



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA "DR. AURELIO MELEAN"
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**IDENTIFICACIÓN DE LOS FACTORES
RELACIONADOS CON LA ALIMENTACIÓN QUE
INFLUYEN EN EL ESTADO NUTRICIONAL DE
LOS ADULTOS MAYORES, INTERNADOS EN EL
HOGAR DE ANCIANOS "BUEN PASTOR"**

CARLA ANDREA CRESPO ENRICO

Trabajo Final de Grado: modalidad Tesis
de Grado para optar la Licenciatura en
Nutrición y Dietética.

Tutor: Lic. Daisy O. Ferrufino Aragón

COCHABAMBA - BOLIVIA

2014



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMON
FACULTAD DE MEDICINA "DR. AURELIO MELEAN"
PROGRAMA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**IDENTIFICACIÓN DE LOS FACTORES
RELACIONADOS CON LA ALIMENTACION, QUE
INFLUYEN EN EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS
ADULTOS MAYORES, INTERNADOS EN EL HOGAR
DE ANCIANOS "BUEN PASTOR"**

CARLA ANDREA CRESPO ENRICO

**Trabajo Final de Grado:
modalidad Tesis de Grado para
optar la Licenciatura en Nutrición
y dietética**

Tutor: Lic. Daisy O. Ferrufino Aragón

**Cochabamba – Bolivia
2014**

ÍNDICE

	Pagina
CAPITULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACION	
1.1 INTRODUCCIÓN	1
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	5
1.4 DELIMITACIÓN.....	5
1.5 JUSTIFICACIÓN.....	5
1.6 OBJETIVOS.....	6
1.6.1 OBJETIVO GENERAL.....	6
1.6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
CAPITULO II MARCO TEORICO	
2.1 ANTECEDENTES GENERALES	7
2.2 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	11
2.3 MARCO CONTEXTUAL.....	11
2.3.1 DESCRIPCIÓN DEL ÁREA GEOGRÁFICA DONDE SE REALIZA LA INVESTIGACIÓN	11
2.3.2 DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS INSTITUCIONALES DONDE SE HACE LA INVESTIGACIÓN	12
2.4 DESARROLLO DEL MARCO TEORICO	13
2.4.1 ENVEJECIMIENTO.....	13
2.4.1.1 Definición de vejez.....	16
a) Edad Cronológica.....	16
c) Edad Fisiológica.....	17

	Página
d) Edad Psíquica.....	17
e) Edad Social.....	17
2.4.1.2 Cambios durante el envejecimiento	17
2.4.1.3 Cambios físicos	17
2.4.1.3.1 Cambios que se producen en las células.....	18
2.4.1.3.2 Cambios a nivel Tisular	18
2.4.1.3.3 Cambios que se producen en las articulaciones	18
2.4.1.3.4 Cambios que se producen en el hueso	19
2.4.1.3.5 Cambios que se producen en el músculos	20
2.4.1.3.6 Cambios que se producen en el sistema cardiovascular.....	21
2.4.1.3.7 Cambios que se producen en la sangre y sistema Inmunitario	23
2.4.1.3.8 Aparato Digestivo	23
2.4.2 LA NUTRICIÓN, LA LONGEVIDAD Y LA ESPERANZA DE VIDA.....	27
2.4.2.1 La nutrición y la dependencia	28
2.4.2.2 La Malnutrición	28
2.4.2.3 Factores corporales y fisiológicos.....	33
2.4.2.4 Factores sensoriales.....	34
2.4.3 CAMBIOS EN EL ENVEJECIMIENTO RELACIONADOS A LA ALIMENTACIÓN Y A LA NUTRICIÓN.....	37
2.4.3.1 Psicológicos	37
2.4.3.2 Cultural.....	37

	Pagina
2.4.3.3 Interacción medicamento - alimento	38
2.4.3.4 El Aislamiento social.....	39
2.4.3.5 Los Problemas Económicos	39
2.4.3.6 Incapacidad Física.....	40
2.4.3.7 Problemas en la boca, alteraciones del gusto y olfato	40
2.4.3.8 Tabaquismo.....	41
2.4.3.9 Alcoholismo	41
2.4.4. INGESTA RECOMENDADA DE ENERGÍA Y DE NUTRIENTES	41
2.4.4.1 Energía.....	43
2.4.4.2 Proteína.....	44
2.4.4.3 Hidratos de Carbono.....	47
2.4.4.4 Lípidos.....	48
2.4.4.5 Ingesta Hídrica	49
2.4.4.6 Antioxidantes.....	52
2.4.5. EVALUACIÓN ALIMENTARIA NUTRICIONAL	52
2.4.5.1 Antropometría.....	52
2.4.5.1.1 Peso.....	52
2.4.5.1.2 Peso en paciente postrado.....	53
2.4.5.1.3 Talla.....	55
2.4.5.1.4 Talla en pacientes postrados	55
2.4.5.1.5 IMC.....	56

	Pagina
2.4.5.2 Evaluación Dietética	58
2.4.5.2.1 Frecuencia de consumo	58
2.4.5.2.2 Valoración calórica	59
2.4.5.2.3 Aceptación y Tolerancia de la dieta	59
2.4.6 COMPONENTES DEL SINDROME METABOLICO	60
2.4.6.1 Descripción General	60
2.4.6.2 Presión Arterial	63
2.4.6.3 Glicemia	63
 CAPITULO III MARCO METODOLOGICO	
3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	64
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	64
3.3 UNIVERSO POBLACION Y MUESTRA	64
3.3.1 Universo	64
3.3.2 Población de estudio	64
3.3.3 Muestra	65
3.3.4 Criterios de Inclusión	65
3.3.5 Criterios de Exclusión	65
3.4 VARIABLES DE ESTUDIO Y SU OPERALIZACIÓN	65
3.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	66
3.5.1 Fuente de Información Primaria	67
3.5.2 Fuente de Información Secundaria	67

3.6 FORMAS DE PROCESAMIENTO Y ANLAISIS DE INFORMACIÓN	67
3.7 ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO	67
CAPITULO IV RESULTADO Y DISCUSIÓN	
4.1 RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN.....	69
4.2 DISCUSION.....	99
CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1 CONCLUSIONES PARA EL ADULTO MAYOR	101
5.2 RECOMENDACIONES NUTRICIONALES PARA EL ADULTO MAYOR	103
CAPITULO VI PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	
6.1 RESUMEN DE RESULTADOS DEL DIAGNOSTICO DE LA INVESTIGACION	105
6.2 IDENTIFICACIÓN DELPROBLEMA A SER INTRERVENIDO.....	109
6.3 JUSTIFICACION DE LA INTERVENCION	109
6.4 OBJETIVOS DE INTERVENCION	110
6.5 ACTIVIDADES ESPECÍFICAS PARA CADA OBJETIVO	110
6.6 PLAN OPERATIVO.....	116
BIBLIOGRAFIA.....	117