



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>

Año: VII

Número: Edición Especial

Artículo no.:67

Período: Abril, 2020

TÍTULO: Percepción actual de hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños de la Unidad Educativa “Darío C. Guevara” de la parroquia El Salto, Babahoyo-Los Ríos.

AUTORES:

1. Máster. Álvarez Macías Blanca Cecilia.
2. Máster. Martín Estevez Lizette.
3. Máster. Bedoya Vásquez Rosa Mercedes.
4. Máster. Martínez Angulo María Auxiliadora.

RESUMEN: El objetivo del trabajo fue Identificar los hábitos alimentarios y el estado nutricional en niños y niñas en edad escolar de la Unidad Educativa Darío C Guevara. Este estudio posee un enfoque cuantitativo, no experimental, descriptivo de cohorte transversal con un alcance correlacional en el que 476 niños entre 6 y 13 años de edad fueron sometidos a una valoración nutricional. La técnica utilizada fue la encuesta, concluyendo que existen niños bajos pesos y obesos, y la alimentación escolar no cumple los lineamientos para asegurar la transformación nutricional óptima de los niños escolares de la provincia de Los Ríos.

PALABRAS CLAVES: hábitos, estado nutricional, escolar.

TITLE: Current perception of eating habits and nutritional status in children from the “Darío C. Guevara” Educational Unit of the El Salto parish, Babahoyo-Los Ríos.

AUTHORS:

1. Máster. Álvarez Macías Blanca Cecilia.
2. Máster. Martín Estevez Lizette.
3. Máster. Bedoya Vásquez Rosa Mercedes.
4. Máster. Martínez Angulo María Auxiliadora.

ABSTRACT: The objective of the work was to identify eating habits and nutritional status in school-age boys and girls from the Darío C Guevara Educational Unit. This study has a descriptive, non-experimental, cross-sectional cohort approach with a correlational scope in which 476 children between 6 and 13 years of age underwent a nutritional assessment. The technique used was the survey, concluding that there are low weight and obese children, and school feeding does not meet the guidelines to ensure optimal nutritional transformation of school children in the province of Los Ríos.

KEY WORDS: habits, nutritional status, escolar.

INTRODUCCIÓN.

Los hábitos son costumbres que se adquieren por la repetición de acciones consecutivas y rutinarias. Estos se adquieren a través enseñanzas recibidas desde la niñez, sea de la madre, su padre, hermanos, vecinos, amigos, maestros y del entorno que le rodea; por lo tanto, es importante que se cree conciencia en el infante de que la mejor manera de alimentarse y tener un buen estado de salud, es a través, del consumo de alimentos en cantidad y calidad adecuadas (Carrión M., 2017).

En la adopción de los hábitos alimentarios intervienen principalmente tres agentes; la familia, los medios de comunicación y la escuela. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentarios, ya que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus conductas relacionadas con la alimentación, y cuyos hábitos son el resultado de una construcción

social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes (Macías M., Guadalupe G., Camacho R. 2012).

El estado nutricional de los seres humanos es el resultado del balance entre ingesta y necesidades de calorías y nutrientes. Este balance repercutirá en el grado de bienestar del individuo, en el cual influyen la alimentación, el entorno socio-económico y cultural, y otros factores medioambientales. Cuando este balance se altera ya sea por la falta o el exceso del consumo de energía y nutrientes, en un lapso de tiempo determinado, se expresa con bajo peso y pobre desarrollo, o con sobrepeso u obesidad; esto aumenta las tasas de morbimortalidad a corto plazo debilitando el sistema inmunológico del paciente y a largo plazo aumentando el desarrollo de enfermedades crónicas en la adultez y el riesgo cardiovascular (Heredia, 2016).

Los hábitos alimentarios son definidos como los comportamientos individuales y colectivos relativos al consumo de alimentos, que se adoptan de manera directa o indirecta, como parte de prácticas socioculturales) y determinados, también por factores socioeconómicos.

Estudios realizados en Latinoamérica han puesto de manifiesto que los hábitos alimentarios de los niños están determinados, fundamentalmente, por el nivel económico, educativo y la situación laboral de los padres. Esta última incide especialmente en la menor dedicación en la preparación de las comidas y la falta de tiempo para cocinar (Albar R. et al, 2016).

Es necesario destacar, que los hábitos alimentarios en escolares actualmente se caracterizan por un excesivo consumo de alimentos energéticos, ricos en grasas, azúcar, sal, y la disminución de actividad física; estos hábitos forman parte del estilo de vida de los niños; por lo tanto, la prevalencia de obesidad se presenta debido a un desbalance entre la ingesta y la utilización de la energía (OMS, 2003).

Los cambios socioeconómicos actuales han llevado a padres e hijos a alimentarse de manera inadecuada. Estos cambios han contribuido a dedicarle más tiempo a la actividad laboral y menos tiempo a la hora de alimentarse, razón por la cual ha aumentado el consumo de alimentos procesados y de comida rápida, lo que influye en los hábitos alimentarios de los niños y afecta su estado nutricional (Ochoa R. et al. 2017).

El estado nutricional es la condición del organismo que resulta de la absorción y utilización de los alimentos ingeridos que intervienen como condicionantes en el estado cuya valoración se hace en forma directa mediante el uso de indicadores antropométricos, estudios alimentarios, bioquímicos y clínicos. Dicha información es utilizada para determinar el estado nutricional de una persona (Solano Naranjo, 2018).

“Para el mantenimiento de las funciones orgánicas, en el crecimiento y desarrollo es necesario consumir los alimentos en cantidades adecuadas. Si el organismo no recibe las suficientes sustancias nutritivas, se producen problemas nutricionales como la anemia y la desnutrición; si se ingieren en exceso se producen alteraciones como la obesidad, la cual tiende a estar asociada con enfermedades crónicas degenerativas” (Martínez, 2018).

El estado nutricional apropiado de los infantes en la etapa escolar es un agente concluyente en el desarrollo y crecimiento de los niños, el cual se ve determinado por el consumo e ingesta de alimentos, el cual está condicionado por diversos factores como: la toma de decisión para comprar un alimento, la existencia de alimentos, y los factores económicos, culturales, sociales, psicológicos, que influyen en lo antes mencionado.

“El desayuno es la primera ingesta del día, que contribuye al rendimiento físico e intelectual a la vez que impacta sobre el balance de la dieta y consecuentemente en el estado nutricional (EN). La omisión del desayuno, o su realización de manera incompleta y/o insuficiente, se ha asociado al sobrepeso en niños y adolescentes; la alimentación es uno de los soportes permanentes en el

mantenimiento o recuperación de la salud. La edad escolar desempeña un papel fundamental para el alcance de un pleno potencial de crecimiento, desarrollo y salud en el niño” (Juárez, 2017).

Con el ingreso a la escuela, el niño amplía su contacto con la sociedad y se inserta en el estudio, que pasa a ser una actividad fundamental durante esta etapa. El estudiante se enfrenta a un ambiente nuevo para aprender y lograr ser aceptado por sus pares. En el centro educativo se adquiere herramientas que lo ayuden a desenvolverse en el mundo adulto. A partir de allí comienza a formar parte de un ambiente formal que le exige un desempeño objetivo en campos hasta ahora no explorados. El niño tiene que echar mano a las fortalezas acumuladas en las etapas anteriores de su desarrollo y además en esto se adquirirán nuevos hábitos en especial los alimenticios que se deberán moldear y mantener adecuados para la correcta satisfacción de las necesidades energéticas (Vilardo, 2018).

En base a los datos que diferencian al escolar del preescolar, se considera que: “El preescolar abarca desde el primer año de vida hasta los 6 años de edad. Y el escolar que esta etapa comienza a los 6 años y termina a los 12 años o al comienzo de la pubertad” (Nario, 2015).

La nutrición es el proceso biológico en el que el organismo aprovecha los nutrientes de los alimentos y los líquidos ingeridos, los mismos que van a ser necesarios para el funcionamiento, el crecimiento y el mantenimiento de sus funciones vitales. La nutrición es una unidad biopsicosocial.

El aspecto biológico permite el adecuado desarrollo y crecimiento del organismo, así como la homeostasis.

El aspecto psicológico permite el equilibrio de las funciones psicológicas.

El aspecto social. Económicamente, un individuo con buena nutrición generará mayor producción, y en el ámbito cultural y educativo, una persona con buena alimentación tiene mayores posibilidades de desarrollarse mejores en estos campos (Chuya Ximena, 2018).

Según la ENSANUT, el 15% de la población escolar presenta retardo en talla, la prevalencia de baja talla varía muy poco por edad y sexo. Así, mientras 14.8% de las niñas presentan baja talla para la edad, 15.0% de los niños presentan este retraso en el crecimiento. La prevalencia de retardo en talla es importante en este grupo de edad y va acompañada de un aumento dramático de la prevalencia de sobrepeso y obesidad. Estas prevalencias en los niños en edad escolar representan alrededor de 666 165 niños con exceso de peso; decir, 3 de cada 10 escolares en el Ecuador presenta problemas de sobrepeso u obesidad. Esta cifra es alarmante, sobre todo si se toma en cuenta que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la edad preescolar es de 8.5% y se triplica al pasar a la edad escolar (Merchan, Mayo 2018).

“El Gobierno de la República del Ecuador conduce varios programas de protección nutricional de los sectores vulnerables de la población ecuatoriana en las distintas regiones del país. Uno de estos programas está orientado a los niños menores de 5 años de edad mediante la administración del suplemento “Chispaz”. Con este programa, los niños-diana reciben un sobre diario de un suplemento nutricional (que representa un gramo del producto) que les provee de hierro (12.5 mg), junto con zinc (5.0 mg), vitamina A (300.0 ug) y ácido fólico (160.0 ug), como tratamiento de la anemia ferropriva a durar 60 días, en 2 momentos diferentes de un año en la vida del niño” (Ortiz, 2019).

En Ecuador, se menciona que el 6,4% presenta un consumo inadecuado de proteína, el 29,2% presenta un consumo excesivo de carbohidratos y el 6% consume excesivamente grasas, además el consumo de frutas y verduras es bajo. Otros estudios realizados en Ecuador muestran que una dieta alta en grasas y baja en carbohidratos puede contribuir al desarrollo de obesidad en niños, preadolescentes, independientemente de la ingestión energética total y de la actividad física (Yunga, 2015).

La correcta alimentación saludable aporta la combinación adecuada de energía y nutrientes por el consumo de alimentos diarios en suficiente cantidad y calidad, necesidades que varían con la edad, sexo, la actividad física, enfermedad y recuperación, embarazadas o periodo de lactancia; por tal

razón, la alimentación saludable y las necesidades nutricionales varían para todas las personas. Además de una alimentación es importante destacar las necesidades del organismo. Según OMS (2020), “la nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud”. Al no tener una buena ingesta de estos nutrientes podría aumentar la vulnerabilidad a enfermedades cardiovasculares, afectar en el desarrollo físico y mental, especialmente en la edad escolar.

Método.

Métodos Teóricos.

Método Analítico Sintético. Ya que se trató de identificar los hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional de los niños escolares de la escuela Darío C Guevara, para ello se analizaron los datos obtenidos en la encuesta hasta llegar a discernir, que fenómeno se está dando en los estudiantes de la escuela.

Método Inductivo Deductivo. Permitió determinar, de forma clara, qué hábitos alimentarios poseen los niños escolares y la relación con el estado nutricional de estos.

El presente estudio es descriptivo de cohorte transversal, permitiendo describir a través del análisis de la encuesta aplicada y la valoración antropométrica de cada uno de los niños escolares, el tipo de alimentación habitual y estado nutricional de cada grupo.

Análisis y discusión de los resultados.

En el trabajo de investigación se reportan los hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional de los niños escolares de la escuela Darío C Guevara de la parroquia El Salto, cantón Babahoyo. La muestra del estudio, estuvo conformada por 476 niños escolares de la unidad educativa

Darío C Guevara. Mediante la encuesta y el levantamiento de medidas antropométricas se pudo evidenciar los siguientes Resultados:

Tabla 1. Determinación edad y por sexo de los encuestados.

	SEXO			Total
		MASCULINO	FEMENINO	
EDAD	6	50	34	84
	7	54	43	97
	8	51	51	102
	9	50	44	94
	10	51	45	96
	11	1	1	2
	13	1	0	1
Total	258	218	476	

Fuente: Encuesta.

Se constata predominio del sexo masculino y el grupo de edad prevaleciente de los encuestados fue de 7 a 10 años de edad.

Tabla no. 2. Índice de masa corporal según grado de escolaridad.

		NORMAL	DELGADEZ	DELGADEZ SEVERA	SOBREPESO	OBESIDAD	Total
		GRADO	1er GRADO	64	12	8	3
2do GRADO	3		1	3	1	1	9
3er GRADO	87		9	3	8	12	119
4to GRADO	50		9	6	14	16	95
5to GRADO	55		7	0	3	19	84
6to GRADO	40		4	12	8	15	79
Total	317		41	32	37	66	476

Fuente: Encuesta.

Al evaluar los índices de masa corporal, se constata un índice de delgadez y delgadez severa del 15,3 %, 73 alumnos de 476 alumnos evaluados, siendo un factor predictor de mala nutrición. Se evidencia en el 6to grado, que el niño inicia sus cambios puberales y necesita una buena condición física para el desarrollo transformador del eje hipotálamo-hipófisis predictor de desarrollo humoral e intelectual adecuado.

Con respecto a los indicadores de obesidad y sobrepeso, se evidencia que casi la cuarta parte de los alumnos evaluados están dentro de este grupo 21, 6% de los evaluados tienen el riesgo de dislipidemias , trastornos del manejo insulínico y desgaste pancreático , factores predisponentes de la alta morbilidad por diabetes tipo II en nuestra provincia los Ríos , donde se están acortando las edades para el diagnóstico de la enfermedad y de la complicación más frecuente en nuestro país, que es la insuficiencia renal.

Tabla no 3. Determinación del consumo de desayuno por parte de los estudiantes.

	Frecuencia	Porcentaje
SI	322	67%
NO	154	37%
TOTAL	476	100%

Fuente: Encuestas.

Se valora un alto índice de alumnos que no desayunan, 37% de los alumnos refieren no desayunar por diferentes causas, poco tiempo para prepararlo, no tener hábitos, preferencias de no desayunar para viajar para evitar náuseas y trastornos dispépticos, y déficit económico de la familia. Esta condición es un atentado a la buena nutrición, donde se estima al desayuno como el alimento más importante del día, la UNICEF plantea que en los niños de etapa preescolar y escolar mejora el rendimiento académico, nivel de atención y la memoria, permite obtener mejores calificaciones en los exámenes, y ayuda a evitar la irritabilidad que puede causar el hambre o el haberse levantado temprano. Los niños que desayunan diariamente tienen menos probabilidades de desarrollar

obesidad, que aquellos que desayunan ocasionalmente, se constata poca educación nutricional por parte de las familias y de los estudiantes.

Tabla no 4. Distribución horaria de productos del programa de alimentación escolar.

HORARIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
7:10 a. m.	90	19%
10:00AM	160	34%
13:00PM	226	47%
TOTAL	476	100%

Fuente: Encuestas.

En la tabla 4 observamos que la preferencia del consumo de los productos del programa de alimentación escolar es en la gran mayoría el 47% es a las 13 horas, antes de salir hacia sus hogares, previo al almuerzo, manteniéndose desde las 7 am sin alimentos intermedios que permitan el uso de la glucosa metabolizada para la actividad física e intelectual; los alumnos que después de consumir los productos del programa de alimentación, almuerzan, están favoreciendo una sobrecarga calórica y el riesgo del sobrepeso y obesidad, los horarios alternativos de 7.10 am y 10 am, son eficaces y responden al objetivo de una buena nutrición

Tabla no 5. Consumo de alimentos provistos por el programa de alimentación escolar

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	276	51,9%
NO	200	42,1%
TOTAL	476	100%

Fuente: Encuestas.

Con respecto a los resultados obtenidos, en la encuestas aplicadas a nuestros estudiantes, se verifica en la tabla no 5, que casi la mitad 200 alumnos para un 42,1% no consume los alimentos establecidos, refiriendo que al inicio si les gustaba pero que ya se aburrieron de esos productos , otros refieren que les cae mal , que no les gusta ,que les engorda , es verdaderamente un gran problema en la actualidad el no consumo de los alimentos provistos por el programa de alimentación escolar , el gasto del estado

ecuatoriano ha sido millonario para mantener un nivel nutricional, calórico, rico en lácteos y balanceado índice glucémico para contrarrestar los altos índices de malnutrición por defecto en la población infantil escolar, pero la inmovilidad de las dietas establecidas por mucho tiempo, la no creación de un plan de tres menús opcionales según las condiciones de peso y talla del alumno referente, menú hipocalórico para los sobrepesos u obeso, menú hipercalórico para los bajos pesos o con algún índice de malnutrición por defecto y un menú normo balanceado para los estudiantes con rangos de peso y talla normal para su edad. Este referente hermético del plan de alimentación escolar, no es eficiente, pierde utilidad, permitiendo pérdidas millonarias al estado ecuatoriano. No logrando el objeto social de la misma.

Tabla 6. Número de comidas ingeridas en el día.

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
DOS VECES	45	9%
TRES VECES	178	37%
CINCO VECES	203	43%
MAS DE CINCO VECES	50	11%
TOTAL	476	100%

Fuente: Encuestas.

Tabla número 6. Se constata que solo el 43% se nutre según el ideal establecido por la UNICEF para la frecuencia de la alimentación infantil, un desayuno saludable, media mañana balanceada, almuerzo rico en vitaminas y proteínas, entre comidas equilibrado y cena nutrido permitiendo que estos ingresos de alimentos favorezcan un balance calórico y proteico ideal para el establecimiento de una curva de crecimiento y desarrollo regular, 223 alumnos de un total de 476 solo se alimentan 2 veces y tres veces al día, favoreciendo periodos extensos de ayunas, pudiendo provocar momentos de disminución calórica para la actividad propias de los infantes, dato que concuerda con los valores estadísticos de malnutrición por defecto propios de Ecuador y la provincia de los Ríos, mucho de

estos casos ligados a déficit económico de las familias, que por el número elevado de hijos más el bajo per cápita familiar, solo puede asegurar de dos a tres comidas para los niños.

CONCLUSIONES.

Con los resultados expuestos en la presente investigación observamos que hoy para la provincia de los Ríos, sigue siendo un reto, asegurar una alimentación adecuada y saludable para los niños y niñas dentro del sistema escolar, y solventar el problema de salud pública de malnutrición: niños con talla baja, sobrepeso u obesidad y enfermedades asociadas. En nuestro trabajo se evidencia la necesidad de regular lineamientos para una alimentación saludable que contemple tiempos de comida, porciones y procesamiento, regulación del expendio y vigilancia del estado nutricional del educando.

Es responsabilidad de nuestro país combatir el hambre, disminuir la malnutrición, evitar el progreso de la obesidad infantil fomentar la salud y el bienestar, reduciendo las desigualdades, favoreciendo una educación nutricional fomentada no solo en los hogares, sino en la voluntad política intencionada del gobierno y de los directivos de los centros escolares. La oferta de alimentos orgánicos, ricos en vitaminas, de fácil metabolización y estable nivel glucémico son alimentos que deben ser parte de la dieta nutricional de nuestros estudiantes, la corresponsabilidad de los GADS es factor y bases de la alimentación escolar locales y los comités técnicos interinstitucionales.

Desde el ministerio de salud pública MSP se trabaja en la concienciación de la buena nutrición y en la regulación de bares escolares; hoy es una realidad que los bares escolares, la alimentación es alta en azúcares y en calorías, la misma fórmula alimentaria para todos los niños, sin valorar su verdadero estado nutricional y su índice de masa corporal es un factor que contrarresta la buena salud y favorece la obesidad.

Otro factor son las ventas ambulantes fuera de las instituciones educativas, con productos industrializados altos en azúcares, carbohidratos refinados, frituras, que promulga al infante y adolescente la alternativa desastrosa de no consumo de alimentos escolares por la ingestión en los predios de calorías vacías con alto grado de dependencia a estos alimentos.

El gobierno autónomo de los Ríos y la Dirección de educación municipal son el factor regulador de este hecho.

La inclusión de materia de hábitos saludables, fomento de huertas escolares y compra de productos a la agricultura familiar campesina, son algunos de los retos sin resolver.

Existe un alto por ciento de desperdicio de alimentos en las escuelas porque no se ha realizado un estudio técnico, ni se ha tomado en cuenta la pertinencia de la alimentación., no se varían los menús, se trabaja de forma hermética y no desarrolladora.

La inversión millonaria del Estado Ecuatoriano ha beneficiado a millones de niños, pero es necesario regular de dos a tres menús en dependencia del estado nutricional del niño, variar los menús semestralmente, darle protagonismo a empresas provinciales para la implementación de la merienda escolar, donde se usen frutas naturales frescas y alimentos proteicos menos industrializados.

La alimentación en general de nuestros niños y jóvenes será el futuro del estado de salud de las nuevas generaciones de nuestro país; la alimentación escolar debe tener en cuenta la pertinencia nutricional, la individualidad del territorio y las particularidades de los individuos en cada centro escolar, crear mínimo dos menús que tome en cuenta la pertinencia nutricional, nivel de calorías, calidad de los carbohidratos según los parámetros nutricionales y curva de desarrollo de los niños.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Albar R. et al, (2016). Factores socioculturales determinantes de los hábitos alimentarios de niños de una escuela- jardín en Perú. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. p. 700 – 705.
2. Carrión M. (2017). Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de la parroquia Quinara del cantón Loja, periodo septiembre 2015-junio 2016. Tesis previa la obtención del título de Médico General. Facultad de Salud Humana. Universidad Nacional de Loja: Loja-Ecuador.
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19440/1/proyecto%20final.pdf>
3. Chuya Ximena GA. (2018) Hábitos alimenticios y estado nutricional de los conductores de la empresa de transporte urbano “Truraz”. Azogues 2017- 2018. Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca. Cuenca-Ecuador.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/30512/1/PROYECTO%20DE%20INVESTI%20GACI%C3%93N.pdf>
4. Heredia M. (2016). Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños de un colegio público de Valledupar. Rev. Méd. Risaralda. 2016: p. 42 - 48.
5. Juárez CN. (2017). Desayuno: Condicionantes para su realización y asociación con el estado nutricional en niños de 9 a 12 años en escuelas. [Online].; 2017 [cited 2020 02 16. Available from: https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/4786/TIL_JU%c3%81REZ-RAMIS_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
6. Macias M., Guadalupe G., Camacho R. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Revista chilena de Nutrición, págs.: 40-43 [Online]:
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-75182012000300006&script=sci_arttext&lng=en

7. Martínez AJG. (2018). Estado nutricional y acceso a alimentos proteicos de alto valor biológico en niños escolares de la escuela mariano acosta de la parroquia la esperanza 2018. Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica del Norte. Ibarra-Ecuador.
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/8802/1/06%20NUT%20262%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>
8. Merchan K. (2018). Hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional-antropométrico en escolares de 6 a 12 años. Tesis previa a la obtención del título de licenciatura en Nutrición Humana. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Estatal de Milagro. Milagro-Ecuador.
<http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/3988/1/HABITOS%20ALIMENTARIOS%20Y%20SU%20RELACION%20CON%20EL%20ESTADO%20NUTRICIONAL-ANTROPOMETRICO%20EN%20ESCOLARES%20DE%206%20A%2012%20A%C3%91OS.pdf>
9. Nario S. (2015). Preescolares y escolares. SlideShare. [Online].; 2015 [cited 2020]. Available from: <https://es.slideshare.net/SusanaNario/preescolares-y-escolares-47335191>
10. Ochoa R. et al. (2017). Hábitos Alimentarios, su relación con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Azogues. Ciencias Médicas de Pinar del Río: VOL. 21 NO. 6.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942017000600011
11. Organización Mundial de la Salud-OMS (2003). Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas: Ginebra: Catalogación por la Biblioteca de la OMS.
https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_916_spa.pdf
12. Organización Mundial de la Salud-OMS (2020). Temas de salud: Nutrición. Disponible en: <https://www.who.int/topics/nutrition/es/>

13. Ortiz S. (2019). Estado nutricional de los niños beneficiados en los Andes Ecuatorianos con un programa de suplementación nutricional. *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*: p. 85 - 94.
14. Solano Naranjo AM. (2018). Hábitos alimentarios y su relación con el estado nutricional de los niños en edad preescolar que asisten a la Unidad Educativa “Vicente Rocafuerte” del Cantón el Triunfo-Guayas en el periodo de octubre – febrero del 2018. Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. Guayas-Ecuador.
<http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/10256/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-354.pdf>
15. Vilardo ME. (2018). La etapa escolar y los cambios del niño. [Online].; 2018 [cited 2020 02 17]. Available from: <https://www.elobservador.com.uy/nota/la-etapa-escolar-y-los-cambios-en-la-vida-del-nino-2018321500>
16. Yunga C. (2015). Relación de hábitos alimentarios y actividad física con el estado nutricional en escolares de la Escuela Mercedes González. Tesis previa a la obtención de Licenciada en Nutrición Humana. Facultad de Enfermería, Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Quito-Ecuador.
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/10502/Disertacion%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Blanca Cecilia Álvarez Macías.** Magister en Gerencia de Servicios de Salud. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo, UTB-Ecuador.
2. **Lizette Martin Estevez.** Máster en Medicina Bioenergética y Natural en la Atención Primaria de Salud. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo, UTB-Ecuador. E-mail: lmartin@utb.edu.ec

3. **Rosa Mercedes Bedoya Vásquez.** Magister en Gerencia de Servicios de Salud. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo, UTB-Ecuador.
4. **María Auxiliadora Martínez Angulo.** Magister en Gerencia de Servicios de Salud. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo, UTB-Ecuador.

RECIBIDO: 10 de marzo del 2020.

APROBADO: 23 de marzo del 2020.