

ANÁLISIS DE MARCADORES NUTRICIONALES DE LOS NOVATOS DEL SISTEMA INTEGRADO DE UBEP, CORTE 2020-2021

PROBLEMA

Los estudiantes universitarios son un grupo vulnerable desde un punto de vista nutricional, ya que los hábitos del estilo de vida relacionados con malnutrición, sedentarismo, alcohol y tabaco, pueden aumentar el riesgo de la aparición de enfermedades crónicas a temprana edad.

OBJETIVO GENERAL

Elaborar un perfil nutricional de los novatos de la ESPOL, mediante el análisis estadístico de la base de datos del Sistema Integrado para la creación de material educativo dirigido a la prevención de enfermedades de base nutricional.

PROPUESTA

Creación de material audiovisual a manera de cápsulas educativas, que sirva para educar nutricionalmente a los estudiantes de ESPOL, el contenido del material se basa en los resultados obtenidos del análisis de marcadores nutricionales, con esto se contribuye con información apropiada para la población universitaria.



Cápsulas Educativas “Seamos Saludables en la U”



RESULTADOS

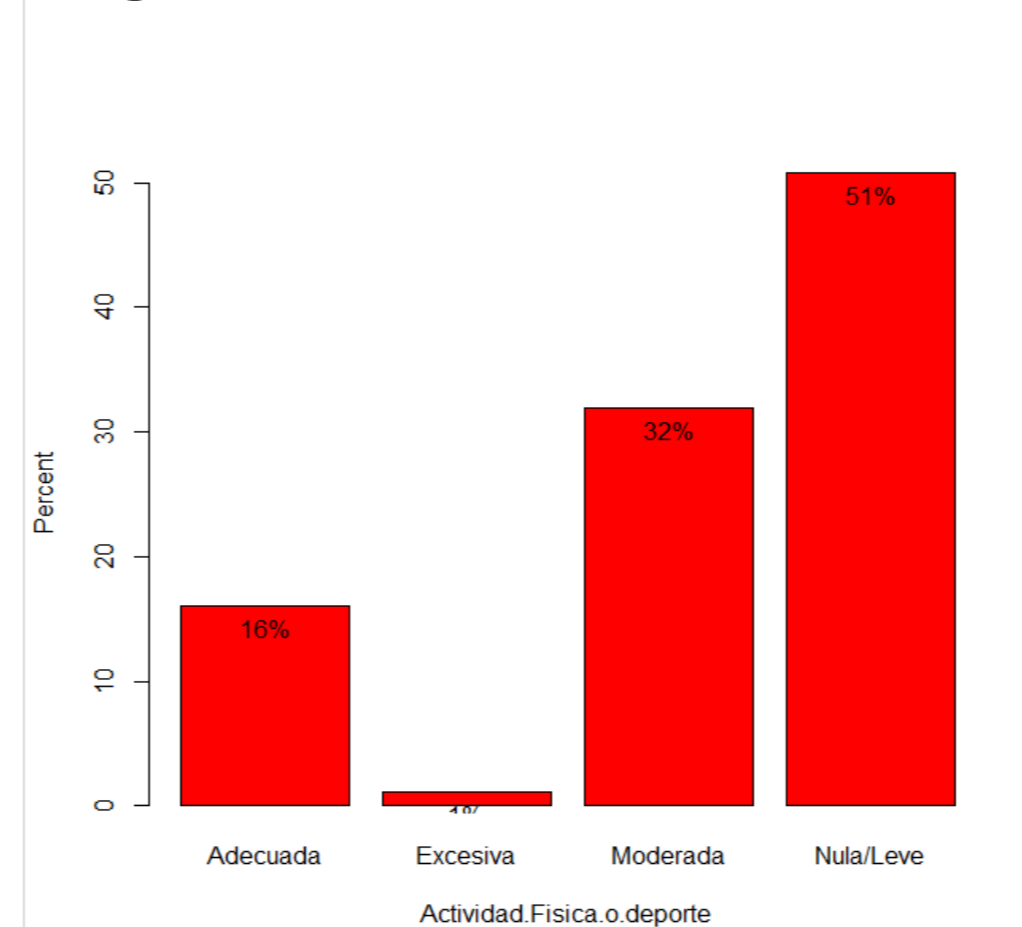
Los marcadores nutricionales evaluados permitieron conocer el riesgo a largo plazo que tienen los estudiantes, con respecto a un 39,12% de obesidad, 51% de sedentarismo, y una alimentación pobre en calidad nutricional.

Tabla. Categoría de IMC de los estudiantes

| INTERPRETACIÓN IMC | | | |
|--------------------|----------|-----------|--------|
| Categoría | Femenino | Masculino | Total |
| Bajo Peso | 19.57% | 5.78% | 11.91% |
| Peso Normal | 56.17% | 43.20% | 48.96% |
| Sobrepeso | 17.87% | 30.27% | 24.76% |
| Obesidad | 6,39% | 20,74% | 14,36% |

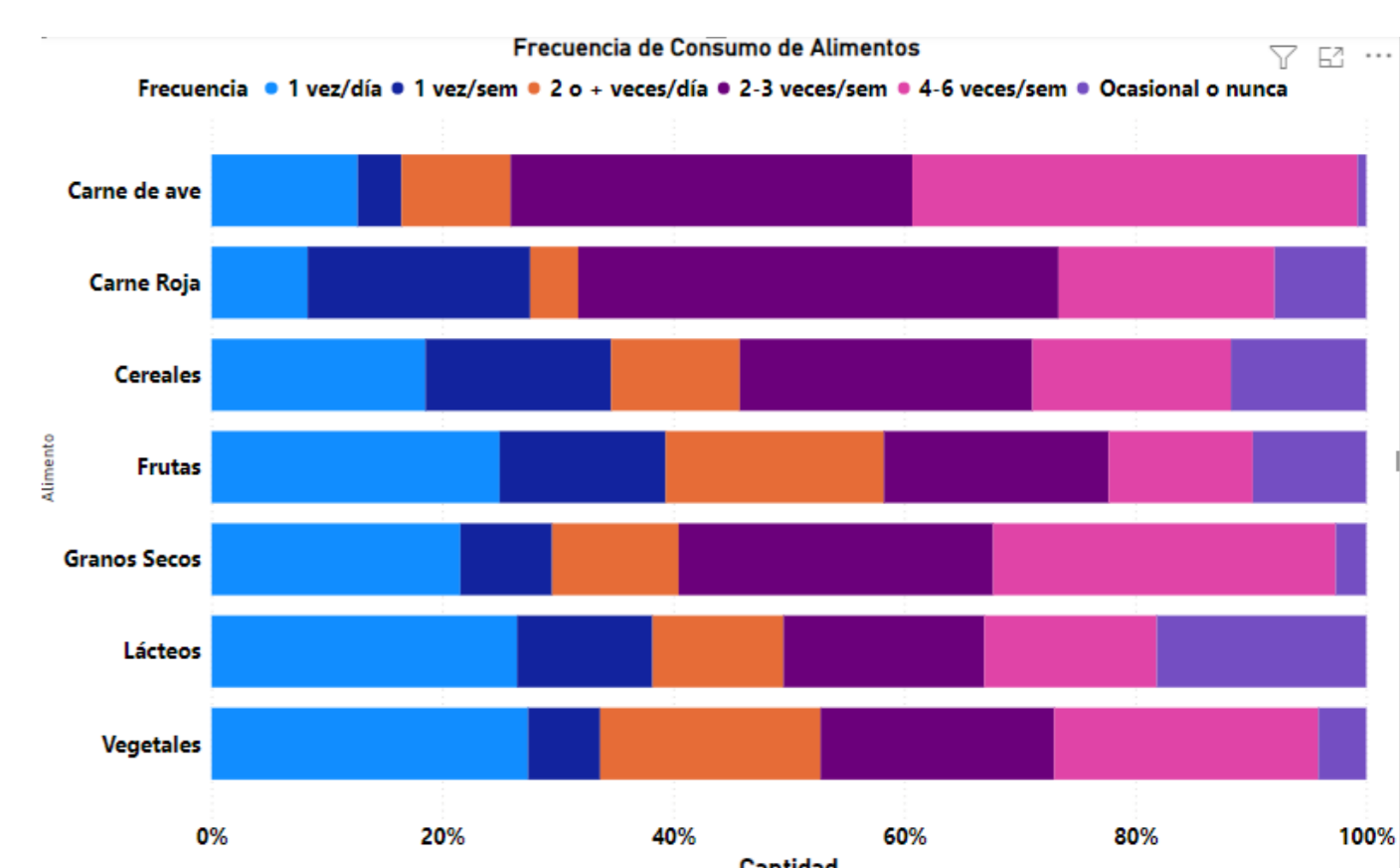
Elaborado por Loaiza Tatiana, 2022

Distribución de los estudiantes según el nivel de actividad física



Elaborado por Loaiza Tatiana, 2022

Distribución de la frecuencia alimentaria



Elaborado por Loaiza Tatiana, 2022

CONCLUSIONES

- El 81,01% de los estudiantes se encontró dentro del rango normal de riesgo cardiovascular con respecto al marcador antropométrico de circunferencia abdominal, referente al IMC el 48.96% se encontró con peso normal. Se identificó que las mujeres tienen mayor porcentaje de riesgo cardiovascular que los hombres.
- Con respecto al sedentarismo, se obtuvo que más de la mitad de los estudiantes (51%) no realiza ninguna actividad física o es leve, este marcador representa un factor de riesgo a largo plazo.
- El consumo diario de los principales grupos de alimentos no se encontró dentro de los requerimientos para mantener buenos hábitos alimenticios, por lo tanto, se indicó que la dieta de los participantes del estudio es pobre en calidad nutricional.
- La información recolectada sirvió para el diseño del contenido de las cápsulas educativas, en función de que los estudiantes cuenten con una herramienta para fomentar a la adopción de buenos hábitos de salud.