



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA

PROYECTO DE TITULACIÓN

**TALLER EDUCATIVO PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE
EN NIÑOS DE 5 A 9 AÑOS EN LA U.E ALONSO ATI EN SAN MIGUEL,
DURANTE ENERO – FEBRERO 2023.**

Tutor

Ing. Mgs Carmen Marlene Arce Salcedo

Autora

Diana Carolina Hernández Gualpa

2023

RESUMEN

El objetivo de este proyecto es identificar en un estudio transversal de campo los principales factores que influyen en el estado nutricional y las manifestaciones socioculturales de los niños de 5 a 9 años, incluidos aquellos niños de 5 a 9 años que actualmente se encuentran escolarizados.

Se realizó la valoración a 41 niños que fueron examinados por el personal de salud a los estudiantes de inicial a cuarto año de educación básica de la unidad Educativa Alonso Ati y se pudo determinar que el 10% de los niños presentan peso bajo y el 12% con talla baja.

Se puede considerar que los niños rurales estaban desnutridos al cruzar variables de etnicidad con estado nutricional, mientras que uno de los factores es la jornada laboral de la madre, la educación y el estado civil de las diferencias no fueron estadísticamente significativas, pero todos los factores socioculturales influían en el estado nutricional general de los niños. he significativas, pero todos los factores socioculturales influyen en el estado nutricional general de los niños.

En la propuesta se realizó un taller nutricional que fue dirigido a los Padres y docentes conjuntamente con el apoyo de una nutricionista, implementación de una guía de alimentación saludable y menús establecidos dentro de la lonchera saludables.

PALABRAS CLAVE

Anemia, rendimiento escolar, déficit de atención, baja talla, bajo peso, falta de suplementos vitamínicos, niños preescolares, desarrollo comunitario, bienestar familiar.

ABSTRACT

The objective of this project was to identify the main factors and sociocultural manifestations that influence the nutritional status of children from 5 to 9 years of age, a cross-sectional field study that included children from 5 to 9 years of age who are currently studying.

The assessment was made to 41 children who were examined by the health personnel to the students from initial to fourth year of basic education of the Alonso Ati Educational Unit and it was possible to determine that 10% of the children present low weight and 12% with short stature.

It can be considered that rural children were malnourished when crossing ethnicity variables with nutritional status, while one of the factors is the mother's working day, education and marital status, the differences were not statistically significant, but all the sociocultural factors influenced the general nutritional status of the children. I have significant, but all sociocultural factors influence the general nutritional status of children.

In the proposal, a nutritional workshop was carried out that was directed to parents and teachers together with the support of a nutritionist, implementation of a healthy eating guide and menus established within the healthy lunch box.

KEYWORDS

Anemia, school performance, attention deficit, low height, low weight, lack of vitamin supplements, preschool children, community development, family well-being.

TABLA DE CONTENIDO

1.1 INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO II	3
2.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
2.2 ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS	3
2.2.1 Descripción y análisis del problema.....	4
2.4 ÁRBOL DE PROBLEMAS.....	5
CAPÍTULO III	7
3.1 OBJETIVO DEL PROYECTO.....	7
CAPÍTULO IV.....	8
4.2 MARCO METODOLÓGICO.....	9
4.2.1 Marco Lógico.	9
4.2.2 Supuestos.....	12
CAPÍTULO V.....	12
5.1 TIPO DE ESTUDIO	12
5.2 MUESTRA DE POBLACIÓN FINITA	12
5.3 TIPO DE MUESTRA	13
5.4 RECOLECCIÓN DE DATOS	13

5.5 MEDICIÓN DE RESULTADOS	14
5.6 DISCUSION DE RESULTADOS.....	21
5.7 PROPUESTA	21
6.3 PLANIFICACIÓN	25
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA.....	26
ANEXOS.....	28

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 MATRIZ DE INVOLUCRADOS.....	4
Tabla 2 MATRIZ DE MARCO LÓGICO	11
Tabla 3 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	25

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 Sexo	14
Figura 2 Edad.....	14
Figura 3 Rendimiento Escolar	15
Figura 4 Peso y Talla.....	15
Figura 5 ¿Conoce sobre desnutrición?.....	16
Figura 6 ¿Cuáles son las causas de la desnutrición?	16
Figura 7 ¿Conoce la pirámide Nutricional?	17
Figura 8 ¿Sabe usted como está conformada la pirámide nutricional?	17
Figura 9 ¿Usted realiza una lista para realizar las compras?	18
Figura 10 ¿Sus niños consumen variedad de frutas?	18
Figura 11 ¿en casa implementan el consumo de verduras y legumbres?.....	19
Figura 12 ¿Sus niños realizan actividad física?	19
Figura 13 ¿Dentro de la alimentación consumen proteínas?	20
Figura 14 ¿Conoce usted que alimentos contienen proteínas?	20
Figura 15 PLAN DE ACTIVIDADES	22

CAPÍTULO I

1.1 INTRODUCCIÓN

La desnutrición es considerada uno de los factores más importantes, para lograr una salud óptima y asegurar una buena calidad de vida; tanto es así que Hipócrates y Galeno, le otorgaron un lugar fundamental en la antigüedad. Hoy en día, es claro que, desde la segunda mitad del siglo pasado, la comunidad científica de la nutrición ha comenzado a despertar, por lo que esto se ha convertido en un desafío que debe ser abordado.

Es multifacético, incluyendo aspectos biológicos, sociales, culturales y socioeconómicos, la desnutrición alimentaria es un fenómeno complejo, que explica condiciones biopsicosociales y económicas.

“La alimentación se asegura cuando todas las personas siempre tienen acceso físico, social y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfagan sus necesidades nutricionales y preferencias alimentarias, para llevar una vida activa y saludable, explicó la Prueba 1 de la FAO”. (Seguridad alimentaria y desnutrición crónica en niños menores de cinco años del Valle del Río Apurímac en e y Mantaro, 2018)

La desnutrición crónica en la infancia es un fenómeno de origen multifactorial, que es el resultado de diversas condiciones sociales y económicas. Las causas inmediatas asociadas a su desarrollo son la ingesta nutricional insuficiente y las enfermedades infecciosas, especialmente en las vías respiratorias y gastrointestinales

La mayoría de expertos en el tema confirman que la inseguridad alimentaria crónica está directamente relacionada con los inconvenientes de pobreza persistente o estructural y bajos ingresos. Ante esto, el descenso de la pobreza y la inseguridad en América Latina hace que la vulnerabilidad de la población frente a la inseguridad alimentaria sea mucho menor ahora que hace dos décadas. Entre 1990 y 2010, la tasa de pobreza disminuyó un 17% (del 48,4% al 31,4%), al tanto que la tasa de pobreza disminuyó un 10,3% (del 22,6% al 12,4%) %. 3 por ciento). Sin

embargo, más de 174 millones de personas en América Latina todavía viven en la pobreza, de las que 73 millones viven en la pobreza extrema.

Teniendo en cuenta todas estas particularidades, se realizó este estudio en la Unidad Educativa Alonso ATI, así el Objetivo Determinar la influencia de los factores socioculturales en el estado nutricional y el rendimiento académico de los infantes de 5 a 9 años de ese sector utilizando la sanidad global.

La organización publicó una colección de patrones de acrecentamiento e indicadores antropométricos: peso/edad, datos de diagnóstico.

1.2 JUSTIFICACIÓN

En la mayoría de los países del mundo, los factores sociales y culturales tienen una gran influencia, en lo que comen las personas, cómo preparan los alimentos sus hábitos alimenticios y qué alimentos les gustan.

Pero los hábitos y hábitos alimenticios raramente son la causa principal o más importante de la desnutrición. Sin embargo, muchas prácticas están diseñadas específicamente para proteger e impulsar la sanidad.

Un ejemplo es dar a las féminas una dieta rica y energética durante los primeros meses después del parto. Determinados hábitos alimenticios tradicionales y tabú en determinadas ciudadanías son pueden conducir a la desnutrición en determinados grupos de población. Los profesionales de la sanidad deben ser conscientes de los hábitos y comportamientos alimenticios de las comunidades donde trabajan para poder trabajar para reforzar lo positivo y cambiar lo negativo.

Es viable y factible ya que se realizó los talleres con el acompañamiento de la unidad, y esto va tener precedentes con el tiempo que van a permanecer, a largo plazo en los estudiantes y docentes en la unidad educativa.

CAPÍTULO II

2.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La alimentación de los niños es un componente primordial que determina el estado de salud en la primera infancia, la misma que se encuentra afectando el crecimiento, el desarrollo celular e intelectual emocional de la niñez, unos de los factores que afecta es la conformación inadecuada de los hábitos o conductas alimentarias de las familias, hogares dando inicio temprano a la malnutrición por déficit o exceso siendo una tendencia preocupante a nivel mundial y nacional.

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU), mencionan que alrededor de 156 millones de niños menores de 5 años presentan retardo de crecimiento “desnutrición crónica infantil”, equivalente del 23,2%, América latina y el Caribe el 10% (4). ENSANUT 2018, Ecuador presenta una prevalencia en niños menores de 5 años del 23% y niños menores de 2 años el 27,2%, que se ha ido incrementado hasta la actualidad.

2.1.1 Contexto y situación que motiva el proyecto

Este proyecto está enfocado en el rendimiento escolar en niños de la unidad educativa Alonso Ati, es llegar a los padres y docentes, para que conozcan cómo es la estructura de la pirámide nutricional y sus componentes de acuerdo a los estándares y conozcan, como se debe alimentar a los niños dentro de su etapa escolar lo que ponen en riesgo el rendimiento bajo.

2.2 ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS

En la matriz de involucrados se puede identificar que los niños son los principales involucrados dentro de este proyecto y como promoción de la salud, siendo parte de los involucrados, poder brindar conocimiento dentro del taller a implementarse en la unidad educativa.

También se puede evidenciar en la tabla, en el nivel de influencia de los grupos como la población están los: Padres, Docentes, Sociedad y el ente principal; como servicio está el Ministerio de Salud.

Tabla 1 MATRIZ DE INVOLUCRADOS

Grupo	Interés	Problemas percibidos	Recursos	Nivel de influencia
NIÑOS	+	Destrucción infantil	Programas de salud	1
PADRES	+	Desconocimiento de la tabla nutricional	Implementación de alimentos	5
MINISTERIO DE SALUD	+	Mitos nutricionales	Charlas nutricionales enfocada en la preparación de alimentos	5
IGLESIA	0	Falta de programas de alimentación saludable	Talleres prácticos	1
DOCENTES	+	Falta de control de bares	Conocimiento de la pirámide nutricional	5
SOCIEDAD	+	Consumo excesivo de comida chatarra	Huertos familiares	5

(Fuente: creación propia)

2.2.1 Descripción y análisis del problema

En la actualidad existen altas proporciones de los niños de 9 años que no cuentan con adecuados hábitos alimentario, por lo cual, la alimentación no es suficiente de cantidad o calidad, la misma que ocasiona incrementos en la prevalencia de desnutrición crónica infantil. Además, existiendo consumo de alimentos de alta densidad energética, provocando el incremento del sobrepeso y obesidad infantil, a nivel mundial.

En las últimas décadas los incrementos de la prevalencia de desnutrición crónica infantil y sus manifestaciones clínicas se ven reflejadas en el desarrollo intelectual emocional, psicomotor de los niños, manifestándose negativamente en rendimiento escolar, habilidades de la productividad laboral en la edad adulta e incrementos de costo económicos, en sector público de salud.

2.3 PREGUNTA INICIAL

¿Los padres están alimentando bien a sus hijos?

Los progenitores alimentan a sus hijos con la intención de proporcionar una dieta completa. Pero en ocasiones centran su energía en hacer un plato nutritivo o saludable y no se centran en interactuar con ellos a la hora de educarlos.

La infancia es el mejor momento para sentar las bases de unos hábitos alimenticios saludables que duran toda la vida. Las familias tienen un papel importante a la hora de establecer buenos hábitos alimenticios en los infantes, informa Nurturing Children's Healthy Eating, un grupo de expertos.

Cada mes se publica un resumen de algunos de los mensajes clave del informe para ayudar a los hogares a desarrollar hábitos alimenticios saludables.

El comportamiento alimenticio y lo que comen los infantes depende de sus progenitores y cuidadores.

Las actitudes, acciones y conocimientos de los progenitores influyen en el comportamiento alimenticio de sus hijos.

2.4 ÁRBOL DE PROBLEMAS

Efectos

Retardo de crecimiento, cognitivo, mental, psicológico, social, deserción educativa, incremento de la pobreza, difícil acceso a la salud, hiperglicemia. Diabetes, gota, obesidad, sobrepeso, depresión, eliminación de proteínas dentro de la cadena alimenticia.

Problema

Desconocimiento de la pirámide nutricional.

Causa

Desnutrición infantil, nivel de educación, económico, social, ambiental, mitos alimentarios, no conocer alimentos saludables, errores en los hábitos alimenticios, no tener una lista de compras, cultural, ambiental, religiosa.

2.5 ÁRBOL DE OBJETIVOS

Fines

Rendimiento escolar

Crecimiento adecuado peso adecuado

Prevención de enfermedades crónicas

Alimentación infantil adecuada para evitar la desnutrición.

Propósito

Conocimiento de la pirámide nutricional.

Componentes y Actividades

Identificación de los niveles de la pirámide.

Motivación familiar.

Motivación docente.

Hábitos de alimentación.

CAPÍTULO III

3.1 OBJETIVO DEL PROYECTO

3.1.1 General

Mejorar la alimentación saludable en niños menores de cinco a nueve años de la U.E Alonso Ati, en San Miguel de Salcedo 2022.

3.1.2 Específicos

Identificar si poseen los padres el conocimiento sobre alimentación saludable de los niños de 5 a 9 años que acuden a la unidad educativa.

Conocer los factores socioculturales que influyen en el estado nutricional.

Diseñar una estrategia de mejoramiento del estado nutricional en niños de 5 a 9 años.

3.2 Hipótesis

El conocimiento de los padres sobre alimentación saludable influye sobre el rendimiento escolar.

CAPÍTULO IV

4.1 MARCO TEÓRICO

Según Zavala (2021), “una nutrición adecuada es un elemento esencial para hacer efectivo el derecho de los niños al más alto nivel posible de salud física y mental. La desnutrición en todas sus formas socava el desarrollo humano, afecta negativamente el desarrollo social y económico y obstaculiza la realización de los derechos humanos de muchas maneras diferentes”. La carga persistente de la desnutrición infantil en América Latina y el Caribe afecta la capacidad de estos países para alcanzar al menos ocho de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

La desnutrición infantil, por otro lado, se define como una condición que se desarrolla como resultado del consumo de alimentos (nutrientes) insuficientes en cantidad y calidad, lo que resulta en enfermedades infecciosas recurrentes y cuyos principales grupos son susceptibles a los niños. desnutrición, se ven afectados negativamente en los primeros años de vida (Columbia Institute of Welfare, 2019). Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), alrededor de 200 millones de niños en todo el mundo sufren de desnutrición, que afecta a su rendimiento escolar.

El Ecuador, según la Secretaría Técnica de Ecuador: Creciendo sin Desnutrición Infantil (2019), es el segundo país de América Latina con mayor prevalencia de desnutrición crónica infantil (DNI), considerando un promedio de 9%. Esto significa que 3 de cada 10 niños, menores de 24 meses, pueden desarrollar la enfermedad, o 2-220.000 niños, si se considera que el 40% de los hogares más pobres del país tienen niños menores de 5 años. Los hábitos alimentarios y los hábitos alimentarios comienzan a formarse muy temprano, empezando con la alimentación complementaria (a partir de los 6 meses), y se establecen al final de la primera década de vida y continúan, en su mayor parte hasta la edad adulta.

Las familias representan patrones de alimentación y conductas alimentarias que los niños aprenden. Cuanto más pequeños son los hijos y más regulares las comidas familiares, mayor es la composición familiar de estos hábitos. En la etapa preescolar, los niños comienzan a controlarse a sí mismos y

a su entorno, se interesan por la comida, prefieren ciertos alimentos, siguen sus deseos, pierden el apetito y se vuelven monótonos.

Los factores genéticos juegan un papel en la selección de alimentos, aunque el proceso de observación e imitación es más importante. Junto a la familia, la influencia del comedor del centro educativo es cada vez más necesario. La inclusión en el jardín de infantes y/o en la escuela requiere también la independencia de los padres, de los educadores y de la influencia de los demás niños en todos los ámbitos, incluso en la alimentación, especialmente, para los que acuden al comedor escolar.

El hambre vuelve con la edad y, a veces, la pérdida de hambre. En edad escolar, la alimentación se convierte en más independiente del entorno familiar, por lo que la televisión y otras tecnologías de la información y la comunicación (TIC) tienen un papel importante. Adicionalmente, la disponibilidad de dinero les permite comprar alimentos sin control parental. El desayuno suele ser rápido y mínimo, en vista de que se consumen más productos industriales, y los aperitivos y bebidas azucaradas se vuelven más irregulares en las comidas.

4.2 MARCO METODOLÓGICO

4.2.1 Marco Lógico.

Es una herramienta que permite al investigador evaluar el desempeño del programa en cada etapa, permite la presentación sistemática y lógica de los objetivos y vínculos causales de un proyecto. Es una herramienta dinámica que ayuda en la concepción, planificación, desarrollo y evaluación de proyectos.

Los desarrolladores de proyectos se benefician de tener una mejor conciencia de los problemas que intentan resolver de esta manera. Además, se utiliza para evaluar si se han logrado los objetivos y para descubrir variables externas que podrían afectar la eficacia con la que se ejecuta el proyecto.

El proyecto debe estar representado en la matriz de marco lógico que se genera para fines de evaluación y ayuda a llevar una secuencia del mismo con la finalidad de:

Proporciona una tabla para transmitir los detalles más cruciales de un proyecto en una sola tabla.

Permite ejecutar, monitorear y evaluar el proyecto proporcionando la información requerida.

Ofrece una estructura para establecer términos específicos sobre los objetivos, metas del proyecto y riesgos compartidos por las partes interesadas.

Tabla 2 MATRIZ DE MARCO LÓGICO

	RESÚMENES NARRATIVOS DE OBJETIVOS	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
FIN	Rendimiento escolar	Porcentaje de niños con rendimiento bajo	Notas escolares	Económicos
	Crecimiento adecuado	Porcentaje de peso y talla acorde a la edad.	Evaluación por medio de control niño sano.	Culturales
	Peso adecuado			Religiosos
	Prevención de enfermedades crónicas	Porcentaje de enfermedades crónicas infantiles.	Fichas médicas.	Sociales
	Alimentación infantil adecuada.	Porcentaje de alimentos consumidos en los niños menores de 9 años.	Encuesta de alimentos consumidos en casa y escuela.	
PROPÓSITOS	Conocimiento de la pirámide nutricional	Porcentaje de conocimiento sobre la pirámide nutricional en los padres.	Aplicación de test de conocimiento	Falta de conocimiento de padres y docentes.
COMPONENTES	Identificación de los niveles de la pirámide	Numero de charlas a presentar.	Registro de asistencia	Tiempo
	Motivación familiar.	Porcentaje de participantes que asisten a las convocatorias.		Movilización
	Motivación docente.			Económico
	Hábitos saludables.			Social
ACTIVIDADES	Identificar y dar a conocer los niveles de la pirámide a la familia y a los docentes.	Porcentaje de conocimiento a base de charlas impartidas a Padres y docentes.	Facturas de los materiales utilizados en las charlas.	Contar con el presupuesto necesario.
	Dar a conocer los suplementos alimenticios al núcleo familiar y a los docentes	Numero de talleres prácticos en preparación de alimentación saludable.	Factura de los materiales empleados para los talleres prácticos.	
	Socializar el check list para realizar una compra adecuada	Porcentaje de cantidad de dinero utilizado en charlas y talleres.	Facturas de las compras de alimentos para taller.	
	Dar a conocer las proporciones y distribución de alimentos en la pirámide			

Fuente: creación propia

4.2.2 Supuestos

Dentro del análisis de supuestos se identifica las condiciones como tiempo movilización, dado que este supuesto es vital para lograr el propósito del proyecto.

CAPÍTULO V

5.1 TIPO DE ESTUDIO

Se realizó un proyecto para determinar el estado nutricional de los niños de 5 a 9 años, se trabajó con todo el universo, es decir 100 niños, de los cuales 75 niños quedaron con el criterio de exclusión menos, 35 niñas y 30 niños. Se utilizaron las siguientes variables para evaluar el estado nutricional por índices antropométricos: sexo, edad, peso corporal (kg) y talla (cm), tipo nutricional y procedencia.

Para presentar e interpretar los datos antropométricos se utilizaron las fórmulas de Nelson y Gómez según el grado de desnutrición, así como la construcción de P/E, T/E, P/T y el grado de desnutrición de enfermería. Se utilizaron tablas del MSP actualizadas: 15 niños con desnutrición leve en el percentil 2, 10 niños en el percentil 0 dentro del rango normal y 6 niños con sobrepeso en el percentil 2. Porque la nutrición en niños de 5 a 9 años juega un papel muy importante en el crecimiento y promoción de la salud.

5.2 MUESTRA DE POBLACIÓN FINITA

Datos:

N: 50 número de población

Z: 95% de confianza equivale 1.96

5% de error

E: 1% y 9%

Q: 1-p Total: tamaño de la muestra es 45

5.3 TIPO DE MUESTRA

En este proyecto se utilizará una muestra no probabilística, en vista de que es un su aglomerado de la población donde la selección de ítems no depende de la probabilidad, sino de las características del estudio. La selección de los ítems de la muestra depende en gran medida del criterio o juicio del investigador.

Este proyecto va dirigido a los padres que tienen niños de 5 a 9 años, se deben incluir en la muestra, no de manera aleatoria, sino que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión del proyecto y como principal requisito que estén dentro del rango de edad aceptable.

5.4 RECOLECCIÓN DE DATOS

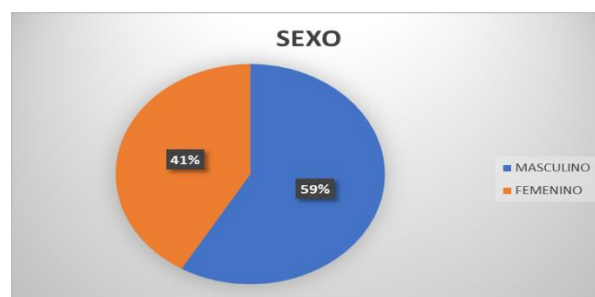
En la recolección de datos se ha utilizado un check list y un focus group (revisar anexo 1 y 2), lo cual ha permitido trabajar en dudas y preguntas, que han sido generadas durante el proceso. Se ha obtenido información general y básica dentro del check list y posteriormente, en el focus group, se planteó 10 preguntas dirigidas a padres y docentes de la unidad educativa Alonso Ati, respondiendo y preguntando a todo lo enfocado en participación voluntaria durante la aplicación del proyecto.

Dentro de la información recolectada permite implementar y realizar actividades en un enfoque mixto, que permita estudiar todas las variables implementadas en el proyecto.

5.5 MEDICIÓN DE RESULTADOS

Una vez recopilados todos los datos, se realiza la revisión de los mismos, con sus análisis respectivos, por lo que se da a conocer los siguientes resultados y conclusiones obtenidos en el check list y en el focus group:

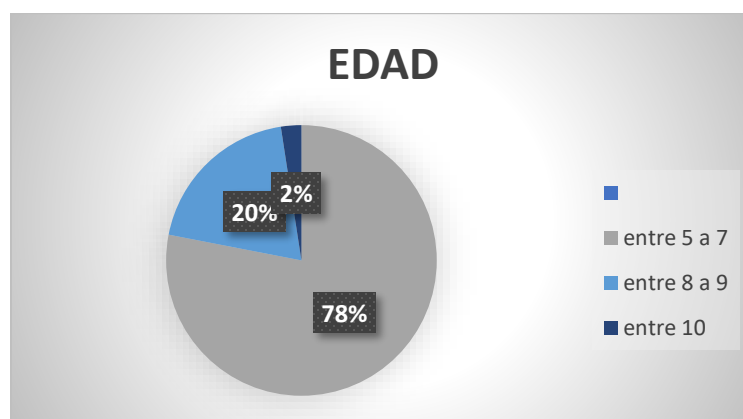
Figura 1 Sexo



(Fuente: creación propia)

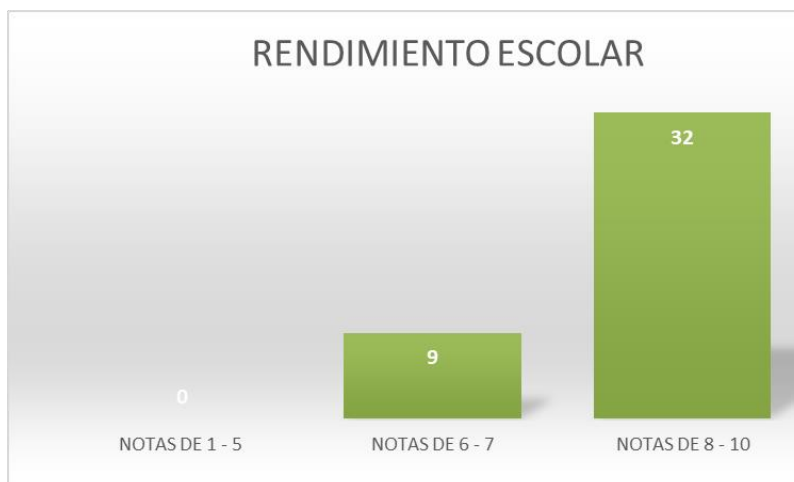
El sexo que predomina, en los niños de 5 a 9 años que acuden a la unidad Educativa Alonso Ati, es el masculino con un porcentaje del 59%.

Figura 2 Edad



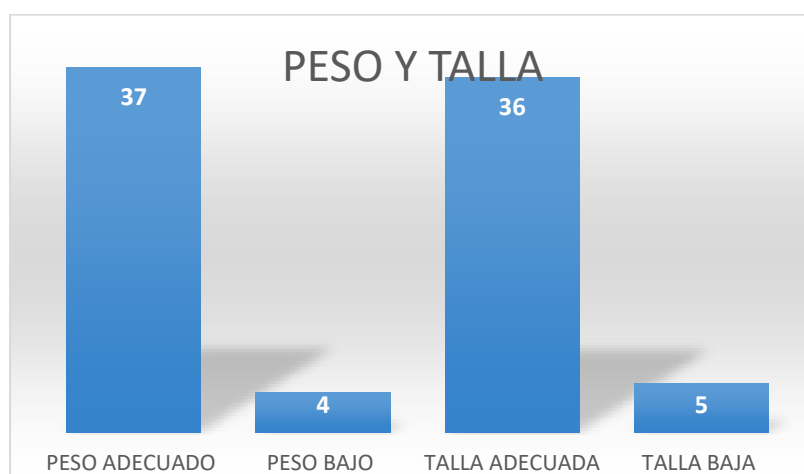
(Fuente: creación propia)

El grupo de edad que ha sido estudiado de los niños de la unidad educativa Alonso Ati, el mayor porcentaje son entre 5 a 7 años con el 78%.

Figura 3 Rendimiento Escolar

(Fuente: creación propia)

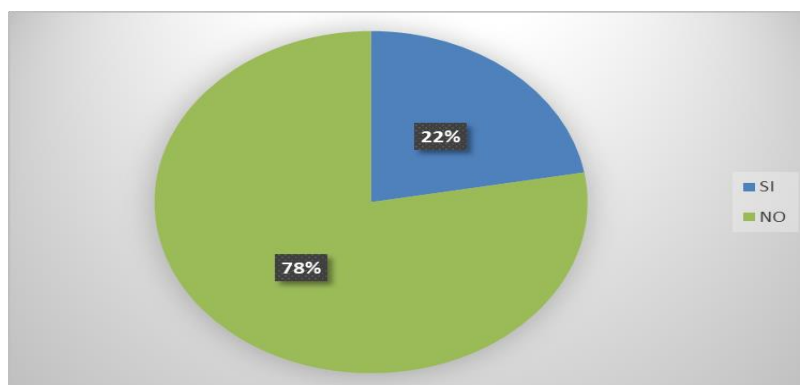
Dentro de los datos importantes que se ha analizado, es el rendimiento escolar, que es uno de los factores en el marco de la desnutrición y el bajo rendimiento, para lo cual se ha obtenido los siguientes resultados que se puede verificar con el 22% de bajo rendimiento escolar.

Figura 4 Peso y Talla

(Fuente: creación propia)

Otro de los datos más importantes obtenidos y el cual permite identificar el peso y talla adecuado, de los niños de 5 a 9 años que acuden a la unidad educativa Alonso Ati. En la cual se ha podido identificar en 10% en peso bajo y el 12% en talla baja.

Figura 5 ¿Conoce sobre desnutrición?



(Fuente: creación propia)

En el focus group realizado en conjunto con Padres y Docentes, que acuden a la unidad educativa Alonso Ati, se ha identificado que el 78% no conoce sobre desnutrición.

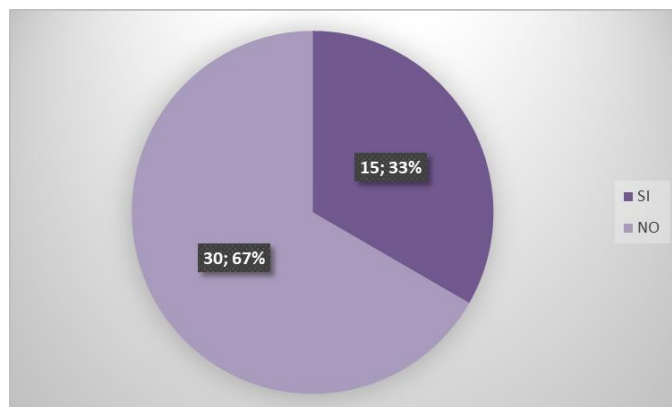
Figura 6 ¿Cuáles son las causas de la desnutrición?



(Fuente: creación propia)

Dentro de las causas se reflejaron algunas respuestas en la cual, el 33% indicó que la desnutrición causa sueño en los niños.

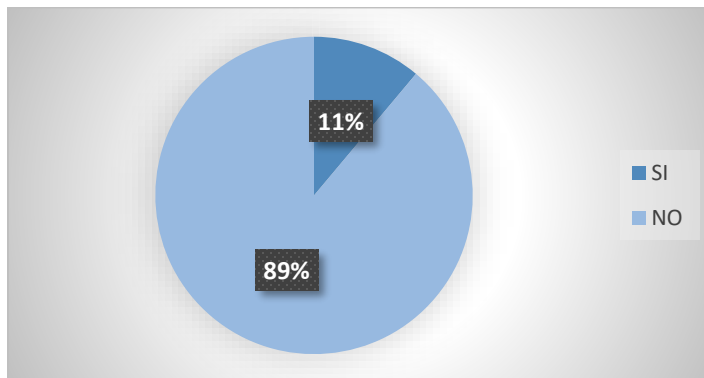
Figura 7 ¿Conoce la pirámide Nutricional?



(Fuente: creación propia)

Entre Padre y Docentes, indica que el 67%, no conoce la piramide nutricional.

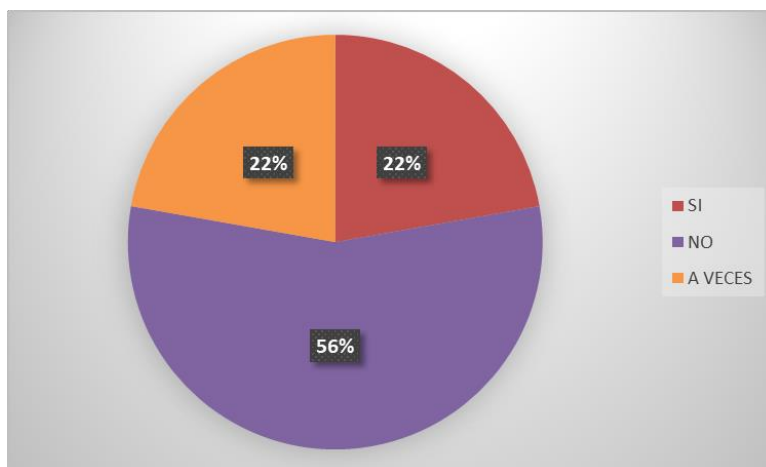
Figura 8 ¿Sabe usted como está conformada la pirámide nutricional?



(Fuente: creación propia)

Se ha podido identificar que 89% no sabe cómo está conformada la piramide nutricional y cómo se encuentra distribuida según sus componentes.

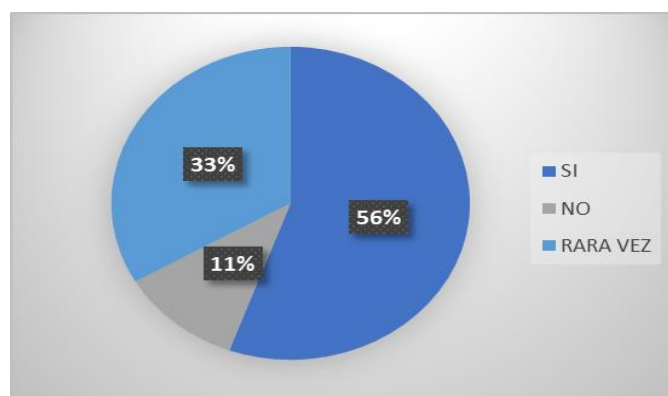
Figura 9 ¿Usted realiza una lista para realizar las compras?



(Fuente: creación propia)

En la actividad se preguntó si al salir a realizar las compras elaboran una lista y dentro de las respuestas, se pudo verificar que el 56% indicaron que no, y el 22% que a veces para no olvidarse lo necesario.

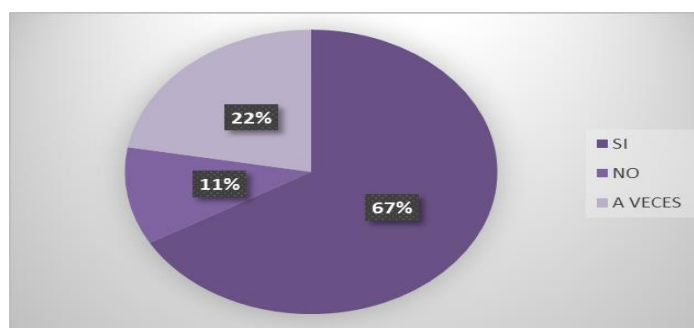
Figura 10 ¿Sus niños consumen variedad de frutas?



(Fuente: creación propia)

Dentro de la investigación se pregunto a los padres de los niños que acuden a la unidad educativa Alonso Ati, consumen frutas y el 56% respondieron que sí y el 33% que solo rara vez consumen.

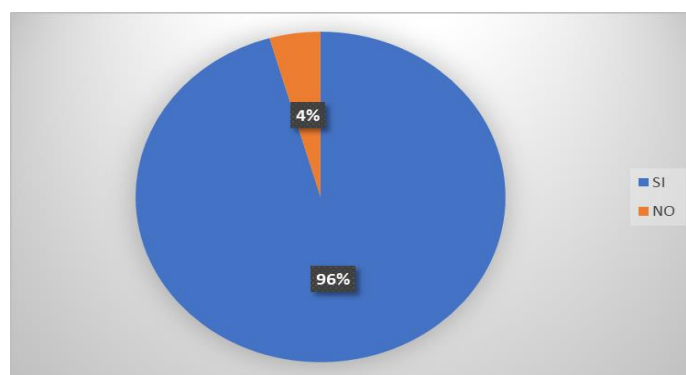
Figura 11 ¿en casa implementan el consumo de verduras y legumbres?



(Fuente: creación propia)

En la casa padres de los niños de la unidad Educativa el 67% no implementan el consumo de verduras, en la preparación de alimentos y el 22 % solo a veces.

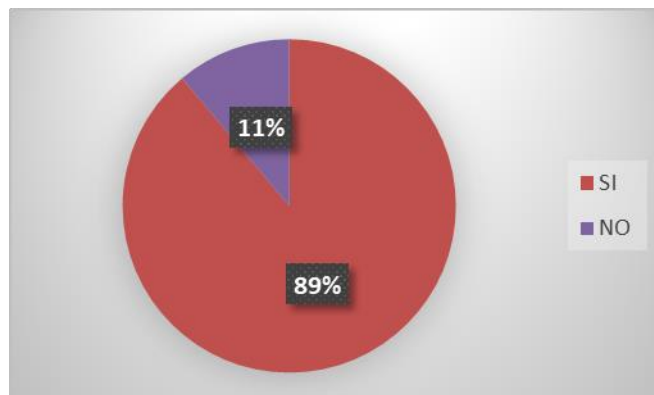
Figura 12 ¿Sus niños realizan actividad física?



(Fuente: creación propia)

Los padres indicaron que los niños sí realizan actividad física, ya que juegan y saltan, por lo que el 96 % consideraron que es muy importante la actividad física.

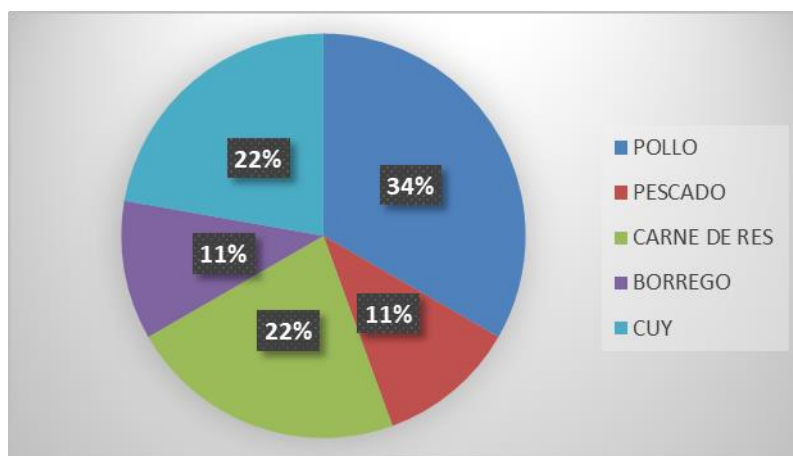
Figura 13 ¿Dentro de la alimentación consumen proteínas?



(Fuente: creación propia)

Se puede visualizar que un 89 % de los padres si alimenetan a sus niños con proteínas.

Figura 14 ¿Conoce usted que alimentos contienen proteínas?



(Fuente: creación propia)

Padres y docentes conocen cuáles son las proteínas y en qué los encuentran, el mayor porcentaje del 34% indicaron que el pollo tiene más proteína.

5.6 DISCUSION DE RESULTADOS

Existen varios estudios (Paredes, 2019) que en la cual la desnutrición es uno de los factores en donde se puede evidenciar el bajo rendimiento escolar, y se relacionan con los resultados de este estudio, el cual se puede evidenciar que la mayoría de Padres que desconocen sobre desnutrición y como esta conformada la piramide nutricional, esta es muy fundamental para garantizar la buena alimentación en los niños y niñas de 5 a 9 años, durante su etapa escolar y asi evitar el bajo rendimiento, tomando en cuenta que hay padres que si conocen que alimentos son importantes, existe un gran desconocimiento en cuanto a la cantidad que deben recibir sus niños.

5.7 PROPUESTA

Se elaboró un plan de actividades para dar cumplimiento y desarrollo al proyecto implementado, así se fortalecerá los conocimientos de padres y docentes para que puedan alimentar bien a sus niños de 5 a 9 años, así mismo se le dio a conocer cómo está conformada la piramide nutricional y cómo debe ser distribuida según sus componentes.

Mediante el taller se les explico como debe ser conformada la lochera saludable y así los niños tengan un buen rendimiento escolar durante la jornada diaria de clases. Se brindara un segundo taller en la que se les dara a conocer una guia de alimentación.

Anexo 3

Figura 15 PLAN DE ACTIVIDADES



(Fuente: creación propia)

CAPÍTULO VI

6.1 CONCLUSIONES

Dentro de este proyecto se a podido concluir, de los niños entre las edades de 5 a 9 años que acuden a la Unidad Educativa Alonso Ati y permite sacar las siguientes conclusiones:

Padres y docentes tienen un desconocimiento mínimo e intermedio sobre lo que es la desnutricion infantil.

La desnutrición trae consecuencias al corto y largo tiempo, por eso se debe actuar desde raíz, orientando a los padres.

Se plantea alternativas para implementar el taller para capacitar a los padres y docentes como debe ser una alimentación adecuada en los niños con desnutrición y cómo prevenirle para que el rendimiento escolar sea mejorable.

Se realizó los talleres con el acompañamiento de la unidad, y esto va tener precedentes con el tiempo que van a permanecer, a largo plazo estudiantes y docentes en la unidad educativa,

Se implementará todo lo enfocado en promoción en salud y con los programas del Ministerio de Salud, en todo lo que complementa nutrición, para así favorecer desde pequeños, un buen futuro saludable para muchos niños, que por algunos factotes que influyen en la desnutrición.

6.2 RECOMENDACIONES

A partir de los hallazgos anteriores, se confirman algunos requisitos y se proponen las siguientes recomendaciones:

Desarrollar estrategias de salud y nutrición aceptables por los progenitores para impulsar dietas saludables, adecuadas y variadas con la intención de mejorar la sanidad de la población.

Potenciar la alimentación de alimentos según la pirámide alimentaria y su organización en casa, confirmando que ésta es la mejor forma de asegurar una buena alimentación en los infantes.

Se recomienda realizar un estudio sobre el tipo de alimento consumido como complemento para valorar mejor el estado nutricional de dicha población.

Recoger información más detallada sobre tradiciones y mitos en relación con la alimentación y el cuidado de los infantes en la población rural y registrarla en los registros de infantes y alumnas.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Guerrero, S., G. (2014). "INFLUENCIA DE FACTORES SOCIOCULTURALES EN EL ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 0 A 5 AÑOS DE EDAD, ATENDIDOS EN EL SUBCENTRO DE SALUD DE CHIBULEO DE LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, DURANTE EL PERÍODO DICIEMBRE- MARZO 2013." [INFORME DE INVESTIGACIÓN]. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CARRERA DE MEDICINA. Recuperado el 12 diciembre de 2022 de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/7475/1/Guerrero%20Sol%C3%ADs%20Gabriela%20Elizabeth.pdf>

Alimentación Saludable. (2021a, abril 22). Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/healthyeating/index.html>

Ortega, A. L. G. (2019). *Desnutrición infantil, una mirada desde diversos factores*. <https://www.redalyc.org/journal/5860/586062182002/html/>

Paredes Mamani RP. 2020. *Efecto de factores ambientales y socioeconómicas del hogar sobre la desnutrición crónica de niños menores de 5 años en el Perú*. *Rev Investig Altoandin* [Internet]. 22(3): 226-237. Disponible en: Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2313-29572020000300226&lng=es/

Aviles, G. L. M., & Santana, N. T. (2022). Estrategias que están realizando los organismos de la Salud Pública del Ecuador para disminuir la desnutrición crónica infantil. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(4), 16765-16775. <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n4-230>

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/51402/38622>

Huamán G, E. R., Marmolejo, D., Paitan, E., & Zenteno, F. (s. f.). *Seguridad alimentaria y desnutrición crónica en niños menores de cinco años del valle del río apurímac y mantaro*. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 38(2). <https://revista.nutricion.org/PDF/HUAMAN.pdf>

Nasu, L., Pined, E., Ramírez, S., Ruán, M. del C., & González, L. D. (2019, 3 junio). *Desnutrición crónica en población infantil de localidades con menos de 100 000 habitantes en México*. Recuperado 12 de septiembre de 2019, de <https://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v61n6/0036-3634-spm-61-06-833.pdf>

ANEXOS

ANEXO 2 FOCUS GROUP

PRESENTACION

Buenos días, soy Diana Hernández estudiante de la maestría en salud pública de la Universidad de Américas. Primeramente, quisiera agradecerle a nombre de todo mi equipo a cada uno de ustedes por brindarme este pequeño espacio de su tiempo, en esta ocasión vamos a ser partícipes de un FOCUS GROUP en modalidad presencial.

Ahora que ya me conocen y al equipo de investigación quiero que me cada uno obtenga un color el cual será para identificarse durante la reunión.

¿Cuál es su color?

Para iniciar con esta actividad, que se les hará 10 preguntas, las cuáles no tiene respuestas erróneas, ni límites de tiempo, es decir que puede tomarse el tiempo que se les sea necesario para dar sus opiniones acerca de cada pregunta, respetando las ideas de cada uno y esperando que se haga una interacción de forma amena.

Las respuestas se irán colocando en la pizarra para realizar un análisis.

Para que tengan un poco más de confianza en este FOCUS GROUP tiene como tema “Desnutrición infantil y la pirámide nutricional”

¿Qué conocen sobre desnutrición?

¿Cuáles son las causas de la desnutrición?

¿Conoce la pirámide nutricional?

¿Sabe usted cómo está conformada la pirámide nutricional?

¿Usted realiza una lista para hacer las compras?

¿Sus niños consumen variedad de frutas?

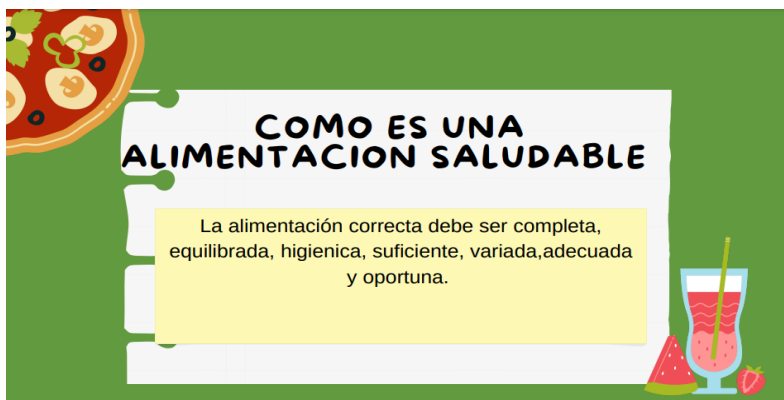
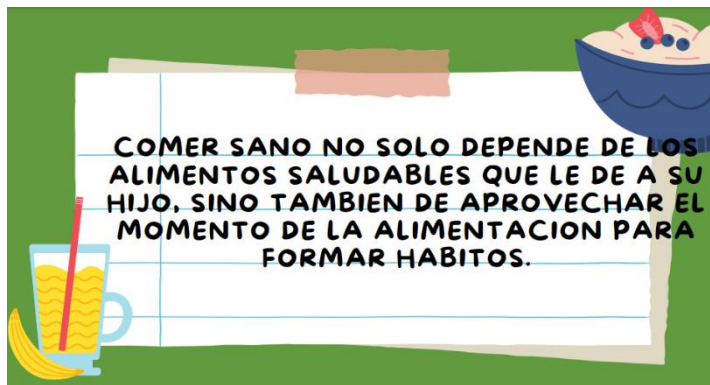
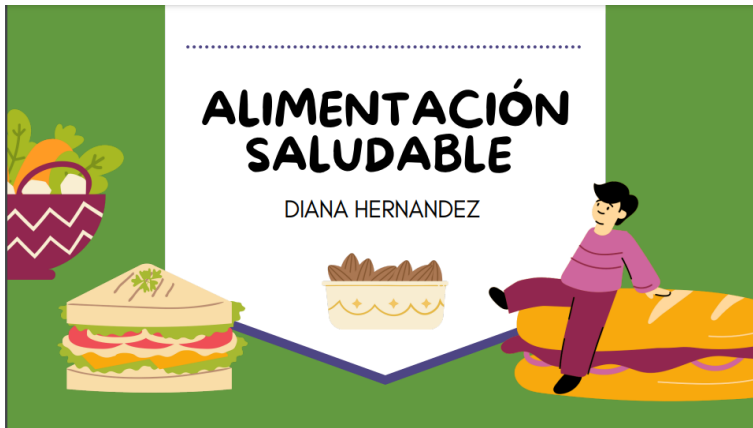
¿En casa implementan el consumo de verduras y legumbres?

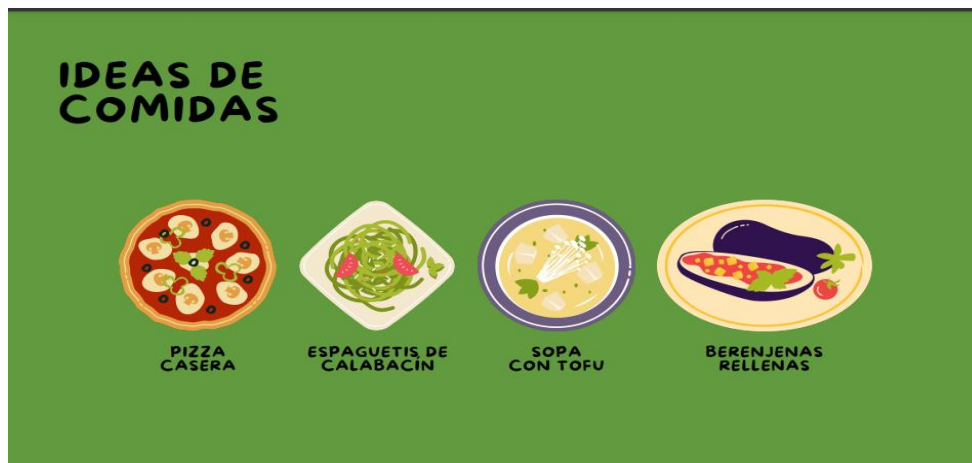
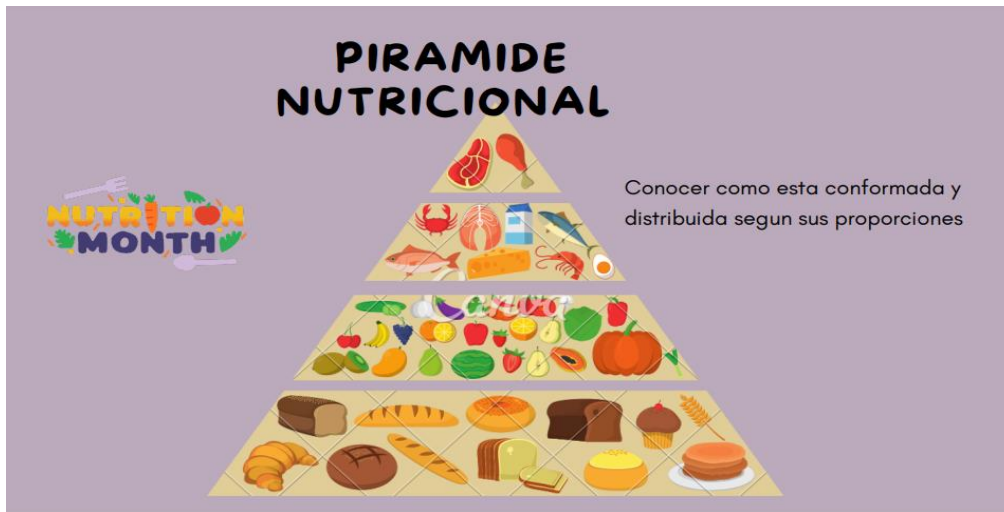
¿Sus niños realizan actividad física?

¿Dentro de la alimentación consumen proteínas?

¿Conoce usted los alimentos que poseen proteínas?

ANEXO 3 GUIAL DE ALIMENTACION





¿QUÉ NECESITAMOS COMER?

Brindar comidas solidas y variadas que contengan alimentos que sean consumidos por el resto de la familia. Diariamente se debe consumir lacteos, huevos, leguminosas, y cereales integrales, frutas, vektales, alimentos ricos en omega 3 y 6.

CEREALES	<ul style="list-style-type: none"> • GALLETAS Y QUESO • CHOCHOS CON TOSTADO 	<ul style="list-style-type: none"> • MOTE CON QUESO HUMITAS CON YOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> • PINOL CON LECHE • QUINUA TOSTADA CON PANELA 	<ul style="list-style-type: none"> • MOTE CON HUEVO • COLADA DE QUINUA CON GUAYABA 	<ul style="list-style-type: none"> • SOYA TOSTADA CON NARANJA • ARROZ CON QUINUA Y VERDURAS
VEGETALES	<ul style="list-style-type: none"> • HABAS, CHOCLO MOTE CON QUESO 	<ul style="list-style-type: none"> • HABAS CON MELLOCOS Y QUESO 	<ul style="list-style-type: none"> • PASTEL DE ZANAHORIA CON LECHE 	<ul style="list-style-type: none"> • COLADAS DE ZAPALLO CON LECHE 	<ul style="list-style-type: none"> • PLATANO MADURO CON QUESO

FRUTAS	<ul style="list-style-type: none"> • DURAZNO CON YOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> • JUGO DE NARANJA Y EMPANADA DE VERDE 	<ul style="list-style-type: none"> • HIGO CON QUESO 	<ul style="list-style-type: none"> • JUGO DE FRUTA CON TORTILLA DE QUINUA 	<ul style="list-style-type: none"> • FRUTAS NATURALES
CARNES, POLLO, LEGUMINOSAS, NUECES	<ul style="list-style-type: none"> • HABAS TOSTADAS CON LIMONADA 	<ul style="list-style-type: none"> • I. CORVICHE DE PESCADO 	<ul style="list-style-type: none"> • COLADA DE SOYA CON LECHE 	<ul style="list-style-type: none"> • SANDUCHE DE POLLO • SANDUCHE DE CARNE 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLITAS DE ATUNN
LACTEOS	<ul style="list-style-type: none"> • LECHE 	<ul style="list-style-type: none"> • YOGURT 	<ul style="list-style-type: none"> • QUESO 		



¡GRACIAS!