



**Nombre de la alumna:**

Vanessa Ivette Rodas Martínez

**Nombre del profesor:**

DR. Oscar Fabián González Sánchez

**Nombre del trabajo:**

“protocolo de tesis”

**Materia:** Taller de seminario de tesis

**Grado:** 9º Cuatrimestre

PASIÓN POR EDUCAR

**Grupo:** “A”

Ocosingo, Chiapas a 27 de Mayo de 2021.

## **1.- TITULO**

“INCIDENCIA EN LOS ESTADOS NUTRICIONALES EN NIÑAS Y NIÑOS DE LAS ESCUELAS PRIMARIAS: CUAUHTÉMOC Y MARIE CURIE; EN EL AÑO 2020 DENTRO DE LA CABECERA MUNICIPAL DE OCOSINGO, CHIAPAS”

## **2. Planteamiento del problema**

“Estado nutricional es la situación en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta y adaptaciones fisiológicas que tienen lugar tras el ingreso de nutrientes, será por lo tanto la acción y efecto de estimar, apreciar y calcular la condición en la que se halle un individuo según las modificaciones nutricionales que se hayan podido afectar”. (como dice la AUTOR: María del Carmen Tovar Zambonino en el año 2012).

La OMS Dice que, La desnutrición primaria es el resultado de una alimentación insuficiente causada principalmente por un consumo inadecuado de la energía de los alimentos sea o no que se encuentre presente alguna deficiencia específica de nutrimentos. La desnutrición se define también como un consumo de energía en la alimentación por debajo del nivel mínimo de los requerimientos para mantener el balance entre el consumo y el gasto de energía. La desnutrición primaria, llamada también desnutrición proteico-energética (DPE), aumenta la vulnerabilidad para las enfermedades infecciosas puesto que la energía, las proteínas y ciertas vitaminas y oligoelementos desempeñan un papel crucial en la función inmunológica. En contextos ambientales en los que las enfermedades infecciosas (especialmente la enfermedad diarreica y las infecciones del tracto respiratorio) son frecuentes, la combinación de DPE e infección puede provocar un rápido deterioro de la salud que puede incluso llevar a la muerte.

La niñez es una etapa de la vida, con alta prevalencia de trastornos nutricionales, que luego continúan durante la adolescencia y se asocian con complicaciones a corto y a largo plazo.

Alguno de los problemas en los niños que los lleva a que consuman una cantidad excesiva de comida, es porque ya pueden presentar algún tipo de enfermedad como podría ser la "Ansiedad" que es un estado de ánimo en el que sienten solos, que no pueden contar con alguna persona y que todos están en contra de ellos con alguna de sus decisiones. Es un momento que quisieran que sus mismos padres estén al pendiente de ellos, porque empiezan a ver las malas interpretaciones como en el que sienten que les hace falta el cariño de sus padres, bueno se empiezan a sentir solos o reemplazados.

En otras ocasiones los niños tienden a subir de peso por lo que no realizan algún deporte, es decir que sus padres desde pequeños no les inculcan a realizar alguna actividad física o algún deporte. También pueden presentar un cambio físico en la disminución de la masa corporal, entonces esto se debe a que comienzan a crearse ideas en la cabeza que tener un cuerpo con un peso menos de lo "Normal" es el mas adecuado; que también este problema podríamos llamarlo enfermedad. Presentan a ingerir más alimentos de lo que comen normalmente al día, hasta que llegan en un momento de "regurgitarlo" en el que sientan que su estómago este completamente vacío e incluso pueden llegar a realizar una dieta inadecuada porque piensan que al tener una comida formal en el que se tiene los nutrientes adecuados eso ara que suban mas de peso y sustituyen alimentos que contienen nutrientes adecuados por otros inapropiados (chatarra) como son: sabritas, galletas, chicharrines, golosinas, y consumen bebidas como los refrescos. También se debe a que los padres no estén al pendiente de sus hijos.

Todas las ideas que surgen en cada pensamiento de los niños se debe a que ven programas en la televisión , videos en internet, algunas revistas o por simple razón que ven a otras personas con un cuerpo delgado y quieren imitar hacer eso ya que tienen miedo a que si prueban un desayuno, comida o cena con nutrientes formal pueden estar aun mas con un peso inadecuado, sin que tomen conciencia que al realizar todo eso, pueden afectar también a su salud por no estar consumiendo los nutrientes adecuados y por eso se presentan algunas enfermedades como: “anorexia, bulimia y desnutrición”.

En una investigación que se dice que: “En el tránsito de la niñez a la vida adulta, en el que se producen numerosas y profundas modificaciones en el sujeto como ser biológico, social y en su integridad total” por ello se deriva los cambios durante el desarrollo de la vida del adolescente.

Como dice la autora A González Hermida en el año 2010: “las causas mas frecuentes, entre las responsables de la alteración del crecimiento, son infecciosas y nutricionales, que afectan a lo largo de su crecimiento”

Entonces abarcando toda esta información se incluye la evolución de la alimentación que es de gran importancia a lo largo de la vida, de la conducta alimentaria, del apetito y de los hábitos de la vida que conforme van desarrollando en la etapa de sus vidas la irán adquiriendo, por lo tanto así también incluyendo el ejercicio físico.

### **3.\_ Justificación**

El tema a investigar se realizara en la etapa de la niñez que comprende desde primer grado a sexto grado de primaria, con una edad de 5 a 12 años; en las dos escuelas “Cuauhtémoc y Marie Curie”, que una es particular y otra de gobierno . entonces se hará una comparación del estado nutricional de cada niño. Entonces esto consiste en que ire en cada una de las dos escuelas primarias (Particular y de gobierno) a realizar una medición en la cual consistirá de: edad, peso y talla de cada uno de los niños que se encuentren estudiando dentro de la institución, así posteriormente ire anotando en un cuadro de “Registro” cada uno de los datos que yo vaya a ir obteniendo y con base a eso después analizar e identificar el estado nutricional que cada niño presente. Pero para poder llegar a ese resultado de obtener el IMC (Índice de Masa Corporal), yo necesito realizar un procedimiento que es tener el peso en kilogramos para dividirlo por la estatura en metros cuadrados, Porque en esta etapa es cuando requieren de mucha ayuda psicológica y el apoyo de los padres para que puedan ir avanzando la vida que tienen, pero con un sano alimento de nutrientes adecuados y no se vayan a consumir alimentos que son inadecuados para satisfacer algún problema como la ansiedad o dejen de consumir alimentos solo para mantener un cuerpo muy delgado. Así también explicarles que están en una etapa en la que necesitan de ayuda, que no todo lo que ven en internet, televisión, revistas o lo que les diga algún compañero de alguna mala información es lo más apropiado que hagan, dándole palabras de motivación, realizando talleres y decirle que conforme ellos van desarrollándose en la etapa de la niñez, así van a ir cambiando y hasta que lleguen a una edad de ser adolescentes o jóvenes se va a definir su peso adecuado para ellos.

Así inducir a los niños, maestros y padres familia que realicen sus rutinas con algunos ejercicios, que ocupen sus tiempos en una forma adecuada, que

mantengan una dieta adecuada consumiendo frutas, verduras para que pueda ayudarles en sus crecimientos.

Este gran trabajo para mí es de gran importancia porque en esto puedo ayudar a los niños que tienen problemas tanto como de desnutrición y de obesidad, dependiendo de cuál sea el factor de riesgo que se encuentre dentro de la institución o en cada uno de sus hogares

#### **4.\_ Marco Teórico**

**NUTRICION:** la alimentación debe proporcionar al organismo las sustancias que necesita para su nutrición y la cantidad adecuada de ellas.

Este trabajo pone en discusión la premisa (De donde se saca la conclusión. Fundamento o base). El estado nutricional de un niño menor de seis años constituye un indicador fidedigno de la salud familiar. Entonces para ello, se llevó adelante una estrategia de investigación basada en estudios de casos siguiendo un diseño cualitativo (observación participante y entrevistas semiestructuradas mediante un muestreo intencional) enmarcado en el paradigma interpretativista. En ese marco, entendiendo al estado nutricional como un objeto que incluye procesos biológicos socialmente determinados, se lo postulo analíticamente como un cruce entre el dato estadístico es meramente descriptivo y para que colabore en el entendimiento de su determinación social debe ponerse en relación dialéctica con los módulos de sociabilidad que se proponen para el análisis de la reproducción de los problemas de salud.

Se determinó la elaboración de un conjunto de ilustraciones (imágenes) de alimentos saludables y no saludables, asociadas a una figura, representada por una carita feliz y sana y a otra figura representada por una carita triste y enferma, según condición del alimento.

El método consistió en asociar láminas de alimentos saludables y de alimentos no saludables, a una “carita feliz y sana”, si el alimento es “sano o bueno para el cuerpo” o, a una “carita triste y enferma” si el alimento es “no saludable o malo para el cuerpo”. En relación, a la “carita feliz” y, a la “carita triste” se determinó usar los términos “carita feliz y sana” y “carita triste y enferma”, para evitar confusiones en algunos alumnos que podían asociar el compartir en familia con la comida no sana o chatarra, considerando que el fin de semana, algunas familias realizan como actividad recreativa, el compartir comida chatarra fuera del hogar, tales como productos elaborados altos en grasa saturada, azúcares agregados y sal (hamburguesas, papas fritas, hot dog, dulces y salados entre otros).

## **OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION**

- Objetivo general

CUANTIFICAR LA INCIDENCIA EN LOS ESTADOS NUTRICIONALES EN NIÑAS Y NIÑOS DE LAS ESCUELAS PRIMARIAS: CUAUHTÉMOC Y MARIE CURIE; EN EL AÑO 2020 DENTRO DE LA CABECERA MUNICIPAL DE OCOSINGO, CHIAPAS.

- Objetivo específico:
  - Determinar el estado nutricional de los niños de 5 a 12 años
  - Detectar los niños con desnutrición
  - Cuantificar el estado de desnutrición en niñas y niños
  - Determinar si hay más obesidad en niñas o en niños
  - Determinar en qué edad hay más problema de obesidad
  - Determinar en qué edad hay más problemas de desnutrición
  - Evaluar en qué edad se presentan casos de niños con peso normal
  - Evaluar en que edad se presentan casos de niñas con peso normal
  - Evaluar los resultados obtenidos para determinar si hay caso severo de desnutrición



## **METODOLOGIA**

Ingresare a dos centros educativos totalmente diferentes, que en este caso será en una escuela publica que lleva por nombre “CUAHUTEMOC” que se encuentra ubicada dentro de la cabecera municipal de Ocosingo, Chiapas, esta institución queda ubicada a unos metros del “Parque central” de esta misma ciudad ya mencionada, ahí dentro del área cuenta con diferentes aulas escolares de primero a sexto grado de primaria y cada aula con su respectivo docente, así también con una cierta cantidad de alumnos dentro de cada aula, es una institución algo numerosa, ahí también puede acudir cualquier tipo de niños para poder recibir de una educación apropiada, es un lugar en donde podre realizar de una muy buena recolección de datos en cada uno de los niños que se encuentren cursando cada uno de los grados escolar.

Por otro lado iré a otro centro de educativo, pero en este caso me tocara realizar una medición dentro de una institución privada que dé lleva por nombre “MARIE CURIE” ubicado en el Boulevard Norte de la ciudad de Ocosingo, Chiapas, así también tiene como propósito ofrecer un servicio educativo innovador y de calidad, con excelentes instalaciones, equipos con tecnología y de atención especializada, entonces cuenta con una pequeña población de alumnos pero que de igual manera me servirá para poder recopilar datos de cada uno de los niños.

En este caso tanto como en las dos instituciones obtendré la información de forma verbal: realizando preguntas a cada uno de los niños sobre su forma de alimentarse y por escrito en donde me desarrollaran cada una de las

comidas que son de su agrado, posteriormente tener una asamblea de padres de familia para indagar aun mas sobre los nutrientes que consumen desde su hogar y asi también para verificar si en casa realizan de algún tipo de ejercicio.

- **Diseño del estudio**

Tener cada uno de los datos de los niños que estudian en las diferentes instituciones escolares en la modalidad escolarizada y con el turno matutino, es de gran importancia ya que el tema que he elegido para mi es de gran importancia porque me da curiosidad por saber en cual de las dos escuelas existen mas niños con sobrepeso o en cual de las dos tiene un cantidad elevada con niños en desnutrición, por lo tanto también saber en cual de las dos escuelas consumen de mas alimentos nutritivos y chatarras. De acuerdo a toda esta mi investigación que he de realizar, are una medición de peso, talla y estatura de cada niño, para que posteriormente pueda sacar el total de su IMC (Índice de Masa Corporal), que por lo tanto gracias a todos eso datos que he de analizar me dare cuenta que niño tiene problemas de “desnutrición”, “sobrepeso” o si tiene el peso “Normal”. En este caso será un gran número de alumnos al cual les tomare sus datos.

- **Descripción del área de estudio**

Las características y condiciones de la ciudad de Ocosingo que gracias a la investigación participativa de las dos escuelas primarias, tanto la de gobierno, asi también como la particular, se logró recopilar los datos mas importantes sobre el aspecto físico, geográfico, sociocultural, económico y político, de cada uno de los niños que se encuentran dentro de la institución, ya que todos estos factores influyen en la educación ya sea de una manera favorable o algunas veces desfavorable.

La familia como grupo social también interviene en la educación y el manejo de cada nutriente que contenga los alimentos que los niños ingieran dentro de sus hogares, también se habla acerca de las condiciones y creencias, que de alguna forma estos aspectos intervienen dentro del estado nutricional de los niños.

El objeto de estudio realizado en esta ciudad dentro de las dos escuelas primarias es LA ESTRATEGIA QUE SE DEBE UTILIZAR PARA INDUCIR A CADA UNO DE LOS NIÑOS PARA QUE PUEDAN HACER DE UN BUEN CONSUMO DE LOS NUTRIENTES QUE CONTIENE CADA ALIMENTO.

- **Población**

Dentro de este tema a investigar, se realizara en la ciudad de Ocosingo, Chiapas y con dos diferentes instituciones escolares que de igual manera se encuentran ubicadas en esta misma ciudad, la diferencia que se hace en estas dos instituciones escolares, es que una es “particular” y la otra es “publica”, pero que en ambas hay una diferencia con cuestión a un total a la numeración de la población de alumnos de primero a sexto grado. Cada escuela cuenta con una numeración de población diferente y con docentes quienes imparten algunas clases diferentes.

A través de la educación se logra un desarrollo positivo y para esto se necesitó la presencia de las escuelas dentro de la ciudad. Dentro de esta ciudad funcionan dos niveles de educación en cuestión a la calidad, que es decir dentro de la escuela existe una diferencia en cuestión a la enseñanza que se le da a cada uno de los niños.

- **Aula**

El aula es un espacio donde el niño convive y juega libremente en compañía de otros niños y lugar donde también se llevan a cabo el proceso de enseñanza- aprendizaje, por ese espacio debe estar limpio ya que ahí es

donde podrán desplazarse y también en donde consuman de sus alimentos a la hora de receso, así también debe estar bien organizado con los materiales didácticos en sus respectivos lugares y las paredes pintadas principalmente de colores alegres par motivación de los alumnos; por lo que para ello ahí será el lugar de sus experiencias fuera de su entorno natural.

- **Muestra**

Ayudar al niño explicándole que debe consumir alimentos nutritivos, sanos y que principalmente estén desinfectados antes de que lo consuman, también de cómo debe tener un buen aseo antes y después de comer.

Dentro de la escuela se deben mostrar laminas ilustrativas en donde estén los alimentos sanos y los que no son sanos, para que el niño vaya dándose cuenta cuales son los riesgos del alimento chatarra y que consecuencias traería dentro de su cuerpo. De igual manera realizar diferentes activaciones físicas por lo menos media hora diaria dentro de la escuela, para que eso les ayude a los niños en cuestión al estado nutricional que presente.

- **Definición de las unidades de estudio**

*Criterios de inclusión:* dentro de este estudio lo que a mí me interesa es poder medir el estado nutricional de cada niño que se encuentra presente dentro de las dos diferentes escuelas, así poder hacer de un análisis y ver en cuál de las dos escuelas hay un incremento de IMC más alto, que en este caso se hablaría de un “sobrepeso”.

Identificar en cada una de las escuelas cual sería el factor de riesgo que ocasionaría el sobrepeso de un niño.

Después de haber obtenido los datos, cerciorarse que dentro de la escuela cuenten con los materiales adecuados para un buen aseo de manos, que hayan en venta alimentos nutritivos y de acuerdo a la edad de cada niño, porque en ocasiones suele ver alimentos o bebidas que no van de acuerdo a la edad de los niños y que solo esos alimentos y bebidas pueden ser consumidas jóvenes a partir de 18 años en adelante.

Una medida del sobrepeso o la obesidad se puede determinar mediante el índice de masa corporal (**IMC**), que se calcula dividiendo los kilogramos de peso por el cuadrado de la estatura en metros (**IMC = peso [kg] estatura [m<sup>2</sup>]**).

**Índice de masa corporal:** mide la masa corporal del cuerpo en relación al peso y talla

$$\text{IMC} = \frac{\text{PESO (Kg)}}{\text{ALTURA}^2 \text{ (m)}}$$

Por ejemplo, si el niño pesa 22 kg y mide 1.12 m, el IMC se calculara.

$$\text{IMC} = \frac{22}{(1,12)^2}$$

$$\text{IMC} = \frac{22}{1.25} = 17.6 \longrightarrow \text{Interpretar este dato en la tabla}$$

**Indicadores del estado Nutricional:** Son instrumentos de suma importancia para poder realizar diagnóstico del estado nutricional (normalidad, desnutrición, sobrepeso, y obesidad). Ya que esto ayudara para que después de medir, pesar, contabilizar la edad y verificar el índice de masa corporal, ahora si se pueda determinar en el estado nutricional que el adolescente se encuentra.