la tensión arterial fueron normales en un 83.5%, normal alto 15.6% e hipertensión arterial estadio uno con un .9% (17).

Estudios realizados por Ruiz et al. en el año 2017 en la ciudad de San Lorenzo, (Paraguay) tiene como Objetivo establecer la asociación entre la actividad física, medida por el cuestionario del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de Chile, y el estado nutricional de los adolescentes de una institución pública de enseñanza. Materiales y Métodos: Estudio observacional, descriptivo, de corte transversal, prospectivo, con componente analítico. Se incluyeron adolescentes de una escuela pública de la ciudad de San Lorenzo, Paraguay. Se realizó el estudio entre los días 14 y 16 de setiembre del 2018. Las variables estudiadas fueron: edad, sexo, índice de masa corporal (IMC). Para determinar el estado nutricional se utilizó el software Anthro Plus para el cálculo de puntaje de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en los resultados se incluyeron 465 adolescentes con edad media. El 57,2% eran mujeres y el 42,8% varones, el porcentaje de sobrepeso y obesidad fue de 51% y 49% respectivamente, Conclusiones los adolescentes con escasa actividad física presentaron porcentajes de sobrepeso y obesidad significativamente mayores (18).

Estudio realizado por Fajardo et al. en el año 2017, en Bogotá (Colombia), tiene como Objetivo Describir la prevalencia de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria, estado nutricional y consumo de alimentos en una población de estudiantes de secundaria de escuelas públicas y privadas. Materiales y métodos Aplicación del cuestionario SCOFF, medidas antropométricas y encuesta de frecuencia de consumo de alimentos a 671 estudiantes de dos colegios públicos y dos privados de la ciudad de Bogotá. Resultados Se encontró una prevalencia de 30,1% de riesgo de presentar TCA; De esto, el riesgo en mujeres es del 41,3%. En cuanto al estado nutricional, hubo mayor frecuencia de riesgo en la clasificación normal y en instituciones públicas con 31,3%. El 7,6% de la

población total era baja, el 16% tenía sobrepeso y el 5,1% tenía bajo peso Conclusiones La prevalencia del riesgo de trastornos alimentarios es mayor en mujeres, con estado nutricional normal (73,7%) y en instituciones educativas públicas (19).

Estudio relacionado por Valdarrago A, en el 2016 en Puno (Perú), sobre el estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Industrial, con el objetivo de determinar la relación entre las conductas obesogénicas y el estado nutricional en adolescentes, saludables y la totalidad presento obesidad. En cuanto a la actividad física relacionada al estado nutricional, del 69.14% de adolescentes mínimamente activos, el 22.2% tiene sobrepeso y el 3.08% obesidad; del 14.81% de adolescentes inactivos, el 8.64% tiene sobrepeso y 2.47% obesidad. Por tanto, las conductas obesogénicas (hábitos alimenticios y actividad física) tienen relación con el estado nutricional (20).

1.3. Bases Legales

Esta investigación se fundamenta en las leyes de la República del Ecuador, el Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional (20).

Art. 16.- del Ministerio de Salud Pública (MSP) De la alimentación y nutrición el Estado establecerá una política intersectorial de seguridad alimentaria y nutricional, que propenda a eliminar los malos hábitos alimenticios, respete y fomente los conocimientos y prácticas alimentarias tradicionales, así como el uso y consumo de productos y alimentos propios de cada región, y garantizará a las personas, el acceso permanente a alimentos sanos, variados, nutritivos, inocuos y suficientes (21).

Las Políticas y planes nacionales del "Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021 Toda una Vida" en su objetivo dos, referente a mejorar las capacidades y potencialidades de la ciudadanía,

indica entre sus políticas esta. Asegurar una alimentación sana, nutritiva, natural y con productos del medio para disminuir drásticamente las deficiencias nutricionales. A demás promover el deporte y las actividades físicas como un medio para fortalecer las capacidades y potencialidades de la población (22).

CAPÍTULO II

MATERIAL Y MÉTODOS

2.1 Tipo De Estudio:

Se realizó un estudio cualitativo cuantitativo, de corte transversal y de alcance descriptivo.

Cuantitativo por que se cuantificó la información numérica, datos que se obtuvieron por medio de una encuesta a través de un cuestionario estandarizado bien construido y administrado, facilitando, posterior análisis estadístico.

Cualitativo se enfocó en comprender o explicar el comportamiento del grupo de adolescentes, en relación de su estado nutricional, el cual ayudó describir su comportamiento alimenticio desde la perspectiva del investigador con estrategia de investigación flexible e interactiva.

Trasversal por ser una investigación sin continuidad en el eje del tiempo y se lleva a cabo con el conjunto de variables durante el periodo de enero a julio del 2021 de plazo y se realiza en una sola instancia, este estudio permitió la flexibilidad al considerar las diversas variables juntas como una constante.

2.2 Población Y Muestra:

Población: estuvo representada por 200 adolescentes que se atendieron en el Subcentro Unidos Somos Más de Esmeraldas en el periodo de enero a julio del 2021, datos emitidos por el departamento de estadística y verificados en las historias clínicas de los adolescentes.

Muestra: Es una parte de los adolescentes que se seleccionó previamente a una calculadora de muestra en la cual indica que el margen de error 5% y el nivel de confianza es de 95%, la fórmula es, $n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q}{e^2}$ Tamaño de la muestra, $z =$ Nivel de confianza deseada $p =$ Proporción de la población con la característica deseada (éxito) $q =$ Proporción de la población sin la característica deseada (fracaso) $e =$ Nivel de error dispuesto a cometer $N =$ Tamaño de la población, se ejecutó la ecuación estadística que proporcione la muestra

que dio 132 los cuales se sometieron de forma voluntarias para formar parte de la investigación que fueron los que se atendieron en el centro de salud en el periodo de enero a julio 2021 en las diferentes especialidades que brinda el mismo.

Ecuación estadística para proporciones poblacionales

$$n = \frac{z^2(p \cdot q)}{e^2 + \frac{z^2(p \cdot q)}{N}}$$

n= Tamaño de la muestra,

z= Nivel de confianza deseada

p= Proporción de la población con la característica deseada (éxito)

q= Proporción de la población sin la característica deseada (fracaso)

e= Nivel de error dispuesto a cometer

N= Tamaño de la población,

Criterio de inclusión

Todos los adolescentes desde los 12 a 19 años que deseen participar de manera voluntaria en esta investigación ya que son los que más acudieron a las consultas en el periodo, enero a julio del 2021 en el establecimiento Unido Somos Más de Esmeraldas, en las diferentes especialidades que brinda la institución antes mencionada.

Criterio de Exclusión:

No se incluyó al resto de pacientes ya que solo se trabajó con adolescentes de 12 a 19 años.

Muestreo: probabilístico y por estrato.

2.3 Variables

Estado Nutricional: Situación en la que se encuentran los adolescentes en relación con los rangos normales de la tabla de índice de masa corporal (IMC) con la ingesta y adaptaciones fisiológicas que tienen cada uno de ellos al ingreso de los nutrientes.

Adolescente: Es la Etapa de la vida donde las personas presentan cambios fisiológicos y es el inicio de la juventud.

Indicadores Antropométricos: son las medidas que se utilizan para determinar el índice de masa corporal (IMC) el mismo que ayuda a determinar el estado nutricional de los adolescentes sea este normal, sobre peso u obesidad a través de la talla y el peso del paciente.

Nivel Socioeconómico: de los familiares de los adolescentes que fueron sujetos en la investigación, según ellos se encontraban en un nivel medio ya que si contaban con un sueldo básico.

Conocimiento: los adolescentes se encontraban en los rangos de conocimientos normales ya que algunos de ellos si sabían que es estado nutricional y conocían los riesgos que se podrían presentar por un mal hábito alimentario.

2.4 Métodos:

En este proyecto nos enfocaremos en el estudio de los métodos de investigación científico, observación y de medición.

El método científico: es un método de investigación usado principalmente en la producción de conocimiento en las ciencias y para ser llamado científico, un método de investigación debe basarse en lo empírico y en la medición.

2.5 Técnica e Instrumentos

Las técnicas empleadas fueron las siguientes:

La encuesta, dirigida a los adolescentes durante su asistencia a la unidad de salud Unidos Somos Más a través de la cual se dio respuesta a los objetivos dos y tres porque permitió identificar el conocimiento que poseen los adolescentes sobre estado nutricional, hábitos alimenticios y sus alteraciones (obesidad y sobre peso). Los resultados que se esperaban ayudaron a describir la problemática investigada, para esta se usó como instrumento el cuestionario estructurado de diversas preguntas de opciones múltiples.

La observación permitió evidenciar y analizar las perspectivas en que se encontraban los adolescentes para formar una hipótesis y poder planificar una metodología de estudio para recoger datos, para comprobar o refutar ciertas hipótesis y analizar datos, ya que se notaba

que no tenían un buen hábito alimenticio y con este instrumento se pudo confirmar y refutar algunas suposiciones.

Medición, para esta técnica se controló el peso y la talla, luego se registró y se calculó el IMC de cada participante y de esa manera clasificarlos de acuerdo con el rango en el que se encontraban según la tabla de (IMC) lo que consiste en que el peso tiene que ser tomado en kilogramos y se divide por la estatura en metros cuadrados. Debido a que la estatura por lo general se mide en centímetros, divide la estatura en centímetros por 100 para obtener la estatura en metros y con ese resultado se puede ver la situación nutricional en la que se encontraban los jóvenes.

Tabla de los rangos de IMC.

IMC	Nivel de peso
Por debajo de 18.5	Bajo peso
18.5 – 24.9	Normal
25.0 – 29.9	Sobrepeso
30.0 o más	Obeso

2.6 Análisis De Datos

Después de haber tomado peso y talla y sacar el índice de masa corporal (IMC) de los adolescentes, con esos datos se comenzó a clasificar el estado nutricional de cada uno según lo que dice la organización mundial de la salud (OMS) que es bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad.

Todos los datos recolectados en los instrumentos fueron pasados a el programa de Excel para realizar tablas y figuras que permitieron sacar porcentajes y frecuencias necesarias para tabular y sacar información que fueron analizadas.

2.7 Normas Éticas

Se pudo preservar la integridad de los adolescentes que participaron en la investigación y la del investigador ya que se les manifestó que su participación era de manera voluntaria y se les explico que si no querían no se iba a tomar ningún cargo legal y que la información recibida no será divulgada y que se usarían de forma anónima y solo con fines académicos.

CAPÍTULO III

RESULTADOS

Luego de analizada la información se ha podido determinar que el 64% de los adolescentes se encontraron en edades de 16 a 19 años y el menor porcentaje correspondiente al 36% lo conformaron los de 12 a 15 años.

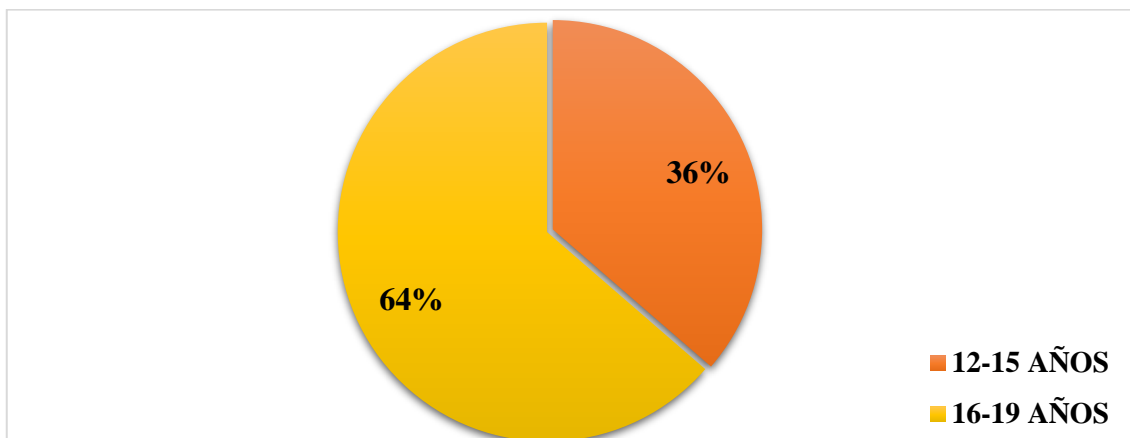


Figura 1.- edad de los adolescentes
Fuente: encuesta y revisión de historias clínicas.

En relación al género se pudo observar que entre los adolescentes que se van a hacer atender en las diferentes áreas de salud la gran mayoría son mujeres con un 74% y con un 26% son varones lo que nos muestra el gráfico que el género que prevalece es el femenino que son las que más acuden a los chequeos médicos

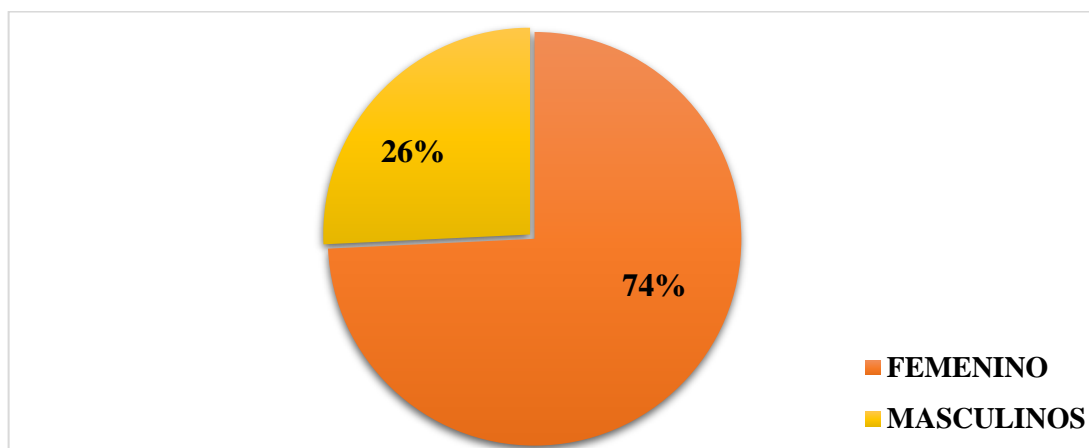


Figura 2.- género de los adolescentes
Fuente: encuesta y observación a los adolescentes

Al realizar la medición y realizar la fórmula para sacar el IMC en los adolescentes se pudo observar que el estado nutricional no es adecuado ya que el 63% incluidos hombres y mujeres tuvieron sobrepeso seguido del 28% con obesidad y el 9% que obtuvieron un peso normal.

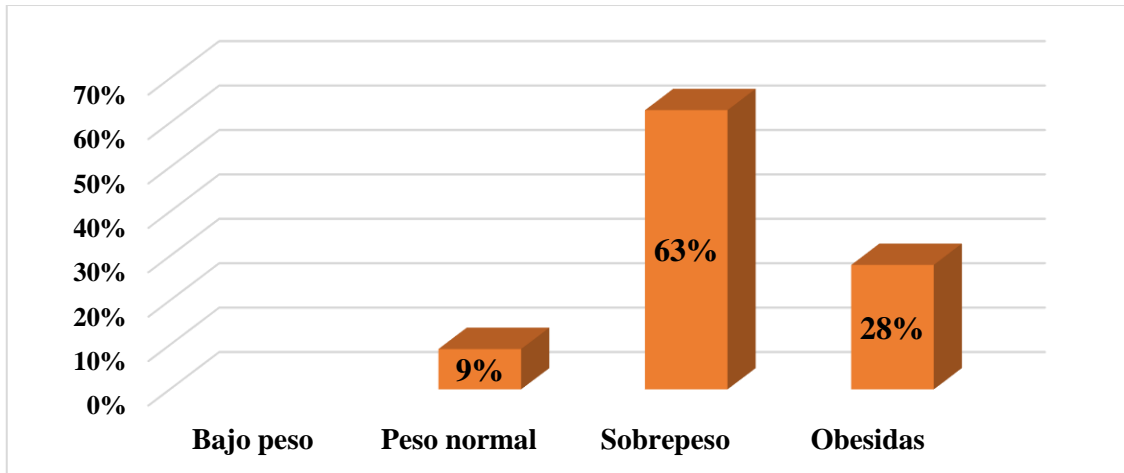


Figura 3.-estado nutricional de los adolescentes
Fuente: Medición y formula de IMC

Sobre el nivel socioeconómico y sanitario de los adolescentes el 65% es bueno ya que sus padres cuentan con un sueldo, seguido de un 30% que dijeron que era malo y el 5% indicaron que es excelente ya que los ingresos familiares superan el sueldo básico, de acuerdo con la percepción de los adolescentes.

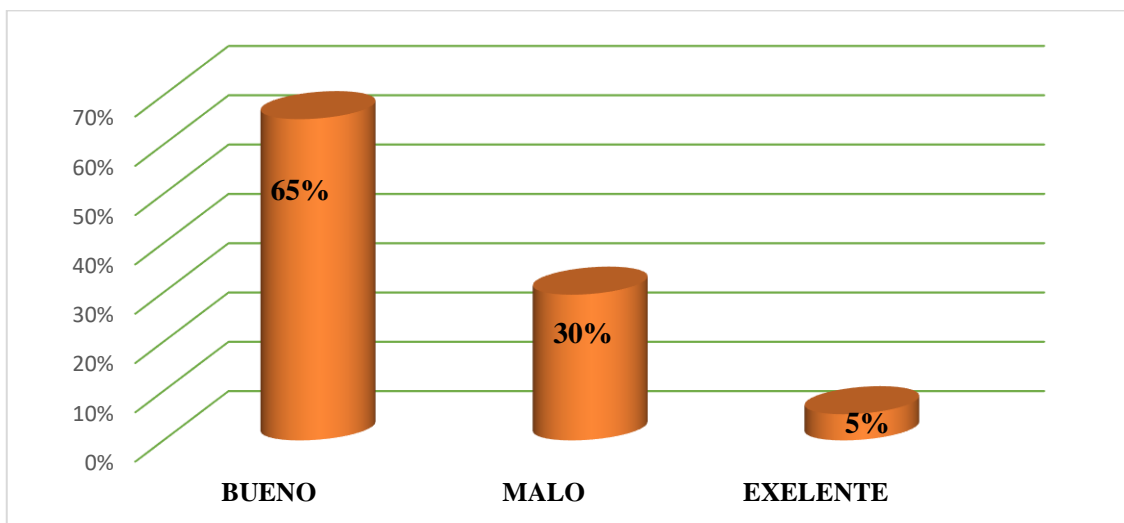


Figura 4.- nivel socioeconómico y sanitario
Fuente: Encuesta

Se muestra el conocimiento de los adolescentes y el grado de información que dieron al preguntarles ¿Qué es estado nutricional? ya que el 84% respondió tener conocimiento y reconocieron los riesgos que ocasiona un mal hábito alimentario; el 16% no tienen conocimientos al respecto a los cuales se les pudo brindar información básica necesaria.

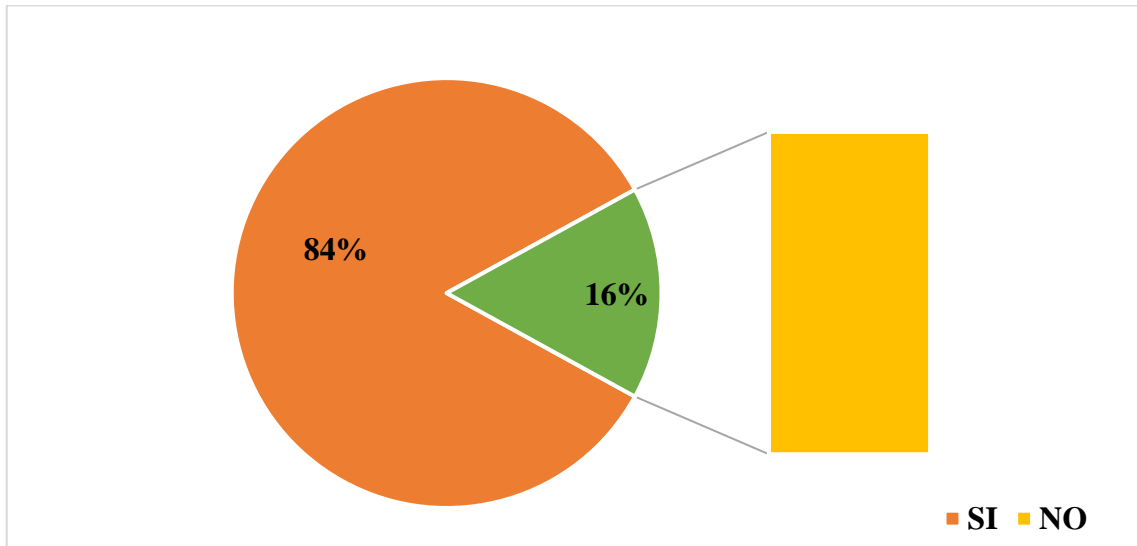


Figura 5.- que es estado nutricional
Fuente: encuesta y observación a los adolescentes

Respecto a las alteraciones que pueden padecer por mal hábito alimentario el 84 % de los adolescentes respondió que sí saben cuáles son los cambios que se pueden producir sin embargo el 16 % respondió que no saben cuáles son, a los cuales se le impartió información adecuada respecto al tema.

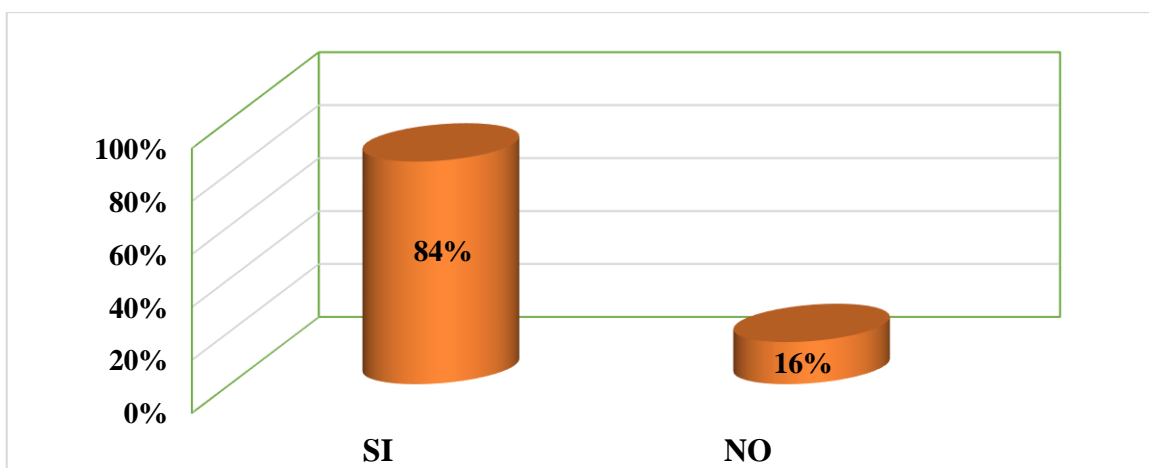


Figura 6.- alteraciones que se pueden padecer por mal habito alimentario
Fuente: Encuesta

Al preguntarles a los adolescentes si ellos acuden a consulta para saber cómo se encuentra su estado nutricional, el 63% respondieron que No asisten a control médico para conocer su estado nutricional, sino cuando presentan alguna patología, sin embargo, el 37% de los jóvenes dijeron que Si acuden al control médico para saber sobre su estado nutricional y como se encuentran con su índice de masa corporal para saber en qué rangos se encuentran.

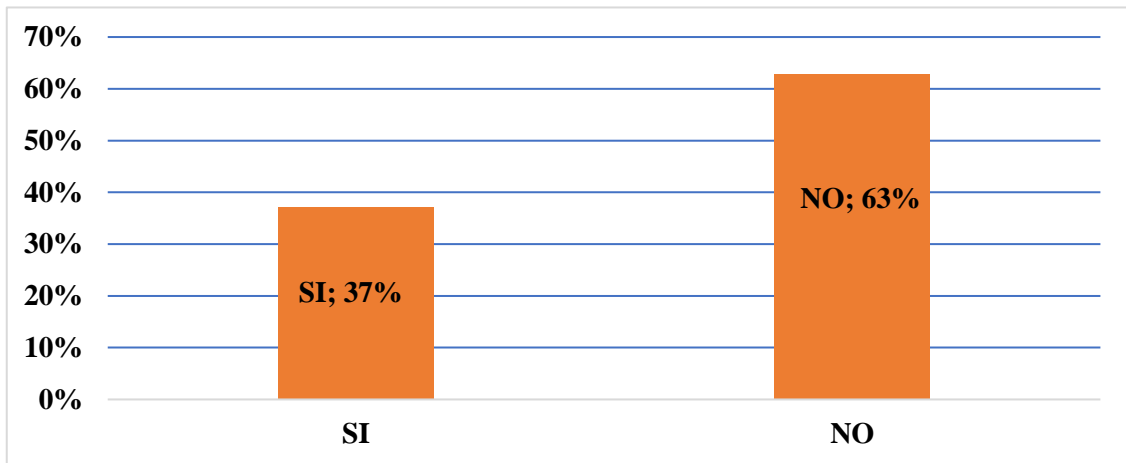


Figura 7.- control médico para saber su estado nutricional

Fuente: Encuesta.

Tabla 1: alimentos que consumen diario los adolescentes

Fuente: Encuesta

RESULTADOS	DIARIO	INTERMEDIO	UNA VEZ A LA SEMANA
CARNES	41%	49%	10%
VERDURAS	10%	49%	41%
FRUTAS	10%	49%	41%
HARINAS	41%	49%	10%
LACTEOS	49%	41%	10%
GRASAS	41%	49%	10%

Esta tabla expresa el tipo de alimentos que ingieren los adolescentes en todas las semanas y con qué frecuencias lo comen, encontrando que los lácteos, harinas, grasas y carnes son las de mayor consumo por la mayoría de los participantes.

CAPITULO IV

DISCUSIÓN

De acuerdo a la aplicación de instrumentos y revisión de historias clínicas se pudo obtener datos muy importantes de los adolescentes que se encuentran en los rangos de edades entre los 12 – 19 años en relación a su estado nutricional y el conocimiento que tiene respecto al tema de nutrición y cuáles son sus afectaciones entre ellos; el 64% corresponden al rango de 16 a 19 años y el 36% a los jóvenes de 12 a 15 años, en los cuales el 74% estaban relacionados con mujeres y el 26% eran varones quienes tienen muy claro, que es estado nutricional y que es salud, y opinaron que son una sola ciencia y ambas son encaminadas a un buen estado físico, mental y social el 77% de los jóvenes decían que si tienen conocimiento de lo que causa una mala alimentación también conocen de las alteraciones o enfermedades que pueden padecer si no tienen una adecuada alimentación como son el sobrepeso que tiene el 63% de prevalencia seguido de la obesidad con un 28% y en los rangos de peso normal tenemos el 9% , y como se puede observar son las dos enfermedades que prevalecen en los adolescentes que acuden al subcentro Unidos Somos Mas de Esmeraldas.

Tomando en cuenta que los adolescentes no acuden con normalidad al establecimiento de salud para saber cómo se encuentra su estado nutricional, lo hacen cuando tienen alguna afectación en su salud, por tal razón el personal de salud no puede llevar un seguimiento o registro adecuado para determinar el riesgo que pueden padecer dichos adolescentes respecto a las enfermedades que se presentan por un mal hábito alimentario aparte del sobrepeso y la obesidad que son las más frecuentes.

En Ecuador se evidencia a lo largo del tiempo una tendencia general de la población hacia el sobrepeso y la obesidad. El estudio realizado por Yépez et al. en el 2017 encontró una prevalencia de sobrepeso y obesidad en las mujeres adolescentes quiteñas con un 21,5 %, pero en el estudio realizado en la ciudad de Cuenca de Ecuador por Bravo P. D, Córdova N. M, Ñauta B. M, en el año 2018, la prevalencia de sobrepeso fue de 13.4% con predominio en el sexo masculino y el 7.9% en el sexo femenino. Tomando estas cifras de referencias de acuerdo con esta investigación que se realizó en el 2021 en el establecimiento de Salud Unido Somos Más de la ciudad de Esmeraldas estos valores han

aumentado bruscamente en la actualidad se dice que el 63% incluidos hombres y mujeres tuvieron sobrepeso, seguido del 28% con obesidad y el 9% que obtuvieron un peso normal. Lo que el sobrepeso y la obesidad en los adolescentes está asociada al nivel socioeconómico más aún si el jefe de familia percibe un sueldo básico.

Sin embargos el estudio realizado por Ruiz el at. en el 2017 en la ciudad de San Lorenzo (Paraguay), indica que el 57, 2% eran mujeres y el 42,8% varones, el porcentaje de sobrepeso y obesidad fue de 51% y 49% respectivamente, como se puede observar que son cifras también elevadas eso quiere decir que no es solo en nuestro país que padecen estos trastornos por no tener una nutrición adecuada ya que esto ya es un problema de salud pública a nivel mundial.

El estudio realizado por Fajardo el at. en el 2017, en Bogotá (Colombia) encontraron una prevalencia de 30,1% de riesgo de presentar, trastornos de conducta alimentaria (TCA); en su clasificación dicen que las mujeres con estado nutricional normal son las que tienen más riesgo de padecer este trastorno; en cuanto al estado nutricional, dicen que las instituciones educativas públicas son las que padecen más trastornos alimentarios que las privadas.

Existe concordancia con los estudios ya que en todos hablan del aumento drástico que se ha visto durante años respecto a las alteraciones que se dan por no tener un estado nutricional adecuado y esto se ve reflejado en cifras muy altas de sobrepeso y obesidad en lo que ya representa un problema grave para los adolescentes en una etapa adulta.

El desacuerdo está al encontrar que el género femenino es el más propenso a padecer estos riesgos, sin embargo, en la actualidad todos estamos en la posibilidad de padecer enfermedades si no se toma conciencia de llevar una alimentación saludable para evitar estos trastornos alimentarios ya que el estado nutricional es muy importante en nuestra salud porque existen muchos cambios por no tener una nutrición adecuada.

CONCLUSIÓN

El sobrepeso y la obesidad es un problema de salud a nivel mundial y se lo ha podido corroborar mediante este estudio donde la mayor incidencia se presentó en sobrepeso seguido de la obesidad en una población mayoritariamente femenina.

Se pudo conocer el nivel de conocimiento que poseen los adolescentes sobre estado nutricional y sus alteraciones, lográndose establecer que los adolescentes tienen un nivel alto de conocimiento respecto al tema.

Se Identificó que el nivel socioeconómico y sanitario de los adolescentes en su mayor porcentaje es bueno ya que cuentan con los recursos necesario, pero hay una población intermedia para los que es mala porque sus padres no cuentan con un empleo fijo para cubrir las necesidades como alimentación adecuada y medicamentos que no hay en los establecimientos de salud; sin embargo, también hay una minoría para los que se encuentran en un estado excelente ya que si cuentan con solvencia económica.

La densidad de sobrepeso y obesidad que se está detectando en los adolescentes es muy notoria este problema de salud debe de ser tomado en cuenta para así armar estrategias o políticas de salud para disminuir este grave riesgo en los jóvenes.

Todos los objetivos se cumplieron a cabalidad con la ayuda del personal del establecimiento de salud y con la predisposición de los adolescentes en estudios.

RECOMENDACIONES

A todos los adolescentes le recomiendo que traten de tener una buena alimentación acompañada de actividad física para que a futuro o en su etapa adulta no padezcan de ciertas enfermedades que causan los malos hábitos alimentarios.

Que los adolescentes fomenten el desarrollo de conciencia dietética crítica en normas culturales y de marketing alimentario para que puedan decidir tener una dieta responsable.

Que vayan a consulta médica para que evalúen como esta su estado nutricional para que sepan si se encuentran bien y dentro de los rangos normales para prevenir a tiempo el sobrepeso y la obesidad o si se encuentra con bajo peso y no esperen que las afectaciones de salud sean graves para acudir al establecimiento de salud.

Que el personal de salud imparta charlas educativas a los adolescentes respecto a los riesgos que produce una mala alimentación.

Que las autoridades de salud a nivel distrital realicen campañas de motivación a tener una vida saludable libres de sobrepeso, obesidad, desnutrición y a implementar actividades físicas barriales para que los jóvenes no se vean inmerso a sufrir estas enfermedades.

A nivel de subcentros implementen el servicio de Médico especialista en Nutrición para que cuando hallan estas alteraciones puedan ser tratadas por el especialista sin necesidad de transferir al paciente a otra casa de salud.

A que los padres ayuden a sus adolescentes a llevar una dieta saludable baja en carbohidratos y grasas saturadas y que implementen en sus comidas el consumo de verduras, frutas, grasas saludables, entre otros alimentos siempre que sean para tener una adecuada nutrición.

Realizar más estudio sobre el Estado Nutricional no solo en los adolescentes sino en todas las edades o etapas de la vida porque es un tema de super importancia.

BIBLIOGRAFÍAS

Salazar Agama, Edith Noelia. Estado nutricional y su relación con las conductas obesogénicas en adolescentes de la institución educativa Juana moreno – Huánuco 2017. [Tesis doctoral]. Huánuco (Perú) 2018. Disponible en:http://200.37.135.58/bitstream/handle/123456789/1109/T_047_46406621_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Guerrero Solís G. Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en adolescentes, análisis de los datos reportados en la encuesta nacional de Salud y Nutrición, ENSANUT [tesis doctoral]. Quito (Ecuador): universidad central del ecuador facultad de ciencias médicas;2020, disponible en:<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20993/1/T-UCE-0006-CME-197-P.pdf>

Guevara Valtier M, Ruíz-González K, Pacheco-Pérez L, Santos Flores J, González de la Cruz P, Sánchez García A. Adicción a la comida y estado nutricional en adolescentes de una preparatoria pública en México. *Enferm. glob.* [Internet]. 2020 [citado 2021 Feb 23]; 19(58): 1-20. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412020000200001&lng=es. Epub 18-mayo-2020. <http://dx.doi.org/eglobal.370021>.

Valdés Gómez W, Leyva Álvarez de la C, Espinosa Reyes T, Palma Tobar C. Nutritional status in adolescents, body excess weight and associated factors. *Rev cubana Endocrinol* [Internet]. 2011 dic [citado 2021 Feb 23]; 22(3): 225-236. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532011000300005&lng=es.

Ocampo Juan, Guerrero Marco, Espín Luis, Guerrero Clivia, Aguirre Romel. Association Between Body Mass Index and Depression in Adolescent Women. *Int. J. Morphol.* [Internet]. 2017 dic [citado 2021 Feb 23]; 35(4): 1547-1552. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000401547&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000401547>.

Wolney Lisbôa CondeCamila Medeiros da Silva MazzetiJéssica Cumpian SilvaIolanda Karla Santana dos SantosAline Micaele dos Reis Santos Estado nutricional de escolares

adolescentes no Brasil: a Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares 2018 Disponible en:
<https://www.scielo.org/article/rbepid/2018.v21suppl1/e180008/>

Torresani M, Raspini M, Acosta O, Giusti L, García C, Español S. Prevalencia de conductas obesogénicas en adolescentes. Revista de la Sociedad Argentina de Nutrición. [tesis doctoral] [internet] 20017 abril; VII (4: 53 - 62). disponible en:
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3632/Marca_Gomez_Gladys_Ruth.pdf?sequence=1&isAllowed=y

La Organización Mundial de Salud. Cuáles son los 5 países más obesos de América Latina. [En línea]; 2015 [citado 15 2016 abril]. Disponible en:
<https://actualidad.rt.com/sociedad/167083-paises-obesos-america-latina>.

Cossio Bolaños W, Gómez Campos R, Araya Menacho A, Yáñez Silva A, de Arruda Miguel, Cossio Bolaños M. Crecimiento físico y estado nutricional de adolescentes escolares. An. Fac. med. [Internet]. 2014 Ene [citado 2021 Feb 25]; 75(1): 19-23. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832014000100004&lng=es.

Rodríguez Escobar G, Vargas Cruz S, Ibáñez Pinilla E. Matiz-Salazar M, Jörgen Overgaard H. Relación entre el estado nutricional y el ausentismo escolar en estudiantes de escuelas rurales/ Relationship between nutritional status and school absenteeism among students in rural schools [revista de internet] 2015[25 de febrero del 2021] 19:29. Disponible en: <https://www.scielo.org/article/rsap/2015.v17n6/861-873/>

Valdarrago Arias S. hábitos alimentarios y estado nutricional en adolescentes escolares i.e.p. alfred nobel"[tesis doctoral].lima (Perú)[universidad san martin de porre] 2017 Disponible en:
http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2772/valdarrago_asi.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Kaufer-Horwitz M, Toussaint Georgina. Indicadores antropométricos para evaluar sobrepeso y obesidad en pediatría. Bol. Med. Hosp. Infant. Mex. [revista en la Internet]. 2018 Dic [citado 2021 Feb 25]; 65(6): 502-518. Disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462008000600009&lng=es.

Latham, M.C. Nutrición humana en el mundo en desarrollo [revista de internet].2016[acceso el 25 de febrero del 2021]20.00. Disponible en: <http://www.sidalc.net/cgi-bin/wxis.exe/?IsisScript=FAOBO.xis&method=post&formato=2&cantidad=1&expresion=mfn=002595>

Míguez Fernández L. Influencia de las redes sociales en la alimentación saludable [tesis doctoral]. Madrid (España)| abril 2019. Disponible en: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/27875/TFG-MAguez%20Fernandez%2c%20Laura.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ley orgánica de salud, el congreso nacional de salud, Ley 67 Registro Oficial Suplemento 423 de 22-dic.-2006 Última modificación: 18-dic.-2015 Estado: Reformado. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/03/LEY-ORG%C3%81NICA-DE-SALUD4.pdf>

Medina Fernández I, Medina Fernández J, Candila Celis J, Yam Sosa A, Autonomous University of Yucatán, Estado nutricional en adolescentes con historia familiar de diabetes tipo 2 de una zona suburbana/ Nutritional status in teenagers with a family story of Diabetes Mellitus type 2 of a suburban zone [revista de internet].2018[acceso el 22 de febrero del 2021]; Vol. 6, Nº. 1, págs. 47-59 disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6317305>

Ruiz Synthia, Mesquita Mirta, Sánchez Susana. Actividad física y estado nutricional en adolescentes de 9 a 15 años de una institución de enseñanza de San Lorenzo, Paraguay/ Physical activity and nutritional status in adolescents aged 9 to 15 years in an educational institution in San Lorenzo, Paraguay [revista de internet].2017[acceso 23 de febrero del 2021]. Vol. 44(2): paginas 111-116. Disponible en: <https://www.revistaspp.org/index.php/pediatrica/article/view/158>

Bravo Parra D, Córdova Neira M, Ñauta Baculima M. Prevalencia de sobrepeso y factores asociados en adolescentes en el Hospital José Carrasco Arteaga [tesis doctoral] [Revista de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca internet].2018 [acceso 23 de febrero 2021] Vol. 36 Núm. (2): paginas 1390- 4450 disponible en: <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/medicina/article/view/2492>

Fajardo Esperanza, Méndez Carolina, Jauregui Alfonso. Prevalencia Del Riesgo De Trastornos De La Conducta Alimentaria En Una Población De Estudiantes De Secundaria, Bogotá-Colombia. Rev.Fac.Med [Internet]. 2017 Jan [Cited 2021 Feb 26]; 25(1):46-57. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-52562017000100005&lng=en. <http://dx.doi.org/10.18359/rmed.2917>.

CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008 Decreto Legislativo 0 Registro Oficial 449 de 20-oct-2008 Ultima modificación: 13-jul-2011 Estado: Vigente.[internet] Disponible en: https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf

Normas De Nutrición para la prevención primaria y control del sobrepeso y la obesidad en adolescentes Ministerio De Salud Pública Del Ecuador Coordinación Nacional De Nutrición. [internet] Disponible en: <https://aplicaciones.msp.gob.ec/salud/archivosdigitales/documentosDirecciones/dnn/archivos/PREVENCIÓN%20PRIMARIA.pdf>

Asamblea Nacional Constituyente. Constitución del Ecuador. [Online].; 2008 [cited 2017 noviembre 19]. Available from: [revista de internet] disponible en: Http://www.asambleanacional.gov.ec/documentos/63onstitución_de_bolsillo.pdf

Bardales Silva M. Determinantes Socioculturales Y El Estado Nutricional De Las Adolescentes Del Primer Año De Educación Secundaria De La I.E. “Santa Teresita [tesis doctoral] Cajamarca, 2018.disponible en: http://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/2711/T016_71351460_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lapo-Ordoñez Danny Alexander, Quintana-Salinas Margot Rosario. Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios con el rendimiento académico en adolescentes. AMC [Internet].2018 Dic [citado 2021 Feb 26]; 22 (6): 755-774. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552018000600755&lng=es.

sanita. diferentes tipos de dieta. [internet] disponible en:
<https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/dieta-alimentacion/bioestilo-nutricion/tipos-dieta.html>

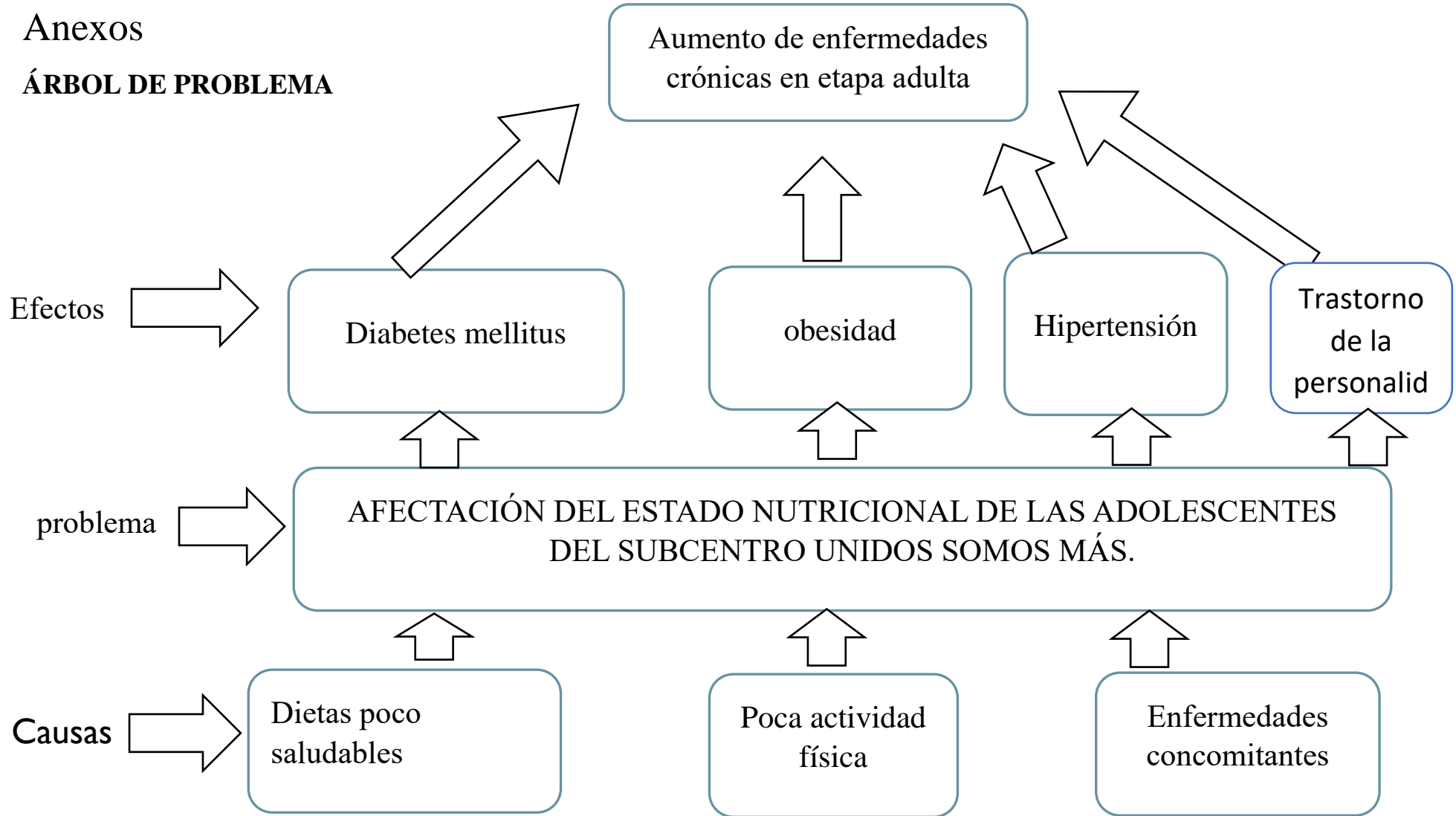
ANEXOS

ANEXOS

Objetivos	Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Técnica/ Instrumento
3. Identificar el nivel socioeconómico y sanitario de los adolescentes que acuden al subcentro de salud Unidos somos mas	Nivel Socioeconómico	Se entiende la capacidad económica y social de un individuo, una familia o un país.	ingreso	Mayor o menor a un sueldo básico	encuesta
	Sanitario	El sistema sanitario se encuentra compuesto por todas aquellas organizaciones que se ocupan de prestar servicios de tipo sanitario, como son los profesionales especializados en salud, entre otros, centros de atención de salud y los servicios de salud pública y privada.	establecimientos de salud.	centros de salud, hospitales, consultorios	encuesta
4. Conocer las enfermedades que pueden padecer las adolescentes por un mal hábito alimentario	Enfermedades	Alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debida a una causa interna o externa.	Diabetes, sobrepeso, obesidad, bajo peso hipertensión	Alteraciones	Análisis médicos
	Hábito alimentario	Son patrones de consumo de alimentos que se han enseñado o se van adoptando paulatinamente de acuerdo a los gustos y preferencias.	Tipo de dieta	Saludables o no saludables	

Anexos

ÁRBOL DE PROBLEMA



FORMULARIO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE

ESMERALDAS

ESCUELA DE ENFERMERÍA.

Esta encuesta se realizará con fines académicos, el propósito es obtener datos para la elaboración de un trabajo de tesis, cuyo objetivo es Determinar el estado nutricional en adolescentes que acuden al subcentro de salud Unidos Somos Más de la ciudad de Esmeraldas

Fecha de la encuesta -----

Datos Generales.

1 ¿Cuál es su edad?

a. 12- 15 años -----

b. 16-19 años -----

2.- ¿Género?

a. Femenino -----

b. Masculino -----

3.- ¿Cuál de esta actividad desempeña en la actualidad?

a. Estudia -----

b. Ama de casa -----

c. Empleado Publio o privado-----

d. No realiza ninguna actividad -----

e. Realiza otro tipo de actividad. -----

4.- ¿Cuál es el ingreso económico mensual de su apoderado?

a. menor a un salario básico -----

b. un salario básico -----

mayor a un salario básico-----

5.- ¿Cree usted que exista una relación entre salud y la nutrición?

Si ----- No-----

Porque-----

6.- ¿usted considera que tiene una buena alimentación?

Si----- No----- avece -----

7.- ¿Cuál de estos alimentos consume con frecuencia?

alimentos	Alimentos Diario	intermedio	Una vez a la semana
Carnes			
Verduras			
Frutas			
Harinas			
Grasas			

8.- ¿Sabe usted las causas de tener mal habito alimentario?

Si----- No-----

Si su respuesta es SI diga unas de las causas.-----

9.- ¿Cómo considera usted su nivel socioeconómico y sanitario?

Malo----- Bueno----- Excelente-----

Y porque-----

10.- ¿Conoce las enfermedades que pueden padecer por un mal hábito alimentario?

Si----- No-----

Si tu respuesta es SI nombra algunas de ellas-----

11.- ¿sabe usted que es estado nutricional?

Si ----- No-----

Si tu respuesta es SI explique:-----

12.- ¿Cuántas veces comes en la calle durante la semana?

Siempre ----- Nunca----- Avece-----

Explique la cantidad de veces -----

13.- ¿Cada que tiempo usted realiza actividad física?

a. Diariamente -----

b. 1 a 3 veces por semana -----

c. De 4 a 6 veces a la semana -----

15.- ¿Qué tiempo demora su actividad física?

a. De 16 a 30 minutos -----

b. De 32 a 46 minutos -----

c. De 47 o más minutos -----

16.- ¿Usted asiste al control médico para saber cómo se encuentra su estado nutricional?

a. Si----- No -----

MUY AMABLE GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN