



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**TRABAJO DE TITULACIÓN DE GRADO PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN NUTRICIÓN
HUMANA**

**PROPUESTA PRÁCTICA DEL EXAMEN DE GRADO O DE FIN
DE CARRERA (DE CARÁCTER COMPLEXIVO)
INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL**

**TEMA: PATRONES ALIMENTARIOS PARA DETERMINAR LA
INFLUENCIA DE RIESGOS NUTRICIONALES EN ESCOLARES
DE 6 A 12 AÑOS.**

**Autores: KEYLA DIANNE GONZÁLEZ CERDÁN
OSCAR SEGUNDO TORRES GERMAN**

Acompañante: N.D. VANESSA VARGAS

Milagro, Mayo 2018

ECUADOR

DERECHOS DE AUTOR

Ingeniero.

Fabricio Guevara Viejó, PhD.

RECTOR

Universidad Estatal de Milagro

Presente.


Nosotros, **GONZÁLEZ Cerdán Keyla Dianne** y **TORRES GERMAN OSCAR SEGUNDO** en calidad de autor(es) y titular(es) de los derechos morales y patrimoniales de la propuesta práctica de la alternativa de Titulación – Examen Complexivo: Investigación Documental, modalidad presencial, mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedemos a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor de la propuesta practica realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Grado, como aporte a la Temática **PATRONES ALIMENTARIOS PARA DETERMINAR LA INFLUENCIA DE RIESGOS NUTRICIONALES EN ESCOLARES DE 6 A 12 AÑOS** del Grupo de Investigación **SALUD PÚBLICA** de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de esta propuesta practica en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, a los 31 días del mes de Mayo de 2018


GONZÁLEZ CERDÁN KEYLA DIANNE
CI: 0925003329


TORRES GERMAN OSCAR SEGUNDO
CI: 0940358682

APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Yo, **VARGAS OLALLA VANESSA PAULINA** en mi calidad de tutor de la Investigación Documental como Propuesta práctica del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo), elaborado por los estudiante **GONZÁLEZ CERDÁN KEYLA DIANNE y TORRES GERMAN OSCAR SEGUNDO**, cuyo título es **PATRONES ALIMENTARIOS PARA DETERMINAR LA INFLUENCIA DE RIESGOS NUTRICIONALES EN ESCOLARES DE 6 A 12 AÑOS**, que aporta a la Línea de Investigación **SALUD PÚBLICA** previo a la obtención del Grado de **LICENCIADOS EN NUTRICIÓN HUMANA**; considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y epistemológico, para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo **APRUEBO**, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de Examen de grado o de fin de carrera (de carácter complejo) de la Universidad Estatal de Milagro.

En la ciudad de Milagro, a los 31 días del mes de Mayo de 2018.



VARGAS OLALLA VANESSA PAULINA

Tutor

C.I.:1722198585

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

VARGAS OLALLA VANESSA PAULINA

NOVILLO LUZURIAGA NIBIA NOEMI

ECHAVARRIA VELEZ ANA PAOLA

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta practica, previo a la obtención del título (o grado académico) de **LICENCIADA EN NUTRICIÓN HUMANA** presentado por la Señorita **GONZÁLEZ CERDÁN KEYLA DIANNE**.

Con el título: **PATRONES ALIMENTARIOS PARA DETERMINAR LA INFLUENCIA DE RIESGOS NUTRICIONALES EN ESCOLARES DE 6 A 12 AÑOS.**

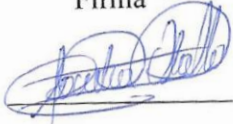
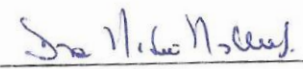

Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[79,00]
Defensa oral	[19,67]
Total	[98,67]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) Aprobado

Fecha: 31 de Mayo de 2018.

Para constancia de lo actuado firman:

	Nombres y Apellidos			Firma
Presidente	VARGAS PAULINA	OLALLA	VANESSA	
Secretario /a	NOVILLO NOEMI	LUZURIAGA	NIBIA	
Integrante	ECHAVARRIA VELEZ ANA PAOLA			

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

VARGAS OLALLA VANESSA PAULINA

NOVILLO LUZURIAGA NIBIA NOEMI

ECHAVARRIA VELEZ ANA PAOLA

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de **LICENCIADO EN NUTRICIÓN HUMANA** presentado por el Señor **TORRES GERMAN OSCAR SEGUNDO**.

Con el título: **PATRONES ALIMENTARIOS PARA DETERMINAR LA INFLUENCIA DE RIESGOS NUTRICIONALES EN ESCOLARES DE 6 A 12 AÑOS.**


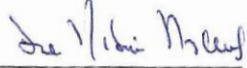

Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[78,67]
Defensa oral	[19,67]
Total	[98,33]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) Aprobado

Fecha: 31 de Mayo de 2018.

Para constancia de lo actuado firman:

	Nombres y Apellidos			Firma
Presidente	VARGAS PAULINA	OLALLA	VANESSA	
Secretario /a	NOVILLO NOEMI	LUZURIAGA	NIBIA	
Integrante	ECHAVARRIA VELEZ ANA PAOLA			

DEDICATORIA

A Dios, por darme hoy la oportunidad de convertirme en un profesional de excelencia. Por haberme bendecido a lo largo de mi carrera universitaria.

A mis padres Humberto y Lourdes, que fueron mi base fundamental y siempre me supieron apoyar en todo sentido sacrificando sus sueños para hacer realidad los míos, me han enseñado que la vida te depara muchos momentos y que hay que saberlos afrontar con buen carácter.

A mi novia que siempre estuvo a mi lado y nunca dejó de alentarme, fue una bendición haberla conocido, ha sido lo mejor que me pasó en mi etapa universitaria.

Oscar Segundo Torres German

A Dios, por haberme acompañado y guiado en este largo camino, por ser mi fortaleza en momentos difíciles, ayudándome a enfrentar cada obstáculo presentado.

A mis padres el Sr. William González y la Sra. Jacqueline Cerdán, quienes han sido mis pilares fundamentales, y creyeron en mí siempre, que no me abandonaron en ningún momento y con sus consejos supieron motivarme a seguir adelante; sin su apoyo y amor incondicional no hubiera logrado mi objetivo.

A mi hijo Jadiel por ser mi motor principal, mi razón para levantarme diariamente a luchar, porque cuando quise decaer tu presencia fue mi motivo para seguir adelante.

Y, por último, pero no menos importante, a mi abuelo el Sr. Pedro Serdán que, aunque su presencia no esté en esta tierra, su recuerdo y legado de lucha me acompañan día a día.

A cada uno de ustedes va dedicado este logro.

Keyla Dianne González Cerdán.

AGRADECIMIENTO

A la institución por haberme acogida durante tantos años como estudiante de la carrera de nutrición humana y darme la oportunidad de crecer como profesional.

A mi acompañante de tesina la N. D. Vanessa Paulina Vargas Olaya. Por todas la dedicación y paciencia que mostró durante las tutorías impartidas.

A mis compañeros de aula por haberme acompañado en cada clase y compartir sus conocimientos y anécdotas conmigo.

A mi acompañante de tesina mi amiga Keyla Dianne González Cerdán, con quién realizamos esta propuesta de estudio para poder alcanzar en conjunto nuestro título de Licenciados en Nutrición Humana.

Oscar Segundo Torres German

A la Universidad Estatal de Milagro y la Facultad Ciencias de la Salud por permitir la realización de este proyecto y haberme brindado la oportunidad de formarme como profesional.

A mi acompañante de tesina la N.D. Vanessa Paulina Vargas Olaya por todas las enseñanzas y el apoyo brindado durante este proceso de Titulación.

A todos mis docentes que durante estos años compartieron sus conocimientos y contribuyeron a mi formación como profesional.

Keyla Dianne González Cerdán.

INDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTOR.....	I
APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.....	II
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	¡Error! Marcador no definido.
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	IV
DEDICATORIA.....	V
AGRADECIMIENTO	VI
RESUMEN.....	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO I.....	12
1.1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	12
1.2 JUSTIFICACIÓN	14
1.3 OBJETIVOS.....	16
CAPÍTULO II.....	17
2.1 MARCO TEÓRICO.....	17
2.2 ANTECEDENTES.....	17
2.3 FUNDAMENTACIÓN	19
2.4 MARCO CONCEPTUAL	29
2.5 MARCO LEGAL.....	31
CAPÍTULO III.....	32
METODOLOGÍA.....	32
CAPÍTULO IV.....	34
DESARROLLO DEL TEMA.....	34
CAPÍTULO V	42
CONCLUSIONES	42
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	43

RESUMEN

El presente estudio se basa en la identificación de los patrones alimentarios y su relación con el riesgo nutricional en escolares de 6 a 12 años de edad, siendo éste nuestro principal objeto de estudio.

La investigación tiene como fin realizar una comparación descriptiva en donde se abarquen la mayor parte de los patrones alimentarios que se ven influenciados por los factores socioeconómicos y culturales, para así priorizar aquellos que tengan un mayor impacto en el estado nutricional de los niños.

Para ello, se utilizó un enfoque cualitativo a través de un estudio documentado en el que se aplicaron métodos teóricos entre ellos el Análisis y Síntesis e Histórico Lógico, Además, de métodos empíricos tales como la triangulación de ideas.

De acuerdo al análisis de las diferentes revisiones bibliográficas, en cuanto a la identificación de los principales factores que intervienen en los patrones alimentarios, se determinó que el nivel de escolaridad es uno de los factores más influyentes, ya que se evidencia la ausencia de conocimiento referente a una alimentación saludable. Otro de los factores es el ingreso económico en el hogar, ya que limita la adquisición de alimentos y dificulta cubrir con los requerimientos nutricionales de los niños.

Por ello, el estado ha optado por implementar programas que busquen la mejora del estado nutricional de los escolares en base a la intervención a través de la educación nutricional enfocados en corregir los inadecuados patrones alimentarios.

Como resultado se pudo concluir que los niveles socioeconómicos y culturales impactan de forma directa en el nivel de conocimiento e instrucción de los padres o del cuidador de los escolares obteniendo como resultado una inadecuada selección de los alimentos, limitación en la adquisición y utilización de alimentos.

Palabras claves: patrón alimentario, riesgo nutricional, escolares, malnutrición, alimentación, cultura, nutrición, economía, socioeconómico, estado nutricional.

ABSTRACT

The present study is based on the identification of dietary patterns and their relationship with nutritional risk in schoolchildren from 6 to 12 years of age, this being our main object of study.

The research aims to make a descriptive comparison that covers most of the dietary patterns that are influenced by socioeconomic and cultural factors, in order to prioritize those that have a greater impact on the nutritional status of children.

For this, a qualitative approach was used through a documented study in which theoretical methods were applied among them the Analysis and Synthesis and Logical History. In addition, empirical methods such as the triangulation of ideas.

According to the analysis of the different bibliographical reviews, in terms of the identification of the main factors that intervene in the dietary patterns, it was determined that the level of schooling is one of the most influential factors, since there is evidence of the absence of knowledge to a healthy diet. Another factor is the economic income in the home since it limits the acquisition of food and makes it difficult to meet the nutritional requirements of children.

Therefore, the state has opted to implement programs that seek to improve the nutritional status of schoolchildren based on intervention through nutritional education focused on correcting inadequate eating patterns.

As a result, it was concluded that socioeconomic and cultural levels have a direct impact on the level of knowledge and instruction of parents or caregivers of school children, resulting in inadequate food selection, limitation in the acquisition and use of food.

Key words: dietary pattern, nutritional risk, schoolchildren, malnutrition, nutrition, culture, nutrition, economics, socioeconomic status, nutritional status.

INTRODUCCIÓN

A continuación, daremos a conocer una investigación de carácter descriptivo, relacionado a los patrones alimentarios y riesgos nutricionales presentes en niños de etapa escolar, en donde lo más relevante será conocer los factores que más influyen dentro de las pautas alimentarias de los infantes de acuerdo con su entorno cultural y socioeconómico.

La importancia de esta investigación radica no solo en determinar la influencia del riesgo nutricional en los escolares sino también enfocarnos en la prevención de enfermedades de carácter alimentario a largo plazo tales como la malnutrición ya sea por déficit o exceso.

Según datos estadísticos del ENSANUT (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición) en su estudio realizado en el período en los años del 2011 al 2013 indica que en todos los países existen datos donde se ha determinado el consumo elevado de alimentos poco nutritivos, con alta densidad energética, alto contenido de grasa, azúcar y sal como factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. En nuestro país el 29,2% de la población presenta un consumo excesivo de carbohidratos, que supera la recomendación máxima establecida, evidenciando la prevalencia de consumo de este macronutriente en el quintil más pobre respecto al quintil de mayores ingresos económicos, además nos muestra que el 15 % de la población escolar presenta desnutrición y un 29% sobrepeso y obesidad, siendo el factor principal el nivel económico, debido a que los niños que se ubican en el quintil más pobre tienen mayor prevalencia de desnutrición, distinto a los que se ubican en el quintil más rico que presentan mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad. (Freire, 2013)

Los problemas nutricionales son en el país un problema de salud pública, tanto la desnutrición como el sobrepeso, que en los últimos años se han incrementado y tienen una clara relación con las condiciones de vida, el acceso a alimentos y patrones de consumo, razón por la cual entidades como el ministerio de salud pública se han visto en la necesidad de implementar varios programas con el fin de disminuir la prevalencia de enfermedades relacionados a la malnutrición en niños escolares, sin embargo, dicha meta no se cumple a cabalidad porque existen sectores marginados donde el acceso a salud y alimentos es limitado.

Por ello es necesario reconocer los patrones alimentarios y los indicadores socioeconómicos tales como el nivel de estudio y la clase social de la persona que influyen en el estado nutricional de los escolares, con el fin de hacer conciencia sobre el impacto social que estos tienen sobre los infantes.

CAPÍTULO I

1.1 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Un patrón alimentario es el conjunto de productos que un individuo, familia o grupos de familia consumen de manera ordinaria según un promedio habitual de frecuencia alimentaria estimado en por lo menos una vez al mes, que está constituido por dos factores, el cultural que determina la aceptación de los productos alimenticios dentro de la sociedad y el económico que está relacionado con la accesibilidad de los alimentos de acuerdo a sus ingresos. (Trápaga D. Yolanda, 2000)

A partir de la **problemática de estudio** impuesta por la universidad, se logra identificar que es de gran relevancia y preocupación investigar sobre los patrones alimentarios. De allí surge la interrogante de ¿cómo influyen los patrones alimentarios y de qué manera aumentan los riesgos nutricionales en los escolares de 6 a 12 años de edad?

Sin lugar a duda el estudio de los patrones alimentarios en niños es una propuesta interesante de estudio, ya que se busca conocer los hábitos alimentarios que se asocian a padecer enfermedades de carácter alimentario a largo plazo, siendo uno de los puntos más importantes a tomar en cuenta la carencia o ausencia de conocimientos sobre este tema.

Por otra parte, si nos dirigimos al ámbito local el Ministerio de Salud Pública ha implementado programas para combatir la malnutrición en niños, sin embargo, el objetivo no se ha podido cumplir en su totalidad ya que no solo cubre las necesidades nutricionales, sino que se debe analizar la situación socioeconómica y cultural en la que están inmersos los infantes.

La importancia de la problemática de nuestra investigación radica en determinar los riesgos nutricionales que conlleva a seguir patrones alimentarios inadecuados latentes en nuestra sociedad, cuya situación actual es evidente por el incremento de enfermedades relacionadas a la malnutrición que comprometen la salud de los niños a largo plazo, por esta razón se vio la necesidad de conocer los factores más influyentes de manera negativa que repercute en el estado nutricional de los escolares.

A nivel local la propuesta de investigación es de gran importancia para los intereses del estado, ya que los patrones alimentarios han sufrido modificaciones debido a las influencias de carácter socioeconómico y cultural de la población infantil, y a su vez, ocasionan un latente problema de salud pública a través de diversos riesgos nutricionales

que terminan desencadenando en patologías de ámbito alimentario, por lo que se podría tomar en consideración los estudios documentales citados en la investigación para priorizar la intervención inmediata en los niños en etapa escolar.

Con la revisión de los estudios bibliográficos se obtendrá información referente a los hábitos alimentarios más comunes en los escolares desde un enfoque social, económico y cultural y que servirán para determinar cómo estos factores inciden de manera indirecta en la alimentación y la salud de los niños.

1.2 JUSTIFICACIÓN

En la actualidad existen muchos factores socioeconómicos y culturales que afectan en el estado nutricional de los niños de los cuales podemos citar algunos como: el nivel de escolaridad de los padres, ingresos económicos del hogar, la accesibilidad de los alimentos, ubicación demográfica, el trabajo remunerado de algunas madres que en cierta manera impide el cuidado constante de los niños, la falta de atención en el consumo de alimentos de los niños en la escuela, creencias religiosas, lo que evidencia la gravedad del asunto para realizar la investigación con el propósito de analizar las causas que producen este fenómeno social.

Además, las dietas vinculan la salud ambiental y humana. El aumento de los ingresos y la urbanización están impulsando una transición alimentaria mundial en la que las dietas tradicionales son reemplazadas por dietas más altas en azúcares refinados, grasas refinadas, aceites y carnes. Para el año 2050 estas tendencias alimentarias, si no se controlan, contribuirían en gran medida a un aumento estimado del 80% en las emisiones mundiales de gases de efecto invernadero procedentes de la producción de alimentos y la limpieza global de la tierra. Adicional a eso, estos cambios en la dieta aumentan en gran medida la incidencia de la diabetes tipo II, las enfermedades coronarias y otras enfermedades crónicas no transmisibles que reducen las expectativas de vida a nivel mundial. Las dietas alternativas que ofrecen importantes beneficios para la salud podrían, si se adoptan ampliamente, reducir las emisiones mundiales de gases de efecto invernadero agrícolas, reducir el desmonte y la consiguiente extinción de especies, y ayudar a prevenir tales enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la dieta. La implementación de soluciones dietéticas para el trilema estrechamente vinculado dieta-ambiente-salud es un desafío y oportunidad global, de gran importancia para el medio ambiente y la salud pública. (SALUD, 2014)

Por ello, nuestra revisión bibliográfica se basa en la identificación de patrones alimentarios relacionados con riesgos nutricionales al que se exponen los escolares de 6 a 12 años, ya que se puede considerar que pese a que las organizaciones gubernamentales en este grupo etareo han intervenido mediante programas y estrategias nutricionales, estos esfuerzos no han sido suficientes para cumplir los objetivos ya que existen ciertas zonas regionales en donde aún no poseen las facilidades para acceder a los servicios ofertados en salud. Adicional a esto, existen otros motivos que derivaron a la realización de este

estudio como son el reconocimiento de los factores más influyentes en el cambio drástico de los patrones alimentarios en escolares, de las cuales se puede mencionar la inadecuada ingesta de alimentos reflejado porque a menudo comen fuera de casa, omiten comidas, y conforme crecen tienden a comer cada vez más comidas y colaciones fuera de casa, muchos de estos alimentos lo compran en máquinas expendedoras, tiendas de convivencias y restaurantes de comida rápida. La principal preocupación es que estos alimentos son más altos en calorías, grasas, azúcar y sodio, y más bajos en vitamina A, vitamina C, folatos, calcio, hierro y zinc que los preparados en casa. (Byrd C., 2010)

La investigación tiene como fin realizar una comparación descriptiva en donde se abarquen la mayor parte de los patrones alimentarios que se ven influenciados por los factores socioeconómicos y culturales, para así priorizar aquellos que tengan un mayor impacto en el estado nutricional de los niños.

Por último, los resultados de esta investigación beneficiarán en primera instancia a los escolares en reconocer estos factores en los patrones alimentarios y, por consiguiente a sus familias ya que se invierten menos gastos en salud, también favorece al gobierno local ya que se podrían implementar programas estratégicos que se enmarquen en este grupo etareo si así lo consideran.

1.3 OBJETIVOS

Objetivo General

Identificar patrones alimentarios relacionados con riesgos nutricionales dentro del ámbito, social, cultural y económico al que se exponen los escolares de 6 a 12 años, mediante una revisión sistemática.

Objetivos específicos

- Analizar los diferentes patrones alimentarios presentes en escolares de 6 a 12 años mediante la recopilación de evidencia.
- Explicar el impacto que provocan los diversos factores en los patrones alimentarios y en el estado nutricional de los escolares de 6 a 12 años.

CAPÍTULO II

2.1 MARCO TEÓRICO

Las prácticas alimentarias están influenciadas por factores sociales, económicos y culturales que rodean al individuo y a su familia. Cada grupo humano o sociedad tiene un patrón alimentario que le es propio, resultado de una compleja trama de usos, costumbres y tradiciones que se transmiten y se modifican a lo largo de la historia. (Barrial Martínez & Barrial Martínez, 2011)

Lo que se quiere conocer en primera instancia es que los diferentes factores sociales, económicos y culturales afectan de manera directa en los patrones alimentarios de una sociedad, siendo los adultos del hogar quienes de generación en generación van modificando estos factores de manera negativa afectando a los niños.

2.2 ANTECEDENTES

La base principal de los patrones alimentarios empieza por la adquisición de hábitos alimentarios, a lo largo de la historia se han producido importantes cambios entre el hombre prehistórico y el hombre actual, algo evidente simplemente fijando la atención en el cambio del significado de la alimentación. El hombre prehistórico se preocupaba sobre todo por la cantidad de alimento, ya que su mayor interés se basaba en la supervivencia, mientras que el hombre actual dispone de muchos más recursos, sin apenas esfuerzo, centrando su elección en la calidad, determinada además por las costumbres, tradiciones, creencias y el saber culinario entre otros. El hecho de elegir según la calidad, no implica que coma mejor, dado el creciente número de enfermedades relacionadas con la alimentación en la actualidad. (Ríos, 2009)

Esta evolución de la alimentación a lo largo de la historia ha estado influenciada por cambios sociales, políticos y económicos. Los grandes viajes y descubrimientos contribuyeron a la diversificación de la dieta, pero al mismo tiempo, la abundancia o escasez de alimentos, ha condicionado el desarrollo de los acontecimientos históricos. (Ríos, 2009)

Con respecto a los horarios y comidas en familia, también se han producido importantes cambios. Hace cuarenta o cincuenta años, los horarios de las comidas los marcaba la

finalización de las faenas agrícolas, y la ausencia en la mesa estaba sólo justificada por campañas migratorias temporeras. Los horarios dependían, fundamentalmente, del tipo de cultivo, así, el desayuno era sobre las seis, el almuerzo de doce a dos y la cena entre las seis y media y las ocho, refiriéndose todo esto a treinta años atrás. Sin embargo, en la actualidad, los horarios se acondicionan a las necesidades de cada uno, razón por la cual las familias suelen almorzar y, cada vez más cenar, por separado, siendo además dichos horarios totalmente irregulares. (Ríos, 2009, pág. 959)

Un hecho relevante, ha sido el aumento del uso de la televisión en las comidas, dada la desaparición, ya citada, de las comidas en familia. Hace cuarenta años, la televisión sólo se usaba en el tiempo de sobremesa, sin embargo, ahora es un elemento fundamental a la hora de las comidas, cuya falta hace parecer que la comida no es completa, provocando además que las personas coman de forma mecánica, sin prestar atención ni siquiera al plato en ese momento. Este hecho contribuye a la pérdida de la importancia de la alimentación en la sociedad actual. Además, la televisión fomenta el sedentarismo en la población general, especialmente en niños y adolescentes, dado que su uso abarca gran parte del día. (Ríos, 2009, pág. 959)

Los reajustes dietéticos, adaptados al nuevo estilo de vida, han sido más espectaculares en las últimas décadas del siglo XX, observándose especialmente en Estados Unidos y Europa. Uno de los datos que más sorprenden, es el aumento de forma sustancial de la frecuencia de comidas fuera del hogar, representando un 20% del presupuesto doméstico dedicado a alimentación entre los años 1970 y 1990 en Estados Unidos, pasando a un 38% en 1992. (Ríos, 2009, pág. 963)

A pesar de haber algunos con una oferta de comidas similar a la alimentación típica de nuestro país, sigue habiendo diferencias con respecto a la comida del hogar, dada la mayor utilización de alimentos precocinados y congelados, así como de alimentos e ingredientes de menor calidad, además de la menor dedicación a la preparación de los platos. (Ríos, 2009, pág. 963)

Ya en 1991 se observó una penetración de platos precocinados y congelados en la cocina de los hogares que superaba un 36%¹⁵, requiriéndose por tanto menos tiempo y esfuerzo para cocinar, y provocando a su vez, el nacimiento y expansión de establecimientos dedicados a realizar comidas preparadas para llevar, haciendo aún más fácil y cómodo el

hecho de comer, pero a su vez, perjudicando el significado y la importancia de la alimentación. (Ríos, 2009, pág. 963)

La comida rápida, así como los productos precocinados, tienen un alto contenido de grasas saturadas, colesterol, sal, y aditivos para darles un olor y sabor particulares, además de conservantes. (Ríos, 2009, pág. 963)

La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), en una encuesta realizada en 2006 sobre hábitos nutricionales, confirma que la ingesta calórica ha aumentado en los últimos años, no por cantidad de alimentos consumidos sino por el tipo de nutriente del que obtenemos gran parte de la energía diaria, los lípidos (representando en escolares entre 6 y 10 años el 40% del aporte energético total) (Ríos, 2009, pág. 966)

En la actualidad, se observa un incremento de patologías como hipertensión, diabetes, u obesidad, debidas fundamentalmente a factores genéticos, pero cada vez más relacionadas con la ya mencionada degeneración de los hábitos alimentarios y la tendencia al sedentarismo. Una consecuencia de dicha alteración de los patrones alimentarios es lo que se ha denominado “obesidad epidémica”, definida así por la Organización Mundial de la Salud (OMS) al considerarse la primera epidemia no vírica en el siglo XXI. (Ríos, 2009, pág. 969)

Hay que añadir a la obesidad, el desarrollo de otros trastornos de la conducta alimentaria tales como anorexia, bulimia o trastorno de sobreingesta (trastorno por atracón) además de vigorexia, ortorexia o ebiorexia, entre otros, cada vez más frecuentes entre la población. (Ríos, 2009, pág. 970)

En todo este deterioro de la alimentación, es muy importante el papel de la educación nutricional, basada en la certeza de que el cambio de los patrones y actitudes alimentarios actuales hacia otros más saludables, restaurando los hábitos perdidos, tendría una gran influencia en la disminución de la prevalencia de dichas enfermedades, todas ellas muy relacionadas con la alimentación. (Ríos, 2009, pág. 970)

2.3 FUNDAMENTACIÓN ALIMENTACIÓN DURANTE LA ETAPA ESCOLAR

La primera etapa del desarrollo físico, psíquico y social de la persona es la infancia, y la alimentación es uno de los factores más importantes que determina el crecimiento y desarrollo de las niñas y niños. Las necesidades de los diferentes nutrientes van variando

dependiendo del ritmo de crecimiento individual, del grado de maduración de cada organismo, de la actividad física, del sexo y también de la capacidad para utilizar los nutrientes que de los alimentos consumidos durante la infancia. (Bezares, DESNUTRICIÓN, 2012)

Es por eso que una alimentación y nutrición correcta durante la edad escolar permite a la niña y al niño crecer con salud y adquirir una educación alimentario nutricional deben ser los principales objetivos para familias y docentes, pues la malnutrición, tanto por déficit (desnutrición) o por exceso (sobrepeso y obesidad), puede tener resultados indeseados a corto y largo plazo.

Hay que tener en cuenta que en la infancia es cuando se comienzan a formar los hábitos alimentarios que, correctos o no, se mantendrán durante toda la vida.

La población infantil es un grupo especialmente vulnerable a desequilibrios nutricionales, pero también especialmente receptivo a cualquier modificación y educación nutricional por lo que la merienda y el almuerzo escolar puede y deben ser, una oportunidad para que en el que día a día las niñas y niños conozcan de forma práctica las recomendaciones para una alimentación y nutrición saludables, para mantener una buena salud y estado nutricional adecuado mediante la práctica de hábitos alimentarios saludables. (SERAFIN, 2012)

FACTORES INFLUYENTES DENTRO DE LOS PATRONES ALIMENTARIOS DE LOS ESCOLARES

Disponibilidad: En la poca disponibilidad o la baja calidad y cantidad de los alimentos que se consumen compromete el crecimiento por deficiencia de calorías y nutrientes en la población escolar. (M., 2003-2004)

Distribución de los alimentos en el hogar: La mujer, en su rol doméstico, ha sido la encargada de manejar y distribuir los alimentos en el hogar, con lo que ella cumple un papel fundamental en la nutrición familiar. En las familias con buena disponibilidad económica, la distribución alimentaria no es tan restringida. Por otra parte, en las familias con poca disponibilidad de ingresos, las provisiones alimentarias deben durar para asegurar un constante consumo, aunque precario en cantidad y calidad. (M., 2003-2004)

Factores sociales y culturales: Los alimentos tienen una dimensión social y cultural muy marcada. En primer lugar, es obligado señalar que los hábitos alimentarios de un

individuo se configuran, fundamentalmente en la infancia. Posteriormente, se reafirman en la adolescencia y va desarrollando y modificando a lo largo de la etapa adulta, según sean las circunstancias personales. Los hábitos alimentarios familiares, a su vez, están ligados a los aspectos culturales de una determinada región o país, que tienen unas costumbres y tradiciones alimentarias propias (alimentos, recetas típicas, horarios de comida, comportamiento en la mesa, creencias religiosas e ideológicas, etc.) (MURCIA, 2010)

Situación económica: Este factor afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos. (Adriana Ivette Macias M., 2012) La estructura económica de un país y el nivel de renta per cápita de sus habitantes, así como las políticas alimentarias que se establezcan en dicho país, también influyen sobre la disponibilidad y el acceso a los alimentos. (Martínez, 2002) En las familias con mejor poder adquisitivo, hay más variedad y frecuencia en el consumo de alimentos proteicos, carnes frías y huevo, además de pastas, arroz, arepa, panela, y, en algunos casos, verduras; estos alimentos son de consumo habitual de los niños principalmente con exceso de peso y con adecuado estado nutricional. En el caso de los niños cuyos padres —o sólo la madre— tienen ingresos bajos o no tienen empleo, los patrones de consumo se ven alterados de forma negativa: las familias tienden a comer menos, con menos variedad y frecuencia alimentos proteicos, como la carne y los huevos, que son reemplazados por las carnes con alto contenido de grasa y menor calidad nutricional o son sustituidos por carbohidratos, por ser más baratos, producir saciedad y aportar energía. Los alimentos a los que pueden acceder estas familias deben “rendir”, ser ricos (tener aceptación), ser baratos y, sobre todo, deben “llenar”. (M., 2003-2004)

La menor dedicación y falta de tiempo para cocinar: Lo que provoca que las familias adopten nuevas formas de cocina y de organización. (Adriana Ivette Macias M., 2012)

Pérdida de autoridad de los padres: En la actualidad ha ocasionado que muchos niños coman cuándo, cómo y lo que quieran. (Adriana Ivette Macias M., 2012)

La escuela: Dicha institución permite al niño enfrentarse a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables. (Adriana Ivette Macias M., 2012) En la etapa escolar “el mundo del niño se amplía, al igual que las oportunidades de comer fuera del ambiente familiar, y se expone a diferentes alimentos y diversas formas de prepararlos, con distintos horarios y lugares”. (M., 2003-2004)

Consumo de fastfood: Se trata de la mayoría de los casos de alimentos de elevada densidad energética debido a su alto contenido en grasas, que en general se acompañan con gaseosas y se adicionan con mayonesa y, en algunos casos, con papas fritas, incrementando aún más, el contenido energético de azúcares y grasas. (Sergio Britos, 2004)

Elección inadecuada de colaciones: Los escolares y adolescentes suelen elegir como colación alimentos chatarras, es decir, productos manufacturados con elevadas cantidades de grasa saturada, azúcar, colesterol, energía y deficitarios en micronutrientes. (Nuñez, 2013)

La publicidad televisiva: Forma parte del ambiente social humano, que en el caso de su influencia en los hábitos alimentarios de los niños ha ido desplazando a instancias como la familia y la escuela; promoviendo un consumo alimentario no saludable, ya que los niños son más susceptibles de influenciar, debido a que se encuentran en una etapa de construcción de su identidad, y por lo tanto son fácilmente manipulables por los anuncios publicitarios que promocionan nuevos alimentos. (Adriana Ivette Macias M., 2012)

Desempleo: Cuando el trabajo es inestable o está mal remunerado, aunque el padre esté presente, la capacidad de compra o el acceso a los alimentos se ve limitada. (M., 2003-2004)

Desplazamiento territorial: Este factor ha deteriorado las condiciones alimentarias de las familias de los sectores más pobres. Esta situación ha incidido de manera negativa en las posibilidades de empleo de los padres, en la educación de los niños y en su estado nutricional. (M., 2003-2004)

Factores geográficos y climáticos: Las condiciones geográficas y climáticas en las que está enmarcada una población condicionan su agricultura, ganadería y pesca. Sobre la oferta de alimentos disponibles, también influyen otros factores, como pueden ser su red de comunicaciones y sus intercambios comerciales, que por ejemplo en países en vías de desarrollo suelen presentar limitaciones. (MURCIA, 2010)

ESTADO NUTRICIONAL

El estado nutricional es la condición del organismo determinada por la ingestión, biodisponibilidad utilización y reserva de nutrimentos, que se manifiesta en la composición y función corporal. (Bezares, Estado de Nutrición, 2012)

El programa mundial de alimentos indica:

El estado nutricional de los niños de primera infancia y los escolares de primaria afecta su desarrollo físico, salud, potencial de aprendizaje y cognitivo y, por consiguiente, su asistencia a la escuela y sus logros educativos. (Alimentos, 2013)

El no tener un estado de salud óptimo conlleva a padecer enfermedades de carácter alimentario como la malnutrición:

La malnutrición, en cualquiera de sus formas, presenta riesgos considerables para la salud humana. La desnutrición contribuye a cerca de un tercio de todas las muertes infantiles. Las crecientes tasas de sobrepeso y obesidad en todo el mundo están asociadas a un aumento en las enfermedades crónicas como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes. Estas enfermedades están afectando con cifras crecientes a las personas pobres y las más vulnerables. (OMS, El departamento de nutrición, s.f.)

Diversas formas de malnutrición

La malnutrición se divide a su vez en desnutrición (déficit), sobrepeso y obesidad (exceso).

Desnutrición: Ingesta o absorción insuficiente de energía, proteínas o micronutrientes, que a su vez causa una deficiencia nutricional. (UNICEF, 2012)

La desnutrición en el niño se asocia con un freno de la curva ponderal inicialmente y luego del crecimiento en talla. (Bezares, 2012)

- ✓ **Desnutrición aguda** – También llamada “emaciación”, la desnutrición aguda se caracteriza por un rápido deterioro del estado nutricional en un breve período. En los niños, puede medirse usando el índice nutricional de peso por estatura o el perímetro braquial. Existen diferentes grados de desnutrición aguda: la desnutrición aguda moderada y la desnutrición aguda grave. (UNICEF, 2012)
 - **Desnutrición aguda grave** Resultado de la deficiencia reciente (a corto plazo) de proteínas, energía, minerales y vitaminas que provocan la pérdida de tejido graso y muscular. La desnutrición aguda se presenta con emaciación (bajo peso para la estatura) y/o edema (retención de agua en los tejidos). Para los niños de 6 a 60 meses, se define como la situación en que el peso para la estatura es inferior a menos tres desviaciones estándar del peso promedio

para la estatura en la población de referencia, o un perímetro braquial inferior a 115 mm, o la presencia de edema nutricional o kwashiorkor marásmico.

- **Desnutrición aguda moderada** – Definida como un peso para la estatura de menos dos a menos tres desviaciones estándar del peso promedio para la estatura para la población de referencia. (UNICEF, 2012)

- ✓ **Desnutrición aguda global** – La cantidad de niños de 6 a 59 meses de edad en una población dada que padecen desnutrición aguda moderada, más aquellos que padecen desnutrición aguda grave. (La palabra “global” no tiene un significado geográfico). Cuando la desnutrición aguda global es igual o mayor al 15 por ciento de la población, la Organización Mundial de la Salud define como “crítica” la situación alimentaria. En situaciones de emergencia, el estado nutricional de los niños de 6 a 59 meses también se usa para evaluar la salud de la población en general. (UNICEF, 2012)

- ✓ **Desnutrición crónica** La desnutrición crónica, también llamada “retraso del crecimiento”, es una forma de deficiencia del crecimiento que se desarrolla a largo plazo. La nutrición inadecuada durante largos períodos (incluso la mala nutrición materna y malas prácticas de alimentación del lactante y el niño pequeño), así como las infecciones reiteradas, pueden provocar retraso del crecimiento. En los niños, puede medirse usando el índice nutricional de estatura por edad. (UNICEF, 2012)

Sobrepeso y obesidad

Una persona tiene sobrepeso o es obesa cuando pesa más de lo que corresponde a su altura. Una acumulación anormal o excesiva de grasa puede afectar a la salud. (OMS, 2010)

El índice de masa corporal (IMC) es una relación entre el peso y la altura que se utiliza habitualmente para determinar el sobrepeso y la obesidad en adultos. Se define como el peso de una persona en kilogramos divididos por el cuadrado de la altura en metros (kg/m^2). En los adultos, el sobrepeso se define por un IMC igual o superior a 25, y la obesidad por un IMC igual o superior a 30. (OMS, 2010)

El sobrepeso y la obesidad pueden ser consecuencia de un desequilibrio entre las calorías consumidas (demasiadas) y las calorías gastadas (insuficientes). A escala mundial, las personas cada vez consumen alimentos y bebidas más calóricos (con alto contenido en azúcares y grasas), y tienen una actividad física más reducida.

En la actualidad, el mundo se enfrenta a una doble carga de malnutrición que incluye la desnutrición y la alimentación excesiva. La malnutrición también se caracteriza por la carencia de diversos nutrientes esenciales en la dieta, en particular hierro, ácido fólico, vitamina A y yodo. (OMS, 2010)

Malnutrición relacionada con los micronutrientes

Las ingestas inadecuadas de vitaminas y minerales (los denominados micronutrientes) se pueden reunir en un mismo grupo. El organismo necesita micronutrientes para producir enzimas, hormonas y otras sustancias esenciales para un crecimiento y desarrollo adecuado. (OMS, 2010)

El yodo, la vitamina A y el hierro son los más importantes en lo que se refiere a la salud pública a escala mundial; sus carencias suponen una importante amenaza para la salud y el desarrollo de las poblaciones de todo el mundo, en particular para los niños y las embarazadas de los países de ingresos bajos. (OMS, 2010)

Alrededor del 45% de las muertes de menores de 5 años tienen que ver con la desnutrición. En su mayoría se registran en los países de ingresos bajos y medianos. Al mismo tiempo, en esos países están aumentando las tasas de sobrepeso y obesidad en la niñez.

Las repercusiones en el desarrollo y las consecuencias de índole económica, social y médica de la carga mundial de la malnutrición son graves y duraderas, para las personas y sus familias, para las comunidades y para los países. (OMS, 2010)

Enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación

Las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación abarcan las enfermedades cardiovasculares (como el infarto de miocardio y los accidentes cerebrovasculares, a menudo asociados a la hipertensión arterial) algunos cánceres, y la diabetes. La mala alimentación y la mala nutrición se cuentan entre los principales factores de riesgo de esas enfermedades a escala mundial.

El Dr. Francesco Branca, Director del Departamento de Nutrición para la Salud y el Desarrollo de la OMS indica:

Casi una de cada tres personas en el mundo padece las consecuencias de la malnutrición: emaciación, retraso del crecimiento, deficiencias de vitaminas y minerales, sobrepeso u obesidad, y enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación. (Branca, 2017)

PROGRAMAS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Los programas de alimentación y nutrición forman parte de un conjunto de políticas públicas que consisten en la transferencia de insumos (alimentos, micronutrientes, información, etc.) a beneficiarios específicos, seleccionados ya sea por su situación de pobreza o por su vulnerabilidad para enfrentar riesgos alimentarios. Frecuentemente la pobreza y especialmente la pobreza extrema se traducen en una ingesta inadecuada de macronutrientes (energía y proteína) y micronutrientes (vitaminas y minerales), limitando el desarrollo fisiológico de los individuos y su capacidad para llevar una vida productiva. Los programas de alimentación y nutrición forman parte de un conjunto de políticas públicas que consisten en la transferencia de insumos (alimentos, micronutrientes, información, etc.) a beneficiarios específicos, seleccionados ya sea por su situación de pobreza o por su vulnerabilidad para enfrentar riesgos alimentarios. Frecuentemente la pobreza y especialmente la pobreza extrema se traducen en una ingesta inadecuada de macronutrientes (energía y proteína) y micronutrientes (vitaminas y minerales), limitando el desarrollo fisiológico de los individuos y su capacidad para llevar una vida productiva. (Carranza, 2011)

Programas de alimentación escolar (PAE) en América Latina y el Caribe

Los Programas de alimentación escolar (PAE) en América Latina y el Caribe (LAC), constituyen programas de gran envergadura por los objetivos, masividad, los esfuerzos y los recursos que los Estados ponen en estos. Es de esta manera que, para la gran mayoría de los países de la región, los PAE constituyen uno de sus programas sociales más importantes. (Montenegro, 2012)

Objetivos de los Programas de alimentación escolar (PAE) en América Latina y el Caribe

Los objetivos de los programas de alimentación escolar incluyen como primera prioridad asegurar el derecho a la educación, sumándole el derecho a la salud y el derecho a la alimentación y consecuentemente, disminuir la desnutrición, de manera que se combata la pobreza, y, por lo tanto, se aumente el capital humano de los países de la región.

Desde el punto de vista de la salud, un mejor estado nutricional, con preocupación por la malabsorción (desnutrición, obesidad) y mejoramiento de la ingesta de micronutrientes. (Montenegro, 2012)

Programas de alimentación social de Ecuador

Los principales programas públicos de alimentación y nutrición que se implementaron en Ecuador son los siguientes:

PANN 2000: es un Programa del Ministerio de salud Pública El Programa Nacional de Alimentación y Nutrición (PANN 2000) del Ministerio de Salud Pública (MSP) del Ecuador fue creado en el año 1998 e implementado en el año 2000 con el apoyo de organismos nacionales e internacionales y organizaciones no gubernamentales, para mejorar el estado nutricional, prevenir el retraso en el crecimiento y la deficiencia de micronutrientes en lactantes y niños pequeños, mediante buenas prácticas de lactancia materna y alimentación complementaria y acceso a un alimento complementario con adecuada densidad de nutrientes (Mi Papilla). Durante los primeros seis meses de vida, se promueve la lactancia materna exclusiva. (OPS, 2007)

El Programa busca impulsar acciones que permitan el mejoramiento nutricional de los sectores nutricionales más vulnerables. Sus objetivos principales fueron: Contribuir a mejorar el estado nutricional de las mujeres embarazadas, madres en período de lactancia y en el caso de los infantes prevenir la desnutrición, el retraso en el crecimiento y mal nutrición en micro nutrientes de las niñas y niños menores de 3 años de edad del país, priorizando las áreas de pobreza crítica. (MSP, 2008)

Programa Nacional de Alimentación Escolar: este programa va dirigido a escolares entre 5 y 14 años que asisten a escuelas fiscales y fiscomisionales. (Carranza, Principales programas de alimentación y nutrición que se implementan en Ecuador, 2011)

Los programas de alimentación social iniciaron su implementación utilizando una estrategia de focalización geográfica, orientada hacia las familias que viven en situación de pobreza. Así, el PANN 2000 durante sus dos primeros años de ejecución se orientó a las 160 parroquias con los mayores niveles de pobreza, el PAE priorizó sus intervenciones en las parroquias de alta vulnerabilidad social (IVS) y el PRADEC (actualmente Aliméntate Ecuador) en las parroquias rurales de extrema pobreza. (Carranza, Principales programas de alimentación y nutrición que se implementan en Ecuador, 2011)

2.4 MARCO CONCEPTUAL

Escolares: Es la etapa comprendida entre los 7 y 11 años de edad, también llamada niñez intermedia. Adquieren razonamiento lógico con respecto a sus experiencias personales, más concentración, crecimiento a un ritmo lento y constante, los varones son más pesados y altos que las niñas, los sistemas de su cuerpo maduran más, desarrollo cerebral casi completo. En este periodo establece su sentido de independencia, define su papel social, pasa la mayor parte del tiempo fuera de casa, participa en actividades de la comunidad, presentan el conflicto de laboriosidad- inferioridad. Si encuentran fracasos o desalientos constantes experimentarían sentimientos de inferioridad, coordinados y auto controlados, forma valores. (Redonet, 2004)

Alimento: Se define como órgano, tejido o secreción de organismo de otras especies, que contienen concentraciones apreciables de uno o más nutrientes biodisponibles, cuya ingestión en las cantidades y formas habituales es inocua, que por su disponibilidad y precios son accesibles y sensoriales y culturalmente son atractivos. (Téllez, 2010, pág. 6)

Cultura: Es el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales, materiales y afectivos, que caracterizan una sociedad o grupos sociales. Ella engloba, además de las artes y las letras, los modos de vida, los derechos fundamentales del ser humano, los sistemas de valores, creencias y tradiciones. (Molano, 2015)

Patrón alimentario: Es el conjunto de productos que un individuo, familia o grupo de familias consume de manera ordinaria según un promedio habitual de frecuencia estimado en por lo menos una vez al mes, particularmente se halla estructurado por 2 factores: el cultural y el económico. (Trápaga D. Yolanda, 2000)

Nutrición: es la ciencia que estudia los alimentos, nutrientes y otras sustancias conexas; su acción, interacción y equilibrio respecto a la salud y enfermedad. Es un proceso mediante el cual el organismo ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y elimina sustancia. (Téllez, 2010)

Estado Nutricional Es el resultado de la relación entre la ingesta de energía y nutrientes y el gasto dado por los requerimientos nutricionales para la edad, sexo, estado fisiológico y actividad física. (Saskatchewan, 2004)

Riesgo Nutricional: El riesgo nutricional es la probabilidad de padecer enfermedad o complicaciones médicas en el tratamiento, relacionadas con la nutrición. (Nutrición, 2011)

Malnutrición Un término amplio que suele usarse como alternativa a “desnutrición”, pero que técnicamente también se refiere a la sobre nutrición. Las personas están malnutridas cuando su dieta no proporciona los nutrientes adecuados para su crecimiento o mantenimiento, o si no pueden utilizar plenamente los alimentos que ingieren debido a una enfermedad (desnutrición). También están malnutridas si consumen demasiadas calorías (sobrenutrición). (UNICEF, 2012)

Socioeconómico: Es una medida de la posición relativa, económica y social de una persona/hogar. (Romero, 2013)

2.5 MARCO LEGAL

Desde el punto de vista legal, existen algunos artículos que respaldan lo anteriormente dicho.

Partiendo desde los principios de la República del Ecuador

En cuanto al derecho a una alimentación saludable:

La Constitución de la República del Ecuador aprobada en septiembre del 2008, reconoce el Derecho a la Alimentación en el artículo 13 como parte de los Derechos del Buen Vivir o Sumak Kawsay y lo define como: “El derecho que tienen las personas y colectividades al acceso seguro y permanente de alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales, para lo cual se promoverá la soberanía alimentaria”.

La Ley Orgánica del Régimen de Soberanía Alimentaria

En su Art. 27, indica: Con el fin de disminuir y erradicar la desnutrición y la malnutrición el Estado incentivará el consumo de alimentos nutritivos preferentemente de origen agroecológico y orgánico, mediante el apoyo a su comercialización, la realización de programas de promoción y educación nutricional para el consumo sano, la identificación y el etiquetado de los contenidos nutricionales de los alimentos y la coordinación de las políticas públicas.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

La investigación realizada tiene un enfoque cualitativo a través de un estudio documentado en el que se aplicaron métodos teóricos entre ellos el Análisis y Síntesis e Histórico Lógico. Además, de métodos empíricos tales como la triangulación de ideas.

Métodos teóricos

El **Análisis y Síntesis** consistió en identificar diversos conceptos de los patrones alimentarios para así, llegar a un análisis crítico y establecer un criterio desde nuestro punto de vista; así como el Método **Histórico Lógico** que nos permitió investigar sucesos pasados y relevantes en la modificación de los patrones alimentarios con respecto a la actualidad.

Método empírico

La triangulación de ideas nos permitió conocer el patrón alimentario siendo nuestro principal objeto de estudio desde varios puntos de vista.

Según la autora Yolanda Trápaga refiere que los patrones alimentarios "Es el conjunto de productos que un individuo, familia o grupo de familias consume de manera ordinaria según un promedio habitual de frecuencia estimado en por lo menos una vez al mes, particularmente se halla estructurado por 2 factores: el cultural y el económico". (Trápaga D. Yolanda, 2000)

Por otra parte, la autora María del Rocío Ortiz indica que los patrones alimentarios: "Representa el tipo y las cantidades de alimentos usualmente ingeridos por la mayoría de los individuos en un tiempo determinado y están influenciado por factores culturales y socioeconómicos. (Ortiz, 2011)

Carlos Reynoso considera al patrón alimentario como "La frecuencia de alimentos comestibles preparados, consumidos por un individuo o grupo y que puede ser medido tanto en los propios alimentos comestibles, alimentos comestibles preparados o en micro y macronutrientes. (Reynoso, 2007)

Al realizar el análisis y síntesis de nuestro objeto de estudio se establece que, los patrones alimentarios parten de la adquisición de hábitos alimenticios dentro de un individuo o grupo de personas que modifican su alimentación conforme avanza el tiempo en un

ámbito socioeconómico y cultural, siendo estos factores los más influyentes en el cambio de dichos patrones.

CAPÍTULO IV

DESARROLLO DEL TEMA

Como parte del documento teórico el objeto de estudio fue patrones alimentarios y se profundizó en la literatura científica de los cuales se recopilaron un total de 21 referencias bibliográficas de los cuales 15 pertenecen a revistas científicas tales como:

Patrones alimentarios y su relación con sobrepeso y obesidad en niñas chilenas de nivel socioeconómico medio alto

Se realizó en Chile en el año 2006 y su fin es la identificación de patrones alimentarios y su asociación con la presencia de obesidad o sobrepeso en niñas.

Patrón socioeconómico en la alimentación no saludable en niños y adolescentes en España

Se realizó en España en el año 2013 y su objetivo fue investigar la posible asociación de patrones alimentarios relacionados con la obesidad y la posición socioeconómica en la población infantil y adolescente española.

Evaluación del estado nutricional, patrones de consumo alimentario y de actividad física en escolares del mercado de Lima

Se realizó en la ciudad de Lima- Perú en el año 2016 y su objetivo fue evaluar el estado nutricional, los patrones alimentarios y de actividad física en escolares del Cercado de Lima.

La alimentación y nutrición del escolar: una mirada a la vida cotidiana. Escuela Tomas Carrasquilla, Medellín.

El estudio se desarrolló en la Escuela Tomas Carrasquilla de la zona de Aranjuez de Medellín, Colombia en el año 2003. El objetivo fue conocer las percepciones de escolares, padres y maestros frente a la alimentación y el estado nutricional del escolar, para ello se utilizó la perspectiva de etnografía focalizada.

Efecto de una intervención educativa en alimentación saludable en profesores y niños preescolares y escolares de la región de Valparaíso, Chile

Se realizó en Valparaíso, Chile en el año 2011. Su propósito fue evaluar el efecto del programa educativo realizado en profesores, en el estado nutricional, conocimiento y

consumo de alimentos saludables de alumnos de prekindergarten a segundo básico intervenidos y sus controles.

Impacto de un programa de desayunos escolares en la prevalencia de obesidad y factores de riesgo cardiovascular en niños sonorenses

El estudio se llevó a cabo en Sonora, México entre 2002 y 2003 y su objetivo fue determinar el efecto de un programa de desayunos escolares sobre el desarrollo de obesidad y algunos indicadores bioquímicos de riesgo cardiovascular en niños.

Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria.

Se realizó en Venezuela en el año 2005 y su propósito fue desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes en los diferentes actores, que les permitan mejorar la alimentación y nutrición tanto individual como de la comunidad.

Prevalencia y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en escolares de la provincia de Imbabura. Ecuador. 2010.

Este estudio se realizó en la ciudad de Imbabura en el año 2010, y su objetivo fue medir la prevalencia y los factores de riesgo para así determinar la aparición del sobrepeso y obesidad, en 450 escolares de 6 a 12 años de edad.

Patrones alimentarios y de actividad física en escolares de la Región de Aysén

En esta investigación se analiza los patrones alimentarios y la actividad física en escolares de la región de Aysén en el año de 1998, con el propósito de proponer un programa en la prevención de la obesidad.

Estado Nutricional, Patrón alimentario y Transición nutricional en escolares de Donmatías (Antioquia), Colombia

Este estudio se realizó en Antioquia en el año 2012, cuyo objetivo es analizar la posible transición alimentaria y nutricional de Donmatías y compararlas con otros estudios a nivel microgeográfico. **Patrones de consumo alimentario y exceso de peso infantil; encuesta de la situación nutricional en Colombia, 2010**

El estudio se desarrolló en Colombia en el año 2010, y su propósito fue establecer la prevalencia de exceso de peso y se identificó su patrón de consumo y la relación con el exceso de peso en niños y adolescentes entre 5 a 17 años.

Programa de Promoción de la Alimentación Saludable en la Escuela

El estudio fue realizado en Andalucía, Sevilla en el año 2004 y su principal objetivo fue favorecer la adquisición de hábitos y habilidades que permitan la autonomía del alumnado de educación primaria a la hora de comer.

Programa CASERIA (Cuestionario hábitos Saludables en Primaria). Respuestas de escolares de 6 a 10 años de edad

La investigación tuvo origen en la ciudad de Granada, España en el año 2011, su objetivo principal fue contrastar, con datos objetivos, la situación real de la población infantil de nuestro entorno respecto a sus hábitos alimenticios, su actividad física e higiene.

Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria.

Este estudio se realizó Caracas en el año 2005, cuyo propósito es desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes en los diferentes actores, que les permitan mejorar la alimentación y nutrición tanto individual como de la comunidad.

Modificación de los hábitos alimentarios del almuerzo en una población escolar

La investigación tuvo origen en Madrid en el año 2011, y tuvo como objetivo conocer los hábitos de almuerzo de una población escolar, su prevalencia de sobrepeso y obesidad, así como instaurar hábitos dietéticos saludables y educar nutricionalmente a ésta para mejorar las costumbres alimentarias a través de un almuerzo saludable.

Por otra parte, se recopiló información originaria de 4 estudios de tesis de las cuales podemos citar:

Influencia de conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los cuidadores en el hogar, en el estado nutricional de los niños y niñas en edad preescolar que asisten al centro de desarrollo infantil Arquita de Noé en el periodo julio – noviembre 2013.

Este estudio se dio en Quito en el año 2013, se buscó identificar el nivel de conocimiento, las actitudes y las prácticas que los padres de familia o cuidadores de los niños poseen en relación con la alimentación.

Condicionantes socioeconómicos de los hábitos alimentarios e ingesta de energía y nutrientes en escolares de la población española

La investigación propuesta por María del Carmen Lozano en Madrid en el año 2003 tuvo como objetivo, evaluar cómo influyen ciertos factores demográficos y socioeconómicos en los hábitos alimentarios e ingesta de energía y nutrientes en un colectivo de escolares españoles, pudiendo detectar un posible riesgo de ingestas inadecuadas.

Identificación de los determinantes sociales de la alimentación en un grupo de familias pertenecientes a los estratos 1, 2 y 3 de la localidad de Fontibón

Otro estudio facilitado por Margarita Morris Murcia tuvo como propósito la identificación de factores sociales que determinan la alimentación de familias que pertenecen a los estratos socioeconómicos de la localidad Fontibón en la que participaron 150 familias de los escolares en el año 2010.

Estado nutricional en los estudiantes de la escuela primaria “Heriberto Enríquez” del municipio de Toluca, estado de México, 2012

La propuesta de tesis tuvo lugar en Toluca en el año 2012, y su objetivo general fue determinar cuál es el impacto que tiene en su estado nutricional, las horas que pasan frente al televisor los alumnos de la escuela primaria.

Además, se recabo información referenciada de libros, de los cuales podemos citar los siguientes:

Estudio de Caso “La Alimentación Escolar en Ecuador”

El estudio se llevó a cabo en Ecuador en el año 2012 y su objetivo principal consistió en describir y analizar el PAE (Programa de Alimentación Escolar) y los procesos históricos que permitieron que el programa funcione con las características actuales.

Los programas de Alimentación escolar (PAE) en América Latina y el Caribe

Este programa tiene como objetivo cumplir con la responsabilidad de promover el derecho a la educación, sumándole el derecho a la salud y el derecho a la alimentación y consecuentemente, disminuir la desnutrición, de manera que se combata la pobreza, y, por lo tanto, se aumente el capital humano de los países de la región.

Toda la información recolectada a través de las distintas revisiones bibliográficas nos permitió realizar **la triangulación de ideas** con aquellos estudios de mayor relevancia según nuestras necesidades, y es así que:

Según la autora Mariana Oleas refiere, que en el año 2010 realizó un estudio enfocado en la medición de la prevalencia y los factores de riesgo, para así determinar la aparición del sobrepeso y obesidad, en donde participaron 450 escolares de 6 a 12 años de edad de 22 escuelas diferentes de la provincia de Imbabura.

Dentro de los intereses del estudio se enfocó en las variables sociodemográficas tales como el nivel de instrucción, ocupación, estado civil de los padres y condiciones de la vivienda, cabe mencionar que la información se obtuvo mediante entrevista a los padres, todo esto, con el fin de identificar cuales fueron esos factores que influenciaban de manera negativa en los patrones alimentarios de los escolares.(Oleas, 2014)

Por otra parte, otro estudio facilitado por Margarita Morris Murcia en el año 2010 tuvo como propósito la identificación de factores sociales que determinan la alimentación de familias que pertenecen a los estratos socioeconómicos de la localidad Fontibón.

En el estudio se identificó que el mayor porcentaje de personas se encuentra con un nivel de escolaridad secundario, La capacidad económica de la población, como se observó en la mayoría de las familias (60%), es menor a un salario mínimo legal vigente, lo que condiciona los recursos que permiten gozar de una adecuada nutrición, como servicios públicos especialmente recolección de basuras limitada en estos hogares, electrodomésticos para conservación y preparación de alimentos, y viviendas con materiales de construcción inadecuados. Por su parte, se identificó que el mayor porcentaje de personas se encuentra con un nivel de escolaridad. Respecto a la frecuencia de consumo de alimentos se identificó familias sin consumo diario de alimentos ricos en proteína, así como frutas y verduras. (MURCIA, JAVERIANA, 2010)

Finalmente, una investigación propuesta por María del Carmen Lozano en Madrid en el año 2003 tuvo como objeto de estudio, evaluar cómo influyen ciertos factores demográficos y socioeconómicos en los hábitos alimentarios e ingesta de energía y nutrientes en un colectivo de escolares españoles, pudiendo detectar un posible riesgo de ingestas inadecuadas.

El estudio analizó la influencia del nivel de educación materno en la situación nutricional de los niños en donde se constata una mayor incidencia de sobrepeso y obesidad en aquellos niños cuya madre tienen un nivel de educación bajo (39% frente a 26% de sobrepeso y 58% frente a 16% de obesidad), así mismo, el consumo de frutas, verduras y lácteos es inferior en el grupo cuyas madres tienen un nivel de educación bajo; el hábito de fumar por parte de los padres reflejó una conducta alimentaria menos adecuada en sus hijos, en concreto el consumo de lácteos, legumbres y frutas es mayor en los niños cuyos padres no fuman y se encuentran ingestas menores de riboflavina, folatos, vitamina A, calcio y magnesio en los niños cuyos progenitores fuman. (Lozano, 2003)

De acuerdo a la literatura revisada nos permitió realizar el análisis de las tres revisiones bibliográficas más relevantes, en cuanto a la identificación de los principales factores que intervienen en los patrones alimentarios y la influencia con el riesgo nutricional en escolares, de los cuales se determinó que el nivel de escolaridad es una de los factores más influyentes dentro de los patrones alimentarios, ya que se evidencia la ausencia de conocimiento referente a una alimentación saludable, lo que provoca una selección inadecuada de alimentos nutritivos, preparaciones alimentarias inapropiadas, distribución no equitativa de alimentos en el hogar. Otro de los factores es el ingreso económico en el hogar, ya que limita la adquisición de alimentos y dificulta cubrir con los requerimientos nutricionales de los niños.

Por otra parte, se utilizó nuevamente la técnica de **la triangulación de ideas**, donde se citaron programas enmarcados en nuestro objeto de estudio de los cuales podemos mencionar los siguientes:

El Lic. Elijú Patiño en el 2005 en su artículo sobre Educación nutricional y participación; claves del éxito en la nutrición comunitaria, nos da a conocer sobre La Fundación Bengoa que ejecuta el PROGRAMA NUTRICIÓN COMUNITARIA, cuyo propósito es desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes en los diferentes actores, que les permitan mejorar la alimentación y nutrición tanto individual como de la comunidad.

Este programa se desarrolla a través de proyectos sociales orientados a fomentar una alimentación saludable, disminuir la malnutrición y proteger el recurso humano. La población objetivo son los niños y adolescentes, los representantes y docente de las escuelas.

Entre sus logros se encuentra el fortalecimiento de escuelas y docentes para la enseñanza de la alimentación y nutrición y la modificación o eliminación de hábitos alimentarios familiares negativos.

El autor A. Calleja realizó en el año 2011 un artículo sobre la modificación de los hábitos alimentarios del almuerzo en una población escolar, cuyo propósito fue conocer los hábitos de almuerzo de una población escolar, su prevalencia de sobrepeso y obesidad, así como instaurar hábitos dietéticos saludables y educar nutricionalmente a ésta para mejorar las costumbres alimentarias a través de un almuerzo saludable.

Dicho estudio incluyó niños de 10-13 años. El estudio se llevó a cabo en 3 fases: pre-intervención (valoración antropométrica y cuestionario de frecuencia de almuerzo y de alimentos consumidos), intervención (charlas formativas al profesorado y los padres sobre "la importancia de una correcta alimentación en el escolar", enfocadas en la trascendencia de una alimentación sana y equilibrada que incluyese un almuerzo saludable diariamente en el escolar y entrega del almuerzo durante dos semanas a los alumnos que incluía lácteos, fruta y bocadillo tradicional), post-intervención (cuestionario de frecuencia de almuerzo y de alimentos consumidos).

Como resultado se observó La frecuencia de sobrepeso fue del 10,6% y de obesidad del 2,6%. Tras la intervención se produjo un incremento del 9,2% de individuos que almorzaban y una modificación de los alimentos consumidos, además se evidenció que el consumo de bollería, dulces, snacks y refrescos azucarados era mayor entre los niños con padres de bajo nivel educativo, y menor el consumo de frutas, vegetales y pescado.

Para finalizar el Ministerio de Educación implementó el Programa de Alimentación Escolar (PAE), en el año 2010 cuyo objetivo es contribuir al mejoramiento de la calidad y eficiencia de la Educación Inicial y Educación General Básica mediante la entrega de un complemento alimenticio, siendo su focalización escuelas fiscales, fisco-misionales y municipales rurales y urbano marginales a niños de primero a séptimo de básica (de cinco a 14 años) y en el 2011 se incluyeron por primera vez en la historia del Programa los niños de educación inicial (de tres a cuatro años). La modalidad del programa consiste en:

- Desayuno para educación inicial (niños de entre tres y cinco años).

- Desayuno para educación general básica de primero a décimo año de educación básica (niños de entre cinco y 14 años)
- Refrigerio escolar (en general para escuelas urbanas que no reciben el desayuno).

Entre los resultados del PAE se encuentra que logro una amplia cobertura: en 2011 benefició al 89% de los niños de entre tres y 14 años de las escuelas rurales y urbano-marginales fiscales, fisco-misionales y municipales del país, logro la participación comunitaria a través del mecanismo de las Comisiones de Alimentación Escolar (CAE), integradas por padres, maestros y directores, fue un instrumento útil de combate a la pobreza y desnutrición que permitió paliar la crisis de finales de los noventa.

Según la literatura analizada mediante la triangulación de ideas nos permitió determinar que la intervención de los Estados mediante la implementación de programas de carácter alimentario es de mucha utilidad en la disminución de problemas nutricionales, ya que existen factores que exacerban aún más los problemas nutricionales tales como el nivel de escolaridad y los ingresos económicos; por ello, los programas centran su atención en los sectores más vulnerables con el fin de suplir las necesidades nutricionales de las familias de los escolares y combatir los problemas alimentarios que tanto aquejan a nuestros niños en la actualidad. Además, promueve la participación de toda la población para que cuiden de su propia salud y nutrición.

Como parte final, podemos agregar que los patrones alimentarios están inmersos principalmente en los factores socioeconómicos y culturales, en los que se destaca el nivel de escolaridad, así como la economía de la familia en donde se evidenció su influencia dentro de los inadecuados hábitos alimentarios de los escolares. Por esta razón, los gobiernos locales de cada nación han implementado programas nutricionales dirigidos a este grupo etario con el fin de disminuir el índice de malnutrición y prevenir la aparición de enfermedades de carácter alimentario a largo plazo.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

- ✓ Se concluye mediante la revisión sistemática realizada que los patrones alimentarios más relevantes como el nivel de escolaridad y los ingresos económicos influyen notoriamente en el estado nutricional de los niños ya que provocan un problema latente de malnutrición ya sea por déficit o exceso.

- ✓ Se concluye que los niveles socioeconómicos y culturales impactan de forma directa en el nivel de conocimiento e instrucción de los padres o del cuidador de los escolares obteniendo como resultado una inadecuada selección de los alimentos, limitación en la adquisición y utilización de alimentos.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Adriana Ivette Macias M., L. G. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *SCIELO*, 40-43.
- Alimentos, P. M. (2013). *Programa Mundial de Alimentos y Partnership for Child Development*. Obtenido de El Estado de la Alimentación Escolar a Nivel Mundial 2013: <http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp262185.pdf>
- Barrial Martínez, A., & Barrial Martínez, A. (2011). LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DESDE UNA DIMENSIÓN SOCIOCULTURAL COMO CONTRIBUCIÓN A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, 3.
- Bezares, V. (2012). DESNUTRICIÓN. En V. Bezares, *Evaluación del Estado de Nutrición en el Ciclo Vital Humano* (pág. 72). México: McGraw Hill.
- Bezares, V. (2012). Estado de Nutrición. En V. Bezares, *Evaluación del Estado de Nutrición en el Ciclo Vital Humano* (pág. 33). México: McGraw Hill.
- Branca. (25 de Octubre de 2017). *Malnutrición: no se trata solamente de hambre*. Obtenido de OMS: <http://www.who.int/mediacentre/commentaries/malnutrition/es/>
- Carranza, C. (2011). Principales programas de alimentación y nutrición que se implementan en Ecuador. En C. Carranza, *POLÍTICAS PÚBLICAS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: LOS PROGRAMAS DE ALIMENTACIÓN SOCIAL DE ECUADOR* (pág. 146). Quito - Ecuador: Abya-Yala.
- Carranza, C. (2011). Gestión social del riesgo, redes de protección social y los programas de. En C. Carranza, *POLÍTICAS PÚBLICAS EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: LOS PROGRAMAS DE ALIMENTACIÓN SOCIAL DE ECUADOR* (pág. 49). Quito - Ecuador: Abya - Yala.
- Freire, W. B. (2013). ENSANUT. En *ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN* (pág. 36; 38). Quito- Ecuador. Obtenido de ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN: <https://www.unicef.org/ecuador/esanut-2011-2013.pdf>
- Lozano, M. d. (2003). *biblioteca.ucm*. Obtenido de biblioteca.ucm: <http://biblioteca.ucm.es/tesis/far/ucm-t27248.pdf>
- M., S. L. (2003-2004). La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *REDALYC*.
- Molano, O. L. (2015). Identidad Cultural un concepto que evoluciona. *redalyc.org*, 72.
- Montenegro, M. E. (2012). Los programas de alimentación escolar (PAE) en América Latina y el Caribe. En *Nutrición en el escolar* (págs. 117,118). Majadahonda (Madrid): Ergon .
- MSP. (2008). *MANUAL DE NORMAS TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS DEL SISTEMA INTEGRADO DE VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL*. Obtenido de http://instituciones.msp.gob.ec/dps/loja/images/stories/programas_de_nutricin.pdf

- MURCIA, M. M. (2010). *IDENTIFICACION DE LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA ALIMENTACION EN UN GRUPO DE FAMILIAS PERTENECIENTES A LOS ESTRATOS 1, 2 Y 3*. BOGOTÁ.
- MURCIA, M. M. (2010). *JAVERIANA*. Obtenido de JAVERIANA:
<http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis563.pdf>
- Oleas, M. (2014). Prevalencia y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en escolares de la provincia de Imbabura. Ecuador. 2010. *SCIELO*, 5-21.
- OMS. (MAYO de 2010). *OMS*. Obtenido de
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/malnutrition/es/>
- OMS. (s.f.). *El departamento de nutrición*. Obtenido de
http://www.who.int/nutrition/about_us/es/
- OPS. (2007). EVALUACION DE PROCESO E IMPACTO. En O. P. SALUD, *Programa Nacional de Alimentación y Nutrición, PANN 2000* (pág. 9). Quito - Ecuador: Organización Panamericana de la Salud.
- Ortiz, M. d. (2011). Patrones alimentarios-Guías nutricionales. En U. d. Alicante, *Patrones alimentarios-Guías nutricionales*. Alicante, España.
- Redonet, L. N. (2004). PRESCOLAR, ESCOLAR, ADOLESCENTE, ADULTO SANO Y TRABAJADOR. En L. N. Redonet, *Libro de texto Enfermería Familiar y Social del colectivo de autores Cubanos Capítulo XIV* (pág. 3). Habana: Ciencias médicas.
- Reynoso, C. (2007). Patrón alimentario cocina y dieta. En C. Reynoso, *definiciones antropológicas desde una perspectiva teórica* (págs. 11-12).
- Ríos, P. B. (2009). Trastornos de la conducta alimentaria. En P. B. Ríos, *EVOLUCIÓN DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LA SALUDA LA ENFERMEDAD POR MEDIO DE LA ALIMENTACIÓN* (pág. 957). Sevilla.
- Romero, O. E. (2013). evaluación de nivel socioeconomico. *dialnet*, 41.
- SALUD, B. N. (2014). Las dietas globales vinculan la sostenibilidad ambiental y la salud humana. *PUBMED*, 2.
- Saskatchewan, U. o. (2004). *The Physical Activity Questionnaire for Older Children*. Obtenido de
<http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis704.pdf>
- Téllez, M. E. (2010). Generalidades de nutrición. En M. E. Téllez, *nutrición clínica* (pág. 3). México: El Manual Moderno.
- Trápaga D. Yolanda, T. T. (2000). LA ALIMENTACIÓN DE LOS MEXICANOS EN LA ALBORADA DEL TERCER MILENIO. En T. T. Trápaga D. Yolanda, *LA ALIMENTACIÓN DE LOS MEXICANOS EN LA ALBORADA DEL TERCER MILENIO* (pág. 101). MEXICO.
- UNICEF. (2012). *Glosario Nutricional*. Obtenido de
https://www.unicef.org/lac/Nutrition_Glossary_ES.pdf