

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTINE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Código	FT-IV-015
		Versión	3
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 1 de 23

INSTRUCTIVO: el siguiente formato es para ser registrado en este, el Documento Consolidado de PAT Colectivo que da evidencia del ejercicio investigativo desarrollado por el colectivo (docentes y estudiantes) del nivel de formación (semestre o año). En esta consideración el documento consolidado de PAT Colectivo, debe contener:

Portada

1. Ficha de Identificación

Facultad: Ciencias de la salud		Colectivo Docente 1. Anoris Fernández 2. Jaime Navarro 3. Edith Posada 4. Hernando Gutiérrez	Asignatura 1. Bioquímica 2. Biología 3. Filosofía del cuidado 4. Epistemología de la investigación
Programa: Enfermería			
Semestre: Primero	Periodo académico: 2022-2		
Docente Orientador del seminario			
Anoris Fernández Gutiérrez			
Título del PAT Colectivo			
HABITOS RELACIONADOS A LOS MICRONUTRIENTES Y ESTADO NUTRICIONAL EN NIÑOS ESCOLARES DEL ATLANTICO			
Núcleo Problémico			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Abordaje Integral de las enfermedades crónicas transmisibles y no transmisibles prevalentes en el país 2. Promoción de la Salud a partir de hábitos saludables y el autocuidado en todas las edades 			
Línea de Investigación			
Gestión de la salud pública <input checked="" type="checkbox"/> Eje temático: Epidemiología de enfermedades crónicas no transmisibles			

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 2 de 23

2. Informe del Proyecto Académico de Trabajo Colectivo (PAT Colectivo)

RESUMEN

Introducción: Los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales. La edad escolar se caracteriza por un crecimiento intenso, incremento en el esqueleto óseo del tejido muscular, cambios metabólicos, actividad de los sistemas endocrinos, nervioso y cardiovascular, lo cual se manifiesta en una aseveración del desarrollo físico y en una maduración sexual temprana. **Objetivo:** Establecer los hábitos alimenticios relacionados a los micronutrientes y el estado nutricional en niños escolares en el atlántico, en el periodo 2022-2. **Materiales y métodos:** El tipo de estudio es descriptivo con enfoque cuantitativo. La población estuvo conformada por niños escolares, entre las edades de 5 a 12 años de la ciudad de barranquilla, Soledad, salgar, Usiacurí, Sabanalarga, soledad, malambo y barranquilla, la muestra fue no probabilística a conveniencia fue tomada de una población de niños entre 5 a 12 años con un número un total de encuestas aplicadas fue de 165. Se utilizó como instrumento de recolección de la información, encuesta redactada y realizada por los mismos estudiantes autores de esta investigación, con preguntas cerradas. En el formulario de Google aplicado de manera presencial. **Resultados:** En la investigación realizada el 100% de los padres o personas responsable sobre los niños encuestados (165) accedieron a contestar la encuesta. Las poblaciones en la que más se realizó encuesta fue Soledad con 38 (23%) seguidas de Usiacurí con 37 (22%), Sabanalarga con 34 (21%) y Malambo 27 (16%). Las poblaciones a las que se tuvo menos acceso fue Barranquilla con 15 encuestas (9%) y salgar con 14 (9%). En la encuesta se observaron 2 rangos de edades en los niños las cuales fueron de 5-7 años con un porcentaje de 51% y de 8-10 con un porcentaje de 49%. El sexo femenino fue el que más prevaleció en la encuesta con un porcentaje de 51% mientras que el sexo masculino solo fue del 49%. **Conclusiones:** Al momento de llevar a cabo esta investigación sobre los hábitos nutricionales relacionados a los micronutrientes en los niños escolares del departamento del Atlántico se evaluaron niños entre las edades de 5-7(51,6%) y 8-10(49,1%), en donde la edad que más sobresale es de 5-7 y el estrato social en donde hubo más niños encuestados fue el 1. Observamos falencias en los hábitos nutricionales, puesto que la mayoría no ingiere alimentos que son necesarios para su crecimiento y desarrollo, a pesar de que ingieren desayuno, cena y almuerzo, esto no indica que llevan un estilo o hábito de vida saludable.

Palabras claves: Hábitos saludables; Promoción de la salud; estilos de vida; Micronutrientes; estado nutricional; niños escolares (*Fuente: Descriptores en ciencias de la salud – DeCS*)

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTINEE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 3 de 23

ABSTRACT

Introduction: Eating habits are conscious, collective and repetitive behaviors, which lead people to select, consume and use certain foods or diets, in response to some social and cultural influences. School age is characterized by intense growth, increase in skeletal bone and muscle tissue, metabolic changes, activity of the endocrine, nervous and cardiovascular systems, which is manifested in an assertion of physical development and early sexual maturation. **Objective:** To establish dietary habits related to micronutrients and nutritional status in school children in the Atlantic in the period 2022-2. **Materials and methods:** The type of study was descriptive with a quantitative approach. The population consisted of school children between the ages of 5 and 12 years old in the city of Barranquilla, Soledad, Salgar, Usiacurí, Sabanalarga, Soledad, Malambo and Barranquilla. The sample was non-probabilistic and was taken from a population of children between 5 and 12 years old, with a total number of 165 surveys applied. The Google form was applied in person. **Results:** In the research conducted, 100% of the parents or persons responsible for the children surveyed (165) agreed to answer the survey. The populations in which the survey was carried out the most were Soledad with 38 (23%) followed by Usiacurí with 37 (22%), Sabanalarga with 34 (21%) and Malambo with 27 (16%). The populations to which there was less access were Barranquilla with 15 surveys (9%) and Salgar with 14 (9%). In the survey, 2 age ranges were observed in the children: 5-7 years with a percentage of 51% and 8-10 years with a percentage of 49%. The female sex was the most prevalent in the survey with a percentage of 51% while the male sex was only 49%. **Conclusions:** At the time of carrying out this research on nutritional habits related to micronutrients in school children in the department of Atlántico, children between the ages of 5-7(51.6%) and 8-10(49.1%) were evaluated, where the age that stands out the most is 5-7 and the social stratum where there were more children surveyed was 1. We observed deficiencies in nutritional habits, since most of them do not eat foods that are necessary for their growth and development, even though they eat breakfast, dinner and lunch, this does not indicate that they have a healthy lifestyle or habit.

Key words: Healthy habits; health promotion; lifestyles; micronutrients; nutritional status; school children (Source: Descriptors in health sciences - DeCS).

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 4 de 23

1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

El estado nutricional se refiere al estado de balance entre la ingesta, las necesidades energéticas y de nutrientes del organismo que expresa distintos grados de bienestar de las personas, que en sí mismos son dependientes de la interacción entre la dieta, factores relacionados con la salud y el entorno físico, social y económico. Los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales. La edad escolar se caracteriza por un crecimiento intenso, incremento en el esqueleto óseo del tejido muscular, cambios metabólicos, actividad de los sistemas endocrinos, nervioso y cardiovascular, lo cual se manifiesta en una aseveración del desarrollo físico y en una maduración sexual temprana. Esta etapa es la más estable en el crecimiento, pero su continuidad con la siguiente es la más imprecisa, pues dentro de ella y hacia sus finales comienzan los cambios de la adolescencia, diferentes para cada sexo y de gran variabilidad de comienzo dentro del mismo sexo. El estado nutricional y la situación en que los niños se encuentran en relación con la ingesta de alimentos, son aprovechados por su organismo siendo estos suficientes para responder al gasto dado por los requerimientos nutricionales para su edad, sexo, estado fisiológico y actividad física. Si la ingesta de alimentos es balanceada, el aporte de los nutrientes será satisfactorio y se verá reflejado en la salud física motora del niño. Los programas de alimentación escolar proveen alimentos a los niños y niñas en las escuelas. Estos programas en el mundo se llevan a cabo en 131 países, América latina y el Caribe, Asia central y Europa oriental tienen más diversificación de programas incluyendo de los alimentos escolares debido a los conflictos que presentan internamente. En América latina y el Caribe 28 países tienen programas de alimentación escolar, 45 en África, 12 países en el este de Asia, 23 países en Asia central y Europa, 16 países en Medio Oriente y África del Norte y finalmente 7 países en Sur de Asia.

América latina y el Caribe, es una de las regiones en donde muchos países, casi todos, incluyen dentro del marco de política la seguridad alimentaria nutricional, por lo tanto, implementan programa de alimentación escolar. (1)

Los gobiernos buscan brindarles a las estudiantes comidas más nutritivas y saludables que se adopten a las culturas y que tengan en cuenta las GABA

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 5 de 23

(guías alimentarias basadas en alimentos) para brindar los nutrientes necesarios para un buen desarrollo.

Colombia fue uno de los primeros países de América Latina en desarrollar un programa de alimentación, en los colegios públicos antes de Chile y Brasil; países en donde alrededor de 45 millones de niños reciben el beneficio del programa y tienen un modelo universal. Vale destacar que no excluye por situación de pobreza a la población infantil en la edad escolar.

En la región Atlántica, 19 de cada 100 niños de 5 a 12 años presentan exceso de peso, 5,7 puntos porcentuales más bajo que Colombia. Para el departamento de Atlántico este fenómeno es de 25 de cada 100 niños y para Barranquilla con su área metropolitana se presenta en igual condición. (2)

Se considera que uno de los eventos que afectó a los hábitos nutricionales relacionados a los micronutrientes en niños en Atlántico fue la pandemia, debido a que la situación se complicó a los escasos recursos que se encontraban tanto de alimentos como de trabajo, afectando así la situación económica del hogar, donde muchos padres (cabeza de familia) se les complicaba conseguir un empleo, más difícil aún no tenían de donde generar ingresos ya que dicha pandemia no les permitía moverse a ciertos lugares por bioseguridad de todas las personas, afectando catastróficamente muchas familias y sobre todo a los niños, entre eso menores de edad debido a que no recibían la alimentación adecuada, quienes se encuentran en una etapa muy importante donde la alimentación es esencial para que así el niño obtenga un óptimo desarrollo.

Un enfoque positivo para los hábitos relacionados a los micronutrientes en niños escolares del Atlántico sería que las escuelas propusieran un plan de alimentación complementaria en la zona de cafetería para todos los niños que estudian en estas instituciones.

2. PREGUNTA PROBLEMA

¿Cuáles son los hábitos relacionados a los nutrientes y el estado nutricional en niños escolares en Atlántico en periodo 2022-2?

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 6 de 23

3. JUSTIFICACION

Los nutrientes como las vitaminas y minerales son indispensables para el ser humano, aunque sean requeridos en mínimas cantidades, el aporte que estos le dan a nuestro organismo es esencial. Los micronutrientes, son necesarios para el funcionamiento adecuado en las diferentes etapas del organismo, resaltando que el no consumo de estos generará consecuencias graves en las diferentes etapas de la vida en donde son importantes para el crecimiento y desarrollo. El no consumo de estos traería consecuencias en la salud como, el retraso del crecimiento, desnutrición y la baja capacidad de aprendizaje que será notado en las actividades diarias. Debido a las diferentes problemáticas que nos enfrentamos actualmente, no es posible tener el acceso permanente a los alimentos nutritivos, la falta de estos factores o recursos importantes nos conllevan a los malos hábitos alimenticios, y donde es evidente que hay muchos países donde la malnutrición es la causa de la elevada tasa de la mortalidad infantil y Colombia es uno de ellos, donde el aumento de desnutrición se debe a la deficiencia de nutrientes en la etapa de crecimiento y desarrollo de los niños, seguida de una problemática de salud pública.

Frecuentemente, estos estados de malnutrición, especialmente en la población infantil, se han asociado con déficit de micronutrientes, lo que influye negativamente en su crecimiento y desarrollo, ya que muchos están relacionados con funciones estructurales, neurológicas e inmunológicas y como coadyuvantes en reacciones enzimáticas del organismo. Se ha determinado que micronutrientes como el hierro, la vitamina A, la vitamina B12 y el zinc son críticos en la infancia. Su medición ayuda a comprender el fenómeno denominado “hambre oculta” (déficit de vitaminas y minerales), que es el resultado de la ingestión inadecuada de los alimentos que los proveen (carne, lácteos, frutas y verduras). Esto no solo se ve en casos de desnutrición, sino también en individuos con exceso de peso, en quienes hay un alto consumo calórico pero una baja ingestión de micronutrientes esenciales.

Las deficiencias de micronutrientes desencadenan problemas de salud como trastornos de visión o de la piel y deterioro del sistema inmunitario (déficit de vitamina A), así como anemia ferropénica, disminución del rendimiento académico y deficiencias en el aprendizaje, y una mayor propensión a infecciones (déficit de hierro), anemia megaloblástica o alteraciones neurológicas (déficit de vitamina B12), alteraciones en la síntesis de ADN y ARN (déficit de folato) o retraso en el

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 7 de 23

crecimiento y la maduración sexual, y alteraciones del sistema inmunitario por deficiencia de cinc (8).

Por tal motivo, esta investigación se justifica porque los estudiantes de enfermería de futuras generaciones deben conocer las falencias y dificultades en las que vive diariamente la población; en donde el estudio ayudará a mejorar la condición en la alimentación, reduciendo y previniendo estos malos hábitos alimenticios que se presenta en su mayoría por falta de conocimiento. Por esta razón, las estrategias 8 de información sobre la alimentación adecuada de los niños, además, la vacunación y la desparasitación permitirán alcanzar mejores resultados para ayudar a la población afectada por deficiencias nutricionales, mejorando la calidad de vida de futuras generaciones. Así mismo, hará crecer como humanos y profesionales a los futuros enfermeros, porque obtendrán una perspectiva diferente del ambiente en el que vive nuestra comunidad.

4. OBJETIVOS GENERAL

Establecer los hábitos alimenticios relacionados a los micronutrientes y el estado nutricional en niños escolares en el atlántico, en el periodo 2022-2

4.1 ESPECÍFICOS

Clasificar socio demográficamente la población de estudio

Conocer los hábitos alimenticios en la población de estudio relacionados a los micronutrientes.

Determinar el estado nutricional de los niños por medio de medidas antropométricas

5. MARCO TEÓRICO O REFERENTE TEÓRICO

La desnutrición infantil y la deficiencia de micronutrientes afectan aproximadamente a la mitad de la población mundial, el 45% de las muertes de niños menores de cinco años están relacionadas con la desnutrición, en su mayoría se registran en los países de ingresos bajos y medianos.

Los micronutrientes son una factor muy importante en la edad escolar debido a que en esta etapa es que los niños se están desarrollando y creciendo, el consumo de estos es una factor muy importante para que los niños crezcan de

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 8 de 23

una manera óptima y no presente falencia o enfermedades a temprana edad, tener una dieta balanceada y una buena alimentación durante esta etapa de la vida es muy importante, ya que el déficit de estos micronutrientes en los niños, puede causar que los niños presenten una mal nutrición y un mal desarrollo.

Los micronutrientes son pequeñas cantidades de vitaminas y minerales que los seres humanos adquirimos de la comida, estos, aunque son muy pequeños son muy importantes para los niños ya que gracias a estos permiten que los niños tengan un buen desarrollo.

HÁBITOS NUTRICIONALES. La alimentación es un elemento importante en la buena salud, la calidad y la cantidad de los nutrientes que conllevan a tener un equilibrio nutricional sano, pero también se pueden presentar a través de los hábitos nutricionales que son las conductas aprendidas en poco tiempo, es decir que es la forma de seleccionar, preparar y consumir los alimentos adecuados y que de no llevar un buen manejo de los mismos se pueden verse enfrentado problemas de salud porque el organismo no recibe una adecuada obtención de los micronutrientes requeridos por este, una de las bases para seguir unos hábitos alimentarios saludables es enriquecer la dieta mayoritariamente, debe incluir alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir las necesidades energéticas y nutritivas como frutas, verduras y hortalizas, para así poder llevar acabo un funcionamiento, crecimiento y desarrollo saludable.

HÁBITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE. Los hábitos de vida saludable son el conjunto de prácticas alimentarias, de higiene, cuidado personal, autorregulación, relaciones interpersonales, actividad física y descanso que nos ayudan a vivir una vida más saludable. Para llevar un estilo de vida óptimo se recomienda enfatizar en los menores prácticas tales como el cuidado personal para contribuir a la salud y prevención de enfermedades transmisibles comunes, para eso es adecuado el incluir tareas como el lavado de manos y visitas al médico, también con la autorregulación para enfatizar las destrezas transversales las cuales ayudan a los niños y niñas a captar señales de su entorno y modular su comportamiento de acuerdo a ellas. Generarles conciencia del

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIBUYA SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 9 de 23

cuerpo, para generarles curiosidad sobre cómo funciona el cuerpo humano y cuáles son sus partes y por supuesto, con la actividad física se busca que los menores adquieran el hábito de hacer ejercicio y así evitar el sedentarismo a una edad temprana y por ultimo pero no menos importantes el hábito descansar, aprender que dormir les da energía a sus cuerpos. (10) 12

5.3 MICRONUTRIENTES. Los micronutrientes son vitaminas y minerales requeridos por el organismo, en muy pequeñas cantidades, con la finalidad de que este tenga un normal funcionamiento, crecimiento y desarrollo, estos son generalmente derivados de la ingesta de alimentos, son requeridos por el cuerpo para la mayoría de las funciones celulares, los nutrientes que generalmente necesitamos para tener una buena alimentación que son de vital importancia en las funciones celulares, son aquellos que contienen vitamina A, vitamina D, vitamina B12, y minerales como el hierro, yodo y zinc, pero al momento de presentar deficiencias de estos ocasionan bajo peso, un impacto negativo en el desarrollo físico y cognitivo de los niños , debilidad inmunológica, enfermedades en diferentes órganos como los ojos, la piel y el cabello, retrasos en su crecimiento y desarrollo ya que los micronutrientes son los encargados del mantenimiento de las funciones normales del cerebro, los huesos y del cuerpo en general. Las estrategias centradas en la ingesta de alimentos variados y ricos en nutrientes, alimentos enriquecidos y suplementos vitamínicos pueden ayudar a prevenir deficiencias de micronutrientes. (5) Podemos clasificar los micronutrientes en:

- **Vitaminas.** Las vitaminas son compuestos orgánicos imprescindibles para la vida que deben ser ingeridos en pequeñas cantidades diarias para el correcto funcionamiento del cuerpo humano. El organismo no es capaz de sintetizar muchas de las vitaminas en cantidades suficientes, de modo que el aporte de éstas tiene que venir de fuera. Por este motivo, las vitaminas tienen que tener un papel importante en una dieta sana y equilibrada. Las necesidades diarias de vitaminas son mínimas, bastan con pequeñas dosis de cada una de ellas para alcanzar el aporte necesario para el organismo. Sin embargo, la deficiencia de esas mínimas cantidades puede conllevar el fracaso de procesos básicos y fundamentales del cuerpo humano, apareciendo enfermedades que

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIBUYA A SU MARCHEA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 10 de 23

pueden llegar a ser muy graves dependiendo del tipo de vitamina deficiente. Tipos de vitaminas: Liposolubles en donde pertenecen las vitaminas A, D, E y K y las hidrosolubles en donde hacen parte las vitaminas C y las del complejo B. (27) 13 •
Minerales: Los minerales son elementos inorgánicos esenciales para el organismo como componentes estructurales y reguladores de los procesos corporales. No pueden ser sintetizados y deben formar parte de la alimentación diaria. Se han descrito aproximadamente 20 minerales esenciales para el hombre. Según las cantidades en que sean necesarios y se encuentren en los tejidos corporales se distinguen tres grandes grupos: macro minerales como el calcio, fosforo, magnesio, potasio, azufre, cloro y sodio, y los oligoelementos como hierro, manganeso, cobre, selenio, yodo, cobalto, cinc y flúor. (27)

ESTADO NUTRICIONAL. El estado nutricional es primariamente, el resultado del balance en medio de las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes fundamentales y, secundariamente, el resultado de una gigantesca producción de determinantes en un lugar dado representado por componentes físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socioeconomicos y del medio ambiente. Dichos componentes tienen la posibilidad de ofrecer sitio a una ingestión insuficiente o desmesurada de nutrientes, o impedir la implementación óptima de alimentos ingeridos. (1)(2) La relación entre las necesidades nutritivas individuales y la ingestión, absorción y utilización de los nutrientes contenidos en los alimentos es debido al estado nutricional; las alteraciones nutricionales condicionan ajustes metabólicos como una medida compensatoria del organismo para cubrir el déficit. Se pueden encontrar tres causas básicas relacionadas a los problemas nutricionales: Alimentos; esto abarca la posibilidad, acceso y consumo de los mismos, salud; los alimentos deben ser variados, de calidad e higiénicos, cuidado; consiste en la dedicación, atención y ayuda para cubrir las necesidades mentales, físicas y sociales de los grupos nutricionales vulnerables. (3)

14

ETAPA ESCOLAR. La edad escolar es un concepto relacionado con la educación y los grupos etéreos y que se utiliza para clasificar la población en varios indicadores

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIBUYA A SU MARCHEA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 11 de 23

importantes, es la etapa de la vida cuyo eje es el aprendizaje, que se logra en las clases, en juegos y en relaciones con los demás. La edad escolar es una fase crucial durante la cual los menores experimentan un crecimiento continuo, consolidan sus gustos y hábitos alimenticios y se empiezan a adaptar a la alimentación de adulto; una buena alimentación más los cuidados adecuados son sumamente importantes en niños en crecimiento. Pero se debe tener muy presente que la exposición al mercadeo de alimentos procesados incitan a los menores a consumirlos, tal como dijo Angélica Claro, psicóloga médica que trabaja en Red papaz, “Al llegar a una tienda de un colegio, la mayoría de los productos ofrecidos por el local son alimentos ultra procesados, lo cual aumenta la posibilidad de consumo, no solo porque está a la vista del niño si no que, en su gran mayoría son de fácil acceso y sumado a eso a la mayoría de los niños les gusta consumir este tipo de productos”. (4)

AUTOCUIDADO. El autocuidado consiste en aquellas acciones que velan por el bienestar de nuestra salud física y mental, son tareas y hábitos que incluimos en nuestra rutina diaria y que nos ayudan a garantizar una mejor calidad de vida a medida que envejecemos. Entre las acciones claves para el autocuidado se encuentran el alimentarse saludablemente, hacer actividad física, evitar el consumo de sustancias tóxicas y realizar consultas con un médico regularmente.

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS. Aquellos métodos que son usados para evaluar el grado o nivel de desarrollo físico, la constitución y el estado nutricional de un individuo principalmente en los niños, se extraen conclusiones para posteriormente modificar una dieta o estilo de alimentación y conclusión de alteraciones en la salud asociadas al estado 15 nutricional. Algunas medidas que se utilizan son: el peso, la talla, la circunferencia braquial y los pliegues cutáneos. Los valores de estas medidas no tienen significado por si solos, a menos que se relacionen con la edad, entre ellos u otros diámetros.

MARCO TEÓRICO DISCIPLINAR. Inicialmente el autocuidado debe aprenderse y aplicarse de forma deliberada y continua en el tiempo, es una función humana que lo

 CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ <small>PARA QUE TU DESARROLLO CONTIENE SU MARCHA</small>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 12 de 23

aplican con el fin de mantener su vida y estado de salud, desarrollo y bienestar sano. La razón por la cual una teorista muy importante Dorothea Orem que presentó la teoría de enfermería del déficit de autocuidado “como una teoría general compuesta por tres teorías relacionadas: la teoría de autocuidado, que describe el porqué y el cómo las personas cuidan de sí mismas; la teoría de déficit de autocuidado, que describe y explica cómo la enfermería puede ayudar a la gente, y la teoría de sistemas de enfermería, que describe y explica las relaciones que hay que mantener. la teoría de déficit de autocuidado, que describe y explica cómo la enfermería puede ayudar a la gente, y la teoría de sistemas de enfermería, que describe y explica las relaciones que hay que mantener. (25) De igual forma concibe al ser humano como un organismo biológico, racional y pensante; los cuales tienen la capacidad de reflexionar sobre sí mismos y su entorno, capacidad para simbolizar lo que experimentan y usar creaciones simbólicas, es decir, ideas, palabras para pensar, comunicarse y guiar los esfuerzos para hacer cosas que son beneficiosas para sí mismos y para otros. De igual manera ayudar al individuo a llevar a cabo y mantener por sí mismo acciones de autocuidado para conservar la salud y vida, esto se refiere cuando no está en condiciones de valerse por sí mismo o en tal forma no está en la edad de decidir por sí mismo. También se refiere a el entorno el cual es entendido en este modelo como todos aquellos factores, físicos, químicos, biológicos y sociales, ya sean estos familiares, que pueden influir e interactuar en la persona, finalmente el concepto de salud es definido como un estado que, para la persona, significa cosas diferentes en sus distintos componentes y cambia a medida que cambian las características humanas y biológicas de la persona. (25) La experiencia que se expone, se aplica en el modelo de Orem lo cual se relaciona con la forma en que los niños brindan atenciones dirigidas a cuidar su salud. Como los hábitos saludables que realizan por iniciativa propia y que están orientadas al bienestar físico y psicológico, pero por motivo que los niños en una cierta edad, en este caso de 5 a 11 años no son independientes, el autocuidado debe ser enseñado por sus padres o cuidadores, permitiéndole un aprendizaje de cómo deben llevar a cabo una alimentación sana, en esta edad ya los infantes razonan y comprenden y es de ahí donde empiezan a

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIENE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 13 de 23

formarse conocimientos para ponerlos en práctica y contribuir a los buenos hábitos alimenticios; por tal motivo el cuidado empieza a verse reflejado. Pero también se debe tener en cuenta que el entorno en el que el niño vive a veces no puede ser agradable o conforme para su alimentación, debido a la deficiencia económica, en el cual es un factor que conlleva a los malos hábitos nutricionales. (26) Es por eso que la teoría de los sistemas de enfermería señala la manera como la enfermería o en este caso el padre de familia contribuirá para que el niño fomente su autocuidado, en el caso que el infante presente alguna deficiencia por no tener 18 un buen hábito nutricional, se aplicaría la ayuda de un profesional para superar el déficit y que el niño tenga una alimentación saludable y por tal motivo esté le fortalezca el mejoramiento en su autocuidado. Para Orem el objetivo de la enfermería radica en Ayudar al niño e igualmente al padre a llevar a cabo y mantener por sí mismo acciones de autocuidado para conservar la salud y la vida. Si los padres Aplican los conocimientos necesarios para impulsar a los niños a tener una alimentación adecuada se obtendría un nivel satisfactorio en la nutrición y la deficiencia que se ve reflejada actualmente disminuiría, ya que la base para cuida la salud va en el autocuidado es decir la forma autónoma o autoritaria que debe aplicar cada persona, en este caso los niños por la responsabilidad de sus padres al brindarle los cuidados necesarios obtendrían una alimentación saludable.

6. Metodología

6.1 Tipo de estudio

El tipo de estudio es descriptivo con enfoque cuantitativo. Los métodos cuantitativos se centran en obtener información a través de herramientas como encuestas, cuestionarios, etc.

6.2 Población

Área de estudio

Niños escolares, entre las edades de 5 a 12 años de la ciudad de barranquilla, Soledad, salgar, Usiacurí, sabana larga, soledad, malambo y barranquilla, que serán seleccionados por los encargados de la investigación

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 14 de 23

Tipo de muestra

La muestra no probabilística a conveniencia fue tomada de una población de niños entre 5 a 12 años con un número un total de encuestas aplicadas fue de 165.

6.3 Recolección de los datos

Como instrumento de recolección de la información, se aplicará una encuesta redactada y realizada por los mismos estudiantes autores de esta investigación, con preguntas cerradas. El medio para utilizar es el formulario de Google que se aplicará de manera presencial, así se entrevistará a los cuidadores de los niños, a los que se les leerá el consentimiento informado incluido en la encuesta y darán su autorización de libre elección.

6.4 Análisis Estadístico

No probabilístico a conveniencia. A través de la entrevista se tomarán medidas antropométricas de peso y talla para relacionar el estado nutricional y hábitos alimenticios de los niños escolares de barranquilla y se explicara detalladamente cada uno de los factores que están afectando en su nutrición.

De esta manera se logrará comparar si los hábitos alimenticios influyen en el estado nutricional y se relaciona con el diario vivir en cuanto a la ingesta de alimentos, su crecimiento, desarrollo y su aprendizaje, esto se hace con la finalidad de observar si su desarrollo va acorde a su edad. La muestra ascendió a 165 entrevistados de los diferentes municipios del Atlántico ya mencionados

❖ Criterios inclusión

Niños que estén dentro de la edad escolar objeto de la investigación: 5 a 12 años

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 15 de 23

Niños en los que los cuidadores o padres acepten participar a través del consentimiento informado

❖ Criterios exclusión

Niños que padezcan enfermedades que alteren el estado nutricional

Niños que no vivan en las poblaciones sujetas en el estudio

7. RESULTADOS (ANÁLISIS Y DISCUSIÓN)

Resultados

En la investigación realizada el 100% de los padres o personas responsable sobre los niños encuestados (165) accedieron a contestar la encuesta.

Las poblaciones en la que más se realizó encuesta fue Soledad con 38 (23%) seguidas de Usiacurí con 37 (22%), Sabanalarga con 34 (21%) y Malambo 27 (16%). Las poblaciones a las que se tuvo menos acceso fue Barranquilla con 15 encuestas (9%) y salgar con 14 (9%).

En la encuesta se observaron 2 rangos de edades en los niños las cuales fueron de 5-7 años con un porcentaje de 51% y de 8-10 con un porcentaje de 49%.

El sexo femenino fue el que más prevaleció en la encuesta con un porcentaje de 51% mientras que el sexo masculino solo fue del 49%.

Con relación al estrato socioeconómico el que más prevalece es el estrato uno (1) con un porcentaje de 58%, siguiéndoles el estrato dos (2) con un porcentaje de 31% y por último el estrato tres (3) con un porcentaje de 11%.

Los resultados obtenidos en cuanto a las características sociodemográficas se observan en la siguiente tabla (**tabla 1**)

Tabla de caracterización demográfica de la población de estudio

POBLACIONES ENCUESTADAS	PORCENTAJE
Soledad	23%
Usiacurí	22%
Sabanalarga	21%

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 16 de 23

Malambo	16%
Barranquilla	9%
Salgar	9%
EDADES	PORCENTAJE
De 5 a 7 años	51%
De 8 a 10 años	49%
SEXO	
Femenino	51%
Masculino	49%
ESTRATO SOCIOECONOMICO	
1	58%
2	31%
3	11%

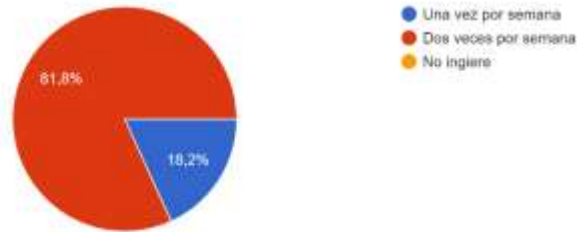
De acuerdo con la encuesta realizada se pudo determinar que un porcentaje de los niños encuestados reciben sus tres comidas diarias, pero también se identificó que una minoría o un grupo pequeño de niños no reciben sus tres comidas diarias. Los niños que reciben sus tres comidas diarias (desayuno, almuerzo y cena) equivalen a un porcentaje del 90%, mientras que los niños que solo reciben 2 comidas al día (sean estas desayuno y almuerzo o almuerzo y cena) equivale a un porcentaje del 10%.

También se observó que un porcentaje de los niños encuestados equivalentes al 82% consumen pollo y carne 2 veces por semana, mientras que un grupo más pequeño de niños equivalente al 18% solo consumen carne y pollo una vez por semana. **(grafica 1)**

Gráfica 1: número de veces a la semana que ingiere carne y pollo

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIENE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 17 de 23

¿Cuántas veces a la semana ingiere el niño carne/pollo?
165 respuestas



La encuesta también nos muestra que los niños que consumen huevo y pescado 2 veces por semana equivalen al 63%, los niños que lo ingieren una vez por semana equivalen al 35% y aunque la cifra es pequeña hay un número de niños equivalentes al 4% que no consumen estos alimentos. **(grafica 2)**

Gráfica 2: número de veces a la semana que ingiere huevo y pescado

¿Cuántas veces a la semana ingiere el niño huevo/pescado?
165 respuestas

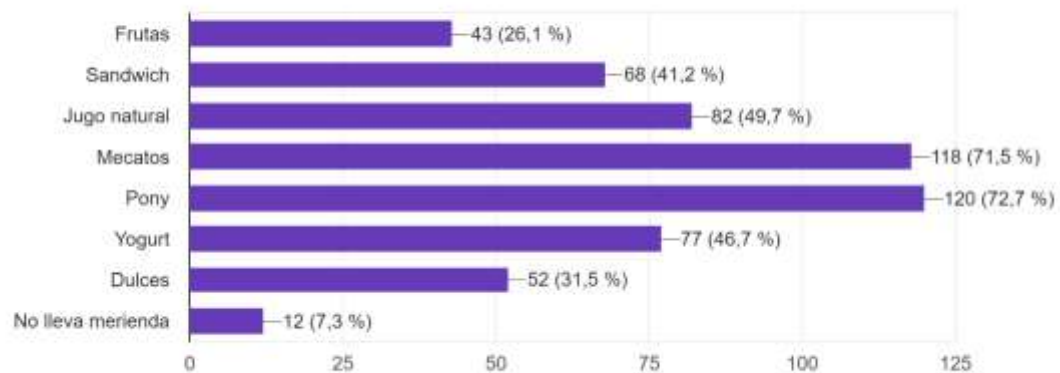


Gracias a la encuesta pudimos observar que la merienda que llevan los niños al colegio es un poco desbalanceada ya que muchos de estos solo llevan alimentos que no les aporta ningún valor nutricional, estos valores se ven representados en la siguiente figura. **(grafica 3)**

Gráfica 3: Alimentos de los niños en su merienda

¿Cuáles son los alimentos que conforman la merienda de tu hijo?

165 respuestas



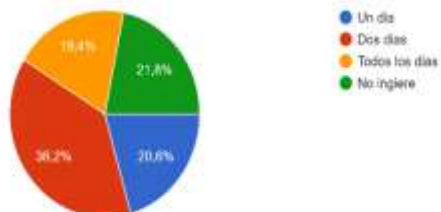
En la encuesta se les pregunto a los padres de los niños con qué frecuencia estos consumen frutas y verduras en la semana, el porcentaje de niños que consumen verduras en la semana así sea una sola vez equivale a un 79% de los encuestados. Del mismo modo se pudo establecer que los niños que no consumen verduras equivalen a un 22%; los niños que consumen frutas equivalen al 95%, mientras que los niños que no la consumen equivalen al 5%. **(Gráfica 4 y 5)**

Gráfica 4: número de veces a la semana que consumen verduras que consumen frutas

Gráfica 5: número de veces a la semana

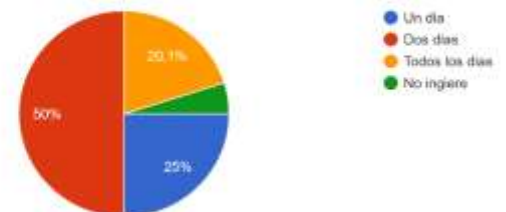
¿Con que frecuencia ingiere el niño verduras a la semana?:

165 respuestas



¿Cuántas veces en la semana el niño ingiere frutas?:

164 respuestas



Con
rela

ción al estado Nutricional de los niños se estableció el índice de masa corporal de los niños tanto de 5 a 7 años como los de 8 a 10 años, se encontró que los niños entre estos rangos de edad presentan una talla y un peso un poco inadecuados, ya que el número de niños con un IMC

	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 19 de 23

dentro de un rango normal solo equivale al 19% de los niños encuestados, mientras que los niños que presentan bajo peso equivalen a un porcentaje de un 75% y los que presentan sobrepeso equivalen al 6%. **(tabla 3)**

Tabla 3: IMC de los niños encuestados:

IMC RANGO DE 5 A 7 AÑOS Y DE 8 A 10 AÑOS		
Resultados	Número de niños	Porcentaje
Peso normal	125	75%
Bajo peso	32	19%
Sobrepeso	8	6%

a. Conclusiones y Recomendaciones

Al momento de llevar a cabo esta investigación sobre los hábitos nutricionales relacionados a los micronutrientes en los niños escolares del departamento del Atlántico se evaluaron niños entre las edades de 5-7(51,6%) y 8-10(49,1%), en donde la edad que más sobresale es de 5-7 y el estrato social en donde hubo más niños encuestados fue el 1. Observamos falencias en los hábitos nutricionales, puesto que la mayoría no ingiere alimentos que son necesarios para su crecimiento y desarrollo, a pesar de que ingieren desayuno, cena y almuerzo, esto no indica que llevan un estilo o hábito de vida saludable; lo que conlleva que estén más vulnerables a enfermedades (defensas bajas) por la falta de ingesta de vitaminas y minerales, asimismo que tengan un bajo peso o sobrepeso. La cantidad de niños que colaboraron en esta encuesta fueron 165, donde 76,2% tienen un bajo peso (125 niños), el 19,4% un peso normal (32 niños) y un 4,8% sobrepeso (8 niños); lo que demuestra como se mencionó anteriormente, la falta de micronutrientes en su dieta alimenticia. Realizar este estudio es importante porque la profesión de enfermería exige tener la capacidad de educar, cuidar y velar por la salud de la población enfocándose en este caso en niños, ya que si no tienen una alimentación saludable y variable podría desarrollar alguna enfermedad. Del mismo modo para enfermería esto es muy importante ya que con

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIENE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 20 de 23

esto podemos ver que muchos niños o reciben la alimentación adecuada y con estos datos se podría plantear una estrategia para que los padres sean conscientes de lo que sus hijos comen y de cómo pueden hacer que sus hijos tengan una mejor nutrición y con esto un mejor desarrollo y desempeño a lo largo de su etapa escolar

Uno de los principales factores que afecta o contribuye a que estos niños tengan malos hábitos es el desempleo que conlleva a tener un bajo ingreso económico, otro factor es que los padres no les prestan la suficiente atención a los niños y esto puede afectar en el desarrollo nutricional del niño, desequilibrio en su estado nutricional que afecta su crecimiento, cabe resaltar que la mayoría de sus meriendas se basa de alimentos procesados. Se recomienda principalmente que los niños aumenten la ingesta de frutas, sin embargo, se debe profundizar más este estudio y encontrar la raíz al problema de por qué el niño mantiene una ingesta de alimentos procesados mayor a una ingesta de frutas o proteínas y así ofrecer charlas a los padres sobre cómo pueden contribuir en la alimentación de estos sin que se vean afectados emocional y físicamente.

b. Bibliografía

Pedraza, D. F. (2004). Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. *Revista de salud pública*, 6(2), 140-155

Cuellar Navarro, G., Crespo Terán, I. A., Gisbert Lopez, W., Gutierrez Cortéz, I., Farfán Romero, J. C., & Mazzi Gonzales de Prada, E. (2006). Efecto de la alimentación complementaria y micronutrientes en el estado nutricional del niño. *Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría*, 45(1), 11-17

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía.

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIENE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 21 de 23

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Escala latinoamericana y caribeña de seguridad alimentaria

Ministerio de Salud Pública. Decreto número 1944 de 28 de octubre de 1996 por el cual se reglamenta la fortificación de la harina de trigo y se establecen las condiciones de comercialización, rotulado, vigilancia y control. 1996.

3. Aporte del PAT Colectivo al DHS (Desarrollo Humano Sostenible)

La agricultura orientada hacia la salud puede asegurar alimentos inocuos y nutritivos, maximizar la dieta y la calidad de la dieta, además la conciencia de la alimentación sana puede minimizar los impactos que tiene sobre la salud en especial en enfermedades cuyos factores determinantes a padecerla pueden ser modificados.

4. Aportes puntuales del PAT Colectivo al plan de estudios del programa Académico

El estudiante correlaciona la enfermedad al daño biológico ocasionado por el mal funcionamiento de la célula como eje fundamental de la Biología así en el niño en etapa escolar, se ve afectado en las funciones Biológicas por la deficiencia en los micronutrientes afectando inclusive el ciclo celular, lo que al final afecta el crecimiento y el desarrollo normal del niño desde lo físico hasta su rendimiento escolar

Los Procesos Bioquímicos de regulación metabolismo de Carbohidratos como la regulación del metabolismo de los lípidos y proteínas así como la vitaminas y minerales como coenzimas y cofactores que ayudan a la actividad enzimática y por tanto metabólica así como el aporte de hierro para la producción de hemoglobina se verán afectados por unos buenos hábitos alimenticios pudiendo causar desnutrición u obesidad.

En cuanto a la filosofía del cuidado el estudiante de enfermería a través de este PAT colectivo reconoce su rol como profesional de la salud ante problemas sociales colectivos y de salud Pública y la importancia del autocuidado y del paciente ante las enfermedades crónicas no

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRÉE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 22 de 23

transmisibles. Dado que los niños tienen mayor capacidad para adaptarse a cualquier cambio, será más fácil que la intervención educativa sea efectiva. De ahí la importancia de la presencia de la enfermera en las escuelas con el objetivo de promover hábitos de vida saludable desde los primeros años de vida.

La epistemología de la investigación aporta al inicio y origen de la investigación, así como la forma de presentar el trabajo colectivo, iniciando la investigación en los estudiantes de primer semestre

5. Impacto del PAT Colectivo en la producción del Programa. De acuerdo con la apreciación del Colectivo Docente, indique como valor agregado, si desde el PAT Colectivo desarrollado entre otros: a) se generará *un artículo, o una presentación en evento (divulgación)*, b) se derivará *un trabajo de grado, o una intervención comunitaria*; c) se convertirá en insumo para Investigación estricta.

En la etapa escolar la alimentación tiene un rol muy importante, sin embargo, cuando no es saludable el estado nutricional del individuo tendrá consecuencias poco saludables en el niño tanto en su desarrollo cognitivo, emocional, enfermedades cardiovasculares

Es importante para enfermería hacer este tipo de estudio ya que son altamente capacitados para cuidar, educar tanto a niños como adultos, enfocándonos en esta población de niños escolares para que estos puedan llevar unos hábitos saludables que se va poder encontrar y apoyar a contribuir con educación a que sigan con los hábitos adecuados donde su crecimiento y desarrollo inclusive se va a notar en la etapa escolar haciendo que los niños tengan un buen desempeño escolar y este desarrollo se note en toda su vida adulta y sea mucho más productiva.

Se recomienda principalmente que los niños aumenten la ingesta de frutas, sin embargo, se debe profundizar más este estudio y encontrar la raíz al problema de por qué el niño mantiene una ingesta de alimentos procesados mayor a una 29 ingesta de frutas o

 <p>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ PARA QUE TU DESARROLLO CONTRIENE SU MARCHA</p>	FORMATO REGISTRO DOCUMENTO CONSOLIDADO PAT COLECTIVO	Cod-Doc	FT-IV-015
		Versión	1
		Fecha	30/09/2022
		Página	Página 23 de 23

proteínas y así ofrecer charlas a los padres sobre cómo pueden contribuir en la alimentación de estos sin que se vean afectados emocional y físicamente.