

**UNIVERSIDAD FEMENINA DEL SAGRADO CORAZÓN**

**Facultad de Ingeniería, Nutrición y Administración**

Programa Académico de Nutrición y Dietética



**VALORACIÓN DE LAS DIETAS QUE SE OFRECE A LOS NIÑOS DE 3  
A 5 AÑOS, BENEFICIARIOS DE LOS TRES CENTROS INFANTILES  
DE LA MUNICIPALIDAD DE LIMA METROPOLITANA, 2013**

Tesis presentada por las bachilleres:

**BERTHA ISABEL LEÓN RÍOS**

**PAOLA ANGELICA MORENO FONSECA**

Para optar el título Profesional de:

**LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**Lima – Perú**

**2013**

## RESUMEN

Los centros que brindan alimentación han pasado a ocupar un lugar central en la nutrición de los niños, ya que esta alimentación repercute en su estado nutricional. Por ello la complejidad de estas dietas motiva a buscar los medios más adecuados para evaluar cualitativa y cuantitativamente la composición nutricional de los alimentos. El objetivo de la investigación fue valorar el aporte nutricional de energía, macronutrientes y micronutrientes de la dieta ofrecida a niños de 3 a 5 años por los Centros Infantiles Municipales (CIMs) de Lima Metropolitana. La muestra fue de 285 raciones, representativa de una población de 1095 raciones (desayuno, almuerzo y merienda) brindadas durante los 5 días en estudio. Para la valoración nutricional de la dieta se empleó el Método de Pesada Directa de Alimentos, adecuación nutricional y el Cuestionario de Frecuencia Cualitativa de Consumo de Alimentos. Haciendo uso de los programas estadísticos SPSS y Minitab. Los resultados mostraron que existen diferencias estadísticamente significativas en el aporte diario de energía y nutrientes de la dieta. Sólo el 25% de las raciones cubren la adecuación de energía y carbohidratos, y el 50% de ellas cubren el calcio y zinc en dos de los CIMs. En grasa y fibra no se cubre el requerimiento. En conclusión, existe un déficit energético atribuido a las grasas, carbohidratos y fibra. El aporte de calcio y zinc son inadecuados. Las proteínas y vitamina A sobrepasan el 110% de la adecuación. La frecuencia cualitativa de consumo de alimentos es adecuada en proteínas, carbohidratos y grasas.