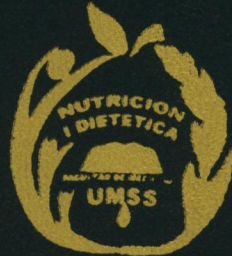




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA "DR. AURELIO MELEAN"
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL A COMENSALES
DEL COMEDOR DE LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
"OSCAR ALFARO" 2018

INFORME DE TRABAJO DIRIGIDO
PRESENTADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

AUTORA: María Lorena Orellana Aguilar

Shirley Bascopé Hinojosa

SUPERVISORA INSTITUCIONAL: Dra. Miriam Rosario Arnéz Camacho

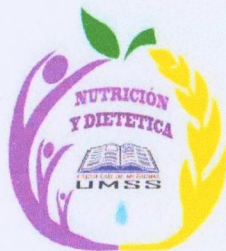
TUTORA: Dra. Derby Susan Abasto Gonzales

Lic. Marcia J. Guzmán Mejía

Cochabamba - Bolivia 2018



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



**VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL A COMENSALES
DEL COMEDOR DE LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
"OSCAR ALFARO" 2018**

INFORME DE TRABAJO DIRIGIDO
PRESENTADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICION Y DIETETICA

AUTORA: María Lorena Orellana Aguilar

Shirley Bascopé Hinojosa

SUPERVISORA INSTITUCIONAL: Dra. Miriam Rosario Arnéz Camacho

TUTORA: Dra. Deiby Susan Abasto Gonzales

Lic. Marcia J. Guzmán Mejía

Cochabamba - Bolivia 2018

1 Tabla de contenido

CAPITULO I

1.1	Localización.....	15
1.2	Reseña Histórica.....	15
1.3	Características de la Población que atiende	16
1.4	Estructura	16
1.5	Flujograma de Atención del Gabinete de Alimentación y Nutrición Integral.....	17

CAPITULO II 19

2 EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN 19

2.1	Introducción	19
2.2	Planteamiento	20
2.3	Formulación.....	21
2.4	Delimitación.....	22
2.5	Justificación	23
2.6	Objetivos	23
2.6.1	Objetivo General.....	23
2.6.2	Objetivos Específicos	24

CAPITULO III 26

3 MARCO TEÓRICO 26

3.1	Estado Nutricional	26
3.2	Medidas Empleadas Para Evaluar El Estado Nutricional	29
3.3	Valoraciones Fisica Y Funcional	30
3.3.1	Antropometria	30
3.3.2	Interpretación de la altura y el peso	30
3.4	Metabolismo	33
3.5	Habitos Para Tener Una Vida Saludable	33
3.5.1	Alimentación sana y balanceada	34
3.6	Actividad Fisica.....	34
3.7	Riesgo Cardiovascular.....	35
3.7.1	Principales Factores de Riesgo	35
3.7.2	Perímetro Abdominal.....	36
3.7.3	Obesidad - Abdominal.....	36
3.7.4	Obesidad.....	37
3.7.5	Causas de Sobrepeso y Obesidad	37

3.7.6	Afecciones Genéticas.....	38
3.7.7	Estilo Poco Saludable.....	38
3.7.8	Edad.....	39
3.7.9	Historia Familiar.....	39
3.7.10	Sexo.....	39
3.7.11	Signos y Síntomas del Sobrepeso.....	39
3.7.12	Complicaciones del Sobrepeso y la Obesidad.....	39
3.8	Requerimientos Nutricionales.....	40
3.9	Dieta.....	41
3.9.1	Otras Dietas – Otros Métodos.....	42
3.9.2	Dietas sin Hidratos de carbono.....	42
3.9.3	Dietas disociadas.....	43
3.9.4	Dietas Hipoproteicas.....	41
3.9.5	Otras Dietas.....	43
CAPITULO IV.....		46
4.1	Enfoque De Investigación.....	46
4.2	Tipo De Investigación.....	46
4.3	Población Y Muestra De Investigación.....	46
4.3.1	Universo.....	46
4.3.2	Población de estudio.....	46
4.3.3	Muestra.....	46
4.3.3.1	Tamaño Muestra.....	46
4.3.3.2	Técnica de Muestreo.....	46
4.3.3.3	Caracterización de la Población.....	47
4.3.3.3.1	Criterios de inclusión.....	47
4.3.3.3.2	Criterios de exclusión.....	47
4.4	Variables De Estudio Y Su Operacionalización.....	47
4.5	Métodos E Instrumentos De Recolección De Información.....	48
4.5.1	Validación de la encuesta.....	59
4.6	Procesamiento y Análisis de la Información.....	59
4.7	Consideraciones Éticas.....	59
4.8	Organización del Trabajo de Campo.....	59
4.8.1	Materiales.....	59
4.8.2	Infraestructura.....	60
4.8.3	Recursos Humanos.....	60

4.8.4	Recursos Materiales e Insumos.....	60
4.8.5	Servicios	60
4.8.6	Cronograma.....	¡Error! Marcador no definido.
4.8.7	Presupuesto.....	60
	61
CAPÍTULO V		62
5.1	Características Generales	62
5.1.1	Resultados Específicos del Estudio	62
DISCUSIÓN		78
CAPÍTULO VI.....		82
6.1	CONCLUSIONES	82
6.2	RECOMENDACIONES	83
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....		
ANEXOS.....		