



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



ESTABLECIMIENTO DE UN SERVICIO DE EVALUACIÓN Y ORIENTACIÓN
NUTRICIONAL Y REPORTE DEL ESTADO NUTRICIONAL EN EL CENTRO
INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR "ARMINDA BALLIVIÁN".

INFORME DE TRABAJO DIRIGIDO
PRESENTADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

AUTORA: Mariel Paz Ballesteros

TUTORES:

Lic. Daysi O. Ferrutino Aragón

Dr. Iverth Durán Orias

SUPERVISOR INSTITUCIONAL:

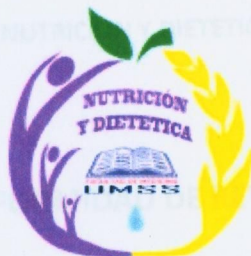
Lic. Yasmyn Mirna Pérez Ríos

Cochabamba, Bolivia.

2018



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



**ESTABLECIMIENTO DE UN SERVICIO DE EVALUACIÓN Y ORIENTACIÓN
NUTRICIONAL Y REPORTE DEL ESTADO NUTRICIONAL EN EL CENTRO
INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR "ARMINDA BALLIVIÁN".**

INFORME DE TRABAJO DIRIGIDO
PRESENTADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

AUTORA: Mariel Paz Ballesteros

TUTORES:

Lic. Daysi O. Ferrufino Aragón

Dr. Iverth Durán Orias

SUPERVISOR INSTITUCIONAL:

Lic. Yasmyn Mirna Pérez Ríos

Cochabamba, Bolivia.

2018

ÍNDICE

ÍNDICE	1
ÍNDICE CUADROS.....	4
ÍNDICE FIGURAS.....	5
ÍNDICE TABLAS	6
ÍNDICE FOTOGRAFÍAS.....	7
ÍNDICE GRÁFICOS.....	8
ÍNDICE ANEXOS.....	9
RESUMEN	10
ABSTRACT.....	12
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	14
1.1. INTRODUCCIÓN.....	15
1.1.1. SITUACIÓN DE LOS ADULTOS MAYORES EN BOLIVIA.....	15
1.1.2. MARCO LEGAL.....	15
1.1.3. ALGUNOS DATOS	16
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
1.3. JUSTIFICACIÓN.....	20
1.4. OBJETIVOS.....	21
1.4.1. OBJETIVO GENERAL	21
1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	21
.....	22
CAPITULO II.....	22
MARCO TEÓRICO	22
2.1. MARCO CONTEXTUAL.....	23
2.1.1. DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS INSTITUCIONALES DONDE SE HACE LA INVESTIGACIÓN	23
2.1.1.1. DATOS GENERALES DEL CIAM.....	23
2.1.1.2. INFRAESTRUCTURA.....	25
2.1.1.3. EQUIPAMIENTO.....	27

2.1.1.4. CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN QUE ATIENDE	27
2.1.1.5. ORGANIZACIÓN	27
2.1.1.6. UBICACIÓN	28
2.2. DESARROLLO DEL MARCO TEÓRICO	29
2.2.1. SITUACIÓN EPIDEMIOLÓGICA DEL ADULTO MAYOR.....	30
2.2.2. EPIDEMIOLOGÍA DE LAS ALTERACIONES NUTRICIONALES EN EL ADULTO MAYOR	32
2.2.3. LA MALNUTRICIÓN EN ADULTOS MAYORES.....	32
2.2.4. CARACTERÍSTICAS FISIOLÓGICAS DEL ENVEJECIMIENTO	33
PIEL.....	34
2.2.5. RECOMENDACIONES NUTRICIONALES DEL ADULTO MAYOR.....	37
2.2.6. RECOMENDACIONES DE MICRONUTRIENTES.	39
RECOMENDACIONES DE VITAMINAS	39
2.2.7. RECOMENDACIONES DE MINERALES	42
2.2.8. VALORACIÓN NUTRICIONAL.....	44
2.2.9. EVALUACIÓN GLOBAL SUBJETIVA	45
2.2.10. ENCUESTAS DIETÉTICAS CUALITATIVAS Y CUANTITATIVAS DE LA INGESTA	45
2.2.11. MINI NUTRITIONAL ASSESSMENT (MNA) (ANEXO 1).....	45
2.2.12. PARÁMETROS ANTROPOMÉTRICOS	45
2.2.13. PARÁMETROS BIOQUÍMICOS QUE COMPLEMENTAN LA EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL	55
2.2.14. ACTIVIDAD FÍSICA	56
2.2.15. BENEFICIOS O EFECTOS DEL EJERCICIO O ACTIVIDAD FÍSICA SOBRE LA SALUD.....	57
2.2.16. DETERMINACIÓN DE LAS NECESIDADES NUTRICIONALES	58
2.2.16.1. DETERMINACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE TRATAMIENTO.....	58
2.2.16.2. PORCIONES RECOMENDADAS PARA EL ADULTO MAYOR	59
2.2.16.3. MEDIDAS CASERAS PARA MEDIR EL TAMAÑO DE LA PORCIÓN.....	60
CAPITULO III. MARCO METODOLOGICO	61
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO	62
3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN	63

3.3. UNIVERSO.....	63
3.4. MUESTRA.....	63
3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	64
3.5.1. APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO MNA (Mini-Nutritional Assessment).....	64
3.6. ANÁLISIS ESTADÍSTICO	65
3.7. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	65
3.8. PLAN DE TRABAJO	65
3.9. DATOS RECOLECTADOS	66
3.9.1. TRATAMIENTO ESTADÍSTICO	66
CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	67
4.1. RESULTADOS.....	68
4.3. CUMPLIMIENTO DE ACTIVIDADES.....	87
4.4. PROGRAMAS DE EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL	88
4.4.1. TALLERES REALIZADOS.....	88
CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	89
5.1. CONCLUSIONES	90
5.1.1. ANÁLISIS DEL LOGRO DEL PROPÓSITO.....	91
5.1.2. CONSIDERACIONES RESPECTO A LA CONTINUIDAD DeI TRABAJO INICIADO	92
5.1.3. EXPERIENCIA ADQUIRIDA CON EL TRABAJO	92
5.2. RECOMENDACIONES.....	93
5.2.1. RECOMENDACIONES PARA EL CIAM DENTRO DEL MARCO DE LA ASESORÍA NUTRICIONAL	95
5.2.2. RECOMENDACIONES PARA EL ADULTO MAYOR.....	96
.....	106
ANEXOS	106