

UNIVERSIDAD FEMENINA DEL SAGRADO CORAZÓN

Facultad de Ingeniería, Nutrición y Administración

Escuela Profesional de Nutrición y Dietética



CARACTERÍSTICAS ALIMENTARIAS DE LOS ESCOLARES CON
SOBREPESO Y OBESIDAD EN COMPARACIÓN CON LOS DE
PESO NORMAL, DE LA I.E.E. MARÍA INMACULADA, DEL DISTRITO
DE LINCE, LIMA – PERÚ 2013

Tesis presentada por:

Azurín salas Carmen Eliana
Solá Vásquez Milagros Roxana

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

LIMA – PERÚ

2013

Resumen

Objetivo. Conocer las características alimentarias de los escolares con sobrepeso y obesidad en comparación con los de peso normal. **Materiales y métodos.** Estudio descriptivo y de transversal, que incluyó a los estudiantes de ambos sexos de 9 a 11 años de edad de la I.E.E. María Inmaculada, del distrito de Lince. Se obtuvo una muestra probabilística conformada por 157 niños (75 mujeres y 82 varones). Las mediciones antropométricas empleadas fueron el peso y la talla; el estado nutricional se estimó mediante el índice de masa corporal (IMC) para la edad y talla para la edad, que fue analizado según las tablas de la OMS, 2007. Para conocer los hábitos alimenticios se aplicó la encuesta de frecuencia de consumo, recordatorio de 24 horas y frecuencia de consumo de comida rápida, asimismo se aplicaron encuestas para conocer la actividad física en la escuela y el nivel de sedentarismo. Los datos se analizaron en los programas SPSS v20. Y Minitab v.16. Representados mediante estadísticas descriptivas. **Resultados.** Se halló la prevalencia del 28% de sobrepeso, 35% obesidad y 35.7 % normalidad. La ingesta calórica promedio fue de 2262.6 kcal/día (=450.8) con un porcentaje de adecuación respecto de la ingesta dietética de referencia de 13.8%. En los macronutrientes, las proteínas y grasa también presentaron una adecuación mayor al 110% independientemente del estado nutricional; los carbohidratos presentan un aporte medio adecuado (108.8% de adecuación), sin embargo la ingesta de fibra tuvo una ingesta muy inferior a la recomendada (20.2% de adecuación). En los micronutrientes, Ca, P y Fe presentaron una ingesta media adecuada (101.7%, 105.9% y 103.2% respectivamente) independientemente del estado nutricional. Al igual que los minerales, el retinol, tiamina y vitamina C también presentaron un aporte adecuado (106.6% 107.3% y 103.2% respectivamente), a diferencia de la riboflavina y niacina (119.9% y 116.0% respectivamente). La frecuencia de consumo de los grupos de alimentos de lácteos, carnes, y cereales fue adecuada en los escolares independiente de su estado nutricional, sin embargo los escolares con diagnóstico de sobrepeso y obesidad presentaron una mayor ingesta en el número de raciones.

En el caso de las legumbres, indistintamente del estado nutricional, presentaron una frecuencia de consumo baja. En frecuencia de consumo de comida rápida, los escolares con diagnóstico de obesidad y sobrepeso presentaron una frecuencia de consumo alta (51.1% y 42.9%) en comparación con el grupo de normalidad (8.4%). En las loncheras los escolares presentaron exceso en el consumo de kilocalorías, carbohidratos y grasas en todos los estados nutricionales (178.7%, 133.9% y 142.4% respectivamente), en las proteínas, los escolares con diagnóstico de normalidad presentaron un porcentaje de adecuación normal (97.3%), mientras que el grupo de sobrepeso y obesidad sobrepasaban los rangos de adecuación (118.6% y 125.3%).

En relación al comportamiento sedentario, los escolares con diagnóstico de sobrepeso y obesidad presentaron el mayor porcentaje de sedentarismo (72.7% y 76.4% respectivamente), mientras que los escolares con diagnóstico de normalidad solo presentaron el 44.6%. Conclusión. Existen diferencias en las características y hábitos alimenticios (ingesta de macronutrientes y kilocalorías totales, frecuencia de consumo de alimentos, consumo de comida rápida y nivel de sedentarismo) de los escolares con sobrepeso y obesidad en comparación con los de peso normal.