

PROUESTA DIGITAL DE APOYO NUTRICIONAL PARA MANEJAR LA ANEMIA EN ESTUDIANTES NOVATOS DE ESPOL

PROBLEMA

En la ESPOL, la anemia es una condición frecuente en estudiantes de nuevo ingreso y se asocia a patrones alimentarios inadecuados, como la irregularidad en los tiempos de comida y el bajo consumo de alimentos ricos en hierro, afectando su bienestar y su rendimiento académico. Aunque la Gerencia de Bienestar Politécnico (GBP) brinda atención médica integral a la comunidad estudiantil, la ausencia de apoyo nutricional especializado limita el acompañamiento dietético en afecciones como la anemia ferropénica.



OBJETIVO GENERAL

Optimizar la atención médica y la efectividad del tratamiento de anemias nutricionales brindado en Bienestar Politécnico mediante educación nutricional digital, para la promoción del conocimiento y la adopción de prácticas efectivas de prevención.



PROUESTA

DISEÑO

Estudio cuasi experimental pre-post, de alcance descriptivo, orientado a evaluar el impacto de una intervención educativa nutricional digital.



Criterios de anemia según OMS
Hb < 12 g/dL
Hb < 13 g/dL

Revisión de registros institucionales de hemoglobina (Hb) e identificación de estudiantes mujeres novatas (Matrícula: 2025XXXXX) con anemia.

MUESTRA FINAL = 32

DIAGNÓSTICO

Encuesta para caracterizar hábitos alimentarios, consumo de alimentos fuente de hierro y conocimientos sobre anemia ferropénica en la muestra seleccionada.



Elaboración de eBook basado en evidencia científica, adaptado al contexto universitario, priorizando brechas de conocimiento identificadas y principios de alfabetización en salud.

DISEÑO DE INTERVENCIÓN

IMPLEMENTACIÓN

Diffusión del material a través de un canal digital accesible (WhatsApp), seguida de una encuesta post intervención para evaluar cambios en el conocimiento y la aceptabilidad, utilidad y pertinencia del recurso.



RESULTADOS

- Se identificaron prácticas alimentarias irregulares y un consumo heterogéneo de alimentos fuente de hierro dentro de la muestra estudiada.
- Existieron brechas de conocimiento sobre factores que influyen en la absorción del hierro. Aplicando la prueba de McNemar, se encontró mejoras estadísticamente significativas (valor $p < 0.05$) luego de la intervención:

Conocimiento sobre el efecto de la Vitamina C como potenciador de la absorción del hierro

● Respuestas correctas ● Respuestas incorrectas



Fuente: Encuesta pre y post intervención (n = 32).

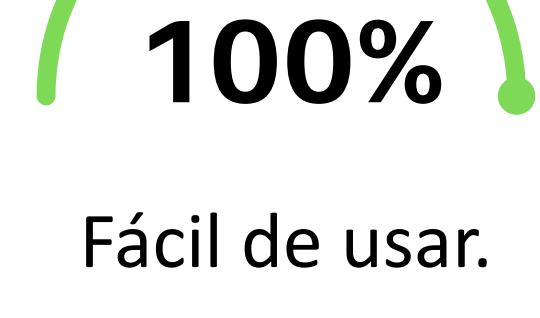
Conocimiento sobre el efecto inhibidor del café y el té en la absorción del hierro

● Respuestas correctas ● Respuestas incorrectas

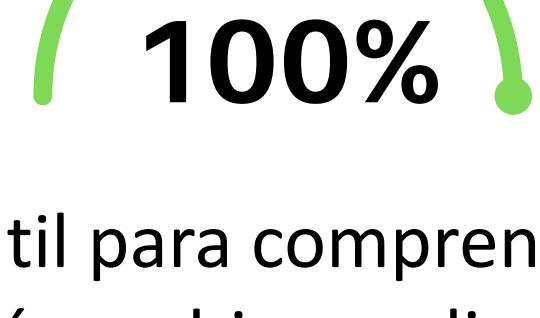


Fuente: Encuesta pre y post intervención (n = 32).

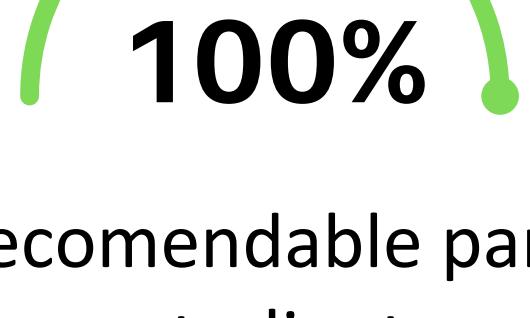
- El material educativo diseñado fue percibido como:



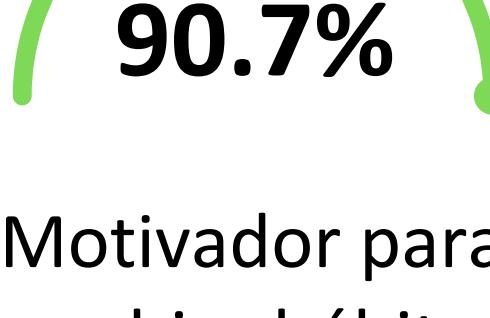
Fácil de usar.



Útil para comprender qué cambios realizar en los hábitos alimenticios.



Recomendable para otros estudiantes con anemia.



Motivador para cambiar hábitos alimenticios.

CONCLUSIONES

- El estudio piloto, desarrollado en una muestra limitada de estudiantes de nuevo ingreso, permitió evidenciar la pertinencia de abordar la anemia ferropénica desde un enfoque educativo-nutricional complementario al manejo médico.
- La intervención educativa digital mostró capacidad para fortalecer conocimientos relacionados con la absorción de hierro en el corto plazo, dentro de un contexto universitario caracterizado por restricciones de tiempo y acceso a orientación nutricional especializada.
- La alta aceptabilidad del recurso y los cambios estadísticamente significativos observados en el conocimiento sobre factores dietéticos que influyen en la absorción del hierro sugieren que los formatos digitales representan una vía factible para apoyar procesos educativos en salud en población universitaria.