

# Valoración de la composición corporal y estado puberal en población infantil-púber (de 8 y 13 años) de la Fundación La Sonrisa Naranja de la provincia del Guayas.

## PROBLEMA

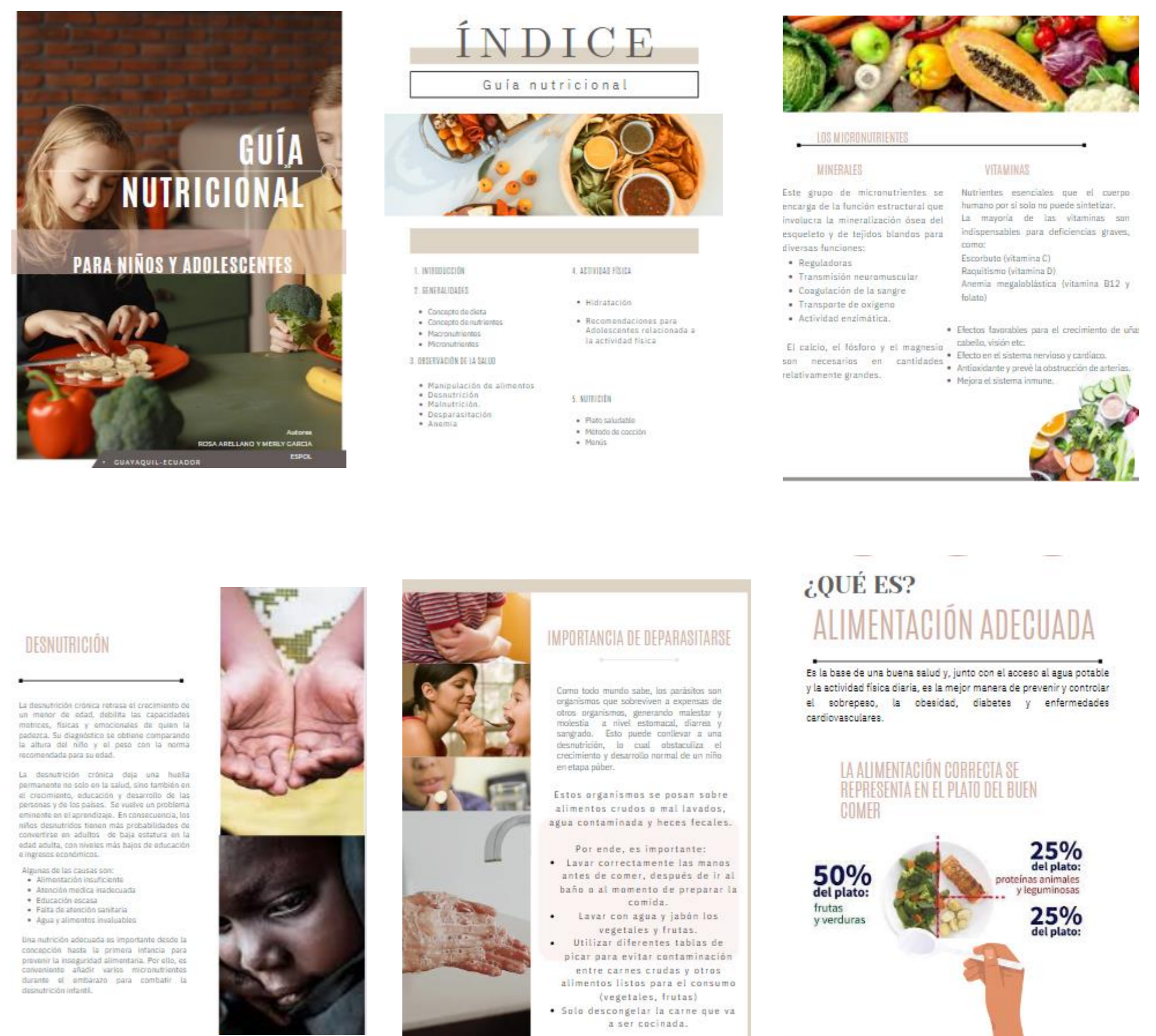
En el Ecuador, 31.1% de niños de entre 5 y 11 años, y 34,8 % de púberes de entre 12 y 14 años padece de obesidad y sobrepeso (MSP, 2018). La malnutrición altera la composición corporal que afecta el inicio de la pubertad lo cual resulta en mayor riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles en la adultez y baja talla.

## OBJETIVO GENERAL

Evaluar la relación de las alteraciones de la composición corporal de niños de entre 8 y 13 años de la Fundación La Sonrisa Naranja y su estado puberal mediante la bioimpedancia y tamizaje gráfico de los estadios de Tanner para la prevención de enfermedades en el futuro.

## PROPUESTA

La guía de alimentación dirigida para niños, púberes y padres de familia abarca recomendaciones nutricionales que permitan mantener una alimentación adecuada para evitar alteraciones de la composición corporal. La guía consta de información clara acerca de alimentos de fácil acceso, técnicas de cocción saludables, correcta manipulación de alimentos e información sobre los requerimientos nutricionales de los púberes. La guía mantiene un lenguaje sencillo sin tecnicismos y recursos explicativos como imágenes de referencia y medidas caseras que faciliten la comprensión del contenido.

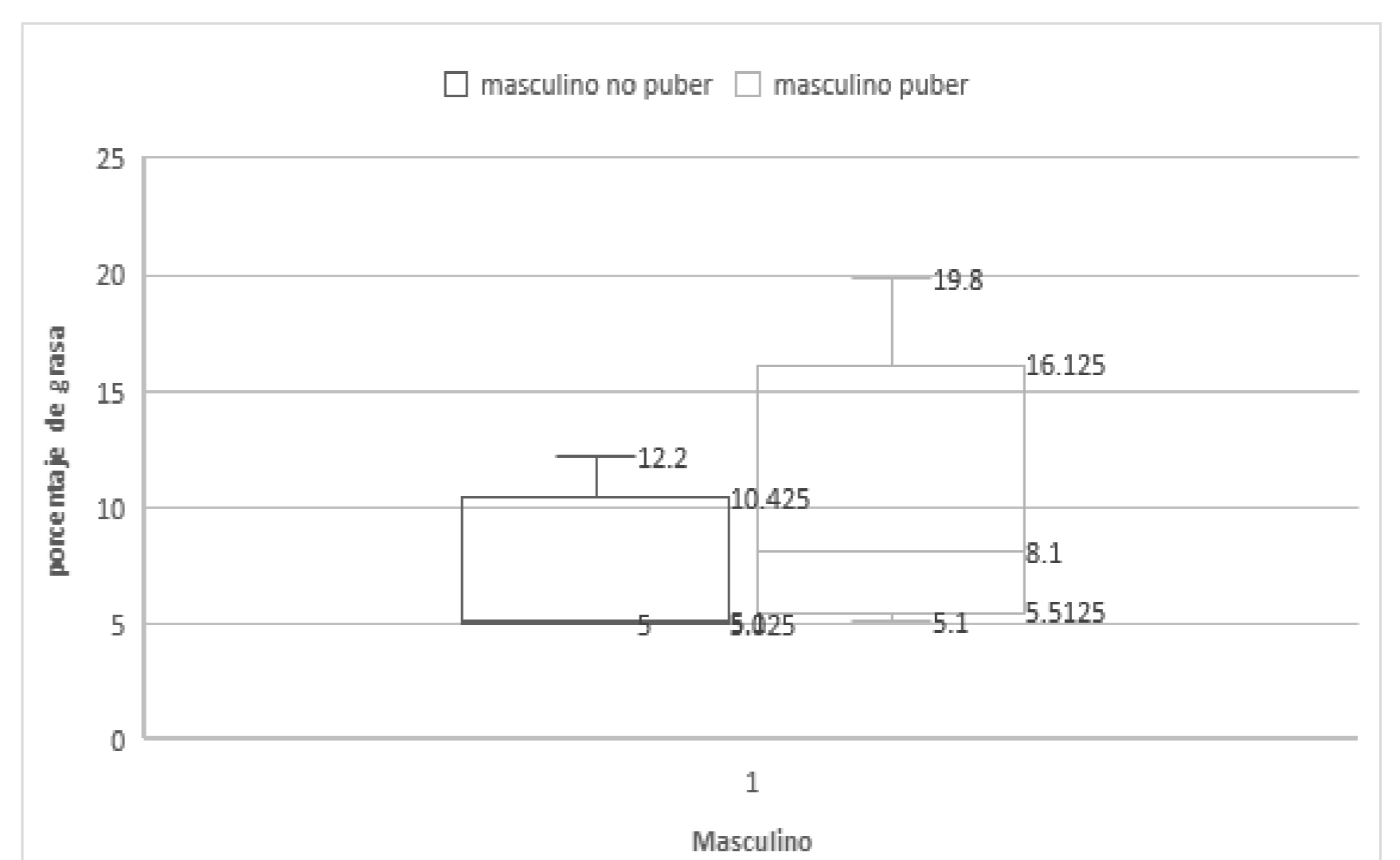
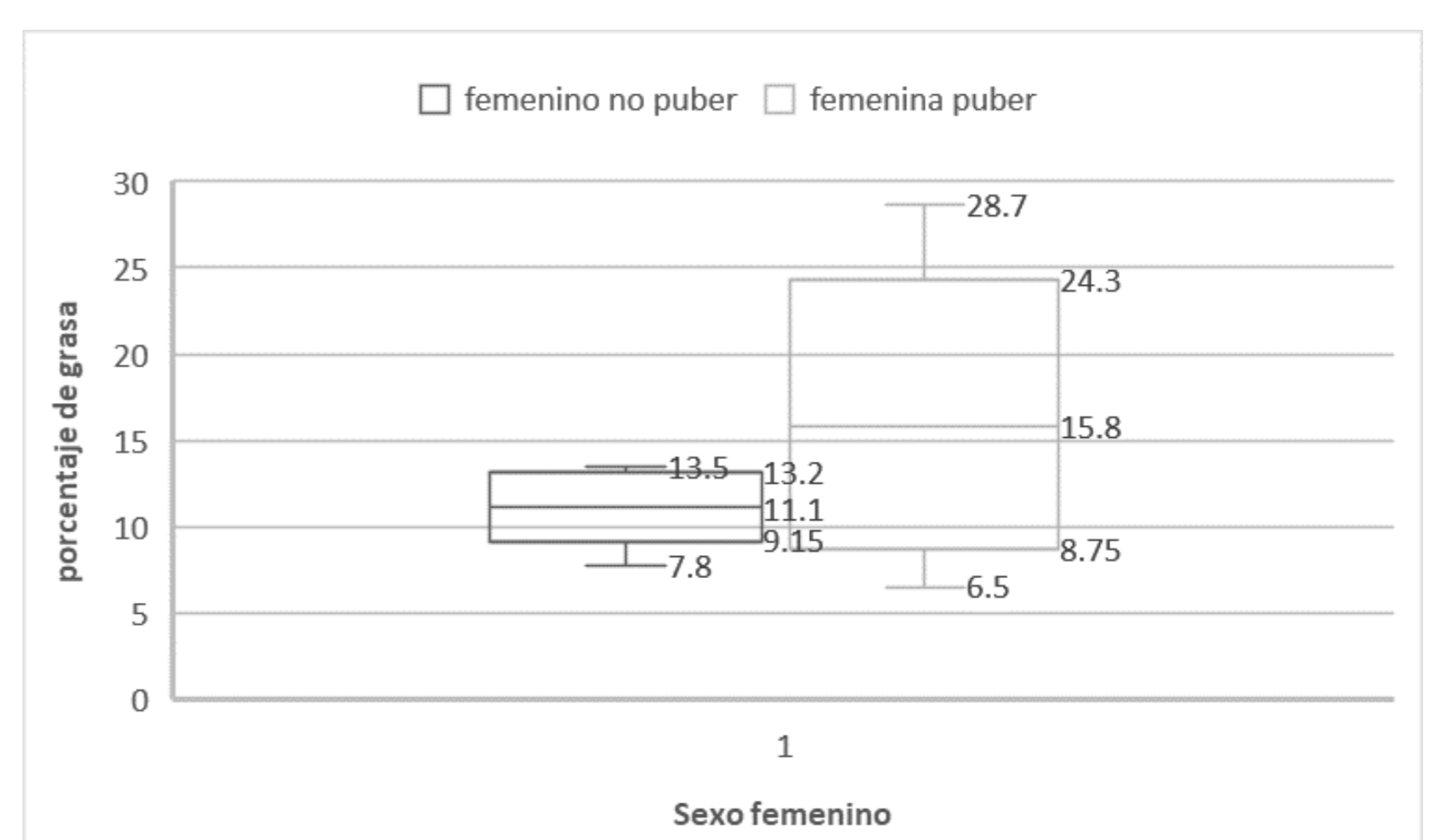


## RESULTADOS

- El 71 % presentó baja grasa y el 9.52 % obesidad, sobrepeso y delgadez.
- El porcentaje de grasa corporal de mujeres (Me=13.05%, RIQ=6.3) fue superior al de los varones (Me=6.2%, RIQ=6). No se halló correlación estadísticamente significativa entre las variables estado puberal, porcentaje de grasa y porcentaje de masa magra ( $p > 0.05$ ).
- La anamnesis dio como resultado que el 71.43 % tiene más de tres tiempos de comida. Y realiza actividad física. El consumo de agua es indispensable por unidad de peso en infantes púberes. Esta diferencia se nivela en la adolescencia. El 35% y 29% tienen náuseas y vómito, y pérdida de apetito respectivamente. En base a estos resultados, se obtuvieron puntos claves para anexar recomendaciones en la guía.

## CONCLUSIONES

- Se determinó por IMC que la muestra presentó casos de obesidad, sobrepeso y delgadez y de acuerdo al porcentaje de grasa se identificaron bajos niveles de adiposidad que podrían retrasar la pubertad.



- Las niñas necesitan mayor porcentaje de grasa para los procesos hormonales que inician la pubertad.
- La guía nutricional fue diseñada y elaborada eficazmente con temas sobre requerimientos nutricionales, hidratación, educación nutricional y tratamiento de síntomas comunes que afectan la nutrición.