

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE NUTRICIÓN Y SALUD COMUNITARIA

**TESIS PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN
NUTRICIÓN Y SALUD COMUNITARIA**

**“ESTADO NUTRICIONAL Y FACTORES SOCIOECONÓMICOS DE LOS
ESTUDIANTES DE LAS ESCUELAS “GERARDO GUEVARA BARBA” Y “LUIS
WANDEMBERG” DE LA PARROQUIA SAN PABLO DEL LAGO, CANTÓN
OTAVALO, PROVINCIA DE IMBABURA, JULIO 2009 A JULIO DEL 2010”**

Autora:

Azucena Cañarejo

Directora: Dra. Mariana Oleas

Ibarra – Ecuador.

Julio – 2010

PAGINA DE APROBACIÓN

En calidad de directora de tesis de grado, presentada por la señorita: María Azucena Cañarejo Cusin, para optar por el grado de Licenciada en Nutrición y Salud Comunitaria, doy fe que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación y evaluación por parte del jurado examinador que se digne.

En la ciudad de Ibarra, 5 de Mayo del 2010.

Dra. Mariana Oleas

C.I.: 0601108574

El trabajo de investigación con el tema: ESTADO NUTRICIONAL Y FACTORES SOCIOECONÓMICOS DE LOS ESTUDIANTES DE LAS ESCUELAS “GERARDO GUEVARA BARBA” Y “LUIS WANDEMBERG” DE LA PARROQUIA SAN PABLO DEL LAGO, CANTÓN OTAVALO, PROVINCIA DE IMBABURA, JULIO 2009-2010 realizado es de suma autoría de la Señorita María Azucena Cañarejo Cusin quien se hace responsable respecto a todos los datos obtenidos en el mismo.

DEDICATORIA

Dedico esta investigación a Dios, a mis padres y a mis hermanos que con su infinito apoyo han hecho posible la culminación de mis estudios universitarios.

Azucena Cañarejo

AGRADECIMIENTO

A todas y cada una de las personas e instituciones que han colaborado en la elaboración de este trabajo, también a aquellas personas que me han ayudado en la formación humana y profesional y en especial a la Dra. Mariana Oleas Directora de este trabajo por su invaluable aporte y apoyo.

INDICE GENERAL

| | |
|-------------------------------|------------|
| PORTADA | i |
| PAGINA DE APROBACIÓN | ii |
| PAGINA DE PRESENTACIÓN | iii |
| DEDICATORIA | iv |
| AGRADECIMIENTO | v |
| INDICE GENERAL | vi |
| LISTA DE CUADROS | ix |
| RESUMEN | x |
| SUMMARY | xi |

CAPÍTULO I.

| | |
|---------------------------------------|---|
| 1.1. Introducción _____ | 1 |
| 1.2. Planteamiento del Problema _____ | 2 |
| 1.3. Formulación del Problema _____ | 4 |
| 1.4. Justificación _____ | 4 |
| 1.5. Objetivos _____ | 5 |
| 1.5.1. Objetivo General _____ | 5 |
| 1.5.2. Objetivos Específicos _____ | 6 |
| 1.6. Preguntas de Investigación _____ | 6 |

CAPÍTULO II.

| | |
|---|---|
| 2.1 Marco Teórico _____ | 7 |
| 2.1.1 Edad Escolar y Alimentación _____ | 7 |
| 2.1.2 Características de la Etapa Escolar _____ | 7 |

| | |
|---|----|
| 2.1.3 Nutrición y Alimentación en la Edad Escolar _____ | 8 |
| 2.2 Recomendaciones Alimentarias Para Escolares _____ | 9 |
| 2.2.1 Alimentos Antes de Ir a la Escuela _____ | 9 |
| 2.2.2 Alimentos en la Escuela _____ | 10 |
| 2.2.3 Opciones de Alimentos Sanos _____ | 11 |
| 2.2.4 Consejos Alimentarios _____ | 11 |
| 2.2.5 Raciones de Alimentos _____ | 12 |
| 2.2.6 Establecimiento de Hábitos Alimentarios _____ | 13 |
| 2.2.7 Recomendaciones Nutricionales en el Periodo Escolar _____ | 14 |
| 2.3 Necesidades Nutricionales de los Escolares _____ | 14 |
| 2.3.1 Macro Nutrientes _____ | 15 |
| 2.3.2 Micronutrientes _____ | 18 |
| 2.4. Actividad Física _____ | 21 |
| 2.4.1. Actividades que debe realizar un Escolar Diariamente _____ | 21 |
| 2.5. Evaluación del Estado Nutricional y Alimentario de los Niños y Niñas Escolares _____ | 22 |
| 2.6 Evaluación Antropométrica _____ | 22 |
| 2.7. Evaluación Dietética _____ | 25 |
| 2.7.1. Métodos de Medición de Encuestas sobre Consumo de Alimentos _____ | 25 |
| 2.8. Problemas Nutricionales de los Escolares Ecuatorianos _____ | 29 |
| 2.8.1 Desnutrición Crónica o Retardo en Talla _____ | 29 |
| 2.8.2 Sobrepeso y Obesidad _____ | 30 |
| 2.8.3. Anemia por Deficiencia de Hierro _____ | 31 |
| 2.8.4 Desordenes por Deficiencia de Yodo _____ | 34 |
| 2.8.5. Deficiencia de Vitamina A _____ | 35 |
| 2.8.6. Trastornos Alimentarios de los Niños y Niñas _____ | 36 |
| 2.9. Guías Alimentarias _____ | 37 |

CAPÍTULO III.

| | |
|------------------------------|-----------|
| 3.1 METODOLOGIA _____ | 39 |
| 3.1.1 Tipo de Estudio _____ | 39 |
| 3.1.2 Área de Estudio _____ | 39 |

| | |
|--|---------------|
| 3.1.3 Población | 39 |
| 3.1.4 Identificación de Variables | 40 |
| 3.2 Operacionalización de Variables | 40 |
| 3.3 Métodos y Técnicas de Recolección de Datos | 42 |
| 3.3.1 Métodos | 42 |
| 3.4 Procesamiento y Análisis de Datos | 42 |
| CAPÍTULO IV. | |
| 4.1 Análisis e Interpretación de Resultados | 43 |
| 4.2 Discusión de Resultados | 53 |
| 4.3 Respuesta a las Preguntas de Investigación | 54 |
| CAPÍTULO V. | |
| 5.1. Conclusiones y Recomendaciones | 56 |
| 5.1.1 Conclusiones | 56 |
| 5.1.2 Recomendaciones | 58 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 59 |
| ANEXOS | 62 |

LISTA DE CUADROS

Tabla 1. Características Socio demográficas de los niños y niñas de las escuelas Luis Wandemberg y Gerardo Guevara Barba del Cantón Otavalo.

Tabla 2. Características socioeconómicas de los padres de los escolares investigados.

Tabla 3. Estado nutricional de los escolares investigados, según talla/edad e imc/edad.

Tabla 4. Características de la alimentación de los escolares investigados.

Tabla 5. Frecuencia de consumo de alimentos que aportan proteínas en los hogares de los escolares investigados.

Tabla 6. Frecuencia de consumo de alimentos que aportan carbohidratos en los hogares de los escolares investigados.

Tabla 7. Frecuencia de consumo de alimentos que aportan vitaminas y minerales en los hogares de los escolares investigados.

Tabla 8. Estado nutricional evaluado a través de talla/ edad de los escolares según grupos de edad.

Tabla 9. Estado nutricional evaluado a través de talla / edad y grados de los escolares de las escuelas investigadas.

Tabla 10. Estado nutricional talla/edad de los escolares de las escuelas Luis wandemberg y Gerardo Guevara Barba por nivel de instrucción de las madres.

Tabla 11. Estado nutricional talla/edad por asignación de su ingreso a gastos en alimentación en los hogares de los escolares de las escuelas Luis Wandemberg y Gerardo Guevara Barba.

Tabla 12. Estado nutricional imc/edad de los escolares por nivel de instrucción de las madres.

RESUMEN

ESTADO NUTRICIONAL Y FACTORES SOCIOECONÓMICOS DE LOS ESTUDIANTES DE LAS ESCUELAS “GERARDO GUEVARA BARBA” Y “LUIS WANDEMBERG” DE LA PARROQUIA SAN PABLO DEL LAGO, CANTÓN OTAVALO, PROVINCIA DE IMBABURA, JULIO 2009 A JULIO DEL 2010.

Autora: María Azucena Cañarejo Cusin

En la presente investigación se evaluó el estado nutricional de los escolares que asisten a las escuelas Luis Wandemberg y Gerardo Guevara Barba ubicadas en la parroquia San Pablo, Cantón Otavalo de la Provincia de Imbabura.

Se realizó un estudio transversal, descriptivo, en una población total de 74 escolares de 6 a 12 años de edad que asistían regularmente a las escuelas seleccionadas, El estado nutricional se evaluó mediante el índice de Masa Corporal (IMC) y talla /edad. Se midió la situación socioeconómica de los padres, frecuencia de consumo de alimentos, por medio de encuestas aplicadas a las madres. Los datos fueron procesados en el paquete estadístico EPI-INFO 2006.

Entre los principales resultados se encontraron que existe desnutrición crónica o retardo en talla en el 58,1% de los escolares. Además existe sobrepeso en el 10,8% y bajo peso en 2,7% de escolares, no se encontraron casos de obesidad. El mayor problema en los escolares es la desnutrición crónica o retardo en talla.

La mayoría de los niños, consumen cinco tiempos de comida al día y el 23 % consumen tres tiempos de comida. Los alimentos de mayor consumo diario son las papas y maíz y el consumo de alimentos que aportan proteínas y otros nutrientes son de consumo esporádico.

Palabras Clave: Escolares, retardo en talla, consumo de alimentos, evaluación nutricional.

SUMMARY

NUTRITIONAL STATUS AND SOCIO-ECONOMIC FACTORS OF STUDENTS OF THE SCHOOLS "BARBA GUEVARA GERARDO Y LUIS WANDEMBERG" OF THE SAN PABLO LAKE PARISH, CANTON OTAVALO, IMBABURA PROVINCE, JULY 2009 TO JULY 2010.

Author: María Azucena Cañarejo Cusin

The present investigation evaluated the nutritional status of school children attending schools and Gerardo Guevara Luis Barba Wandemberg located in the parish of San Pablo, Otavalo Canton of the Province of Imbabura.

We conducted a cross-sectional study in a total population of 74 school children 6-12 years of age who regularly attended the selected schools, Nutritional status was assessed using the Body Mass Index (BMI) and height / age. We measured the socioeconomic status of parents, frequency of food consumption, through surveys of mothers. The data were processed in the statistical package EPI-INFO 2006.

The main findings were that there is chronic malnutrition or height retardation in 58.1% of the school. There is also overweight in 10.8% and 2.7% underweight among schoolchildren, there were no cases of obesity. The biggest problem in school is chronic malnutrition or delay in size.

Most children consume five times meal a day and 23% eat three meals. The foods most consumed daily are potatoes and corn and consumption of foods that provide protein and other nutrients are sporadic consumption.

Key Words: School, height retardation, food consumption, nutrition assessment.