



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Nombre del alumno: José Alejandro Aguilar Gómez

Licenciatura: Nutrición

Nombre del profesor: Daniela Rodríguez Martínez

Nombre del trabajo: Resumen del artículo

Materia: Trastornos de la cultura alimenticia

Grado: 9°

Grupo: "A"

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 7 de mayo de 2020

HÁBITOS ALIMENTARIOS, SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES DE LA CIUDAD DE AZOGUES

En las diferentes etapas de la vida, el estado nutricional ha influido en el desarrollo y crecimiento de niños y niñas. La alimentación se encuentra vinculada con los hábitos alimenticios, y se ven afectados por factores como la familia, medios de comunicación y la escuela, se dedica más tiempo al trabajo y menos tiempo a la hora de alimentarse, razón por la que aumenta el consumo de alimentos procesados y comida rápida. La mala alimentación de alumnos, radica en el consumo de alimentos en cafeterías escolares, por ser deficiente en nutrientes, además la televisión tiene gran influencia en los hábitos alimentarios.

La obesidad es un problema de salud pública, se puede desarrollar desde la infancia, adolescencia y adultez. La obesidad se debe a causas genéticas, factores ambientales, falta de actividad física etc. La prevalencia de obesidad y sobrepeso ha aumentado en niños pequeños y lactantes. De acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, en Ecuador los niños de 5 a 11 años presentan un aumento de peso. Los grupos más vulnerables son la población infantil y juvenil,

Se realizó un estudio descriptivo, transversal en la zona urbana de la ciudad de Azogues, Ecuador con muestreo aleatorio simple en niños de ambos sexos. Se aplicó un formulario de recolección de datos individuales y medidas antropométricas y el test nutricional rápido Krece Plus para determinar sus hábitos alimentarios entre cuatro y 14 años de edad, que consta de 16 ítems. La evaluación antropométrica se realizó mediante la determinación del Índice de Masa Corporal.

En el estudio predominó el sexo masculino con 65.40%, el grupo poblacional de 8 años representó 53.97% y el de 9 años 46.03%. La medición de la circunferencia de la cintura permitió valorar el riesgo cardiovascular y síndrome metabólico. El análisis de los hábitos alimentarios reflejó un 66 % de la muestra con calidad de hábitos alimentarios medio, un 25.4 % con una calidad baja y un 8.57 % con una alta calidad en sus hábitos alimentarios, lo que demuestra el comportamiento de la mayor parte de la población a llevar hábitos poco saludables.

Una dieta saludable brinda protección frente a la malnutrición en todas sus formas, la alimentación y la nutrición son procesos que favorecen a un desarrollo cognitivo, crecimiento óptimo y disminuyen el riesgo de sobrepeso, obesidad y desarrollo de enfermedades no transmisibles a futuro.

La investigación realizada permitió determinar la asociación de los hábitos alimentarios y el estado nutricional en base a indicadores antropométricos y dietéticos. Estos resultados sugieren la necesidad de revisión y adecuación de los programas de nutrición en las distintas unidades educativas y en particular el promover una cultura alimentaria, teniendo en cuenta los beneficios que puede brindar desde el punto de vista preventivo y para la salud en general.

Bibliografía: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v21n6/rpr11617.pdf>