

**INFLUENCIA DE LAS LONCHERAS EN EL ESTADO NUTRICIONAL, JARDÍN
INFANTIL “CASITA DEL SABER”. MEDELLÍN. 2016**

SANDRA VIVIANA JURADO AGUIRRE

DISLEY YAMILE YEPES VARGAS

LILIANA DIAZ TORRES

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LUÍS AMIGÓ
FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES
ESPECIALIZACION GERENCIA SERVICIOS DE SALUD
MEDELLIN
2016**

**INFLUENCIA DE LAS LONCHERAS EN EL ESTADO NUTRICIONAL, JARDÍN
INFANTIL “CASITA DEL SABER”. MEDELLÍN. 2016**

SANDRA VIVIANA JURADO AGUIRRE

DISLEY YAMILE YEPES VARGAS

LILIANA DIAZ TORRES

Trabajo para optar al título de Especialista en Gerencia de Servicios de Salud

Asesora de investigación:

ALBA EMILSE GAVIRIA MENDEZ

Médica, Bioenergética, Mg. en Salud Pública

UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGO

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, ECONÓMICAS Y CONTABLES

ESPECIALIZACION GERENCIA SERVICIOS DE SALUD

MEDELLIN

2016

ÍNDICE

	pág.
RESUMEN	14
ABSTRACT	15
INTRODUCCIÓN	16
1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	21
1.1 Antecedentes del estudio	21
1.1.1 En el mundo	21
1.1.2 En Latinoamérica	21
1.1.3 En Colombia	22
1.1.4 En Antioquia	24
1.1.5 En Medellín	26
1.2 Antecedentes de la investigación	27
1.2.1 En el mundo	27
1.2.2 En Latinoamérica.	27
1.2.3 En Colombia.	32
1.2.4 En Antioquia	35
1.2.5 En Medellín.	35
1.3 El problema como tal	38
1.4 Pregunta de investigación	40
2. JUSTIFICACIÓN	41

3. OBJETIVOS	42
3.2 Objetivos específicos	42
4. MARCO TEÓRICO	43
4.1 Marco conceptual	43
4.1.1 Qué es un niño/a	43
4.1.2 Estado nutricional	43
4.1.3 Requerimiento nutricional	44
4.1.4 Características biológicas del niño o la niña en edades preescolar	47
4.1.5 Indicadores nutricionales de los niños	48
4.1.6 ¿Qué es una lonchera?	51
4.1.7 La educación nutricional	52
4.2 Marco contextual	52
4.3 Marco legal y ético	53
5. METODOLOGÍA	56
5.1 Tipo de diseño	56
5.2 Población	56
5.3 Unidad de análisis	56
5.4 Criterios de inclusión y criterios de exclusión	57
5.5 Fuentes de información	57
5.6 Instrumento de recolección de la información	58
5.7 Variables sociodemográficas	58
6. PLAN DE ANÁLISIS	62
7. RESULTADOS	63

7.1 Distribución porcentual según los diferentes grupos de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	63
7.2 Distribución porcentual según el estrato socioeconómico de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	64
7.3 Distribución porcentual según el Barrio de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	65
7.4 Distribución porcentual según el sexo de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	66
7.5 Distribución porcentual según de acuerdo a los rangos de edad y sexo de los niños y las niñas de jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	67
7.6 Distribución porcentual según el nivel de escolaridad del padre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	68
7.7 Distribución porcentual según el nivel de escolaridad de la madre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	69
7.8 Distribución porcentual según el tipo de seguridad social de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	70
7.9 Distribución porcentual según el número de integrantes que conforman la familia de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	71
7.10 Distribución porcentual según la composición familiar de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	72
7.11 Distribución porcentual según el peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	73

7.12 Distribución porcentual según el peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	73
7.13 Distribución porcentual según la talla al nacer de los niños y niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	75
7.14 Distribución porcentual según de la lactancia materna de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	76
7.16 Distribución porcentual según el padecimiento de alguna enfermedad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016	78
7.17 Distribución porcentual según la asistencia al programa de crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016	79
7.18 Distribución porcentual según el esquema de vacunación completo para la edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016	80
7.20 Distribución porcentual según de la persona que se encarga de la compra de la lonchera, de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	82
7.21 Distribución porcentual según de la persona que elige la lonchera para el consumo del niño y la niña del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	83
7.22 Distribución porcentual según el valor en pesos destinado para la compra de la lonchera diaria para el consumo del niño/a en el Jardín infantil La “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	85
7.23 Distribución porcentual según el análisis antropométrico en el indicador Talla/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	86

7.25 Distribución porcentual según el análisis antropométrico en el indicador Peso/Talla de los niños y las niñas menores de 5 años del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	89
7.26 Distribución porcentual según el Indicador Índice de masa corporal de los niños y las niñas mayores de 5 años del jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	91
7.27 Distribución porcentual según el consumo de lonchera por grupo de alimentos en promedio de una semana de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER” Medellín, 2016	92
7.28 Distribución porcentual según los alimentos que componen principalmente la lonchera de los niños y niñas del Jardín Infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	94
8. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	95
9. CONCLUSIONES	100
10. RECOMENDACIONES	102
REFERENCIAS	105

ÍNDICE DE TABLAS

	pág.
Tabla 1. Requerimiento Calórico en edad preescolar por sexo según las guías alimentarias del ICBF	46
Tabla 2. Distribución porcentual en tiempos de comida, según requerimientos para la primera infancia	47
Tabla 3. Clasificación del estado nutricional para Peso/Talla y Peso y Talla /Edad en la primera infancia según la OMS	50
Tabla 4. Variables sociodemográficas	58
Tabla 5. Distribución porcentual según los diferentes grupos de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	63
Tabla 6. Distribución porcentual del estrato socioeconómico de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín. 2016	64
Tabla 7. Distribución porcentual del barrio de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín. 2016	65
Tabla 8. Distribución porcentual por sexo de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	66
Tabla 9. Distribución porcentual de acuerdo a los rangos de edad y sexo de los niños y las niñas de jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	67
Tabla 10. Distribución porcentual del nivel de escolaridad del padre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	68

Tabla 11. Distribución porcentual del nivel de escolaridad de la madre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	69
Tabla 12. Distribución porcentual del tipo de seguridad social de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	70
Tabla 13. Distribución porcentual del número de integrantes que conforman la familia de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	71
Tabla 14. Distribución porcentual de la composición familiar de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	72
Tabla 15. Distribución porcentual del peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	73
Tabla 16. Distribución porcentual de la talla al nacer de los niños y niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	75
Tabla 17. Distribución porcentual de la lactancia materna de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	76
Tabla 18. Distribución porcentual del número de meses que recibió lactancia materna, los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	77
Tabla 19. Distribución porcentual del padecimiento de alguna enfermedad de los niños y las niñas del Jardín infantil la casita del saber. Medellín, 2016	78
Tabla 20. Distribución porcentual de la asistencia al programa de crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016	79
Tabla 21. Distribución porcentual del esquema de vacunación completo para la edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016	80

Tabla 22. Distribución porcentual de la percepción de la familia sobre lo saludable de la lonchera de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín	81
Tabla 23. Distribución porcentual de la persona que se encarga de la compra de la lonchera, de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	82
Tabla 24. Distribución porcentual de la persona que elige la lonchera para el consumo del niño y la niña del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	83
Tabla 25. Distribución porcentual del valor en pesos destinado para la compra de la lonchera diaria para el consumo del niño/a en el Jardín infantil La “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	85
Tabla 26. Distribución porcentual del análisis antropométrico en el indicador Talla/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	86
Tabla 27. Distribución porcentual del análisis antropométrico en el indicador Peso/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	88
Tabla 28. Distribución porcentual del análisis antropométrico en el indicador Peso/Talla de los niños y las niñas menores de 5 años del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	89
Tabla 29. Distribución porcentual del Indicador Índice de masa corporal de los niños y las niñas mayores de 5 años del jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	91
Tabla 30. Distribución porcentual del consumo de lonchera por grupo de alimentos en promedio de una semana de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER” Medellín, 2016	92
Tabla 31. Distribución porcentual de los alimentos que componen principalmente la lonchera de los niños y niñas del Jardín Infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	94

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	pág.
Gráfico 1. Distribución porcentual por sexo de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	66
Gráfico 2. Distribución porcentual del peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016.	73
Gráfico 3. Distribución porcentual de la talla al nacer de los niños y niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	75
Gráfico 4. Distribución porcentual de la persona que se encarga de la compra de la lonchera, de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016	82
Gráfico 5. Distribución porcentual de la persona que elige la lonchera para el consumo del niño y la niña del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	84
Gráfico 6. Distribución porcentual del valor en pesos destinado para la compra de la lonchera diaria para el consumo del niño/a en el Jardín infantil La “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	85
Gráfico 7. Distribución porcentual del Análisis antropométrico en el indicador Talla/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	87
Gráfico 8. Distribución porcentual del Análisis antropométrico en el indicador Peso/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	88

Gráfico 9. Distribución porcentual del Análisis antropométrico en el indicador Peso/Talla de los niños y las niñas menores de 5 años del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016.	90
Gráfico 10. Distribución porcentual del Indicador Índice de masa corporal de los niños y las niñas del jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016	91
Gráfico 11. Distribución porcentual del consumo de lonchera en promedio de una semana de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER” Medellín, 2016	93

ÍNDICE DE ANEXOS

	pág.
Anexo 1. Carta de autorización para realizar el proyecto investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”. Medellín. 2016	108
Anexo 2. Consentimiento informado para el proyecto investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”. Medellín. 2016	109
Anexo 3. Instrumento para la recolección de datos para el proyecto investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”. Medellín. 2016	114
Anexo 4. Instrumento para la observación del consumo de loncheras, para el proyecto investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”. Medellín. 2016	119

RESUMEN

Con esta investigación se quiso identificar como el estado nutricional se puede afectar por el consumo de alimentos que llevan en la lonchera, que en la mayoría de veces son hipercalóricos y poco nutritivos.

El objetivo fue establecer la influencia de las loncheras en el estado nutricional de los 76 niños y niñas de los 2 a 5 años niños(a), en el Jardín Infantil “CASITA DE SABER” Medellín 2016.

Es de tipo cuantitativo, no experimental, descriptiva y de corte transversal. Los resultados: 59.2% presentan peso adecuado para la edad, 27.6% presenta exceso de peso para la edad, 60% presentan un peso adecuado para la talla, 27.3% sobrepeso, 5.4% obesidad y 7.3% riesgo de bajo peso para la talla. La discusión sirvió para identificar el cumplimiento de los objetivos del desarrollo del milenio pues el panorama nutricional no se aleja de las cifras nacionales: 3.4% niños y niñas menores de 5 años presentan bajo peso para la edad, en la investigación: 10.5% riesgo de bajo peso para la edad y el 2.6% peso bajo para la edad lo que sugiere la urgencia de fortalecer la promoción de estilos de vida saludables en esta población.

El 68.3% incluye en sus loncheras productos de paquete y bebidas azucaradas (69,7%). Una de las conclusiones: una tercera parte presenta exceso de peso para la edad (27,6%), un tercio presentaron sobrepeso (27,3%) en el indicador peso para la talla. El conocer los resultados de la investigación, podrá llevar a futuras investigaciones, y acciones de promoción y prevención.

Palabras claves: Lonchera, estado nutricional del preescolar, jardín infantil

ABSTRACT

With this research we wanted identify the nutritional status of children is reflected due food consumption that they carry in their lunch-box, the most of the time those foods are hypercalorics and little nutritious.

The goal was to establish the influences of lunch-boxes on the nutritional state of children in the children's garden "CASITA DEL SABER", Medellin 2016. The research is of quantitative type, not experimental, it's descriptive design and cross-section.

The results were, 59.2% and have an adequate weight for age, 27.6% show an excess of weight for the age, and 60% show a suitable weight for height or size, 27.3% overweight, 5.4% childhood obesity and 7.3% had low weight risk for size.

The discussion served to identify the fulfillment of the millennium development goals because the nutritional panorama is not far from the national data: 3.4% of boys and girls under 5 years present underweight for their age: 10.5% risk of Underweight for their age and 2.6% low weight for age, suggesting the urgency of strengthening the promotion of healthy lifestyles in this population.

68.3% include in their lunchboxes package products and sugary drinks, (69.7%). One of the most relevant conclusions, was that a third part of the sample shows weight excess for age, (27.6%), one-third of the sample showed overweight, (27.3%) in the weight indicator for the size.

Knowing these results may lead to new researches and promotion and prevention actions.

Key words: lunchbox, nutritional state of preschool, kinder garden.

INTRODUCCIÓN

La malnutrición es el estado que aparece como resultado de una alimentación desequilibrada cuando los niños(as) consumen cantidades insuficientes de nutrientes esenciales para cumplir funciones importantes para su crecimiento y desarrollo, lo cual puede alterar la composición del cuerpo, dando lugar a una desnutrición, sobrepeso u obesidad.

Es de anotar que, en el grupo de menores de 5 años, la prevalencia de sobrepeso no ha variado en los últimos años, a diferencia de la población de 5 a 17 años en la que aumentó 4 puntos porcentuales entre 2005 y 2010. Esta situación puede darse a cambios en los patrones de actividad física y alimentación, además de otros factores sociales y ambientales. (ENSIN, 2010, p 398)

En los resultados del PAN de Medellín, se evidencia que la desnutrición en menores de cinco años presenta estadísticas menores que las de sobrepeso y obesidad, aunque el porcentaje de niños con baja talla no es despreciable. Así lo muestran los siguientes resultados: el 2,4% de los menores de 5 años tiene peso bajo para la edad o desnutrición global, el 1,9% presenta peso bajo para la talla o desnutrición aguda y el 8,1% presenta talla baja para la edad; por otro lado, el 19,4% de los menores de 5 años presenta sobrepeso y el 8,8% obesidad.

Estos últimos resultados nos enfrentan a un reto importante de fortalecer los estilos de vida saludable desde temprana edad en la ciudad. (Perfil alimentario y nutricional de Medellín, 2010 p17).

En la etapa infantil es donde se imitan algunas preferencias alimentarias de familiares, amigos y de personas que lo rodean. La influencia de la madre o aquellas personas que se encargan de la alimentación del menor es bastante fuerte en esta etapa, porque son ellos quienes

deciden los alimentos que se van comprar y la forma de preparación de acuerdo con su capacidad económica, la disponibilidad de tiempo y los conocimientos y preferencias que tenga para la selección de alimentos.

La alimentación juega un papel primordial en esta etapa de la vida, contribuyendo a su crecimiento y desarrollo del niño(a), para poder desempeñarse en sus actividades cotidianas y académicas. De ahí la importancia de que las loncheras escolares son necesarias para los niños(as) en la etapa preescolar, ya que permiten cubrir las necesidades nutricionales, asegurando así un rendimiento óptimo en la institución educativa.

En la actualidad, en los jardines infantiles e instituciones educativas de Medellín, y así mismo con los padres de familia de los niños(as) que asisten a dichas instituciones, se observa poco conocimiento sobre los temas relacionados con alimentación saludable; ya que las personas buscan facilidad a la hora de elegir, comprar y preparar los alimentos que el niño(a) que necesita llevar a su institución, sin tener en cuenta la calidad y cantidad para la edad, que finalmente se ve reflejado en su estado nutricional.

Siendo uno de los componentes primordiales de nuestra área profesional la alimentación y nutricional, se encuentra significativo intervenir en las loncheras infantiles del centro educativo Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, ya que basados en estudios del país, unas de las causas de la malnutrición son las dificultades para realizar una adecuada selección de los alimentos, contribuyendo así a la mejoría de la situación alimentaria y de salud.

De acuerdo con lo anterior, este estudio tiene como objetivo analizar si el consumo de alimentos que incluyen en las loncheras de los niños(as) que llevan a la institución educativa Jardín infantil “CASITA DEL SABER” tiene alguna relación con su estado nutricional y de salud.

La investigación fue de tipo cuantitativo, no experimental, de diseño descriptivo y de corte transversal, La población de estudio fueron los niños y niñas entre los 2 y 5 años de edad que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”. Con una muestra de 76 niños y niñas los cuales cumplieron con los criterios de inclusión.

Se realizó una encuesta como instrumento para la recolección de los datos, el cual se aplicó a los padres de familia de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”. (Ver anexo 3). Además, se realizó una observación directa de las loncheras que llevan a la institución, para este se aplicará otro instrumento de recolección. (Ver anexo 4).

De los resultados más relevantes fueron, el 59.2% presentan un adecuado peso para la edad, el 27.6% presenta exceso de peso para la edad y el 60% presentan un peso adecuado para la talla, aunque la gran mayoría de los niños y niñas del jardín infantil “Casita del saber” se encontraron con un adecuado peso para la talla; 27.3% presentaron sobrepeso, el 5.4% presentaron obesidad y 7.3% presentaron riesgo de bajo peso para la talla.

Además de lo observado durante una semana de las loncheras de los niños y niñas se logró percibir que más de la mitad de la muestra 68.3% incluye en sus loncheras los productos de paquete y las bebidas azucaradas, además que es poco variado entre un día y otro. Y solo un 20% de la muestra 15 niños, incluyó el grupo de frutas en la lonchera. Cabe resaltar que un adecuado de consumo de este grupo de alimentos puede contribuir a prevenir el aumento de peso y reducir el riesgo de obesidad, un factor de riesgo independiente de las enfermedades crónicas no transmisibles.

El consumo de bebidas azucaradas y/o carbonatadas se encontró en un porcentaje alto (69,7%) respecto al consumo de otro tipo de bebidas como jugos de fruta natural proporcionándoles un adecuado aporte de vitaminas.

La discusión nos sirvió para identificar que estaríamos dando cumplimiento a los objetivos del desarrollo del milenio ya que el panorama nutricional, no se aleja mucho de las cifras nacionales; pues un 3.4% niños y niñas menores de 5 años presentan bajo peso para la edad, en contraste con los resultados de esta investigación los cuales son muy similares; pues el 10.5% presenta un riesgo de bajo peso para la edad y el 2.6% presentan peso bajo para la edad lo que sugiere la urgencia de fortalecer la promoción de estilos de vida saludables en esta población.

Es importante resaltar que la formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables debe comenzar desde los primeros años de vida ya que los hábitos incorporados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida y se reflejarán en su estado de salud. El rol de los padres y cuidadores es de vital importancia en este proceso, ya que no es solo enseñar con el ejemplo sino también con la práctica debido a que también son influenciados por la publicidad, medios de comunicación y ambiente escolar, estos se verán reflejados en su estado nutricional y de salud

La investigación se encuentra organizada en los siguientes contenidos:

- Problema de investigación
- Justificación del problema
- Objetivo general y específicos
- Marco teórico
- Metodología
- Plan de Análisis de la información
- Resultados
- Discusión de resultados
- Conclusiones
- Recomendaciones
- Anexos
- Referencias

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Antecedentes del estudio

1.1.1 En el mundo. En la actualidad las industrias de los alimentos ofrecen productos procesados y ultra procesados los cuales están afectando directamente la salud de la población especialmente la de los niños y las niñas; la cual se ve más influenciada por la publicidad y los medios de comunicación ocasionando a corto, mediano y largo plazo enfermedades crónicas no transmisibles como los son la Diabetes tipo I Y II, dislipidemia, hipertensión arterial entre otras.

Las loncheras escolares deben prepararse pensando en el valor nutricional; muchos padres, por excesiva comodidad, utilizan en la lonchera infantil una diversidad de alimentos empacados, sin evaluar el suficiente valor nutricional. Es por esto que, para mantener un adecuado estado nutricional se debe implementar alimentos que favorezcan el desarrollo de los niños. (Huayllacayán Ccoyllo, 2014 p 4).

1.1.2 En Latinoamérica. El estado nutricional está condicionado por la económica, la sociedad y la cultura, y por la disponibilidad, el acceso, el consumo y el aprovechamiento biológico de los alimentos. Estudios realizados en América Latina y en los países en desarrollo coinciden en que el bajo poder adquisitivo, el limitado nivel educativo y las malas condiciones de higiene de los alimentos se relacionan con las altas tasas de desnutrición, además de la interacción entre la desnutrición y las infecciones, que se agravan mutuamente.

“En América Latina, la mayoría de los estudiantes se encuentran concentrados en las ciudades. Es sabido que la salud y la nutrición de los estudiantes influyen directamente en su

formación, su asistencia a la escuela y la concentración durante las horas de clase. Los estudiantes tienen hábitos alimenticios inadecuados, debido a la falta de educación nutricional de las madres con respecto a las loncheras escolares nutritivas, lo cual afecta el estado nutricional de los estudiantes”. (Huayllacayán Ccoyllo, 2014 p 10)

“Estudios de intervención realizados en la región de América Latina y otras partes del mundo han mostrado claramente que la inversión en nutrición durante esta etapa conlleva beneficios que van desde un mejor desempeño escolar hasta ingresos más altos en la vida adulta, con implicaciones significativas para la productividad del país”. (Huayllacayán Ccoyllo, 2014 p 51)

1.1.3 En Colombia. Los problemas nutricionales en nuestro país tienen como causas inmediatas, la ingesta inadecuada de alimentos, igualmente de otros factores que condicionan el estado nutricional y de salud del niño(a).

La Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia (ENSIN) del año 2010, presenta estadísticas de algunos indicadores importantes del estado nutricional de la población del país, que evidencian un panorama no muy alentador que incita a fortalecer la situación alimentaria y nutricional de los diferentes grupos de edad. Los resultados de algunas de estas estadísticas se presentan a continuación.

En la población menor de 10 años estudiada en la ENSIN se puede identificar una coexistencia de exceso y déficit de peso. La baja estatura para la edad o la desnutrición crónica en los menores de 5 años fue 13,2% y en los de 5-9 años 9%; cifras alejadas del 2,3%, que es el porcentaje en el que debería estar este indicador en una población bien nutrida. El sobrepeso y el

riesgo de sobrepeso en los menores de 5 años se presentaron en 5,2% y 20,2% respectivamente, y el sobrepeso en los niños de 5 a 17 años correspondió al 13,4%. (ENSIN, 2010, p 87)

También se puede observar, un mayor consumo de alimentos de paquete en un 41%, golosinas y dulces, en un 17.8% en la población de 5 a 64 años de edad, así mismo de un bajo consumo de lácteos en un 24.9% en las edades entre 5 a 8 años de edad y verduras en un 71.9% en la población mayor de 5 años. El consumo de frutas es uno de cada 3 colombianos entre las edades de 5 y 64 años, lo que evidencia hábitos alimentarios inadecuados en la población colombiana. (ENSIN, 2010, p 272)

Los resultados de la ENSIN 2010, nos invita a fundamentar estrategias integrales que ayuden a favorecer el estado nutricional de los niños(as).

El estado nutricional está condicionado por varios aspectos, como lo son los hábitos alimentarios, condiciones de salud, cultura y creencias alimentarias. Estudios realizados demuestran que gran parte de la población infantil, presenta malnutrición ya sea por déficit o exceso, en la última encuesta ENSIN 2010. Se logró concluir que la población infantil presenta un alto porcentaje de talla baja para la edad y sobrepeso y obesidad. Colombia enfrenta una transición nutricional en la que persisten los problemas de desnutrición mientras aumenta el problema de sobrepeso y obesidad en la población. (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. 2010, p 45)

1.1.4 En Antioquia. MANÁ trabaja por la seguridad alimentaria y nutricional de los antioqueños, principalmente de los niños, a través de diversos proyectos: brindando complementos alimenticios a menores de 6 años de los 125 municipios; aportando a la permanencia escolar mediante la entrega de víveres para los restaurantes escolares de 117 municipios, y formando a la comunidad educativa en hábitos alimentarios saludables.

El programa alimentario MANA, muestran estadísticas de algunos indicadores importantes del estado nutricional de la población en edad escolar, que se presentan a continuación:

Según el indicador peso/ edad, se observa una mayor proporción de un peso adecuado para la edad en cada una de las subregiones, con una mayor proporción en la subregión del Valle de Aburrá 79,6%. La condición de riesgo de bajo peso para la edad no presentó mayores proporciones, pero es importante anotar que las subregiones de norte, magdalena medio y Urabá con un 27,1%, 25,9% y 25,8% respectivamente fueron las que presentaron las mayores proporciones. (Gerencia de Seguridad Alimentaria y nutricional de Antioquia, 2006, p 2)

En la distribución porcentual del indicador talla/ edad, según subregión, se observó una mayor proporción de niños con talla adecuada para la edad, seguido del riesgo de talla baja para la edad, este último hubo en mayor proporción en la subregión de Urabá y Oriente con un 33,4% y un 32,9% respectivamente. La alteración del indicador talla edad, está asociada principalmente a tres condiciones: períodos extensos de deficiente consumo de alimentos en calidad y en cantidad, enfermedades a repetición que condicionan el consumo y el aprovechamiento biológico de los alimentos. La obesidad se debe a que se adoptan hábitos alimentarios y estilos de vida no saludables. (Gerencia de Seguridad Alimentaria y nutricional de Antioquia, 2006, p 3)

La distribución porcentual por obesidad, según subregión y área de residencia, se observó al igual que el anterior una mayor proporción en el valle del Aburrá y representado por el área urbana, con un 82,0% (Gerencia de Seguridad Alimentaria y nutricional de Antioquia, 2006, p 5)

La situación del estado nutricional de los beneficiarios del programa de alimentación escolar y MANA infantil, evidencia el impacto positivo de las estrategias de complementación alimentaria, ya que la mayoría de los beneficiarios presentaron un adecuado estado nutricional para cada uno de los indicadores evaluados. Esto sugiere la necesidad de fortalecer estas estrategias con acciones educativas que integren a toda la comunidad para considerarlas desde una mirada más integral.

La condición de malnutrición por exceso en el programa de alimentación escolar, no presentó una mayor proporción, pero sí fue mayor que las condiciones de delgadez. Esto es un signo de alarma y sugiere generar acciones que se encaminen a la adopción de conocimientos básicos de alimentación y Nutrición, que le permitan a la población escolar tener un criterio de selección ante la gran variedad en la oferta alimentaria”. (Gerencia de Seguridad Alimentaria y nutricional de Antioquia, 2006, p 6)

1.1.5 En Medellín. La necesidad de vigilar e intervenir desde los diferentes ámbitos, como un problema importante de salud pública, la prevalencia de exceso de peso en la población, y su coexistencia con la desnutrición en algunos grupos poblacionales. El Perfil Alimentario y Nutricional (PAN) de Medellín del año 2010, muestran estadísticas de algunos indicadores importantes del estado nutricional de la población de Medellín, donde se expone un horizonte no muy alentador que incita a fortalecer la situación alimentaria y nutricional de los diferentes grupos de edad.

En los resultados del PAN de Medellín, se evidencia que la desnutrición en menores de cinco años presenta estadísticas menores que las de sobrepeso y obesidad, aunque el porcentaje de niños con baja talla no es despreciable. Así lo muestran los siguientes resultados: el 2,4% de los menores de 5 años tiene peso bajo para la edad o desnutrición global, el 1,9% presenta peso bajo para la talla o desnutrición aguda y el 8,1% presenta talla baja para la edad; por otro lado, el 19,4% de los menores de 5 años presenta sobrepeso y el 8,8% obesidad. Estos últimos resultados nos enfrentan a un reto importante de fortalecer los estilos de vida saludable desde temprana edad en la ciudad. Teniendo en cuenta las anteriores estadísticas, se considera pertinente la vigilancia sistemática del estado nutricional de la población infantil. (Nutrición Pública, 2010, p 36 - 40)

1.2 Antecedentes de la investigación

1.2.1 En el mundo. Durante las revisiones bibliográficas no se logró encontrar investigaciones sobre la temática a desarrollar, ya que la gran mayoría de encuentran en hechas en América Latina

1.2.2 En Latinoamérica.

Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la institución educativa n° 524 nuestra señora de la esperanza” octubre 2005. Estudio realizado por Lissett Ivonne Requena Raygada en Lima Perú.

El método fue descriptivo correlacional de corte transversal. La población estuvo conformada por 150 madres y sus niños, se utilizó el muestreo probabilístico aleatorio simple. El instrumento fue el cuestionario, la técnica fue la encuesta y una ficha de Evaluación Nutricional.

Se demostró que la mayoría de las madres se encuentran en la etapa de adultez joven; con secundaria completa; proceden de la costa, específicamente de la ciudad de Lima; tienen un promedio de dos o tres hijos y son amas de casa.

Se pudo evidenciar, que el mayor porcentaje de madres 74% poseen conocimiento de medio a bajo debido a que desconocen la importancia de la lonchera, los alimentos que favorecen la absorción de los demás y la bebida que se debe enviar a los niños en la lonchera.

El mayor porcentaje de madres 76.7% (146) tiene prácticas inadecuadas en cuanto al contenido de la lonchera, encontrándose que la mayoría de las madres envían a sus hijos galletas, infusiones, leche, pan con pollo y mayonesa.

En cuanto al estado nutricional, predomina los preescolares con problemas de desnutrición 34% (51) y el 16.7% (25) son obesos. Un porcentaje significativo presenta obesidad y desnutrición, estos constituyen un factor de riesgo para adquirir enfermedades y alterar la calidad de vida del niño.

Se encontró relación entre conocimiento y las prácticas de las madres sobre el contenido de la lonchera a un nivel de significancia de 95%. (Requena, 2006, p 46)

Estado nutricional antropométrico, preferencias alimentarias y contenido de macro y micronutrientes en “loncheras” de niños preescolares. Villalobos. Venezuela, 2011

Se trata de un estudio descriptivo de corte transversal, realizado en dos jardines de infancia públicos ubicados en el municipio Libertador del estado Mérida, pertenecientes a las parroquias Juan Rodríguez Suárez y Arias. Se tomaron todos los niños preescolares que asistieron a los referidos Jardines de Infancia el día de la aplicación del instrumento, resultado un total de 58 niños con edades entre 4 y 5 años (33 masculinos y 25 femeninos).

Para la recolección de los datos se utilizó una ficha de registro antropométrico y de alimentos contenidos en la “lonchera” diseñada para los fines de esta investigación, que contenía, además de los datos del niño, ítems de respuesta abierta y de respuesta cerrada.

En los resultados sobre el papel que juega la “lonchera” en la alimentación de los preescolares estudiados como sustituto o no del desayuno , se observó que el 96.55% de los niños llevan su “lonchera”, cuyo contenido de alimentos representa la primera comida del día o desayuno para gran parte de los niños (74.14%); esto evidencia que la mayoría de los niños no ingirieron alimentos antes de asistir a la escuela, por lo que el contenido de la “lonchera” resultó ser atractivo para una cantidad considerable de ellos (91.38%) y no del agrado en una minoría (8.62%). También se constató que el 25.86% de los preescolares consumió algún tipo de alimento en el hogar, antes de asistir a la escuela, por lo que cabe señalar que la “lonchera” para la mayoría de los niños, no es un complemento del desayuno sino que lo sustituye.

También se ha señalado que el niño obeso, será el adulto obeso (Rubio et al. 2007) lo que colocaría en situación de riesgo a una gran parte de la población preescolar a mediano o a largo plazo; esta condición Diagnóstico nutricional antropométrico, favorece la aparición de enfermedades como diabetes, accidentes cardiovasculares, ciertos tipos de cáncer, problemas renales y respiratorios e hipertensión arterial (García et al. 2005), patologías que constituyen las principales causas de mortalidad en Venezuela. (García de Moizant, Bravo de Ruiz, Mora, & García Bravo, 2011 p 5)

Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la institución educativa n° 6069 pachacútec

Este estudio fue realizado por Susan Melina Huayllacayán Ccoyllo Yhovana Mora Herrera de Lima- Perú en el año 2014, donde se planteó el siguiente objetivo: Determinar la relación entre las nociones maternas sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes

de la Institución Educativa N° 6069 Pachacútec. Se realizó un estudio de enfoque cuantitativo, diseño descriptivo correlacional, de corte transversal, considerando una muestra no probabilística de tipo intencional. La población de estudio estuvo constituida por alumnos del cuarto grado de primaria de las secciones A, B, C y D. La técnica de recolección de datos fue la encuesta y la observación. Los instrumentos fueron un cuestionario y ficha de registro. Esto conduce a afirmar que el conocimiento materno sobre loncheras escolares tiene relación significativa con el estado nutricional de los estudiantes de primaria.

Los resultados fueron:

Existe relación significativa entre el conocimiento materno sobre loncheras escolares y el estado nutricional de estudiantes del cuarto grado de primaria de la Institución Educativa N° 6069 (Pachacútec de Villa El Salvador. 2). Se encontró que el conocimiento materno sobre loncheras escolares según generalidades, función y contenido de la lonchera es de nivel medio. 3. El estado nutricional de estudiantes de cuarto grado de primaria es normal. 4. Un porcentaje significativo de estudiantes presentan sobrepeso con tendencia a obesidad. (Huayllacayán Ccoyllo, 2014 p 67)

Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud en México

Se realizó una revisión teórica acerca del papel de la familia, los anuncios publicitarios y la escuela, en la adopción, o bien modificación de los hábitos alimentarios de los niños. Esta revisión fue por la revista chilena de nutrición en el año 2012, debido a que las nuevas

dinámicas familiares y la gran exposición de los niños a los comerciales alimentarios han modificado los patrones de consumo de los niños originando con ello el aumento de la obesidad infantil, motivo por el que se enfatiza la importancia de la educación para la salud como herramienta preventiva y promocional en el cambio de conductas relacionadas con la adopción de hábitos alimentarios saludables, destacando el desarrollo de programas nutricionales aplicados en escuelas con el objetivo de buscar el trabajo conjunto entre los padres de familia y los profesores, para lograr modificar conductas no saludables y lograr estilos de vida saludables.

El objetivo de esta revisión permite establecer a la educación para la salud como una herramienta preventiva y promocional que a través de la implementación de programas contribuye a la adopción de hábitos alimentarios saludables en esta edad. (Macías M. Adriana Ivette, 2012 p 2)

Considerando que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial, es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos alimentarios saludables. Sin embargo, para ello es necesario considerar factores de tipo fisiológicos, sociales y familiares, donde estos últimos ejercen una fuerte influencia en los patrones de consumo. No obstante, los hábitos alimentarios se han ido modificando por factores que alteran la dinámica familiar tales como la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar y la pérdida de autoridad en cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos que consumen los niños.

La publicidad televisa también ha contribuido a la modificación de los hábitos alimentarios de los niños debido a que representan un grupo de edad acrítico y fácil de manipular

en cuanto al consumo de nuevos alimentos, los que la mayor parte de las veces no son saludables.

Considerando la problemática presente la escuela juega un rol fundamental en la promoción de factores protectores en materia de hábitos alimentarios por lo que resulta un campo de acción en la implementación de programas nutricionales. Sin embargo, para que estos programas logren modificar las conductas alimentarias no saludables se requiere de una herramienta capaz de lograr dicho objetivo y la más indicada es la educación para la salud, en donde la colaboración entre los profesionales de este campo, los profesores, los padres de familia y las autoridades sanitarias constituye una estrategia para promover hábitos alimentarios saludables y por lo tanto estilos de vida saludables que perduren hasta la etapa adulta, disminuyendo el riesgo de desarrollar enfermedades crónico-degenerativas. (Macías M. Adriana Ivette, 2012 p 2)

1.2.3 En Colombia.

Relación entre el aporte nutricional de las loncheras y el índice de masa corporal en un grupo de niños de transición del colegio champagnat en la ciudad de Bogotá, D.C.

Se realizó un estudio de tipo descriptivo de corte transversal en los niños de transición del Colegio Champagnat realizada por Elied Paolin Fuentes Contreras en el año 2014. La población fueron 50 niños, el total de estudiantes de transición del Colegio Champagnat². El tamaño de la muestra estaba condicionado por la autorización y firma de los padres del consentimiento informado, finalizando con una muestra de 47 niños.

Se evaluó el estado nutricional se definió mediante valoración antropométrica por el IMC que se calculó tomando peso y talla; para la clasificación de IMC se tomó como referencia las tablas de valores Z que fueron elaboradas por la OMS y se establecieron en Colombia, por el Ministerio de la Protección Social (2010).

Para evaluar la calidad nutricional de las loncheras, en el tiempo de descanso de la jornada escolar, se hizo un registro fotográfico de los alimentos incluidas en estas, un registro de la cantidad en peso de los alimentos en las loncheras. Esta actividad se realizó los días lunes, jueves y viernes durante 6 semanas, recolectando la información de 282 loncheras escolares.

Para identificar la cantidad de macronutrientes y micronutrientes aportados se usó, por método indirecto, la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos ICBF del 2005; y la información del rotulado nutricional de los alimentos industrializados

Para identificar los criterios que tienen en cuenta los padres para la planeación de las loncheras, se diseñó una encuesta por parte de la investigadora principal.

En el estudio se observó en cuanto a la clasificación nutricional de acuerdo a antropometría, se encontró que el 4% del grupo de estudiado se clasifica en desnutrición crónica, al presentar una talla para la edad menor a menos dos desviaciones estándar (DS) respecto al parámetro de la resolución 2121; el 26% de éste grupo presentó riesgo de baja talla (con una talla para la edad mayor o igual a menos dos DS y menor o igual a menos una DS); mientras que la mayoría de niños y niñas (70%) tienen una talla adecuada para la edad (mayor a -1 DS).

Después de aplicar el cuestionario a la muestra de padres, se encontró que el 71% de los mismos ha sido alguna vez asesorado por un profesional en alimentación infantil y que el 57% de los padres no orienta la elección de alimentos para consumo mediante su rotulado nutricional.

Se registró que el 54,29% de los padres destina más de \$5.000 pesos colombianos diarios para la compra de las loncheras, mientras que el 42,86% destinan entre \$3.000 y \$5.000 pesos colombianos para este fin. Adicionalmente, se analizó que al estimar el tamaño de porción que debe consumir su hijo, el 82,86% se guía según su propio criterio.

En la frecuencia de consumo de los niños reportada por los padres en la encuesta, se encontró que el 37,24% nunca aportaban lácteos; que el 71,12% nunca tenían carnes; que el 55,17% nunca disponía de cereales (55,17%); que el 91,72% no aportaban grasas; el 80,79% nunca tenían bebidas carbonatadas, azucaradas o energizantes; el 79,72% no disponían dulces ni azúcares y que el 55,17% nunca tenían agua pura sin aditivos.

Se encontró que el 87% de las loncheras de los estudiantes de transición del Colegio Champagnat no cumple con los grupos de alimentos que se deben incluir, y solo el 13% cumple con el tamaño de porción adecuado y los grupos de alimentos incluidos en la minuta patrón

En conclusión, Los resultados obtenidos, respecto de los niños que se encuentran en el nivel transición del Colegio Champagnat, indican altas cifras de malnutrición, tanto por defecto como por exceso, coexistiendo un 4% de niños con desnutrición crónica, un 26% con riesgo de baja talla para la edad, con un 23% que están con sobrepeso y un 6% en obesidad.

En el nivel Transición del Colegio Champagnat, la malnutrición puede estar asociada a la cantidad y el tipo de alimentos consumidos durante el tiempo de la lonchera. Es de resaltar que el exceso de peso puede relacionarse con el hecho de que la mayoría de los niños estudiados consumen 54% más de las calorías que requieren para sus actividades diarias, las cuales provienen en su mayor parte de alimentos con alta densidad energética. (Fuentes, 2014 p 28)

1.2.4 En Antioquia. La Gobernación de Antioquia con el programa Maná, se realizó un estudio en el año 2006, donde se evaluaba el impacto que generó, el consumo del complemento nutricional en los niños de 1 a 5 años. Este complemento es de manejo en el hogar y no se puede garantizar que el consumo lo realice el beneficiario. Entre el 2006 y el 2010 por la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia. Medellín-Colombia, el Grupo de Investigación en Psicología Cognitiva. Departamento de Psicología, Universidad de Antioquia.

Medellín-Colombia y el Grupo de Investigación en Alimentación y Nutrición Humana. Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia. Medellín-Colombia. Se realizó una investigación para hacer una descripción de la ingesta de alimentos y nutrientes en niños expuestos y no expuestos al programa de complementación alimentaria MANÁ Infantil en el municipio de Envigado, Colombia, concluyendo que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la ingesta de alimentos y nutrientes entre niños expuestos y no expuestos al programa de complementación alimentaria MANÁ Infantil en dicho municipio. (Castro, Castaño, & Correa, 2013 p 83-96)

1.2.5 En Medellín.

La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad.

Se realizó un estudio cualitativo bajo la perspectiva de etnografía focalizada, en el cual se analizaron las percepciones de padres, profesores y niños acerca de la alimentación y nutrición de los escolares. Los informantes fueron 29 escolares, 16 madres de familia y 12 profesores de la

Escuela Tomas Carrasquilla (Medellín, Colombia). Esta investigación fue realizada por la Nutricionista Sandra Lucía Restrepo en el año 2005.

El total de grupos fue de ocho: tres grupos con déficit en su estado nutricional, tres grupos con estado nutricional adecuado y dos grupos de niños con exceso de peso. Los cuidadores familiares del escolar convocados a participar fueron los de los niños que finalmente conformaron los grupos seleccionados. Se entrevistaron dieciséis madres, un padre y una hermana; las demás madres no participaron por sus compromisos laborales y domésticos. De las madres que participaron, había cinco madres de los niños con riesgo nutricional, cinco madres de los niños con adecuado estado nutricional y siete madres de los niños con sobrepeso. Se contó con la participación de la totalidad de los maestros de la escuela y la persona encargada de la tienda escolar.

Según el estudio realizado se encontró que la situación de precariedad económica, así como la violencia social y el desplazamiento por los que atraviesa el país, han deteriorado las condiciones alimentarias de las familias de los sectores más pobres. Se observó algunas diferencias en el estado nutricional de sus niños que están relacionadas con la conformación familiar y las condiciones de empleo.

La presencia constante de un padre responsable, con un trabajo estable, facilita y mejora las condiciones de alimentación de la familia, debido a que la disponibilidad de ingresos permite la compra de alimentos más variada en cantidad y calidad. Esta situación se hace evidente en los niños con estado nutricional adecuado o con exceso de peso. 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.

Entre las familias estudiadas también se presentaron las familias incompletas, predominando aquellas de madres solas con sus hijos. La ausencia del padre se debe en la mayoría de los casos a abandono, muerte u otras situaciones temporales (p. ej., estar en prisión) que, además de que sumen a la mujer y a los niños en malas condiciones psicoafectivas, inciden negativamente en su situación económica y alimentaria.

De otro lado, la condición de precariedad económica por la que pasan estas madres cabeza de familia por razones de viudez, abandono o madres solteras, en muchos casos las ha llevado a introducir a sus hijos en edad escolar al mercado laboral, y estos niños deben asumir trabajos mal remunerados como las ventas callejeras para contribuir a la compra de alimentos.

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”, tener aceptación, ser baratos y, sobre todo, deben “llenar”.

En las familias con mayor disponibilidad económica se observó que la compra se hace más abundante y espaciada, cada 8 o 15 días, a diferencia de las familias con ingresos bajos donde la compra se hace diariamente pero en menor cantidad.

Los maestros y madres resaltan que estos niños comen mucho pero que los nutrientes no son adecuados, y que no hay por ello una nutrición balanceada.

En las familias con mayor número de necesidades básicas insatisfechas, que fueron precisamente las de los niños con deterioro en su estado nutricional, no se da mucha importancia

al lugar donde se come, debido a que muchas de estas familias sólo disponen de un espacio único que cumple funciones de dormitorio, cocina, baño, comedor y lugar de descanso y recreo.

En conclusión, En la familia se desarrollan las pautas culturales y los hábitos alimentarios que la madre socializa a través de la cocina, donde se recrean las identidades familiares y sociales, los roles y vínculos domésticos, el placer, el gusto y el rechazo por distintos alimentos.

Los niños son innovadores de por sí y forman sus gustos y preferencias individuales, que van muy asociados a la formación de su personalidad, lo que hace que muchas veces el acto alimentario se convierta en algo impositivo: las mamás no pueden dar a los niños lo que les gusta sino lo que ellas piensan que es bueno, saludable, culturalmente aceptable y económicamente posible.

Tener acceso a alimentos en cantidad, variedad y frecuencia depende de los ingresos que genera un empleo estable y se convierte en un factor determinante que incide en la dieta de la familia y de los escolares, pero esto no es suficiente para explicar sus condiciones nutricionales debido a que estas familias encuentran en la conformación familiar, en las redes de apoyo social y en sus estrategias de vida una forma de minimizar su situación de precariedad económica y de marginalidad. (Restrepo M. Sandra Lucía & Maya Gallego, 2005 p 1)

1.3 El problema como tal

En la actualidad, en los jardines infantiles e instituciones educativas de Medellín, y así mismo con los padres de familia de los niños(as) que asisten a dichas instituciones, se observa poco conocimiento sobre los temas relacionados con alimentación saludable; ya que las personas buscan facilidad a la hora de elegir y comprar los alimentos que el niño(a) que necesita llevar a

su institución, sin tener en cuenta la calidad y cantidad para la edad, y a esto se suma la inseguridad alimentaria de las familias, que finalmente se ve reflejado en su estado nutricional.

Consumir alimentos poco nutritivos en la edad infantil esporádicamente no mostrara una influencia significativa en el desarrollo y crecimiento, pero cuando ya se vuelve rutinario predispone a que se presenten problemas de malnutrición por carencia o por exceso.

El jardín infantil “CASITA DEL SABER” cuenta actualmente con un total de 147 niños y niñas, distribuido de la siguiente forma, en la jornada de la mañana y en la jornada de la tarde, entre 2 y 5 años de edad.

El jardín cuenta con dos jornadas mañana y tarde. En cada jornada se tienen un tiempo estipulado para consumir sus loncheras, estas loncheras son empacadas por sus padres de familia, permitiendo contribuir para el crecimiento y desarrollo físico e intelectual en esta etapa de la vida.

En la edad preescolar, se empiezan a crear hábitos alimentarios saludables, que repercutirán en los siguientes años. Estos hábitos se ven influenciados fundamentalmente por el medio que rodea al niño o la niña: su familia, amigos, vecinos o centro infantil.

En muchas ocasiones las loncheras no son las más saludables, generalmente son productos que benefician a la industria de alimentos con sus ventas; por factores relacionados con las actividades que realizan los padres de familia como el trabajo y sus compromisos, llevan a no hacer una selección consiente de estos alimentos.

De ahí la importancia de identificar qué tipos de alimentos, incluyen los padres de familia en las loncheras de los niños(as) del jardín “CASITA DEL SABER” y como se ve influenciado en su estado nutricional, con el fin de conocer y posteriormente a través de recomendaciones nutricionales a los padres de familia, generara unos posibles cambios en los hábitos alimentarios.

1.4 Pregunta de investigación

¿Qué influencia tienen las loncheras en el estado nutricional, de los niños(as) que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”?

2. JUSTIFICACIÓN

Al realizar la búsqueda de estudios realizados para llevar a cabo nuestra investigación, se encontró que, en Medellín, no se cuentan con información relacionada con la composición nutricional de la lonchera de los niños y niñas. Lo que en un futuro puede dar vía para realizar intervenciones a nivel Municipal y en tiendas escolares.

El conocer los resultados del estado nutricional del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, se podrá realizar acciones de promoción y prevención. Para evitar la aparición de diabetes, hipertensión y colesterol a temprana edad. Y puedan realizar una mejor elección de los alimentos para las loncheras de sus hijos.

La universidad tuvo un acercamiento a la problemática nutricional, temática poco explorada en el medio y así motivar a sus futuras cohortes de estudiantes, a tener un acercamiento a la realidad que se vive en nuestra ciudad de Medellín, con lo relacionado a la alimentación en los jardines infantiles.

Siendo nuestra área profesional, se encuentra importante intervenir en las loncheras infantiles, ya que basados en estudios del país, unas de las causas de la malnutrición son las dificultades para realizar una adecuada selección de los alimentos, contribuyendo así a su situación alimentaria y de salud.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo General

Determinar la relación existente entre la influencia de las loncheras en el estado nutricional, de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER” Medellín 2016.

3.2 Objetivos Específicos

- Realizar una encuesta a las familias de los niños y las niñas para obtener aspectos sociodemográficos relacionados con la alimentación familiar.
- Realizar la categorización por grupos de alimentos de la lonchera.
- Clasificar el estado nutricional de la población infantil a través de los tres indicadores nutricionales mediante la toma de los datos antropométricos.
- Realizar recomendaciones nutricionales, a los padres de familia de los niños y niñas detectados con alguna malnutrición, pertenecientes a la institución; y a la institución se le brindar herramientas encaminadas a continuar con el acompañamiento para la mejoría de su condición nutricional.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 Marco conceptual

4.1.1 Qué es un niño/a. Es sujeto de derechos, con potencialidades, que requieren todos los cuidados de sus padres o cuidadores que le brinden un contexto seguro y protegido. Además de ello requieren de la adquisición hábitos de vida saludable como unas adecuadas prácticas alimentarias, realización de ejercicio y buenas prácticas higiénicas.

Teniendo en cuenta lo anterior la investigación apunta a la garantía de derecho a una buena nutrición y una alimentación saludable, es por esto que las loncheras escolares son importantes y necesarias para los niños y niñas en esta etapa de la vida, ya que permiten cubrir las necesidades nutricionales, asegurando así un rendimiento óptimo en el centro educativo infantil e iniciar en la formación de buenos hábitos alimentarios.

4.1.2 Estado nutricional. El estado nutricional es el resultado de varios factores, internos o externos, dado principalmente por el consumo de alimentos.

“La delgadez, el sobrepeso y la obesidad son la expresión de un desequilibrio entre la ingesta de energía proveniente de los alimentos y el gasto de energía causado por el proceso metabólico, incluido el gasto adicional ocasionado por la enfermedad (si existiese) y el gasto asociado a la actividad física “(Guías alimentarias para la población colombiana, ICBF, 2015)

El bienestar nutricional es función de un conjunto de variables que determinan la ingesta de alimentos y de variables que determinan el estado de salud, con especial énfasis en las enfermedades infecciosas y las diferentes interacciones entre los dos factores y algunos factores

impredecibles. Aunque existen varios indicadores directos para medir el estado nutricional de un individuo, las alteraciones en el crecimiento y en las dimensiones corporales expresan de manera sistemática y confiable la magnitud y dirección del desorden nutricional. Por consiguiente la identificación de esta condición se centra en la antropometría nutricional, apoyada en las técnicas antropométricas usuales.

La malnutrición describe una condición patológica consecuencia del desequilibrio en el estado nutricional y puede referirse a un déficit en la ingesta de nutrientes, a un estado de sobrenutrición o a una alteración en la utilización de estos en el organismo. La malnutrición es del mismo modo, un factor de riesgo que incrementa las prevalencias de morbilidad y mortalidad en las poblaciones, disminuyendo su capacidad productiva y en general, su calidad de vida que se refleja en elevados costos sociales. (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2010)

4.1.3 Requerimiento nutricional. Un requerimiento nutricional es la cantidad necesaria que requiere un individuo de los diferentes nutrientes, comprendido entre macronutrientes como los carbohidratos, proteínas y grasas y micronutrientes como las vitaminas y minerales. Este requerimiento contribuye a un óptimo crecimiento, mantenimiento y funcionamiento del cuerpo humano. Estas cantidades dependen del sexo, edad y en la etapa en que se desarrolla un individuo. (Guías alimentarias para la población colombiana, ICBF, 2015 p 12)

Requerimiento nutricional calórico en un preescolar

El crecimiento de un niño o una niña involucra síntesis de tejidos y un aporte de macro y micronutrientes, los que deben ser proporcionados por la alimentación de acuerdo a los requerimientos establecidos para cada grupo de edad.

El requerimiento energético del niño o la niña se puede precisar como la ingesta calórica necesaria para mantener un estado de salud y crecimiento normal, así como un nivel de actividad física adecuado. Se expresa en función del peso corporal y corresponde a la suma de la energía requerida para metabolismo basal, crecimiento, actividad física y efecto calorigénico de los alimentos.

Por lo tanto, la alimentación juega un papel muy significativo en la primera infancia, ya que asegura un crecimiento y un desarrollo adecuado evitando una malnutrición.

El organismo infantil necesita, para funcionar correctamente nutrientes que son componentes de los alimentos que el cuerpo del niño o la niña necesita para crecer, desarrollarse, proporcionar energía al organismo, y así mantener un cuerpo saludable y fuerte.

El cuerpo obtiene los nutrientes de los alimentos, de los cuales encontramos:

- Proteína: sirve para formar tejido muscular, huesos, dientes, órganos, por lo tanto son indispensables para el crecimiento y desarrollo de los niños.
- Carbohidratos: Son la fuente más importante de energía para que el cuerpo pueda realizar todas sus funciones, ayudan al buen funcionamiento de los tejidos del sistema nervioso (son los encargados de controlar las tareas físicas y mentales del organismo) y son la única fuente energética para el cerebro.

- **Grasas:** Son una fuente alta de calorías, mantienen el organismo con una temperatura adecuada, ayudan a amortiguar los golpes, ayudan al transporte de vitaminas y formación de hormonas.
- **Vitaminas:** Sustancias que ayudan a cumplir las funciones de los macronutrientes. Una deficiencia puede causar ojos secos, manchas en los ojos, piel reseca, raquitismo, destrucción de los glóbulos rojos, hemorragias, anemia, debilidad general, pérdida de pelo, infecciones, entre otros.
- **Minerales:** al igual que las vitaminas cumplen funciones muy importantes en el organismo. Una deficiencia puede causar baja estatura, poco desarrollo de los órganos sexuales, anemia, disminución de la percepción de los sabores, inapetencia, retardo en la cicatrización de heridas, caída de cabello, debilidad en los huesos, y lesiones en la piel.

Se recomienda que el requerimiento energético sea aportado en un 40 a 60% por carbohidratos, en un 30 a 45% por grasas, y un 7 a 15% por proteínas. (Guías alimentarias para la población colombiana, ICBF, 2015 p 18)

Tabla 1. Requerimiento Calórico en edad preescolar por sexo según las guías alimentarias del ICBF

Grupo de edad	Energía (kcal)		
	Hombre	Mujer	Promedio
2-5 años	1242	1150	1200

Fuente: Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Noviembre 2015

Las calorías diarias totales (valor calórico total requerido) se distribuyen en los tiempos de comida que se ofrezcan según los siguientes rangos:

Tabla 2. Distribución porcentual en tiempos de comida, según requerimientos para la primera infancia

Distribución porcentual				
Desayuno	Nueves	Almuerzo	Onces	Comida
20 y 25%	10 y 15%	30 y 35%	10 y 15%	20 y 25%

Fuente: Comisión Intersectorial para la Atención Integral de Primera Infancia - De Cero a Siempre, s.f.

La suma de los tiempos de comida debe dar el 100% del valor calórico total.

(Lineamiento Técnico de Alimentación y Nutrición para la primera infancia, CIPI, 2015)

4.1.4 Características biológicas del niño o la niña en edades preescolar. Entre 1 y 2 años, el niño o la niña gana 12 cm en talla y 2,5kg en peso, y entre 3 y 5 años solo incrementa 7,1cm y 2,18kg en talla y peso respectivamente, por lo que se debe dar importancia al aporte energético durante este periodo. En esta etapa se produce un aprendizaje rápido del lenguaje, de la marcha y de la socialización, y se pueden producir cambios negativos o positivos en el apetito y en el interés por los alimentos.

La desaceleración del crecimiento en la etapa preescolar de 3 a 6 años, conlleva una disminución de las necesidades de energía y nutrientes específicos, en relación con el tamaño corporal. En el preescolar, la talla aumenta entre 6 y 8 cm, y el peso de 2 a 3 kg por año.

(Restrepo, 2000 p 76-78)

4.1.5 Indicadores nutricionales de los niños. El estado nutricional de los niños y las niñas desde el nacimiento hasta los 6 años se clasifica a través de tres indicadores antropométricos:

- **Peso para la edad:** este nos habla de la relación del peso del niño o la niña con respecto a un grupo de niños y niñas de la misma edad determinada en años y meses cumplidos y se ubica por medio de desviaciones estándar por debajo o por encima de la mediana. Este indicador diagnostica: Peso muy bajo para la edad o desnutrición global. Riesgo de bajo peso, o peso adecuado para la edad.
- **Talla para la edad:** este nos habla de la relación de la longitud (en menores de dos años), o la estatura con respecto a un grupo de niños y niñas de la misma edad en años y meses cumplidos y se ubica por medio de desviaciones estándar por debajo o por encima de la mediana. este indicador diagnostica talla baja para la edad o retraso en talla, riesgo de talla baja o talla adecuada para la edad.
- **Peso para la talla:** este nos habla de la relación del peso para la propia talla del niño o la niña y se ubica por medio de desviaciones estándar por debajo o por encima de la mediana, este indicador clasifica peso muy bajo para la talla o desnutrición agudas severa, riesgo de bajo peso para la talla, peso adecuado para la talla, sobrepeso, obesidad. (Restrepo, 2006) este indicador se utiliza con los niños y las niñas de 0 a 5 años.
- **Índice de masa corporal:** es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m^2).

El IMC proporciona la medida más útil del sobrepeso y la obesidad en la población, pues es la misma para ambos sexos y para los adultos de todas las edades. Sin embargo, hay que considerarla como un valor aproximado porque puede no corresponderse con el mismo nivel de grosor en diferentes personas.

En el caso de los niños, es necesario tener en cuenta la edad al definir el sobrepeso y la obesidad.

Niños menores de 5 años

En el caso de los niños menores de 5 años:

el sobrepeso es el peso para la estatura con más de dos desviaciones típicas por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS; y

la obesidad es el peso para la estatura con más de tres desviaciones típicas por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS.

Niños de 5 a 19 años

En el caso de los niños de 5 a 19 años, el sobrepeso y la obesidad se definen de la siguiente manera:

El sobrepeso es el IMC para la edad con más de una desviación típica por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS, y la obesidad es mayor que dos desviaciones típicas por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS.

Cada indicador por sí solo no permite diferenciar completamente un niño desnutrido de uno sano, por lo tanto es conveniente utilizar una combinación de ellos a fin de establecer más claramente el diagnóstico nutricional. La evaluación nutricional se realizará según los puntos de corte para la clasificación según la OMS.

Tabla 3. Clasificación del estado nutricional para Peso/Talla y Peso y Talla /Edad en la primera infancia según la OMS

INDICADOR	PUNTO DE COHORTE	
	(desviación estándar)	CLASIFICACIÓN
TALLA/EDAD (T/E)	<-2	Talla baja para la edad o retraso en la talla
	> -2 a < - 1	Riesgo de talla baja
	> - 1	Talla adecuado para la edad
PESO/TALLA (P/T)	< - 3	Peso muy bajo para la talla o desnutrición aguda severa.
	< - 2	Peso bajo para la talla o desnutrición aguda
	> - 2 < - 1	Riesgo de bajo peso para la talla
	> 1 a < 2	Sobrepeso
PESO/EDAD (P/)	> 2	Obesidad
	< - 3	Peso muy bajo para la edad o desnutrición global severa.
	< - 2	Peso bajo para la edad o desnutrición global.
	> - 2 a < - 1	Riesgo de bajo peso para la edad
	> - 1 a < 1	Peso adecuado para la edad.

Fuente: Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses, Enero de 2015

4.1.6 ¿Qué es una lonchera? “Es el alimento que los niños y las niñas necesitan tomar en la mañana o en la tarde, para complementar su alimentación, recuperar el líquido que pierde al jugar, recuperar la energía que gastó durante el juego y no decaer en el rendimiento escolar”.

(Dirección General para la Promoción de la salud, 2006 p 46)

Son importantes y necesarias para los niños y las niñas que se encuentran en la etapa preescolar y escolar donde forman parte del aporte nutricional diario, cubriendo entre un 10 y 15 % del requerimiento diario y por ningún motivo debe reemplazar una de las comidas principales.

Los jardines infantiles se convierten en un espacio muy adecuado para enseñar de forma práctica y objetiva la alimentación; las loncheras además de proporcionar nutrientes y energía ayuda a promover el consumo de alimentos producidos localmente (frutas en cosecha), enseñar colores, olores, texturas y sabores.

Las loncheras esta mayormente compuestas por producto de paquetes y bebidas gaseosas o “jugos de futas artificiales”, la ENSIN 2010 dice, “El 22 % aproximadamente, 1 de cada 5 Colombianos entre 5 y 64 años consume gaseosas o refrescos diariamente” (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2010 p 203-204)

La lonchera debe incluir:

Un lácteo un derivado, una carne pollo o huevo (ambos son fuente de proteína puede ser uno o los dos).

Uno o dos carbohidratos pan, galletas, tostadas, arepa, cereal de paquete y dulces preferiblemente arequipe, bocadillo y el azúcar para endulzar las bebidas (jugo). (Aportan energía).

Un alimento fuente de fibra: frutas y verduras (vitaminas para el normal desarrollo de todas las funciones del metabolismo y una adecuada digestión).

Adicionalmente grasa: margarina o queso crema dependiendo del estadio nutricional del niño o niña. (Guías alimentarias para la población colombiana, ICBF, 2015)

4.1.7 La educación nutricional. Cabe resaltar que la educación nutricional en la etapa preescolar es de suma importancia, ya que los niños y niñas empiezan a interesarse por los alimentos, a preferir o rechazar alguno de ellos y a presentar inapetencia. Uno de las características resaltantes en la elección de los alimentos, es el proceso de imitación; es decir, que el niño o la niña tiende a comer lo que observa en los adultos que lo rodean y en sus propios compañeros de la institución.

4.2 Marco contextual

A medida que los niños y niñas crecen van ampliando naturalmente su espacio de indagación y conocimiento. Especialmente a partir de los 2 años de edad, el juego y la exploración se convertirán en el principal mecanismo de aprendizaje, ayudándole a ampliar sus experiencias y saberes, probando, ensayando, errando y acertando. Por ello los padres de familia ven la necesidad de ingresar a los niños y niñas a una institución infantil.

El jardín infantil “Casita del Saber” su razón de ser es: brindar educación en edad preescolar, formando niños y niñas felices, investigativos, autónomos en el ejercicio de sus derechos y responsabilidades, con compromiso ambiental y capacidad de interactuar e innovar en su entorno.

Para el 2020 El jardín infantil la “Casita del Saber” será reconocido por promover y formar con calidad niños y niñas íntegros que aprenden utilizando la naturaleza y el juego a través de proyectos lúdico pedagógico.

4.3 Marco legal y ético

- **La LEY 1098 DE 2006** (Noviembre 8) por la cual se expide el **Código de la Infancia y la Adolescencia**, el cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado. (Congreso de la República, 2006)
- **Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2012-2019:** El Objetivo de la Política es garantizar que toda la población colombiana disponga, acceda y consuma alimentos de manera permanente y oportuna, en suficiente cantidad, variedad, calidad e inocuidad. (Gobierno de Colombia, 2012 p 9)
- **Ley estatutaria 1751 de 2015:** La salud para los colombianos de ahora en adelante es un derecho fundamental, es decir, a nadie se le puede negar el acceso al servicio de salud y tienen derecho a un servicio oportuno, eficaz y de calidad. (Congreso de Colombia - Ministerio de Salud, 2015)
- **Conpes 140** “ OBJETIVOS DE DESARROLLO DEL MILENIO-2015”
Meta Nacional: Acceso a una alimentación adecuada y suficiente.

- Reducir a 2.6% la prevalencia de desnutrición global.
- Reducir a 8% la prevalencia de desnutrición crónica.
- Reducir a 7.5% el porcentaje de población total en subnutrición. (Departamento Nacional de Prevención, 2011)
- **Ministerio de la protección social resolución número 2121 DE 2010 (9 Junio 2010)** Por la cual se adoptan los Patrones de Crecimiento publicados por la Organización Mundial de la Salud- OMS en el 2006 y 2007 para los niños, niñas y adolescentes de 0 a 18 años de edad. (República de Colombia, 2010)
- **Resolución 8430 de 1993 ministerio de salud:** Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud, fundamentada en la ética profesional. (Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos. INVIMA, 1993)

Herramientas y guías:

- **La ENSIN 2010**, es una herramienta fundamental de la política pública y un insumo básico para proponer acciones en seguridad alimentaria y nutricional. Es un estudio que permite medir los problemas nutricionales de la población colombiana, así como identificar los determinantes sociales, los indicadores y las tendencias del país en materia nutricional, como insumo para apoyar la toma de decisiones políticas y técnicas para su intervención. (República de Colombia- Ministerio de la Protección Social - Bienestar Familiar, 2010 p 26)
- **Las guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana mayor de 2 años:** Plato saludable de la familia colombiana es un documento técnico que se basa en el principio de una serie de acciones para hacer que esas pautas, y el renovado diseño de los

grupos de alimentos, primordiales para una buena salud, lleguen a todos los ciudadanos, trae consigo una serie de retos que apuntan a disminuir la desnutrición, se implementen planes para el control de la obesidad y se erradique, definitivamente, la anemia del territorio nacional, entre otros objetivos. (guías alimentarias para la población colombiana, ICBF, 2015 p 23)

- **Lineamiento técnico de alimentación y nutrición para la primera infancia de cero a siempre:** Orienta las acciones de implementación de la Estrategia, tanto en el nivel Nacional como Territorial Reconoce en las realizaciones que se deben dar en la Primera Infancia como esas condiciones y estados que se materializan en la vida de cada niña y cada niño, y que hacen posible su desarrollo integral. Son herramientas que orienten las acciones en diversos entornos, desde una mirada integral e intersectorial de la gestión. (Comisión Internacional de Primera Infancia, CIPI, 2015 p 5-6)

5. METODOLOGÍA

5.1 Tipo de diseño

La presente investigación fue de tipo cuantitativo ya que recogió, proceso, y analizo datos numéricos, estos son datos medibles; no experimentales, ya que no hay intervención, y de diseño descriptivo la investigación fue de corte transversal pues se hizo en un solo momento; los registros de información fueron prospectivos.

5.2 Población

Niños y niñas de 2 a 6 años estudiantes del jardín infantil la casita del saber de la ciudad de Medellín.

5.3 Unidad de análisis

Nuestra unidad de análisis fue cada uno de los niños y las niñas que pertenecían al jardín infantil “CASITA DEL SABER” y la lonchera de cada uno de ellos lleva a la respectiva institución.

5.4 Criterios de inclusión y criterios de exclusión

Entre los criterios de inclusión se tuvieron en cuenta:

- Edad de 2 a 6 años.
- Firma de los padres o el adulto responsable en el consentimiento informado.
- Llevar la lonchera desde la casa.
- Niños y niñas que asistan habitualmente
- Niños y niñas que en el hogar hayan diligenciado el cuestionario.

Los criterios de exclusión de la investigación fueron:

- Por fuera del rango de edad.
- Quienes en el hogar no hayan firmado el consentimiento informado.
- No asistir a la toma de peso y talla.
- Quienes el día de la observación no lleven la lonchera.
- Niños y niñas que en el hogar no hayan diligenciado el cuestionario.
- Niños y niñas que presenten alguna luxación o fractura: ya que esto puede alterar el peso (Yeso).

5.5 Fuentes de información

Las fuentes de información fueron primarias, obteniéndolas por medio de la observación y el cuestionario que fue diligenciado en el hogar por los padres o adultos responsables.

5.6 Instrumento de recolección de la información

Se realizó una encuesta, que costaba de 33 preguntas en las cuales se encontraron datos sociodemográficos y alimentarios, el cual se aplicó a los padres de familia de los niños y niñas que asistían al jardín infantil “Casita del Saber”. (Ver anexo 3). Además se realizó una observación directa de las loncheras que llevaron a la institución, para este se aplicó otro instrumento de recolección (Ver anexo 4).

5.7 Variables sociodemográficas

Tabla 4. Variables sociodemográficas

	Variable	Naturaleza	Escala de medición	Unidad de medida
1	Sexo	Cualitativa	Nominal	Masculino Femenino
2	Edad	Cuantitativa	Razón	Años
3	Estrato	Cualitativo	Ordinal	1,2,3,4,5,6
4	Barrio	Cualitativo	Nominal	Barrio: _____
5	Grado en que se encuentra el niño o niña	Cualitativo	Ordinal	Parvulos Pre-Jardín Jardín Transición
6	Tipo de seguridad Social	Cualitativa	Nominal	Contributivo Subsidiado Vinculado Ninguna

	Variable	Naturaleza	Escala de medición	Unidad de medida
7	Nivel de formación Padre	Cualitativa	Ordinal	Primaria completa Primaria incompleta Secundaria completa Secundaria incompleta Técnica Tecnología Universitario Postgrado Maestría Doctorado Ninguna de las anteriores
8	Nivel de formación Madre	Cualitativa	Ordinal	Primaria completa Primaria incompleta Secundaria completa Secundaria incompleta Técnica tecnología Universitario Postgrado Maestría Doctorado Ninguna de las anteriores
9	El niño(a) vive con	Cualitativa	Nominal	Padre Madre Hermanos Abuelos Otros_____
10	Número de integrantes de la familia	Cuantitativa	Razón	1,2,3,...
11	Peso al nacer	Cuantitativa	Razón	Menos de 1900g 2000g -2499 g

	Variable	Naturaleza	Escala de medición	Unidad de medida
				2500g -3499 g 3500g -4000g 4000g o mas Sin Dato
12	Talla al nacer	Cuantitativa	Razón	40-45cm 46-50cm 51-55cm Sin Dato
13	Vacunas completas para la edad	Cualitativa	Nominal	Si No
14	Crecimiento y desarrollo	Cualitativa	Nominal	Si No
15	Recibió lactancia materna	Cualitativa	Nominal	Si No
16	Hasta que mes recibió la lactancia materna	Cuantitativo	Ordinal	1,2,3,4.....
17	Que enfermedades ha padecido el niño o niña	Cualitativo	Nominal	Cuál o cuáles?_____
18	Presenta actualmente alguna enfermedad	Cualitativa	Nominal	Si No Cuál?_____
19	Quién es la persona	Cualitativa	Nominal	Padre

	Variable	Naturaleza	Escala de medición	Unidad de medida
	de compra los alimentos en el hogar			Madre Otros
20	Quién elige la lonchera	Cualitativa	Nominal	Padre Madre Niño - Niña Otros
21	Cuál es el valor de la lonchera diariamente	Cuantitativa	Razón	1.000-2.999 pesos 3.000 - 5.000 pesos Más de 5.000 pesos
22	Cree que la lonchera de su hijo es saludable	Cualitativa	Nominal	Si No
23	Elija los grupos de alimentos que su hijo llevo hoy en la lonchera.	Cualitativa	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lácteos 2. Frutas 3. Verduras 4. Carnes/carnes frías 5. Harina o cereales (productos panificados, hojuelas de maíz) 6. Mecatos (todos los productos de paquete, como por ejemplo papitas, chitos, doritos..) 7. Dulces 8. Grasas (mantequilla, queso crema o crema de leche)

6. PLAN DE ANÁLISIS

Durante la investigación, se realizará el análisis de los datos utilizando el equipo de cómputo, además hojas de cálculo del programa Excel para tabular y graficar la información obtenida a través de tablas dinámicas, las cuales nos ayudaran para expresar y analizar los resultados en porcentajes y se contará con un software de la Organización Mundial de la Salud (OMS) llamado Anthro que es una calculadora antropométrica la permite el análisis de datos de encuestas de poblaciones sobre el estado nutricional.

7. RESULTADOS

Después de realizar la tabulación y en análisis de la información obtenida en las encuestas diligenciadas por las familias en el hogar y en la observación que se realizó, se obtuvieron resultados, con los cuales se logró realizar un análisis del estado nutricional de los niños y niñas del Jardín infantil “casita del saber”...y la influencia de las loncheras en este.

De la población total 146 niños y niñas. Solo 76 (51,7%) cumplieron con los criterios de inclusión, ya que, por condiciones particulares de la familia, fueron negados dos consentimientos informados (2), y el resto de la población (48.3%), no entregaron el consentimiento informado o no llenaron la encuesta correctamente. Luego de la toma de los datos antropométricos se observó la lonchera que consumieron en el hogar infantil durante cinco días, en forma aleatoria en el mes de julio.

7.1 Distribución porcentual según los diferentes grupos de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 5. Distribución porcentual según los diferentes grupos de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

NIÑOS/AS	No.	%
Párvulos	14	18,4
Pre jardín	22	28,9
Jardín	27	35,5
Transición	13	17,1
Total	76	100

Del 100% de los niños evaluados el 35.5% son del grado jardín, el 28.9% son del grado pre jardín, y el 18.4% son del grado párvulos, el resto de la población está en transición.

7.2 Distribución porcentual según el estrato socioeconómico de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 6. Distribución porcentual del estrato socioeconómico de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín. 2016

Estrato	No.	%
2	2	2,6
3	21	27,6
4	50	65,8
Sin Dato	3	3,9
Total	76	100,0

Del 100% de los niños evaluados el 65.8 % pertenecen al estrato socioeconómico 4, y el 27.6% pertenecen al estrato socioeconómico 3, el 2.6 % al estrato 2 y el 3.9% se encontraron sin dato. Lo que nos indicó que gran proporción de las familias tenían un nivel económico adecuado.

7.3 Distribución porcentual según el Barrio de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 7. Distribución porcentual del barrio de los niños y niñas que asisten al jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín. 2016

Barrio	No.	%
Buenos Aires	1	1,3
Guayabal	4	5,3
Itagüí	1	1,3
La mota	1	1,3
Rodeo Alto	4	5,3
San Pablo	17	22,3
Santa Fe	29	38,2
Sin Dato	7	9,2
Trinidad	12	15,8
Total	76	100

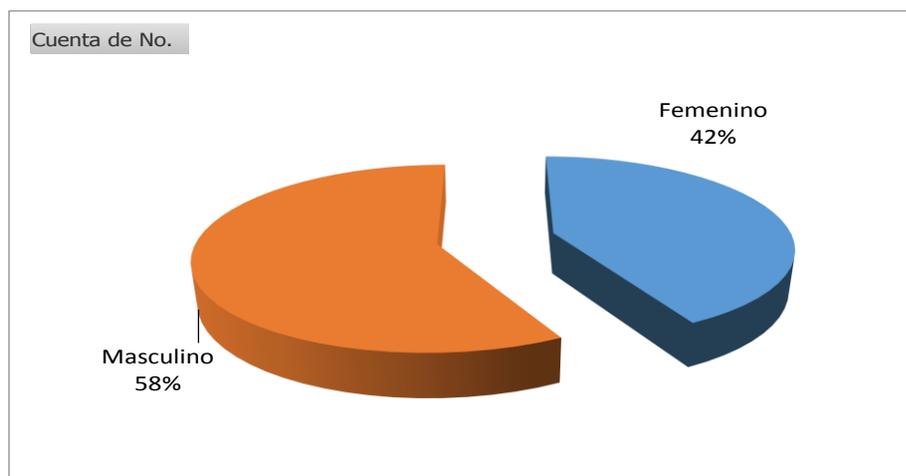
Del total de los niños evaluados se encontró que el 38.2% vivían en el barrio santa fe y los demás vivían en barrios aledaños al centro infantil. El cual se encuentra ubicado en el barrio Guayabal.

7.4 Distribución porcentual según el sexo de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 8. Distribución porcentual por sexo de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Sexo	No.	%
Femenino	32	42,0
Masculino	44	58,0
Total	76	100,0

Gráfico 1. Distribución porcentual por sexo de los niños y niñas del jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016



El 58% (44) de los niños evaluados son del sexo masculino y el 42% restantes son del sexo femenino (32).

7.5 Distribución porcentual según de acuerdo a los rangos de edad y sexo de los niños y las niñas de jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 9. Distribución porcentual de acuerdo a los rangos de edad y sexo de los niños y las niñas de jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Edad	F	%	M	%	TOTAL
2-4 AÑOS	14	43,7	19	43,2	33
4-6 AÑOS	18	56,3	25	56,8	43
Total	32	100	44	100	76

En la distribución por edades se encontró que, el 56.8% se encuentran entre los 4 - 6 años de edad, con mayor predominio del sexo masculino y el resto entre los 2-3 años con 11 meses de edad, con predominio del sexo femenino.

7.6 Distribución porcentual según el nivel de escolaridad del padre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 10. Distribución porcentual del nivel de escolaridad del padre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Nivel de escolaridad del Padre	No.	%
Maestría	1	1,3
Postgrado	2	2,6
Universitario	16	21,1
Tecnología	13	17,1
Técnica	12	15,8
Primaria completa	1	1,3
Secundaria completa	24	31,6
Secundaria incompleta	3	3,9
Sin dato	4	5,3
Total	76	100

De los padres evaluados se encontró que el 31.6% de los padres de los niños estudiaron la secundaria completa, el 25% realizaron estudios universitarios post grado o maestrías, los demás tiene una preparación de tipo tecnología (17.1%) y técnica 15.8 %. Lo anterior nos indica que la mayoría de los padres tienen un nivel educativo medio, lo que puede verse reflejado en el nivel adquisitivo de las familias al tener mejores ingresos por sus condiciones laborales.

7.7 Distribución porcentual según el nivel de escolaridad de la madre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 11. Distribución porcentual del nivel de escolaridad de la madre de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Nivel de escolaridad de la Madre	No.	%
Postgrado	8	10,6
Universitario	20	26,3
Tecnología	7	9,2
Técnica	18	23,7
Secundaria completa	20	26,3
Secundaria incompleta	3	3,9
Total	76	99,9

De las madres evaluada se en encontró que 26.3% estudió secundaria completa, y el nivel universitario y post grado 36.8% las demás de las madre tienen estudios, técnica 23.7% y tecnología 9.2% respectivamente.

7.8 Distribución porcentual según el tipo de seguridad social de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 12. Distribución porcentual del tipo de seguridad social de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tipo de seguridad social	No.	%
Contributivo	50	65,8
Vinculado	13	17,1
Subsidiado	9	11,8
Sin Dato	4	5,3
Total	76	100

El 65.8 % de los niños y las niñas del jardín infantil la “CASITA DEL SABER” pertenecen al régimen contributivo, lo que indica que las familias cuentan con una vinculación laboral estable. Mientras que un 17.1% se encuentran sin afiliación al sistema de seguridad social, que aún no cuentan con una encuesta del SISBEN para tener acceso al régimen subsidiado, solo el 11.8% está en este régimen subsidiado.

7.9 Distribución porcentual según el número de integrantes que conforman la familia de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 13. Distribución porcentual del número de integrantes que conforman la familia de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Número de integrantes que conforman la familia	No.	%
2	4	5,4
3	26	34,2
4	22	28,9
5	9	11,8
6	3	3,9
7	2	2,7
8	3	3,9
10	1	1,3
Sin dato	6	7,9
Total	76	100

El 34.2% (26), se encuentra conformada por 3 personas, el 28.9% (22), por 4 personas y el 11.8% (9) por 5 personas, y una familia se encuentra conformada por 10 miembros, lo que nos pudo indicar que la gran mayoría de las familias está conformada con pocos integrantes.

Teniendo en cuenta este dato, se puede relacionar con la disponibilidad económica que tienen las familias para la compra de las loncheras, la gran mayoría de las familias gastan entre 3000 y 4999 pesos, lo que significa que se puede escoger alimentos nutritivos y variados que contribuyan a su bienestar.

7.10 Distribución porcentual según la composición familiar de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 14. Distribución porcentual de la composición familiar de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Quienes conforman la familia	No.	%
Madre	4	5,3
Madre, hermanos, otros	5	6,6
Madre, otros	11	14,5
Padre	0	0
Padre, madre	23	30,3
Padre, madre, hermanos	15	19,7
Padre, madre, hermanos, otros	8	10,5
Padre, otros	1	1,3
Padre, madre, otros	7	9,2
Sin dato	2	2,6
Total	76	100

De las familias encuestadas el 30.3% (23) se encuentra conformada por padre, madre e hijo; el 19.7%(15) se encontró conformada por padre, madre, hermanos, siendo familias nucleares. El 50% restante se encontró distribuido entre familia monoparental o familias extensas.

Una familia nuclear posiblemente tenga un nivel educativo más alto y por ende una mejor capacidad adquisitiva y electiva de los alimentos; y estará más motivado por saber si lo que su hijo-a come en el colegio es nutritivo o no.

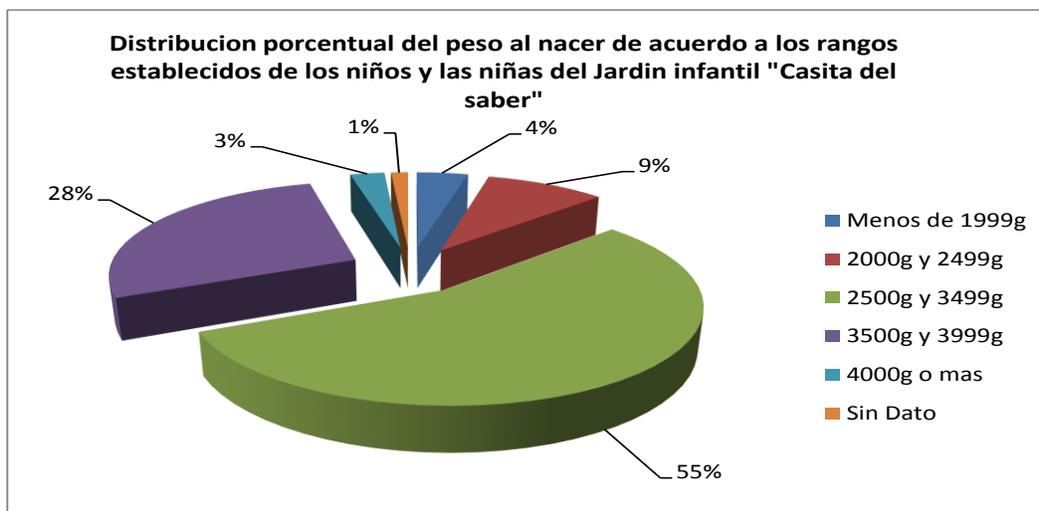
7.11 Distribución porcentual según el peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 15. Distribución porcentual del peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Peso al nacer	No.	%
Menos de 1999g	3	4
2000 y 2499g	7	9,2
2500 y 3499g	42	55,3
3500 y 3999g	21	27,6
4000g o más	2	2,6
Sin dato	1	1,3
Total	76	100

7.12 Distribución porcentual según el peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Gráfico 2. Distribución porcentual del peso al nacer de acuerdo a los rangos establecidos de los niños y las niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016.



Los niños y las niñas no pesan ni miden, todos lo mismo al nacer, y esto es porque hay varios factores que afectan el peso y la longitud del bebe que está por nacer, como duración de la gestación, complicaciones durante la gestación, alimentación de la madre y el consumo de sustancias nocivas, entre otros.

Lo normal es que un recién nacido a término mida entre 47 y 53cm y un peso entre 2600 y 3750g.

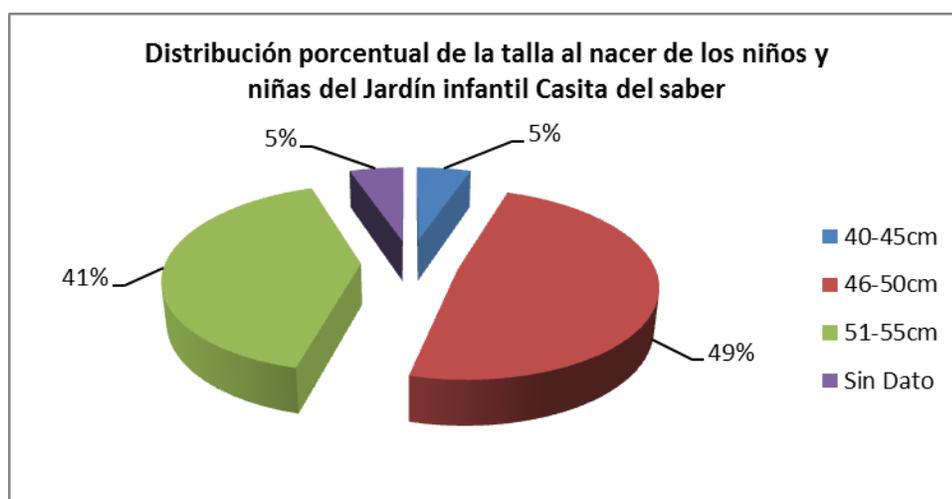
En las familias encuestadas se encontró que el 53.9% (41) al nacer presentaron un peso entre 2500 gr y 3499 gr, y el 27.6% (21), tenían un peso entre 3500 gr y 3999 gr, siendo esto un peso adecuado al nacer siendo un buen indicador para el estado nutricional y de salud de los niños y niñas. Un 2.6% (2) obtuvieron un peso al nacer superior a 4000 gr, lo que pudo haber estado relacionado con alguna patología de base de la madre cómo puede ser la diabetes gestacional, entre otras. El 13.1% (10) presentaron un peso inferior a 2500 gr, perteneciendo a la categoría de bebe canguro se desconocen las causas, pero esto puede estar relacionado con una pre eclampsia o malnutrición en la gestación, entre otras.

7.13 Distribución porcentual según la talla al nacer de los niños y niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 16. Distribución porcentual de la talla al nacer de los niños y niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Talla al nacer	No.	%
40-45cm	4	5,3
46-50cm	37	48,6
51-55cm	31	40,8
Sin dato	4	5,3
Total	76	100

Gráfico 3. Distribución porcentual de la talla al nacer de los niños y niñas del Jardín infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016



Se encontró que las tallas al nacer el 48.6 % (37) obtuvieron al nacer una talla entre 46-50 cm, el 40.8% (31) obtuvieron una talla superior a 51 cm, el 5.3% nacieron con una talla inferior a 45 cm de longitud, esto puede estar relacionado con prematuridad y bajo al nacer. Teniendo en cuenta los valores antes mencionados que son de parámetro normales para un niño o niña que nace a término.

7.14 Distribución porcentual según de la lactancia materna de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 17. Distribución porcentual de la lactancia materna de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Recibió Lactancia materna	No.	%
Si	71	93,4
No	5	6,6
Total	76	100

Del 100% al 93,44(71) recibe lactancia materna al momento de nacer, el 6.6% (5) no recibió lactancia materna al nacer, se desconoce la causa. La ENSIN 2010 menciona “la gran mayoría de mujeres colombianas inició el amamantamiento al nacer, pero las madres que no amamantaron afirmaron que las principales razones están: “no le bajó leche, el niño se rehusó a la leche materna, el niño estaba enfermo o débil, problemas del pezón, problemas de succión” (ENSIN 2010 p. 216).

7.15 Distribución porcentual según el número de meses que recibió lactancia materna, los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 18. Distribución porcentual del número de meses que recibió lactancia materna, los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Edad en meses que el niño/a recibió LM	No.	%
6 meses	30	39,5
12 meses	28	36,8
24 meses	12	15,8
Más de 24 meses	0	0
Sin dato	6	7,9
Total	76	100

De los niños alimentados con leche materna se encontró que el 39.5%(30) recibió lactancia materna solo por seis meses, el 36.8%(28) recibió solo hasta los 12 meses, y un 15.8%(12) recibió por 24 meses, el 7.9%(6) no se encontró con datos. En relación con el tiempo de la lactancia materna y el peso de los preescolares según el estudio **Lactancia materna como factor protector de sobrepeso y obesidad en preescolares** del año 2011 se encontró que la lactancia materna predominante los seis primeros meses de vida es un factor protector de la malnutrición infantil por exceso de peso. (Jarpa, s.f.)

7.16 Distribución porcentual según el padecimiento de alguna enfermedad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Tabla 19. Distribución porcentual del padecimiento de alguna enfermedad de los niños y las niñas del Jardín infantil la casita del saber. Medellín, 2016

Padece de alguna enfermedad	No.	%
Si	18	23,7
No	56	73,7
Sin Dato	2	2,6
Total	76	100

Del 100% de las encuestas el 73.7 % (56) no padece ninguna enfermedad, el 23.7% (18) padecen algún tipo de enfermedad. Encontrándose las enfermedades respiratorias las más comunes en los niños y niñas. La aparición de enfermedades frecuentes en los niños y niñas está relacionado con la ganancia o no de peso, lo que puede alterar su estado nutricional.

7.17 Distribución porcentual según la asistencia al programa de crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Tabla 20. Distribución porcentual de la asistencia al programa de crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Asiste a crecimiento y desarrollo	No.	%
Si	73	96,1
No	3	3,9
Sin dato	0	0
Total	76	100

El 96.1% de los asisten a crecimiento desarrollo, mientras que un 3.9% no asisten, por lo que se percibe que una minoría de las familias no consideran importantes las actividades realizadas en este programa para la salud de sus niños y niñas. Las familias asistentes al programa de crecimiento y desarrollo pueden contar con una mejor orientación en salud, debido a que la mayoría de estos programas son atendidos por un equipo interdisciplinario entre ellos un nutricionista que brinda orientaciones en cuanto al consumo de los alimentos según el estado nutricional encontrado en los niños. por lo que las familias que asisten pueden tener un mejor criterio para la elección de los alimentos que llevaran sus hijos en la lonchera.

7.18 Distribución porcentual según el esquema de vacunación completo para la edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Tabla 21. Distribución porcentual del esquema de vacunación completo para la edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Vacunación completa para la edad	No.	%
No	0	0
Si	76	100
Total	76	100

El 100% de los niños y las niñas del jardín infantil la “CASITAS DEL SABER” tienen su esquema de vacunación completo para la edad. Siendo esto un buen indicador de salud y prevención de enfermedades.

7.19 Distribución porcentual según la percepción de la familia sobre lo saludable de la lonchera de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Tabla 22. Distribución porcentual de la percepción de la familia sobre lo saludable de la lonchera de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”. Medellín, 2016

Cree que la lonchera de su hijo/a es saludable	No.	%
No	33	43,4
Si	38	50
Sin Dato	5	6,6
Total	76	100

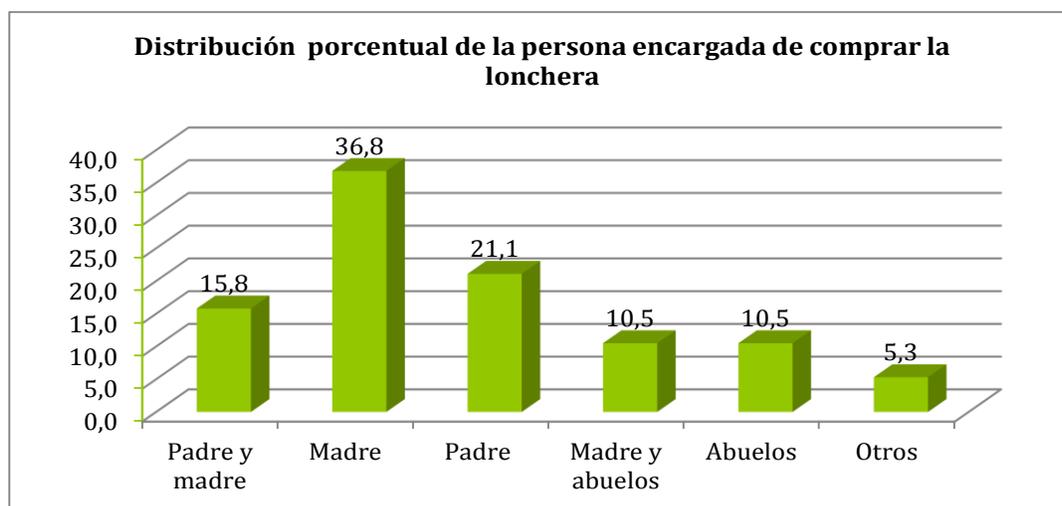
De las familias encuestadas el 50% (38) considera que la lonchera que lleva al jardín es saludable, el 43.4%(33) considera que no lo es y el 6.6% (5) no dio respuesta a esta pregunta; sin embargo al observar las loncheras que los 76 niños llevaron (5 días) se encontró que una gran proporción llevaron snacks y bebidas azucaradas ,teniendo en cuenta que una lonchera “Es el alimento que los niños y las niñas necesitan tomar en la mañana o en la tarde, para complementar su alimentación, recuperar el líquido que pierde al jugar, recuperar la energía que gastó durante el juego y no decaer en el rendimiento escolar”. (Dirección General para la Promoción de la salud, 2006).

7.20 Distribución porcentual según de la persona que se encarga de la compra de la lonchera, de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 23. Distribución porcentual de la persona que se encarga de la compra de la lonchera, de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Quien se encarga de comprar la lonchera	No.	%
Padre y madre	12	15,8
Madre	28	36,8
Padre	16	21,1
Madre y abuelos	8	10,5
Abuelos	8	10,5
Otros	4	5,3
Sin dato	0	0
Total	76	100

Gráfico 4. Distribución porcentual de la persona que se encarga de la compra de la lonchera, de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016



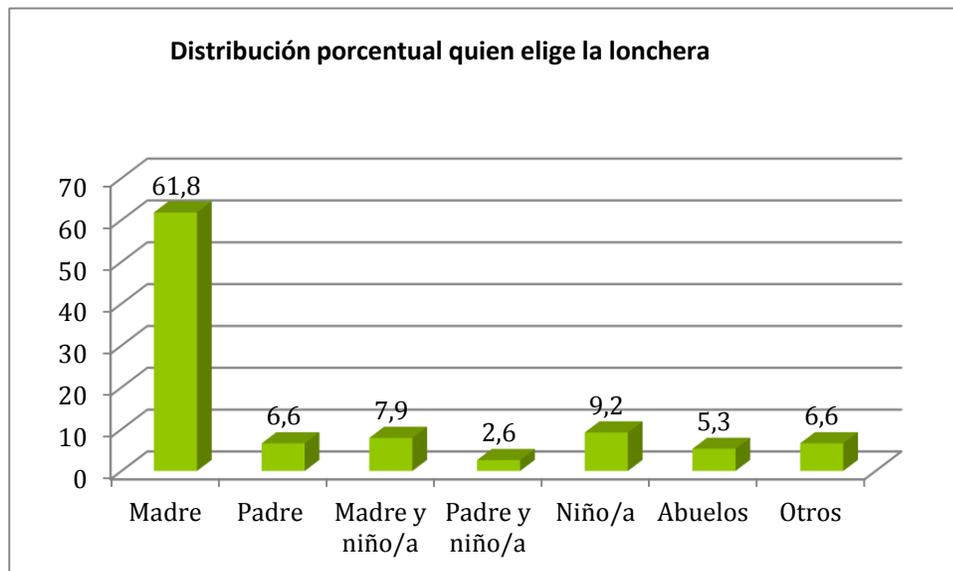
De las familias encuestadas el 36.8% (28) la persona encargada de la compra de la lonchera es la madre, el 21.1% (16) el padre principalmente. Y también se encontró que el 42.1% restante queda a cargo de los abuelos primordialmente. Llama la atención que la pareja solo lo hace en un del 15.8% Una gran proporción 73.7% de los padres se encuentran interesados en definir lo que sus hijos llevan en la lonchera.

7.21 Distribución porcentual según de la persona que elige la lonchera para el consumo del niño y la niña del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 24. Distribución porcentual de la persona que elige la lonchera para el consumo del niño y la niña del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Quién elige la lonchera	No.	%
Madre	47	61,8
Padre	5	6,6
Madre y abuelos	0	0
Madre y niño/a	6	7,9
Padre y niño/a	2	2,6
Niño/a	7	9,2
Abuelos	4	5,3
Otros	5	6,6
Total	76	100

Gráfico 5. Distribución porcentual de la persona que elige la lonchera para el consumo del niño y la niña del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016



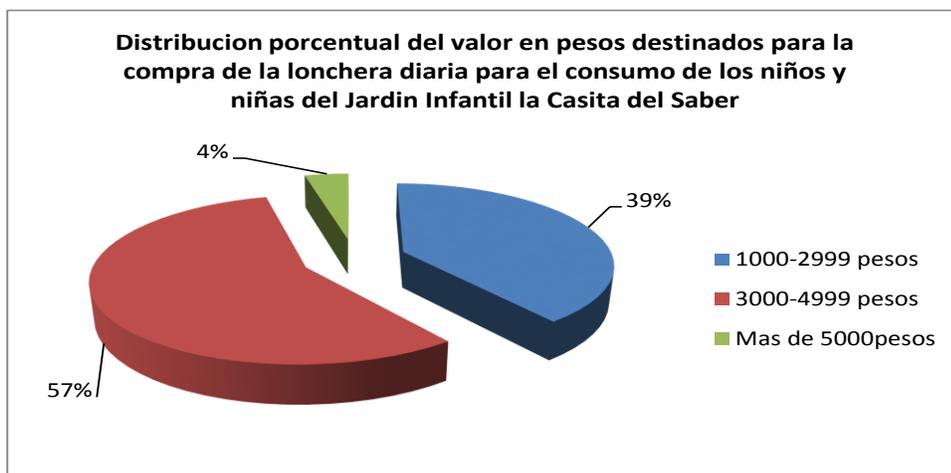
De los niños y niñas evaluados el 61.8% (47) la madre es la persona encargada de elegir la lonchera de su hijo, el 9.2 % (7) es el niño o niña quien la elige; el 29% es elegida por padre abuelos y otros. Esto puede estar relacionado con que la mayoría 40.8% de niños y niñas en la lonchera lleven productos procesados que se considera como una lonchera poco nutritiva ya que hay muy pocos alimentos de tipo natural.

7.22 Distribución porcentual según el valor en pesos destinado para la compra de la lonchera diaria para el consumo del niño/a en el Jardín infantil La “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 25. Distribución porcentual del valor en pesos destinado para la compra de la lonchera diaria para el consumo del niño/a en el Jardín infantil La “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Valor destinado para la lonchera	No.	%
1000-2999 pesos	30	39,5
3000-4999 pesos	43	56,6
Más de 5000 pesos	3	3,9
Total	76	100

Gráfico 6. Distribución porcentual del valor en pesos destinado para la compra de la lonchera diaria para el consumo del niño/a en el Jardín infantil La “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016



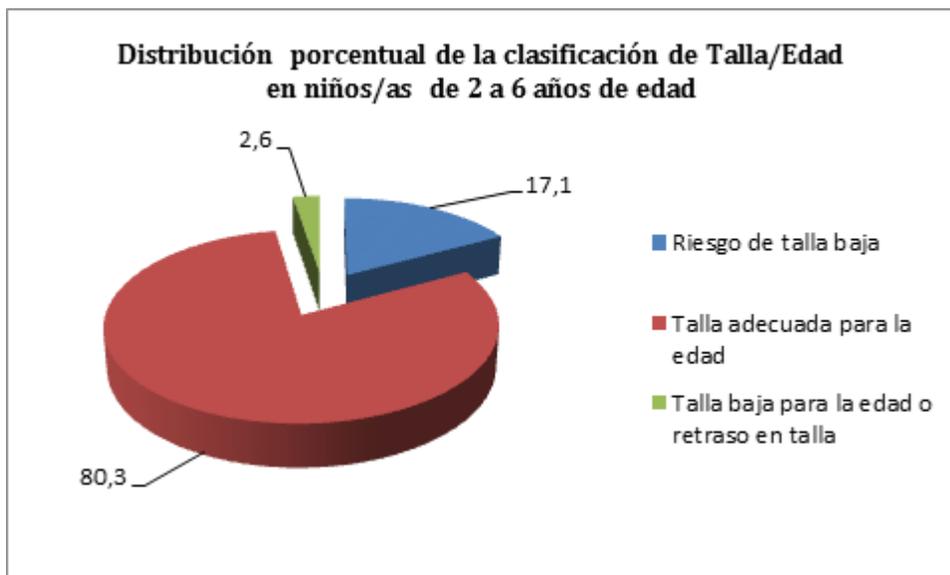
El 56.6% (43) de las familias evaluadas destinan entre 3000 y 4999 pesos para la compra diaria de la lonchera, el 39.5% (30) destinan entre 1000 y 2999, y el resto destinan más de 5000 pesos. Aunque la mayoría de las loncheras tiene un buen aporte de dinero sus elecciones no son lo más saludables ya que las opciones son alimentos procesados y ultraprocesados como los son lo de paquete, de acuerdo con lo observado llevan principalmente producto de paquete y caja lo que incrementa los costos de la lonchera.

7.23 Distribución porcentual según el análisis antropométrico en el indicador Talla/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 26. Distribución porcentual del análisis antropométrico en el indicador Talla/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Indicador talla para la edad	No.	%
Talla adecuada para la edad	61	80,3
Talla baja para la edad o retraso en talla	2	2,6
Riesgo de talla baja	13	17,1
Total	76	100

Gráfico 7. Distribución porcentual del Análisis antropométrico en el indicador Talla/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016



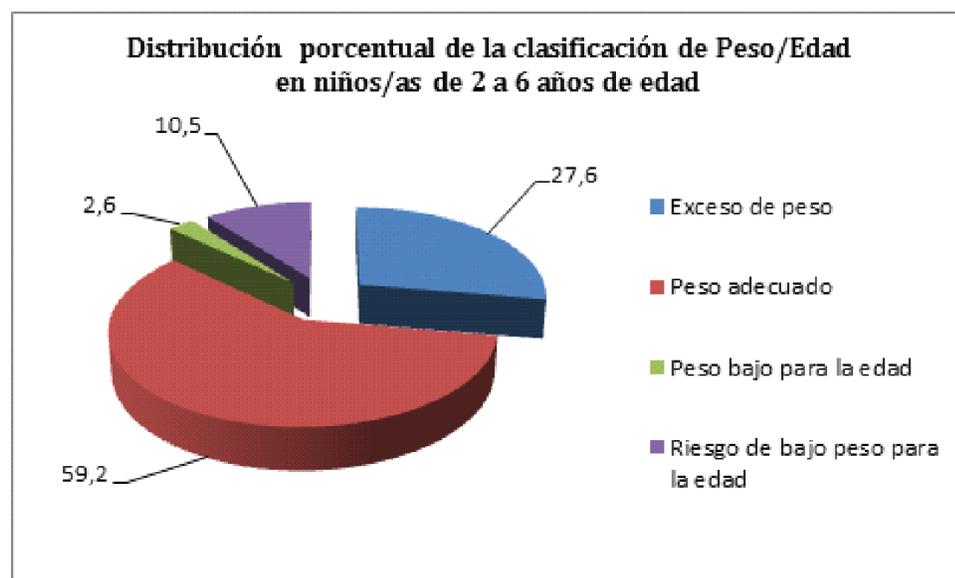
Del 100% de los niños evaluados se encontró que el 80.3%(61) presentaron una talla adecuada para la edad, el 17.1% (13) presentaban riesgo de talla baja para la edad y el 2.6%(2) presentó retraso en la talla para la edad este indicador puede estar relacionado con el déficit de nutrientes en su dieta diaria o con la baja talla al nacer se encontraron 4 niños que al nacer midieron menos de 45 centímetros.

7.24 Distribución porcentual según el análisis antropométrico en el indicador Peso/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 27. Distribución porcentual del análisis antropométrico en el indicador Peso/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Indicador peso para la edad	No.	%
Exceso de peso	21	27,6
Peso adecuado	45	59,2
Riesgo de bajo peso para la edad	8	10,5
peso para la edad	2	2,6
Total	76	100

Gráfico 8. Distribución porcentual del Análisis antropométrico en el indicador Peso/Edad de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016



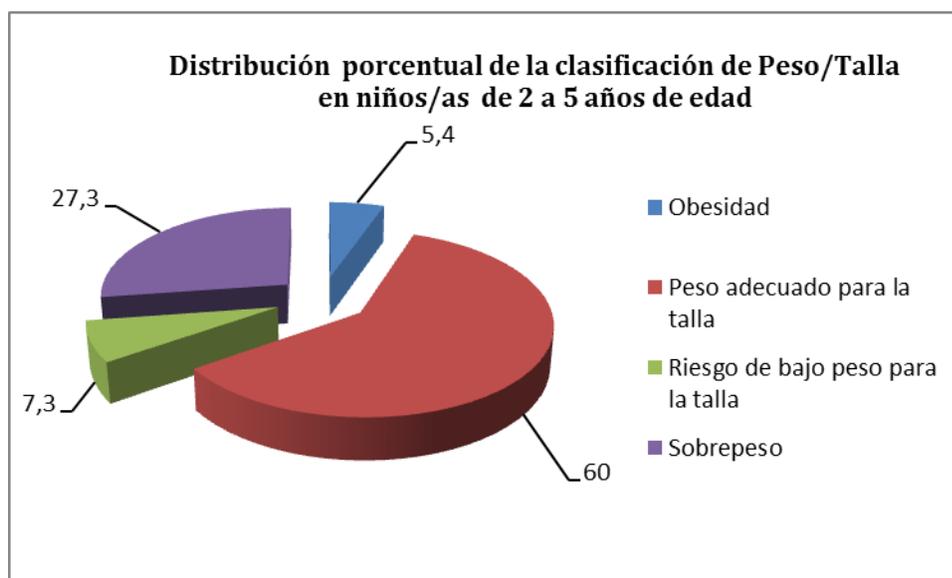
Del 100% de los niños evaluados el 59.2% (45) presenta un peso adecuado para la edad, el 27.6% (21) presenta exceso de peso para la edad y el 10.5%(8) presenta un riesgo de bajo peso para la edad y el 2.6%(2) presentan peso bajo para la edad. Al analizar la proporción de este indicador se encuentra que los niños que presentan exceso de peso puede estar relacionado con el consumo de azúcares simples, grasas y harinas, el 13.1% (10) de los niños y las niñas que presentaron riesgo de bajo peso o bajo peso para la edad puede estar relacionado con la baja inclusión de alimentos nutritivos en sus loncheras diaria como lo son los lácteos y sustitutos, frutas y verduras.

7.25 Distribución porcentual según el análisis antropométrico en el indicador Peso/Talla de los niños y las niñas menores de 5 años del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 28. Distribución porcentual del análisis antropométrico en el indicador Peso/Talla de los niños y las niñas menores de 5 años del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Indicador peso para la talla	No.	%
Obesidad	3	5,4
Peso adecuado para la talla	33	60
Riesgo de bajo peso para la talla	4	7,3
Sobrepeso	15	27,3
Total	55	100

Gráfico 9. Distribución porcentual del Análisis antropométrico en el indicador Peso/Talla de los niños y las niñas menores de 5 años del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016.



Del 100% de los niños menores de 5 años evaluados el 60%(33) presentan un peso adecuado para la talla, el 27:3%(15) presentaron sobrepeso, el 5.4%(3) presentaron obesidad y 7.3% (4) presentaron riesgo de bajo peso para la talla. El 32.7%(18) su estado nutricional puede estar afectado por el exceso de consumo de calorías vacías (harina, grasas, dulces) pudiéndose ver relacionado con que el niño es quien escoge la lonchera y esto a su vez, influenciado por los medios masivos de comunicación.

7.26 Distribución porcentual según el Indicador Índice de masa corporal de los niños y las niñas mayores de 5 años del jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Tabla 29. Distribución porcentual del Indicador Índice de masa corporal de los niños y las niñas mayores de 5 años del jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

Indicador IMC	No.	%
Obesidad	6	7,9
Sobrepeso	21	27,6
Peso adecuado para la edad	45	59,2
Riesgo para delgadez	4	5,3
Total	76	100

Gráfico 10. Distribución porcentual del Indicador Índice de masa corporal de los niños y las niñas del jardín infantil la “CASITA DEL SABER”, Medellín, 2016

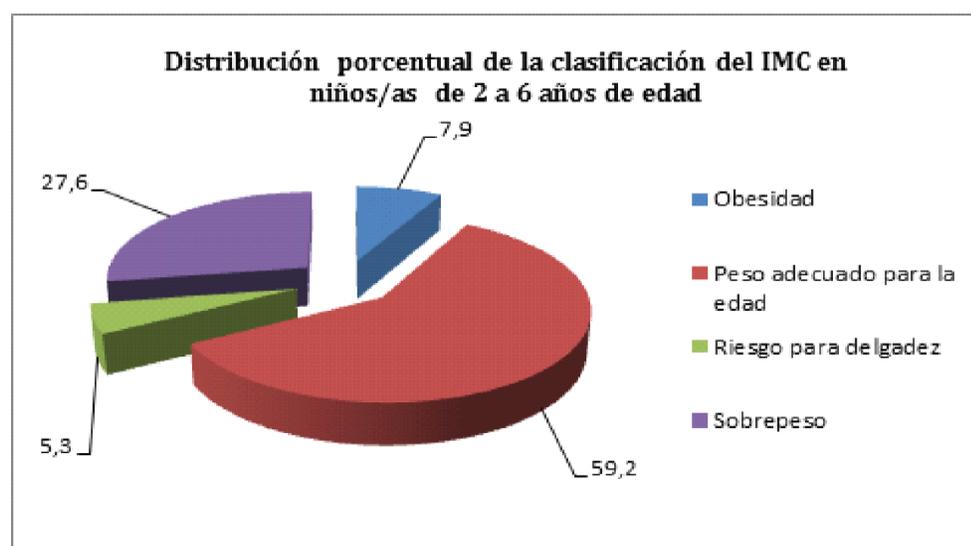


Gráfico 11. Distribución porcentual del consumo de lonchera en promedio de una semana de los niños y las niñas del Jardín infantil la “CASITA DEL SABER” Medellín, 2016



De las loncheras analizadas se encontró en el grupo de los lácteos y sus derivados que el 31.1% de los niños y niñas incluyeron en su lonchera este grupo de alimentos.

Para el grupo de quesos y sustitutos el 8.2 % si lo incluyeron en su lonchera.

Para el grupo de carnes el 1.8 % solamente incluyo este grupo de alimentos en la lonchera.

En el grupo de harinas y cereales el 33.7% si lo incluyeron en su lonchera.

En el grupo de las grasas fueron en una proporción del 4.5% de las loncheras que llevaron.

El 68.7% de los niños incluyeron en su lonchera los snacks o mecatos. Para las bebidas azucaradas el 69.7% de los niños y niñas si la incluyeron en su lonchera estos alimentos. En el grupo de las frutas el 20.3% de los niños y niñas incluyó estas en su lonchera. Para grupo de las verduras solamente el 0.5% incluyo este grupo en su alimentación. El consumo de azúcares y dulces el 7.4% de los niños y niñas incluyeron este grupo de alimentos en la lonchera.

De lo observado durante una semana de las loncheras de los niños y niñas se logró percibir que el 68.3% incluye en sus loncheras los productos de paquete y las bebidas

azucaradas, además que es poco variado entre un día y otro. Y solo un 20% , 15 niños, incluyó el grupo de frutas siendo esto un bajo porcentaje.

7.28 Distribución porcentual según los alimentos que componen principalmente la lonchera de los niños y niñas del Jardín Infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Tabla 31. Distribución porcentual de los alimentos que componen principalmente la lonchera de los niños y niñas del Jardín Infantil “CASITA DEL SABER”, Medellín 2016

Generalmente lo que se lleva en lonchera	No.	%
Carnes/carnes frías	1	1,3
Carnes/carnes frías, snacks	1	1,3
Carnes/carnes frías, harinas	1	1,3
Frutas	1	1,3
Frutas, harinas	2	2,6
Frutas, snacks	3	3,9
Frutas, harinas, grasas, dulces	1	1,3
Lácteos	1	1,3
Lácteos, harinas	3	3,9
Lácteos, harinas, snacks	6	7,9
Lácteos, dulces	1	1,3
Lácteos, snacks	11	14,5
Lácteos, dulces, snacks	2	2,6
Lácteos, carnes/carnes frías, snacks	1	1,3
Lácteos, carnes/carnes frías, snacks, grasa	1	1,3
Lácteos, frutas, carnes/carnes frías, snacks	2	2,6
Lácteos, frutas, carnes/carne frías, grasas	1	1,3
Lácteos, frutas, harina	3	3,9
Lácteos, frutas, harina, carnes/carnes frías, snacks, grasas	1	1,3
Lácteos, frutas, harina, snacks	2	2,6
Lácteos, frutas, snacks	4	5,3
Lácteos, frutas	3	3,9
Lácteos, frutas, sustitutos, harinas, snacks	1	1,3
Snacks	18	23,7
Snacks, carnes	2	2,6
Snacks, dulces	2	2,6
Sin Dato	1	1,3
Total	76	100

Según la percepción de los padres de familia el 23,7% los productos snacks predominan en el consumo de las loncheras, al igual el bajo consumo de frutas y lácteos que llevan los niños y niñas.

8. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

De acuerdo con los resultados de esta investigación y la edad de los niños y niñas entre los 2 años y los 5 años y 11 meses de edad, se puede constatar que se encuentran en un período de vida en el que la velocidad de crecimiento disminuye comparado con el primer año de vida, pero a la vez el crecimiento físico y el desarrollo cognitivo adecuado dependerá de los hábitos de alimentarios y los estilos de vida que han adquirido en este ciclo vital de la vida.

Es importante resaltar que la formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables debe comenzar desde los primeros años de vida ya que los hábitos incorporados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida y se reflejarán en su estado de salud. El rol de los padres y cuidadores es de vital importancia en este proceso, ya que no es solo enseñar con el ejemplo sino también con la práctica debido a que también son influenciados por la publicidad, medios de comunicación y ambiente escolar, estos se verán reflejados en su estado nutricional y de salud.

En la edad preescolar los niños y niñas se ven influenciados por modelos de rol en la familia,

Los resultados obtenidos sobre su estado nutricional, en la investigación de los niños y niñas que se encuentran en el grado párvulos, prejardín, jardín y transición del jardín infantil “Casita del saber”, según la ENSIN 2010 se ha visto una reducción en el indicador peso para la edad, lo que se podría ver que estaríamos dando cumplimiento a los objetivos del desarrollo del milenio, el 59.2% presentan un adecuado peso para la edad, el 27.6% presenta exceso de peso para la edad y el 60% presentan un peso adecuado para la talla, aunque la gran mayoría de los niños y niñas del jardín infantil “Casita del saber” se encuentran con un adecuado peso para

la talla; 27.3% presentaron sobrepeso, el 5.4% presentaron obesidad y 7.3% presentaron riesgo de bajo peso para la talla. Este panorama nutricional, no se aleja mucho de las cifras nacionales; a nivel nacional un 3.4% niños y niñas menores de 5 años presentan bajo peso para la edad, en esta investigación REALIZADA EN EL JARDÍN INFANTIL LA CASITA DEL SABER el 10.5% presenta un riesgo de bajo peso para la edad y el 2.6% presentan peso bajo para la edad lo que sugiere la urgencia de fortalecer la promoción de estilos de vida saludables en esta población. En la ENSIN 2010 se puede observar, según los patrones de crecimiento de la OMS que el 13.2% de niños menores de 5 años se encuentran en riesgo de talla baja para la edad los niños analizados, mientras que en la investigación realizada en el jardín infantil la casita del saber las cifras indican que el 80.3% se encuentra en talla adecuada para la edad, y un 17.1% en riesgo de talla baja y un 2.6% presentan retraso talla.

De acuerdo con lo propuesto según la clasificación de la OMS para vigilancia mundial, esta prevalencia se considera baja, de igual forma el indicador talla para la edad. No obstante, es importante interpretar estos indicadores y analizar más a fondo las características sociodemográficas que van reflejando dichos resultados, como el bajo peso al nacer, en la investigación se obtuvo como resultado el bajo peso al nacer en un 13.2%, este factor se ve más prevalente en estos niños que presentan riesgo o retraso de talla baja. (Díaz, Jurado & Yepes, 2016 p.72)

Con el fin de medir el consumo de alimentos, en el presente estudio se realizó una observación durante cinco días de las loncheras y se clasificó a través de una frecuencia de consumo, se encontró que el grupo de los lácteos y sus derivados el 31.1% de los niños y niñas incluyeron en su lonchera este grupo de alimentos. Con respecto a lo observado específicamente con los lácteos se encontró que los de mayor consumo para este grupo son el

yogurt y el kumis (bonyurt), contradictorio a lo reportado en la investigación “Conocimientos, gustos y prácticas sobre el consumo de lácteos en una población escolar de la ciudad de Medellín-Colombia “ en el año 2014 por Holmes Rodríguez E.1 ; Luis Fernando Restrepo B. ; Libia Inés Martínez H. en el cual los escolares tienen un bajo consumo estimado de lácteos, y el de mayor consumo es la leche (Rodríguez, Restrepo, & Martínez, 2014 p 4).

De lo observado durante una semana de las loncheras de los niños y niñas se logró percibir que más de la mitad de la muestra 68.3% incluye en sus loncheras los productos de paquete y las bebidas azucaradas, además que es poco variado entre un día y otro. Y solo un 20% de la muestra 15 niños, incluyó el grupo de frutas siendo esto un bajo porcentaje.

Esta disponibilidad excesiva de la gran mayoría se debe controlar, teniendo en cuenta la malnutrición y la situación de doble carga nutricional que se refleja en el jardín infantil “Casita del saber” y a nivel nacional. Estos resultados son cifras muy semejantes a las reportadas a nivel Colombia en la ENSIN 2010, donde se asevera que el consumo diario de azúcares y dulces oscila entre 95,9% y 92,2% de la población colombiana (ENSIN, 2010 p 211).

Uno de los principales factores que podrían limitar la compra de los alimentos empacados diariamente en las loncheras de los niños y las niñas del jardín infantil la casita del saber es la capacidad económica pues la inversión diaria sería poca y los productos adquiridos serán los más económicos y por ende los menos saludables o nutritivos pero este no es el caso ya que la gran mayoría de las familias tienen un nivel educativo superior, las viviendas se encuentran en un estrato socio económico entre 4 y 5 e invierten una gran proporción de dinero diariamente pero desafortunadamente no tiene una adecuada orientación o conocimiento para invertir el dinero de una forma más saludable , donde incluyan los grupos de alimentos recomendados para este momento del día de la alimentación de los niños y las niñas. Y estas no cumplen con lo

establecido según el requerimiento del ICBF que se establece, los cuales son alimentos energéticos (cereales, grasa y azúcar), constructor (lácteo y carnes) y regulador (fruta), del 100% de los niños y niñas solo un 20.3% llevaron frutas, un 33.7% harinas o cereales, 1.8% carnes, quesos o sustitutos un 8.2% y un 31.1% lácteos y esto se podría deber al desconocimiento de los padres y cuidadores sobre los tipos de alimentos que se deben incluir en la loncheras de las niños y niñas, estas cifras son similares a lo encontrado en Perú, en la investigación “Conocimiento y prácticas que tiene las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la institución educativa N524 nuestra señora de la esperanza” Octubre del 2005 en lima Perú por Lizett Ivon Requena Raigada donde el 76,7% de las madres tienen prácticas inadecuadas en la preparación de las lonchera.(Requena, 2006) y en otro estudio realizado en Bogotá por Elieth Fuentes Contreras en diciembre del 2014 “ Relación entre el aporte nutricional de las loncheras y el IMC en grupo de niños de transición del colegio Champagnat” el 87% no cumple con lo establecido en el PAE (Elieth Fuentes Contreras, 2014, p25).

Los límites de este estudio por ser descriptivo son:

No permiten hacer una relación causal entre las variables del estado nutricional y el consumo de las loncheras, ni conocer su incidencia real.

Este tipo de estudio no permite determinar que realmente el consumo repetitivo de ciertos alimentos como se observó en la lonchera es realmente el factor determinante para riesgo de una malnutrición por déficit o exceso.

Las dificultades de esta investigación fueron la disponibilidad de tiempo de los niños para obtener los datos alimentarios y antropométricos o los niños no asistieron al jardín los días de la

observación ya que este fue uno de los criterios de exclusión para esta investigación, otra fue que muchas de las familias no llenaron los instrumentos adecuadamente, o la no firma del consentimiento informado, además en la ciudad no se cuentan con muchas investigaciones al respecto donde se obtenga información que nos sirva de guía o de referente para el planteamiento del problema.

Se sugiere a otros profesionales del área de la salud a seguir investigando en el tema, de tipo cuantitativo y de diseño descriptivo con corte longitudinal con el mismo tipo de población, donde será de gran utilidad para la toma de decisiones que son necesarias para la intervención, e implementación de proyectos y/o programas. la cual permitirá a través del tiempo determinar las reales causas de las alteraciones del estado nutricional y que sirva de apoyo para la toma de decisiones, contribuyendo al bienestar del estado de salud y nutricional de los niños y niñas en edad preescolar, así mismo los entes gubernamentales tomen decisiones para la elaboración de programas y proyectos que tengan dicho fin.

9. CONCLUSIONES

Se realizó un estudio de tipo cuantitativo de diseño descriptivo con corte transversal, estableciendo la relación del estado nutricional con el consumo de lonchera de los niños y niñas del jardín infantil “casita del saber”; con diferentes variables como antecedentes personales, familiares, socio demográficos, alimentarios y nutricionales, como factores influyentes en el estado nutricional de los niños y niñas en encontrándose los siguientes resultados:

- La población evaluada en el jardín infantil “Casita del saber” tiene la mayor concentración en el barrio Santa Fe (38,2%) seguido del barrio San pablo (22,3%).
- En un 50% las familias de los niños y niñas son de tipo de familia nuclear, están conformadas por papá, mamá y/o hermanos.
- El nivel de escolaridad de los papas de los niños y niñas del jardín infantil “Casita del saber” predominan secundaria completa 31,6%, seguido de 21,1% cuentan con estudios universitarios, a diferencia de las madres un 26,3% cuentan con estudios universitarios y un 10,5% con algún posgrado; se puede concluir que al haber un mayor nivel educativo será de gran utilidad para el momento de la selección de las loncheras, siendo estas más saludables contribuyen a un crecimiento sano.
- Los padres, madres y cuidadores utilizan una cantidad de dinero necesaria para la compra de las loncheras el valor más relevante fue entre 3000 y 4999 pesos que equivale al 56,6%, buscando satisfacer los gustos de los niños y niñas, sin pensar en lo que realmente le genera un beneficio para la salud principalmente en esta etapa de crecimiento crítico.

- En cuanto a los aspectos de salud se logra concluir que el 96,1% de los niños y las niñas del jardín infantil “Casita del saber” asisten a control de crecimiento y desarrollo; el 100% tienen esquema de vacunación al día. El 93,4% recibió lactancia materna y un 23,7% padece alguna enfermedad, encontrándose las enfermedades respiratorias las más frecuentes. Se deduce que la población evaluada tiene un adecuado estado de salud, además la familia se ha empoderado de manera positiva favoreciendo su crecimiento y desarrollo.
- Una gran proporción de los niños y las niñas del jardín infantil “Casita del saber” presentan riesgo de talla baja para la edad (17,5%) y una pequeña proporción (2,6%) un retraso en la talla para la edad, una tercera parte de la muestra presenta exceso de peso para la edad (27,6%), una pequeña proporción presenta un riesgo de bajo peso para la edad (10,5%), y un tercio de la muestra presentaron sobrepeso (27,3%) en el indicador peso para la talla, evidenciándose la gran influencia que genera el consumo diario de las loncheras poco nutritivas y altas en azúcares, dulces y snacks.
- Los niños y niñas presentaron un bajo consumo de frutas y verduras (20,8%), cabe resaltar que un adecuado de consumo de este grupo de alimentos puede contribuir a prevenir el aumento de peso y reducir el riesgo de obesidad, un factor de riesgo independiente de las enfermedades crónicas no transmisibles.
- El consumo de bebidas azucaradas y/o carbonatadas se encuentra en un porcentaje alto (69,7%) respecto al consumo de otro tipo de bebidas como jugos de fruta natural proporcionándoles un adecuado aporte de vitaminas.
- Los padres, madres y cuidadores creen tener conocimiento frente a los alimentos más adecuados para ofrecerles a sus hijos (50%) sin embargo no son conscientes de lo que realmente les envían en las loncheras.

10. RECOMENDACIONES

Para la ciudad de Medellín

- Es importante implementar proyectos y programas para el fortalecimiento de los estilos de vida y hábitos saludables desde la edad preescolar, en los cuales se pongan en marcha planes nutricionales teniendo en cuenta las características de la población, según el nuevo patrón de crecimiento infantil de la (OMS) 2007, donde reciban una atención óptima desde el inicio de sus vidas, en cualquier estrato socioeconómico, teniendo en cuenta que en la actualidad solo existen programas para la población más vulnerables en la ciudad de Medellín.
- Implementar proyectos en las instituciones educativas que atiendan este tipo de población con el fin de establecer hábitos de vida saludables que generen un impacto en la vida de los niños y las niñas de la ciudad de Medellín.

Para la institución “Casita del saber”

- Realizar actividades didácticas y educativas en el jardín infantil “Casita del saber” dentro de las cuales los niños y niñas comprendan el valor y función de los alimentos, y así lograr el establecimiento de hábitos de alimentación y estilos de vida saludables.
- Brindar a las familias de los niños y las niñas del Jardín infantil “Casita del Saber” actividades educativas donde se promueva el consumo de frutas y verduras, con el fin de reducir el riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares y obesidad.

- Realizar educación nutricional lúdica pedagógica a los padres de familia para que tenga un mayor conocimiento sobre los tipos de alimentos o preparaciones en cuanto a la cantidad, la calidad y la frecuencia que deben consumir sus hijos/as de acuerdo a su ciclo vital.

Para los padres de familia

- Es importante que los padres de familia y los cuidadores de los niños y niñas del jardín infantil “Casita del saber” tengan presente a la hora de elegir un alimento, gustos y rechazos de los niños y niñas con el fin de evitar limitar o forzar el consumo de ciertos alimentos, que puedan interferir en su alimentación.
- Incluir en las loncheras de los niños y niñas del jardín infantil “Casita del saber” lácteos, frutas, verduras, carnes y/o harinas que favorezcan el crecimiento y desarrollo de ellos.
- Evitar en las loncheras los jugos procesados, al igual que las gaseosas, ya que contienen exceso de azúcar, los cuales pueden causar sobrepeso y/u obesidad.
- En la lonchera escolar se debe evitar los snacks, ya que tienen exceso de sodio, colorante y grasa. De igual forma se debe disminuir el consumo de chocolates, caramelos o alimentos que contengan azúcar, ya que contribuye a la adquisición temprana de enfermedades crónicas no transmisibles.

Para la Fundación Universitaria Luis Amigó

- Implementar dentro del campus universitario programas de estilo de vida saludable, donde los estudiantes, docentes y directivas reconozcan la importancia de mantener unos

adecuados hábitos de alimentación, con el fin de promoverlos en sus hogares ayudando a prevenir enfermedades crónicas no transmisibles.

Para futuras investigaciones

- Aunque presenta un peso adecuado para la edad es de gran importancia tomar medidas preventivas y realizar un seguimiento periódico, evitando llegar a la obesidad, sugiriendo que otras posibles investigaciones a futuro, de tipo cuantitativo y de diseño descriptivo con corte longitudinal con el mismo tipo de población, donde será de gran utilidad para la toma de decisiones que son necesarias para la intervención, e implementación de proyectos y/o programas.

REFERENCIAS

- Comisión Intersectorial para la Atención Integral de Primera Infancia. CIPI. (2015) *Lineamiento Técnico de Alimentación y Nutrición para la primera infancia*. Medellín.
- Congreso de la República. (2015) *Ley 1751 de 2015*. Obtenido de:
https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Ley%201751%20de%202015.pdf
- Congreso de la República. (8 de Noviembre de 2006). *Ley 1098 de 2006*. Obtenido de:
http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1098_2006.html. pdf
- Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia Departamento Nacional de Planeación (2011). *Conpes 140* Obtenido de:
<http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortallICBF/Bienestar/Nutricion/PNSAN/CONPES140de2011.pdf>
- Contreras, F., & Paolin, E. (2014). *Relación entre el aporte energético de las loncheras y el índice de masa corporal en un grupo de niños de transición del Colegio Champagnat en la ciudad de Bogotá DC*.
- García de Moizant, M. d., & Bravo de Ruiz, M. M. (2011.). *Estado nutricional antropométrico, preferencias alimentarias y contenido de macro y micronutrientes en "loncheras" de niños preescolares*. Obtenido de:
<http://www.saber.ula.ve/bistream/123456789/35032/3/articulo2.pdf>.
- Gerencia de Seguridad Alimentaria y nutricional de Antioquia. (2006). *Mejoramiento alimentario y nutricional de Antioquia MANA. Manual Guía Técnica*. Medellín: p. 12-26.

Gobierno de Colombia. (17 de Diciembre de 2012). *Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. PNSAN. 2012-2019.* Obtenido de:

<http://www.osancolombia.gov.co/doc/pnsan.pdf>.

Huayllacayán Ccoyllo, S. M. (2014). *Relación entre conocimiento materno sobre loncheras escolares y estado nutricional de estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 6069 Pachacútec.* Lima - Perú.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2010). *Encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia ENSIN.* Libro 2010. 2010: 1- 513.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2015). *Plato saludable de la familia colombiana. Guías alimentarias basadas en alimentos para la población colombiana mayor de 2 años.* Medellín.

Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2015). *Divulgación de cadáveres identificados sin reclamar.* .Medellín

Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos. INVIMA. (1993). Obtenido de: https://www.invima.gov.co/images/pdf/intranet/secretaria-general/documentos-resoluciones/resolucion_manualmanejobienes.pdf

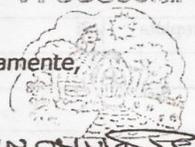
Macías M. Adriana Ivette, G. S. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista Chilena de Nutrición, Vol. 39(No. 3), 40-43.*

Ministerio de Salud. (4 de Octubre de 1993). *Resolución 8430* Obtenido de: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/RESOLUCION%208430%20DE%201993.pdf

- Nutrición Pública. (2010). *Perfil alimentario y nutricional de Medellín*. Obtenido de: <http://www.nutricionpublica.org/inicio/index.php/noticias/publicaciones/217-perfil-alimentario-y-nutricional-medellin-2010>. Medellín.
- República de Colombia. (9 de Junio de 2010). *Resolución 2121*. Obtenido de: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%202121%20de%202010.pdf.
- Requena, R. I. (2006). *Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la institución educativa N 524 Nuestra Señora de la Esperanza, Octubre 2005 [tesis de licenciatura]*. Lima: Universidad Nacional de San Mayor.
- Restrepo & Maya (2005). *Boletín de Antropología Universidad de Antioquía (19)*. Medellín.
- Restrepo, B. N. (2006). *Estado nutricional de niños y niñas indígenas de hasta seis años de edad en el resguardo Embera-Katío, Tierralta, Córdoba, Colombia*. Medellín.
- Restrepo, M. T. (2000). *Estado nutricional y crecimiento físico*. Colombia: Editorial Universidad de Antioquia.
- Restrepo, S. L., & Gallego, M. M. (2010). *La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad*. *Boletín de antropología*, 19(36), 127-148
- Jarpa M. Catalina, Cerda L. Jaime, Terrazas M. Claudia, Cano C. Carmen (2013). *Descripción de la ingesta de alimentos y nutrientes en niños expuestos y no expuestos al programa de complementación alimentaria MANA Infantil en el municipio de Envigado, Colombia, 2006-2010*. *Revista Chilena de pediatría*, Vol. 15(No. 1), 83-96. Obtenido de: <http://www.scielo.org.co/pdf/penh/v15n1/v15n1a6.pdf>

ANEXOS

Anexo 1. Carta de autorización para realizar el proyecto investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”. Medellín. 2016

	<p>Preescolar La Casita del Saber</p>	<p>Código del Documento: 305001021481 Resolución: 2509 del 26 de septiembre 2000</p>
<p>Medellín, 03 de junio de 2016</p>		
<p>Señores: FUNDACION UNIVERSITARIA LUIS AMIGO GERMAN DARIO CASAS JIMENEZ Coordinador Escuela de Posgrados Medellín</p>		
<p>Reciba un cordial saludo, la presente es con el fin de poner en conocimiento que las estudiantes Sandra Viviana Jurado Aguirre con c.c.43.983.428, Disley Yamile Yepes Vargas con c.c.43.874.898 y Liliana Díaz Torres con c.c.43.207.723; han sido admitidas para realizar la práctica de su proyecto de investigación en su "<i>Especialización en Gerencia de Servicios de Salud</i>" en nuestra institución.</p>		
<p>Cualquier información adicional con gusto la suministraremos, en el 265 55 23.</p>		
<p>Atentamente,</p>		
<p>AYEN OLIVIA PÉREZ VELEZ CC. 43.030.296 Directora Teléfono: 265 55 23</p>		
<p>Preescolar la Casita del Saber; Calle 20 N° 57 - 82, Teléfono 2655523 lacasitadelsaber1@hotmail.com</p>		

Medellín, 14 de abril de 2016



Señora
AYEN OLIVIA PÉREZ VÉLEZ
 Directora Jardín Infantil "Casita del Saber"
 Medellín

Asunto: autorización

Cordial saludo,

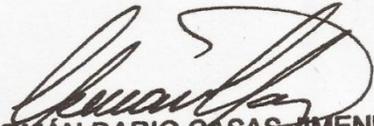
Por medio de esta comunicación me permito solicitar su autorización para que las estudiantes de la Especialización en Gerencia de Servicios de Salud de la Fundación Universitaria Luis Amigó, puedan desarrollar el estudio, como parte de su proyecto de investigación, titulado "Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil "Casita del Saber", Medellín 2016".

Esta actividad se realizará, sólo con fines académicos.

Las integrantes de este proyecto contarán con el acompañamiento de la doctora ALBA EMILCE GAVIRIA MÉDEZ, a continuación relaciono las estudiantes:

SANDRA VIVIANA JURADO AGUIRRE, C.C 43983428
 DISLEY YAMILE YEPES VARGAS, C.C 43874898
 LILIANA DIAZ TORRES, C.C 43207723

Cordialmente,


GERMÁN DARIO CASAS JIMENEZ
 Coordinador Escuela de Posgrados

Yazmín M.



1 Fundación Universitaria Fray Luis Amigó 51 A 67B-90. Tel: 448 76 66. Fax: 384 97 97. NIT

E-mail: funlam@funlam.edu.co

Medellín - Colombia

Anexo 2. Consentimiento informado para el proyecto investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”. Medellín. 2016



**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL PROYECTO INVESTIGATIVO:
INFLUENCIA DE LAS LONCHERAS EN EL ESTADO NUTRICIONAL, JARDÍN**

INFANTIL “CASITA DEL SABER” .MEDELLÍN. 2016.

NATURALEZA Y CARACTERISTICAS DEL PROCEDIMIENTO

En la etapa preescolar es un periodo clave para el aprendizaje de hábitos alimentarios adecuados que se inician en el núcleo familiar y se complementan en el ámbito escolar, jugando aquí un importante papel, la escuela, los padres, maestros y personas encargadas de la alimentación de los niños y niñas.

Las loncheras saludables permiten a los niños y niñas en sus etapas de crecimiento, desarrollo físico e intelectual, satisfacer parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, permitiendo así que estos procesos se realicen de la mejor manera posible.

Para ello se realizara una investigación de tipo transversal, realizada por tres profesionales en el área de Nutrición y Dietética Disley Yamile Yepes Vargas, Liliana Díaz Torres y Sandra Viviana Jurado Aguirre, que se encuentran cursando la especialización Gerencia en servicios de Salud en la universidad Fundación Universitaria Luis Amigó cuyo objetivo es determinar la relación existente entre la influencia de las loncheras en el estado nutricional, de los niños y niñas del jardín infantil “Casita del Saber”.

Además se requiere observar y analizar la lonchera en cuanto la cantidad y que tipo de alimentos incluyen, esta lonchera debe ser traída desde su casa, donde es consumida en la institución.

Con anticipación se le realizará una encuesta al padre de familia o en su defecto el cuidador del niño o la niña, donde se obtendrá datos generales, como sociodemográficos, antecedentes y estado de salud, información sobre la selección y la compra de alimentos que contienen la lonchera.

Por otra parte el niño o la niña participara en la toma de peso y talla, estos datos servirán para la clasificación de los indicadores antropométricos como peso para la talla, talla para la edad y peso para la edad, que serán de utilidad para identificar como se encuentra su estado nutricional actual.

La evaluación de lo que se incluye en la lonchera permite analizar si el consumo de estos alimentos que llevan a la institución tiene alguna relación con su estado nutricional y de salud. De igual manera se pretende identificar la presencia, naturaleza y extensión de situaciones nutricionales alteradas, las cuales pueden oscilar desde la deficiencia al exceso del peso o la talla.

BENEFICIOS ESPERADOS

Se le proporcionará un cuestionario para evaluar criterios sociodemográficos, económicos, datos de salud y prácticas alimentarias, lo anterior tiene como fin relacionar la alimentación temprana de su hijo(a) con el desarrollo y crecimiento actual.

Posteriormente se realizará la toma de peso y talla, la fecha se conocerá con anticipación. Igualmente se contemplará la lonchera que traen desde su casa, y que son consumidos en el jardín infantil “Casita del Saber”, a través de una observación concienzuda.

Estas medidas permitirán conocer las posibles causas del estado nutricional del menor, y así proponer medidas correctivas, que se harán a través de recomendaciones realizadas por el Nutricionista Dietista.

RIESGOS POSIBLES

Por naturaleza del proyecto NO EXISTE algún riesgo para su hijo(a) o para la familia. La información recolectada es estrictamente confidencial.

Dicha información permitirá hacer un análisis sobre el estado nutricional, y en caso que así lo requiera ofrecer alternativas de solución y asesoría nutricional. Agradecemos de antemano su autorización y consentimiento.

DECLARACIONES Y FIRMAS

He comprendido las explicaciones que se me han facilitado en un lenguaje claro y sencillo y el facultativo que me ha permitido realizar todas las observaciones y me ha aclarado las dudas que le he planteado. También comprendo que, la participación es voluntaria y que en cualquier momento y sin necesidad de dar ninguna explicación, puedo revocar el consentimiento que ahora presto. Por ello, manifiesto que estoy satisfecho con la información recibida y que comprendo el alcance y los riesgos de la exploración.

Comprendo que la información del estudio será confidencial y que ninguna persona no autorizada tendrá acceso a los datos o a las muestras.

Nombre del niño(a) participante

_____ NUIP _____

Nombre del padre o la madre

_____ CC_____

Nombre del Acudiente

_____ CC_____

Acepto participar: SI () NO ()

FIRMA DEL PADRE O ACUDIENTE:

_____ CC_____

FIRMA DE LOS INVESTIGADORES:

_____ CC_____

_____ CC_____

_____ CC_____

Fecha (Día/mes/año):

Contacto: En el caso que necesite ponerse en contacto con los investigadores del estudio puede

llamar al teléfono [3005596393] para hablar con el Investigador Principal: [*Yamile Yepes-*

Liliana Díaz_ Viviana Jurado].

**Anexo 3. Instrumento para la recolección de datos para el proyecto investigativo:
Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita del Saber”.**

Medellín. 2016



**INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS PARA EL PROYECTO
INVESTIGATIVO: INFLUENCIA DE LAS LONCHERAS EN EL ESTADO
NUTRICIONAL, JARDÍN INFANTIL “CASITA DEL SABER” MEDELLÍN. 2016.**

Apreciado padre de familia agradecemos su colaboración en el diligenciamiento de la siguiente encuesta; la información allí consignada será de gran ayuda para el desarrollo de la investigación.

INSTRUCTIVO DE DILIGENCIAMIENTO:

1. Para facilitar el diligenciamiento de la encuesta, lea cuidadosamente cada una de las preguntas que allí se encuentran.
2. Grado: indique en el que se encuentra el niño (a) actualmente.
3. número de documento: NUIP de niño (a)
4. Fecha de nacimiento: escribirlo en números día/mes/año
5. Edad: expresada en años y meses.

6. Escribir el nombre de la ciudad, municipio, vereda de donde provienen, o si pertenecen a alguna cultura.
7. Contributivo: es cuando estoy vinculado laboralmente a una empresa y allí me pagan una seguridad social(EPS), Subsidiado: es cuando no estoy vinculado laboralmente a una empresa, tengo una encuesta del sisben y el puntaje me permite acceder a la seguridad social que subsidia el gobierno, Vinculado: es cuando no estoy vinculado laboralmente a ninguna empresa, tengo una encuesta del sisben pero el puntaje es superior al establecido por el gobierno para acceder a la seguridad social que subsidia el gobierno.

Padre y madre:

8. marcar con una sola X los estudios que ha realizado.
9. señalar con X, personas con quien vive el niño (a), puede seleccionar varias.
10. Escribir el número de persona que viven bajo el mismo techo del niño (a) incluido el niño (a).
11. Escribir en centímetros cuanto midió al nacer; ejemplo (52 cm)
12. Enfermedades que ha padecido el niño hasta la fecha.
13. Que enfermedad presenta actualmente y su tratamiento.
14. Quien es la persona responsable de comprar los alimentos para el hogar.
15. Quien decide los alimentos que se va a comprar para llevar en la lonchera del niño (a).
16. Cuánto dinero invierte diariamente para esos alimentos para llevar en la lonchera del niño (a).

RECOLECCIÓN DE DATOS E INFORMACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL											
INFORMACION GENERAL											
Fecha:											
1.Grado:	Párvulos:	Pre jardín:	Jardín:	2.Numero de documento:							
3.Nombres				4.Apellidos							
5. fecha de nacimiento: / /			6.Edad:	7.Acudiente:							
8. Parentesco:				9. Barrio:	10.Estrato:	1	2	3	4	5	6
11.Dirección:				12.Teléfono fijo o celular:							
CONDICIONES GENERALES DE LA FAMILIA											
13. Nombre del padre:											
14.Nivel de formación	Primaria incompleta		Primaria completa		Secundaria incompleta		Secundaria completa				
	Técnica		Tecnológica		Universitario		posgrado				
	maestría		doctorado		Ninguna de las anteriores						
15.Nombre del madre:											
16.Nivel de formación	Primaria incompleta		Primaria completa		Secundaria incompleta		Secundaria completa				
	Técnica		Tecnológica		universitario		posgrado				
	Maestría		Doctorado		Ninguna de las anteriores						
17.El niño (a) vive con:	Padre		Madre		Hermanos		Abuelos		Otros		
18.Número de integrantes de familia:											
DATOS DE SALUD											
19.Peso al nacer:		Entre 2000gr y 2499 gr	Entre 2500gr y 3499 gr		Entre 3500gr y 4000 gr		4000 gramos o mas				
20.Talla al nacer:											
21. Seguridad social:			Contributivo			Subsidiado			Vinculado		
22.El niño (a) recibió lactancia materna			Si	No		23.Hasta que edad (meses):					
24.crecimiento y desarrollo			Si	No		25.vacunación completa		Si	No		

26. Padece actualmente alguna enfermedad	Si	No	¿Cuál?			
27. Si la respuesta anterior fue si, describa el tratamiento						
DATOS ALIMENTARIOS						
28. Quien es la persona encargada de comprar los alimentos en el hogar?						
Padre		Madre		Otros, quien?		
29. Quien elige la lonchera del niño (a)	madre		Padre	Niño (a)		Otros
30. Cuanto es el valor de la lonchera diariamente.						
Entre 1.000 – 2.999		3.000-4.999		Más de 5.000		
31. ¿Cree usted que la lonchera de su hijo (a) es saludable?			Si			No
32. Elija los grupos de alimentos que su hijo llevo hoy en la lonchera:						
Lácteos		Frutas		Verduras		Carnes/carnes frías
Harina o cereales. (productos panificados, hojuelas de maíz)				Mecato (todos los productos de paquete, como por ejemplo papitas, chitos, doritos...)		
Dulces:				Grasas (mantequilla queso crema o crema de leche)		
33. Frecuencia de consumo						
Grupo de alimento	Diario	3 veces a la semana	1 vez a la semana	Nunca		
Lácteos y sus derivados						
Carnes/carnes frías						
Harina o cereales. (productos panificados, hojuelas de maíz)						

Grasas (mantequilla queso crema o crema de leche)				
Mecato (todos los productos de paquete, como por ejemplo papitas, chitos, doritos...) Frutas				
Verduras				

**Anexo 4. Instrumento para la observación del consumo de loncheras, para el proyecto
investigativo: Influencia de las loncheras en el estado nutricional, jardín infantil “Casita
del Saber”. Medellín. 2016**



Grupo de alimento	Diario	3 veces a la semana	1 vez a la semana	Nunca
Lácteos y sus derivados				
Carnes.				
Sustitutos.				
Harina o cereales. (productos panificados, hojuelas de maíz)				
Grasas (mantequilla queso crema o crema de leche)				
Mecato (todos los productos de paquete, como por ejemplo papitas, chitos, doritos...)				
Bebidas gaseosas				
Verduras				
Frutas				