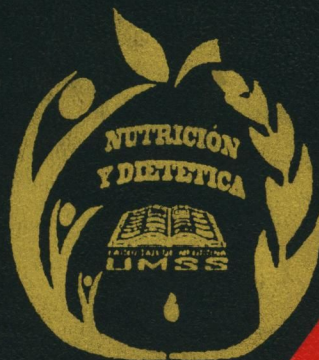




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA "DR. AURELIO MELEAN"
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**PRÁCTICAS ALIMENTARIAS Y ESTADO NUTRICIONAL EN
MUJERES PUÉRPERAS INTERNADAS EN EL HOSPITAL
"SAN MARTIN DE PORRES" DE COMARAPA
SANTA CRUZ - BOLIVIA**

**TESIS PRESENTADA PARA OPTAR AL TÍTULO
DE LICENCIATURA EN NUTRICION Y DIETETICA**

AUTORA: SULMA VASQUEZ FLORES

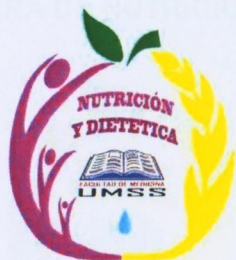
TUTORES: DRA. MIRIAM ROSARIO ARNEZ CAMACHO

LIC. JANNETH XIMENA ESCOBAR SAIRE

**Cochabamba – Bolivia
2018**



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



**PRÁCTICAS ALIMENTARIAS Y ESTADO NUTRICIONAL EN
MUJERES PUÉRPERAS INTERNADAS EN EL HOSPITAL
"SAN MARTIN DE PORRES" DE COMARAPA
SANTA CRUZ - BOLIVIA**

**TESIS PRESENTADA PARA OPTAR AL TÍTULO
DE LICENCIATURA EN NUTRICION Y DIETETICA**

AUTORA: SULMA VASQUEZ FLORES

TUTORES: DRA. MIRIAM ROSARIO ARNEZ CAMACHO

LIC. JANNETH XIMENA ESCOBAR SAIRE

Cochabamba – Bolivia

CONTENIDO

1.1	INTRODUCCIÓN	1
1.2.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2
1.3.	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	4
1.4.	JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.5.	OBJETIVOS.....	5
1.5.1.	OBJETIVO GENERAL	5
1.5.2.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
1.6.	HIPÓTESIS	6
	7
2.1.	ANTECEDENTES GENERALES	8
2.2	MARCO CONTEXTUAL	9
2.2.1.	DESCRIPCIÓN DEL ÁREA GEOGRÁFICA DONDE SE DESARROLLA LA INVESTIGACIÓN	9
2.2.2	DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS INSTITUCIONALES DONDE SE HACE LA INVESTIGACIÓN	9
2.3.	DEFINICION DE HABITOS Y COSTUMBRES	11
2.4.	DEFINICIÓN DE DIETAS Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS.....	12
2.5	DEFINICIÓN DE EMBARAZO Y PUERPERIO	13
2.5.2.	Puerperio inmediato (primeras 24 horas).....	14
2.5.1.	Puerperio mediato (del 2º día al 7º día).....	14
2.5.2.	Puerperio tardío (del 8º día a los 42 días).....	14
2.5.3.	Cambios anatómicos, fisiológicos y clínicos	15
2.6.	PUERPERIO y COSTUMBRES ALIMENTARIAS DE LA MUJER PUÉRPERA.....	16
2.7.	REQUERIMIENTOS DE LA MUJER PUÉRPERA Y LACTANTE.....	18
2.8.	PÉRDIDA DE PESO DESPUÉS DEL PARTO	19
2.9.	GASTO ENERGÉTICO EN PUERPERIO Y LACTANCIA	20
2.10.	REQUERIMIENTO DE ENERGÍA SEGÚN LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PUERPERIO Y LACTANCIA.....	21
2.11.	RECOMENDACIONES EN LAS ETAPAS DEL PUERPERIO Y LACTANCIA.....	21
2.13.	DISTRIBUCIÓN DE LOS ALIMENTOS EN EL DÍA.....	22
2.14	BALANCE NUTRICIONAL EN LA MUJER PUÉRPERA	23
2.15.	LA MUJER PUÉRPERA DESNUTRIDA	24
2.16.	LA MUJER PUÉRPERA OBESA	24
2.17.	INTERVENCIÓN NUTRICIONAL EN EL PUERPERIO	25
2.18.	DIETAS RECOMENDADAS EN EL POST-PARTO	27
	30

3.1.	ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	31
3.2.	TIPO DE LA INVESTIGACIÓN.....	31
3.3.	POBLACIÓN UNIVERSO Y POBLACIÓN DE ESTUDIO.....	31
3.3.1.	Universo	31
3.3.2.	Población de estudio	32
3.3.3.	Muestra.....	32
3.4.	VARIABLES DE ESTUDIO Y SU OPERALIZACIÓN	33
3.5.	DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN.....	35
3.6.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA RECOLECTAR DATOS DE LA INFORMACIÓN	36
3.7.	FORMA DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN.....	38
3.8.	ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO	39
4.1.	EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE MUJERES PUÉRPERAS	42
4.1.1.	Resultados de la Evaluación del Estado Nutricional según el IMC	42
4.4	RESULTADOS SEGÚN RECORDATORIO DE 24 HORAS.....	48
4.4.1	Tiempos de comida del día	48
4.4.2	TIEMPOS DE COMIDA SEGÚN EL NUMERO DE INTEGRANTES DE FAMILIA DE MUJERES PUERPERAS	49
4.4.3	TIPO DE COMIDA CONSUMIDA EN EL “DESAYUNO”	50
4.4.4	TIPO DE COMIDA DE MEDIA MAÑANA.....	52
4.4.5	TIPO DE COMIDA DE MEDIO DÍA “ALMUERZO”	54
4.2.7.	TIPO DE COMIDA DE MEDIA TARDE.....	55
4.2.8.	56
4.2.9.	ULTIMA COMIDA DEL DÍA “CENA”	56
4.3.	FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS POR MUJERES PUÉRPERAS	58
4.5	GRADO DE ADECUACIÓN DE ENERGIA Y MICRONUTRIENTES CONSUMIDOS POR MUJERES PUÉRPERAS	61
4.4.	CONSTUMBRES, HÁBITOS Y ALIMENTACIÓN DE LAS MUJERES DEL MUNICIPIO DE COMARAPA DESPUES DEL PARTO.....	65
4.5.	CONOCIMIENTO DE LAS PROPIEDADES NUTRICIONALES DE ALIMENTOS E INFUSIONES CONSUMIDOS EN EL PUERPERIO	67
5.1.	CONCLUSIONES	71
5.2.	RECOMENDACIONES.....	73
6.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	75

ÍNDICE DE CUADROS

CUADRO 1. REQUERIMIENTO DE NUTRIENTES PARA MUJER PUÉRPERA.....	18
CUADRO 2. PÉRDIDA DE PESO EN EL PUÉRPERIO	19
CUADRO 3. GASTO ENERGÉTICO EN EL PUÉRPERIO.....	20
CUADRO 4. REQUERIMIENTO DE ENERGÍA Y ACTIVIDAD FÍSICA EN EL PUERPERIO.....	21
CUADRO 5. RECOMENDACIONES EN EL PUERPERIO Y LACTANCIA	22
CUADRO 6. DISTRIBUCIÓN DEL APORTE CÁLORICO POR TIEMPO DE COMIDA	23
CUADRO 7. DIETA RECOMENDADA EN EL POSPARTO.....	28
CUADRO 8. VARIABLES DE ESTUDIO Y SU OPERALIZACIÓN.....	33

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL.....	41
TABLA 2. ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN OCUPACIÓN DE LAS MUJERES PUÉRPERAS.....	42
TABLA 3. ESTADO NUTRICIONAL Y NÚMERO DE HIJOS DE MUJERES PUÉRPERAS.....	45
TABLA 4. TIEMPOS DE COMIDA DE MUJERES PUÉRPERAS INTERNADAS EN EL HOSPITAL SAN MARTÍN DE PORRES DE FEBRERO A MAYO 2018.....	46
TABLA 5. TIEMPOS DE COMIDA SEGÚN EL NÚMERO DE INTEGRANTES DE LAS MUJERES PUÉRPERAS.....	47
TABLA 6. TIPO DE COMIDA CONSUMIDA EN EL DESAYUNO.....	49
TABLA 7. TIPO DE COMIDA DE MEDIA MAÑANA.....	51
TABLA 8. TIPO DE COMIDA DE MEDIO DIA ALMUERZO	52
TABLA 9. TIPO DE COMIDA DE MEDIA TARDE	54
TABLA 10. CONSUMO DE COMIDA DE LA NOCHE CENA.....	55
TABLA 11. FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS POR GRUPOS POR MUJERES PUÉRPERAS.....	58
TABLA 12. GRADO DE ADECUACIÓN DE ENEGÍA Y MICRONUTRIENTES POR MUJERES PUERPERAS	60
TABLA 13. ALIMENTOS CONSUMIDOS DESPUES DEL PARTO POR MUJERES PUÉRPERAS.....	64