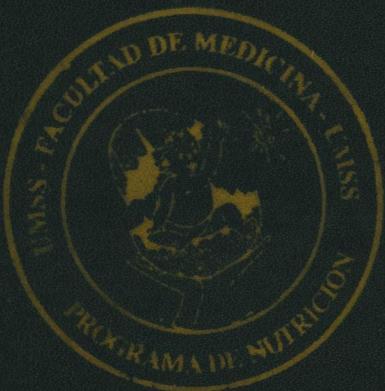




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN  
FACULTAD DE MEDICINA  
CARRERA NUTRICIÓN



VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE  
NIÑOS VEGETARIANOS DE COMUNIDAD  
RELIGIOSA VALLE HERMOSO – CBBA

TRABAJO DE GRADO PRESENTADO PARA OBTENER EL  
TÍTULO DE TEC. SUPERIOR EN NUTRICIÓN

TUTCR: Lic. Ma. Eugenia Encinas

PROPONENTE: AIDA GUZMAN MUSTACEDO



**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN  
FACULTAD DE MEDICINA  
CARRERA NUTRICIÓN**



**VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE  
NIÑOS VEGETARIANOS DE COMUNIDAD  
RELIGIOSA VALLE HERMOSO – CBBA**

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO PARA OBTENER EL  
TITULO DE TEC. SUPERIOR EN NUTRICION**

**TUTOR: Lic. Ma. Eugenia Encinas**

**PROONENTE: AIDA GUZMAN MUSTACEDO**

**COCHABAMBA- BOLIVIA**

## **INDICE**

INTRODUCCION.....	1
<b>CAPÍTULO I</b>	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1. Antecedentes del problema .....	1
1.2. Delimitación del estudio .....	2
1.2.1. Espacio.....	2
1.2.2. Tiempo .....	3
1.2.3. Ámbito poblacional.....	3
1.3. Formulación del problema .....	3
1.4. Justificación del problema .....	3
1.5. Unidades conceptuales de la investigación.....	4
1.6. Objetivos .....	4
1.6.1. Objetivo general .....	4
1.6.2. Objetivos específicos.....	5
<b>CAPITULO II</b>	
2.1. Marco contextual y teórico de la investigación.....	6
2.1.1. Contexto socio cultural de los sujetos de estudio.....	6
2.2. Marco teórico.....	7
2.2.1. Concepto de alimentos .....	7
2.2.2. Definición de alimentación y nutrición .....	8
a) Alimentación.....	8
b) Nutrición .....	8
2.2.3. Nutrientes y Fuentes Alimenticias .....	8
a) Proteínas.....	8
b) Proteínas vegetales .....	9

c) Carbohidratos.....	9
d) Lípidos o grasas.....	11
e) Minerales.....	11
f) Vitaminas .....	12
2.2.4. Concepto de dieta .....	15
2.2.5. Bases del vegetarianismo y algunas dietas vegetarianas .....	15
2.2.6. Valoración del Estado Nutricional.....	19
2.2.6.1. Métodos antropométricos.....	20
2.2.6.2. Métodos bioquímicos. ....	22
2.2.6.3. Método de encuesta alimentaria. ....	23

### CAPITULO III

3. DISEÑO METODOLÓGICO .....	25
3.1. Tipo de investigación.....	26
3.2. Diseño de la Investigación .....	26
3.3. Sujetos de estudio.....	26
3.4. Universo del estudio.....	26
3.5. Metodología del trabajo.....	27
3.6. Técnicas.....	27
3.6.1. Encuestas .....	27
3.6.2. Toma de muestras .....	28
3.7. Instrumentos.....	28
3.7.1. Formulario.....	29
3.7.2. Tabla de valoración.....	29
3.7.3. Laboratorio .....	29
3.8. Cronograma de actividades.....	30
3.9. Presupuesto .....	30

### CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	31
4.1. Población de estudio .....	31

4.2. Resultados de los Métodos Antropométricos .....	32
4.3. Resultados de los Métodos Bioquímicos.....	36
3.4. Resultados de la Anamnesis Alimentaria .....	38
5. CONCLUSIONES .....	40
6. RECOMENDACIONES.....	41
7. PROPUESTA DE TRABAJO .....	42
8. BIBLIOGRAFÍA.....	44
9. ANEXOS.....	46
9.1. Instrumentos de recolección de datos.....	46
9.2. Ejemplos de Menús Vegetarianos.....	46
9.3. Ejemplos de Recetas Vegetarianas .....	46
9.4. Fotografías de la población de estudio.....	46