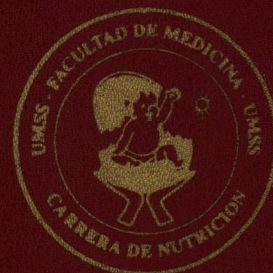




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN  
FACULTAD DE MEDICINA  
CARRERA DE NUTRICIÓN



**IMPORTANCIA DEL EQUILIBRIO  
NUTRICIONAL EN NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS  
EN LA GUARDERÍA DE NIÑOS ALFA Y OMEGA  
EN EL AÑO 2006**

**AUTOR:**

Eddy I. Colque Pérez

**TUTOR:**

Dr. Ricardo Sevilla

Cochabamba – Bolivia  
2006



## ÍNDICE

	Págs.
RESUMEN .....	1
INTRODUCCIÓN .....	2
NOMBRES ALTERNATIVOS .....	2
CAUSAS .....	2
JUSTIFICACIÓN .....	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	5
OBJETIVO GENERAL .....	5
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	5
MARCO TEÓRICO .....	6
DESNUTRICIÓN INFANTIL .....	6
FISIOPATOLOGÍA .....	7
DESNUTRICIÓN CALÓRICO PROTEICA.....	7
DESNUTRICIÓN PROTEICA.....	8
EVALUACIÓN NUTRICIONAL.....	9
Antropometría .....	9
GUARDERÍAS .....	10
ALTERACIONES DE LA NUTRICIÓN .....	11
MALA NUTRICIÓN .....	12
RESERVAS.....	12
CARENCIAS.....	14
HISTORIA DE LA ALIMENTACIÓN ANAMNESIS ALIMENTARIA .....	14
DISEÑO METODOLÓGICO .....	17
TIPO DE ESTUDIO .....	17
UNIVERSO .....	17
UNIDAD DE ESTUDIO .....	17
MATERIAL Y MÉTODOS .....	17
INSTRUCTIVO PARA LA MEDICION LONGITUD TALLA .....	17
PROCEDIMIENTO .....	18

NIÑO MAYOR A 24 MESES .....	18
PROCEDIMIENTO .....	18
INSTRUCTIVO DE TOMA DE PESO .....	19
INSTRUMENTOS .....	19
RESULTADOS .....	19
MENÚ SEMANAL DE LA GUARDERÍA “ALFA Y OMEGA” TIQUIPAYA.....	30
ANÁLISIS DEL MENÚ DIARIO .....	31
DISTRIBUCIÓN CALÓRICO.....	32
PROTEÍNAS .....	32
LÍPIDOS .....	32
CARBOHIDRATOS .....	32
CONCLUSIÓN .....	33
RECOMENDACIÓN .....	34
PROPUESTA .....	34
OBJETIVO GENERAL .....	34
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	34
METAS .....	35
ACTIVIDADES .....	35
REGLAS GENERALES .....	35
BIBLIOGRAFÍA .....	41
ANEXOS	

## RESUMEN

La desnutrición infantil es uno de las grandes causas de morbimortalidad infantil en Bolivia. La prevención debe ser la principal arma para combatir y esta es una tarea de todos.

El equilibrio energético entre aportes y necesidades es el aspecto más importante para mantener el crecimiento de los niños. Según estudios se necesita 4Kcal por gramo de tejido formado en un niño normal y para rehabilitar 6kcal. ( 1 )

En presente estudio tiene por objetivo evaluar el equilibrio dietético de los niños entre los 6 meses y 5 años que acuden a la guardería "Alfa y Omega".

Se valoró el estado nutricional a través de la antropometría comparando con las curvas de referencia del NCHS, con ayuda de la tabla de Waterlow. A través de una entrevista realizada a los encargados de la guardería se determinó el consumo alimentario. El mismo que se comparó con las recomendaciones internacionales del RDA y su distribución de la molécula calórica con las referencias para la edad.

El trabajo mostró que el 71.4 % eutróficos, agudos 14.2% y crónicos 14.2 % . El aporte calórico que se brindado no guardaba relación con lo requerido para la edad de los niños ya que 76 % procedían de Hidratos de carbono, lípidos 12.3% y proteínas 17.2% .

Concluimos que existe desnutrición leve actual y crónica, al parecer relacionados con el bajo aporte calórico. Por lo que planteamos reequilibrar la dieta ofrecidas a estos niños y mejora en organización del servicio de alimentación.

## **INTRODUCCIÓN**

La desnutrición es la enfermedad provocada por el insuficiente aporte de combustibles (hidratos de carbono - grasas) y proteínas. Según la UNICEF, la desnutrición es la principal causa de muerte de lactantes y niños pequeños en países en desarrollo. La prevención es una prioridad de la Organización Mundial de la Salud.

Nutrición significa que el cuerpo de una persona no está obteniendo los nutrientes suficientes. Esta condición puede resultar del consumo de una dieta inadecuada o mal balanceada, por trastornos digestivos, problemas de absorción u otras condiciones médicas

## **NOMBRES ALTERNATIVOS**

La desnutrición leve: Nutrición inadecuada. La desnutrición grave fue llamado: edema de almidón, el bebe azúcar, síndrome del daño producido por los cereales

## **CAUSAS**

- Disminución de la ingesta dietética.
- Malabsorción.
- Aumento de los requerimientos, como ocurre por ejemplo en los lactantes prematuros, en infecciones, traumatismo importante o cirugía.
- Psicológica; por ejemplo, depresión o anorexia nerviosa.

La desnutrición se puede presentar debido a la carencia de una sola vitamina en la dieta o debido a que la persona no está recibiendo suficiente alimento. La inanición es una forma de desnutrición. La desnutrición también puede ocurrir cuando se consumen los nutrientes adecuadamente en la dieta, pero uno o más de estos nutrientes no es/son digerido(s) o absorbido(s) apropiadamente.

La desnutrición puede ser lo suficientemente leve como para no presentar síntomas o tan grave que el daño ocasionado sea irreversible, a pesar de que se pueda mantener a la persona con vida.



A nivel mundial, especialmente entre los niños que no pueden defenderse por sí solos, la desnutrición continúa siendo un problema significativo. La pobreza, los desastres naturales, los problemas políticos y la guerra en países como Biafra, Somalia, Ruanda, Iraq y muchos otros más han demostrado que la desnutrición y el hambre no son elementos extraños a este mundo.

Los indicadores de peso, talla, relacionado con la edad, parámetros antropométricos de referencia, constituyen un método apropiado, sencillo, confiable y de bajo costo para la vigilancia del estado de nutrición de los niños.

Así la vigilancia de la nutrición, permite conocer la evolución física, mental y emocional del niño, así como identificar y corregir oportunamente alteraciones que obstruyan la formación plena e integral del individuo en los primeros años de su vida.

Sistematizar la vigilancia nutricional implica un reto que debe lograrse a fin de asegurar a todos los niños una mejor calidad de vida presente y futuro.

Una dieta balanceada o equilibrada es aquella que a través de los alimentos que forman parte de cada una de las comidas aporta nutrientes en las proporciones que el organismo sano necesita para su buen funcionamiento.

Cuando el cuerpo (organismo) procesa los componentes de los alimentos (aparte de las fibras), estos proporcionan la energía (calorías) necesaria para que cada parte del cuerpo cumpla con sus funciones, así como vitaminas y minerales para que dichos procesos se lleven a cabo como es debido.

Es por ese motivo que el estado de salud de una persona depende de la calidad y no de la cantidad de los nutrientes para llevar a cabo todas las funciones que nos permiten estar vivos, el cuerpo humano necesita un aporte de nutrientes continuo y adecuado. Son varios los factores que determinan el crecimiento y la talla (altura) definitiva de un niño. El factor

genético (la herencia) influye en gran forma pero no debemos olvidar la importante relación que existe entre crecimiento y alimentación.

Las consecuencias de la malnutrición son especialmente severas si esta se produce en edades muy tempranas. Es por eso importante tener en cuenta tanto la provisión de nutrientes para un adecuado crecimiento y desarrollo, como también para iniciar la prevención de trastornos en la adultez.

Es la razón, para la elaboración de este trabajo realizar una propuesta de menús para poder tener un adecuado equilibrio nutricional de los niños de la guardería

## **JUSTIFICACION**

La falta de equilibrio nutricional es generalmente una de las causas más importantes, para que un infante desarrolle alteraciones en su salud ya que la exageración de nutrientes causaría una obesidad y así mismo la escasez de dichos nutrientes causaría una desnutrición. Por ello la importancia de administrar una dieta a los niños menores de 5 años de acuerdo a sus necesidades y le permitan asegurar un buen crecimiento.

La nutrición humana es el aporte y aprovechamiento de nutrimentos que en el niño se manifiesta por crecimiento y desarrollo. El niño crece 25 cm. el primer años el segundo 12 cm , a partir del tercer año 5-7 cm. Y el incremento de peso neto es de 7Kg el primer años luego 2.5-3Kg por año. Y es la etapa donde se presente los mas grandes avances del desarrollo del ser humano: Aprende, hablar, caminar, alimentarse solo y coordinar su area motora.

Es de esa manera que decimos, que el crecimiento es un proceso por el cual se incrementa la masa corporal, debido al aumento en el número de células (hiperplasia), el aumento en el volumen de las células (hipertrofia) y el incremento en la sustancia intercelular.

Por el cual el mantenimiento de las funciones orgánicas, la actividad básica y el crecimiento y desarrollo, en gran medida, dependen del consumo habitual de alimentos que tiene el niño.

Es por eso que el estado de equilibrio entre el consumo y el gasto da como resultado un buen estado de nutrición, **si se rompe este equilibrio por el consumo excesivo se presenta la obesidad y cuando es insuficiente la desnutrición.**

Dependiendo de la intensidad de la desnutrición, el tiempo y la edad pueden presentar para toda su vida:

- Bajo crecimiento
- Menor rendimiento intelectual
- Menor capacidad física.
- Mayor riesgo a padecer enfermedades de tipo infeccioso.

Mayor peligro de morir en los primeros años de vida.

De la misma forma la desnutrición, otro extremo del desequilibrio nutricional don se observa infinidad de trastornos en el infante.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

¿La falta de aporte o el exceso de nutrientes puede producir un desequilibrio nutricional?

## **OBJETIVO GENERAL**

Evaluar el equilibrio nutricional de los niños de la guardería “alfa y omega” en año 2006

## **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Identificar el estado nutricional mediante la evaluación antropométrica, tomando en cuenta los indicadores peso, talla, edad de los niños de la guardería
- Determinar el grado de consumo alimentario nutricional del aporte calórico que reciben los niños
- Relacionar el consumo alimentario con el estado nutricional