

Abordaje dietético y educacional a niños entre 3 a 9 años de edad de la Asociación Afroecuatoriana Mujeres de Lucha del Banco de Alimentos Diakonía como método preventivo de malnutrición

PROBLEMA

La malnutrición infantil afecta desde el correcto desarrollo cognitivo hasta un alto riesgo de desarrollar enfermedades crónicas dando como consecuencias negativas a corto y largo plazo en el sector social y productivo; por lo cual su erradicación va a ser de gran ayuda tanto a nivel nacional como global.

OBJETIVO GENERAL

Diseñar un recetario nutricional infantil dirigido al banco de alimentos Diakonía para la Asociación Afroecuatoriana Mujeres de Lucha, contribuyendo a la prevención de la malnutrición.

PROPUESTA



IMPLEMENTACIÓN DE RECETARIO ALIMENTARIO SEMANAL

Ingredientes	Porción (medida común)	Peso (g)
Carne y pato cocido en caldo	1 kilo	900
Arroz cocido promedio	1/2 filete pequeño o 2 trozos	30
Maíz molido 20% hidratado	2 cucharadas	30
Leche gran, cocida en horno	1/2 chuleta pequeña	30
Cerdo sin grasa, cocido en horno	1/2 chuleta pequeña	30
Carne promedio	2 costillas cortas	30
Arroz promedio cocido	1/2 filete pequeño	30
Arroz sin grasa cocido	1/2 filete pequeño o 2 trozos	30
Arroz cocido promedio	1/2 filete pequeño o 2 trozos	30
Patatas	4 unidades	48
Soja seca	5 unidades	58
Palmas	1 unidades medianas	55
Arroz cocido	1/4 taza	30
Arroz cocido	1/2 unidad	38
Arroz cocido	6 unidades	60
Arroz cocido	2.5 rebanadas	43
Arroz cocido	1 onza o 3 dados de 2 cm de espesor	30
Arroz cocido	4 dados de 2 cm de espesor	40
Arroz cocido	1 onza o 3 dados de 2 cm de espesor	40

FASE 1
Planificación de almuerzo semanal en base a las GABAS



FASE 2
Recomendaciones nutricionales
Diseño
Impresión

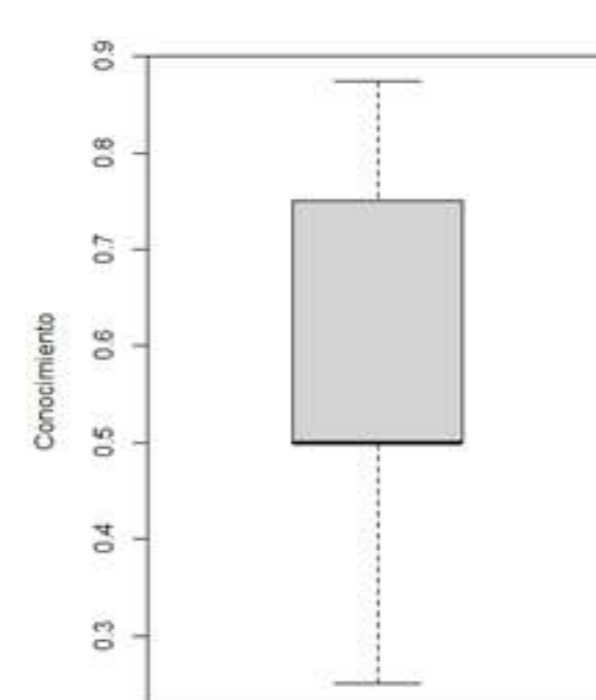
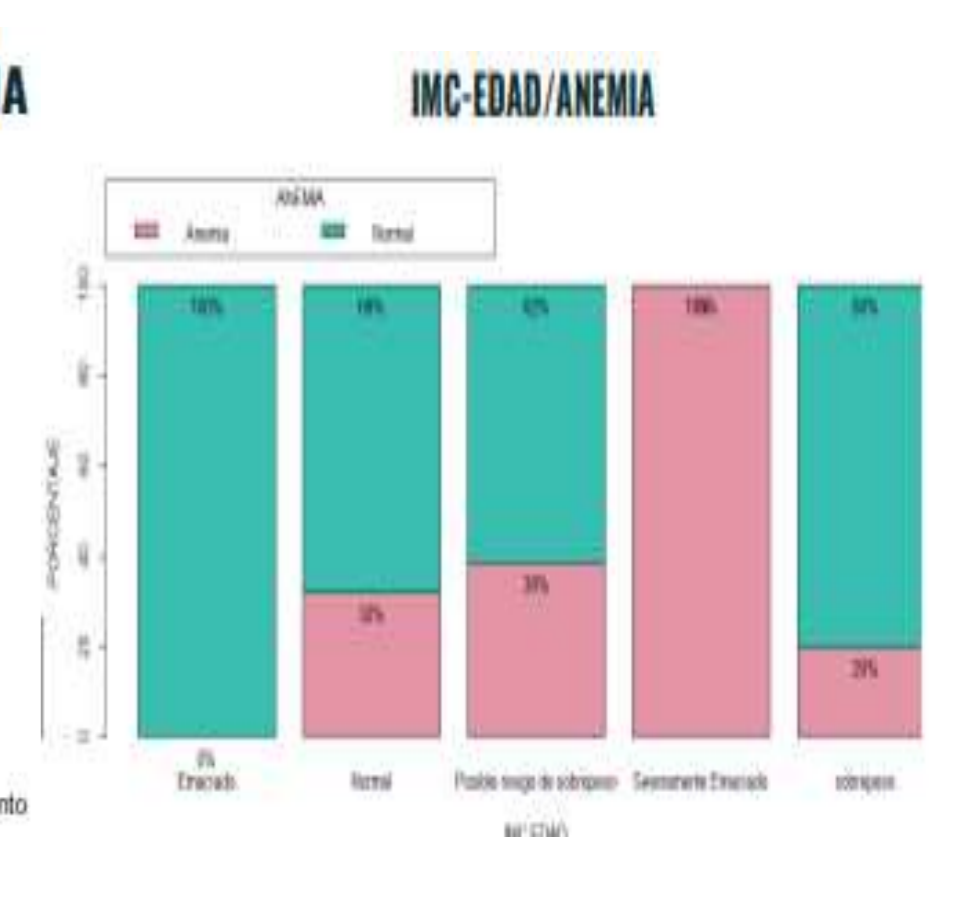
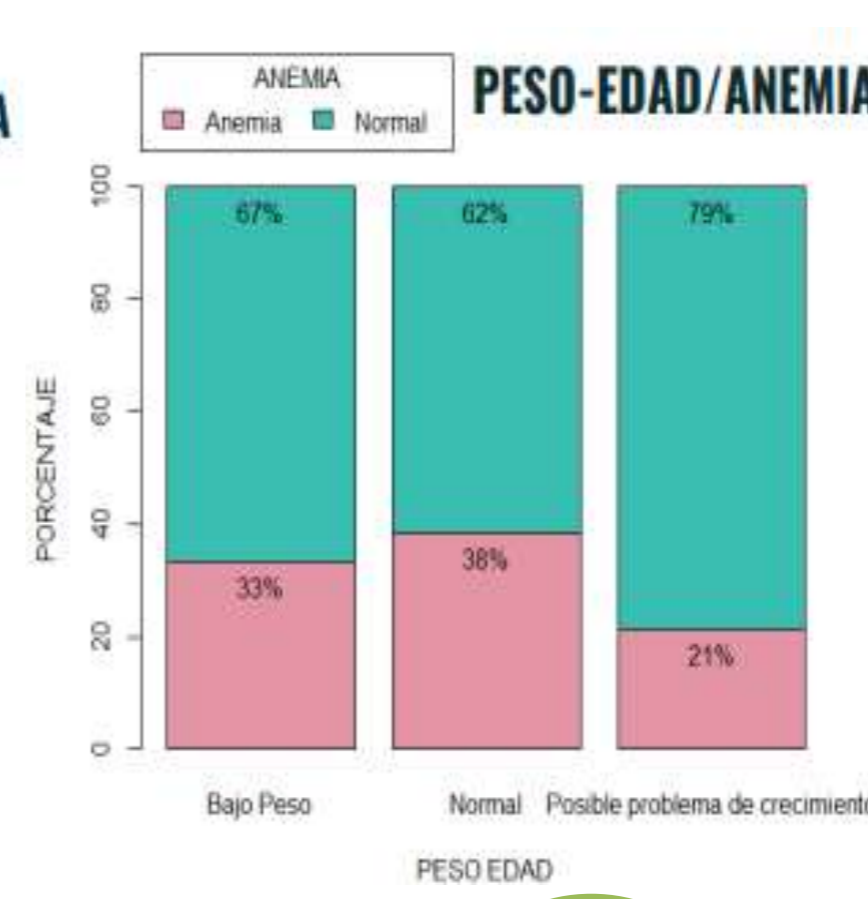
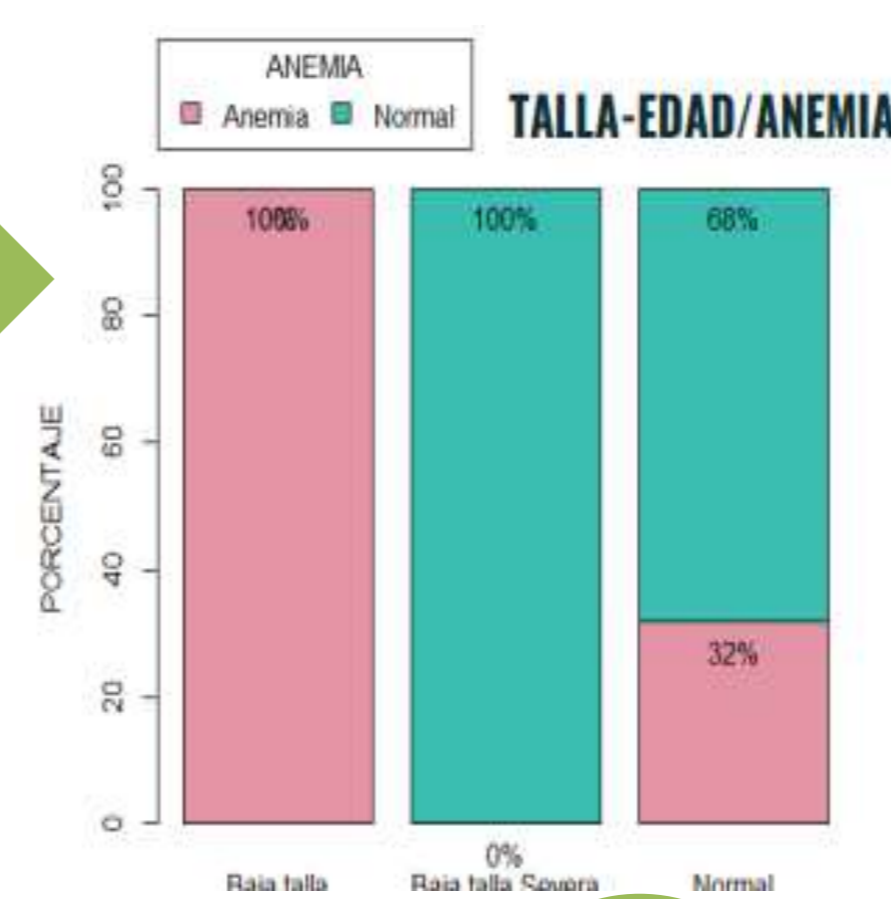
Se planificó los almuerzos semanales en base a las Gabas Ecuatorianas y a los requerimientos energéticos según la edad del niño, con un fraccionamiento 2/5 siendo este el almuerzo una de las comidas con mayor aporte del día.

Para la última fase se agregaron recomendaciones alimentarias, tales como tipos de cocción, tiempos de cocción y una lista pequeña de ciertos alimentos que potencian la absorción de otros. Finalmente, que contenga un diseño atractivo y su respectiva impresión.

RESULTADOS

Relación entre las variables y su prevalencia con la anemia

- 95% normal
- 2,5% baja talla
- 2,5% baja talla severa
- No tiene relación con anemia
- 60% normal
- 33% posible problemas de crecimiento
- 7% bajo peso
- No tiene relación con anemia
- 5% emaciado
- 51% normal
- 30% posible riesgo de crecimiento
- 2% severamente emaciado
- 12% sobrepeso
- No tiene relación con anemia



Conocimiento

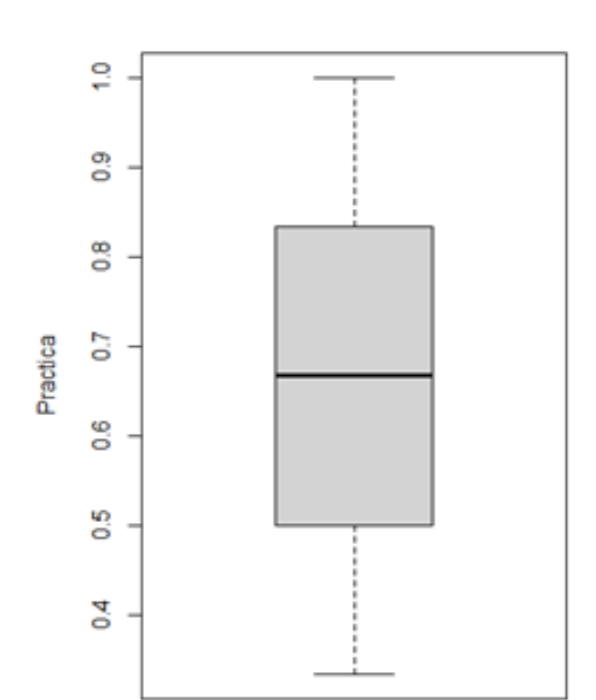
media de 0.56 y la desviación estándar de 0.19

1 de cada 10 padres o cuidadores alcanzaron al menos el 70% de preguntas correctas

Practica

media de 0.68 y la desviación estándar de 0.22

50% de los padres realizan 7/10 prácticas de manera correcta



CONCLUSIONES

- La estadística descriptiva reveló que la antropometría y bioquímica para esta población en su mayoría estuvo dentro de los parámetros normales, sin embargo, en el peso y hemoglobina para la edad se obtuvo el 30% de varianza.
- La anemia para dicha población demostró que no existe dependencia

- de ninguna variable estudiada sino principalmente de buenas prácticas alimentarias, la ingesta diaria recomendada y la absorción del hierro.
- En conocimiento y práctica, se concluye que los padres o cuidadores necesitan mejorar temas relevantes de nutrición en etapa escolar.