

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ  
FACULTAD DE ESPECIALIDADES EN CIENCIA DE LA SALUD  
CARRERA: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

**TESIS DE GRADO**

PREVIO A LA INVESTIDURA DE:  
LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

**TEMA:**

“ORGANIZACIÓN Y CAPACITACIÓN A PROMOTORES EN  
NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA PARROQUIA ELOY  
ALFARO DE LA CIUDAD DE MANTA, DURANTE EL PERIODO DE  
MAYO A DICIEMBRE DEL 2011.”

**AUTORA:**

SRA. LISETH BAILÓN CEDEÑO

**DIRECTORA DE TESIS**

DRA. VIRGINIA MORENO

MANTA- MANABÍ- ECUADOR

2011-2012

**TEMA:**

“ORGANIZACIÓN Y CAPACITACIÓN A PROMOTORES EN NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA PARROQUIA ELOY ALFARO DE LA CIUDAD DE MANTA. DURANTE EL PERIODO DE MAYO A DICIEMBRE DEL AÑO 2011.”

## **CERTIFICACIÓN**

Certifico que la egresada Liseth Bailón Cedeño, con cedula N° 131281578-8 de la Carrera de Nutrición y Dietética, concluyo la tesis ORGANIZACIÓN Y CAPACITACIÓN A PROMOTORES EN NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA PARROQUIA ELOY ALFARO DE LA CIUDAD DE MANTA. DURANTE EL PERIODO DE MAYO A DICIEMBRE DEL AÑO 2011, la misma se encuentra lista para ser presentada y sustentada por la autora.

La Dra. Virginia Moreno M. certifica haber orientado, asesorado, corregido, así como haber participado durante el proceso de elaboración de la tesis.

**Atentamente:**

**Dra. Virginia Moreno**  
**Directora de Tesis**

## **DECLARATORIA**

Yo, **Liseth Bailón Cedeño** declaro que el presente trabajo es inédito y fue elaborado bajo mi responsabilidad el cual inició como ejercicio de los conocimientos adquiridos durante la etapa de formación, el mismo que me motivo a realizar el presente proyecto.

Es muy oportuno manifestar que dicho trabajo se realizó con la finalidad de mejorar alimentación y nutrición en busca de una “mejor calidad” de vida.

**La autora.**  
**Liseth Bailón Cedeño**

**Universidad laica Eloy Alfaro de Manabí**

**Miembros de tribunal.**

**CALIFICACIÓN**

---

**Lcdo. Enrique Chávez Mg.**

---

**Dra. Gloria García Mg.**

## **AGRADECIMIENTO**

Al haber culminado con un acontecimiento tan importante como es el trabajo de tesis previo a la investidura como Licenciada en Nutrición y Dietética y poder cristalizar mis sueños de ser una profesional, me es muy oportuno dar mi mayor agradecimiento a Dios por haberme permitido llegar a la meta, a mis padres el Ing. Jorge Bailón, a mi mamá, la Sra. Mónica Cedeño, al personal de salud del SCS Santa Clara, a mis docentes quienes con sus conocimientos me supieron guiar en el camino académico, a mi directora de tesis, Dra. Virginia Moreno, quien estuvo dispuesta a dirigirme y apoyarme en mis actividades planificadas, y por último y no por ello menos importantes, a mis amigos, familiares con quienes indirectamente conté para poder culminar.

**La autora.**  
**Liseth Bailón Cedeño**

## **DEDICATORIA**

*El presente trabajo está dedicado a mis padres y hermanas, por su apoyo durante el transcurso de mi carrera.*

*A mi esposo por alentarme en todas mis metas propuestas.*

**La autora.  
Liseth Bailón Cedeño**

## ÍNDICE

**Págs.**

TEMA	
CERTIFICACIÓN	
DECLARATORIA	
CALIFICACIÓN	
AGRADECIMIENTO	
DEDICATORIA	
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
III. JUSTIFICACIÓN.....	4
IV. OBJETIVOS.....	5
V. MARCO TEÓRICO.....	7
VI. HIPÓTESIS.....	52
VII. VARIABLES.....	53
VIII. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES.....	54
IX. METODOLOGÍA.....	62
• DISEÑO DE ESTUDIO.....	62
• TIPO DE ESTUDIO.....	62
• MÉTODOS Y TÉCNICAS.....	62
• INSTRUMENTS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	63
• UNIVERSO.....	63
• POBLACIÓN.....	63
• MUESTRA.....	63
• RECURSOS HUMANOS.....	64
• RECURSOS MATERIALES.....	64
• RECURSO FÍSICOS.....	64
• RECURSOS INSTITUCIONALES.....	65
• RECURSOS ECONÓMICOS.....	65

X.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	66
XI.	PROPUESTA.....	102
XII.	CONCLUSIONES.....	105
XIII.	COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS.....	106
XIV.	RECOMENDACIONES.....	108
XV.	BIBLIOGRAFÍA.....	109
XVI.	GLOSARIO.....	110
XVII.	ANEXOS .....	111

## I. INTRODUCCIÓN

Hay que saber que nuestra alimentación es la que determina el estado de salud y una comunidad sin la misma no podrá defenderse ante cierta situación sanitaria; la buena nutrición debe empezar educando a las familias para que de esta forma se prevengan estados nutricionales sea por déficit o por excesos siendo estos los principales factores de otras patologías que conforman altos índices de estadísticas en la comunidad de Santa Clara.

La educación nutricional ayuda a que sepamos que alimentos tomar para conformar nuestra alimentación adecuada y de esta forma se definen nuestros hábitos alimentarios siendo estos buenos o malos.

Si se educa a los niños, desde casa se ganaría mucho ya que de esta forma ellos sabrían que elegir en la escuela a la hora del receso, las mujeres embarazadas se alimentarían mejor y traerían un niño sano.

Al educar a un grupo de personas y ellas promoviendo la buena nutrición se busca cambiar hábitos alimentarios erróneos por buenos hábitos.

Por lo que organizando y capacitando a promotores en nutrición ayudaran a educar a la comunidad ya que servirán de apoyo al Sub centro de Salud Santa Clara con su colaboración y de esta forma se tendrá un personal preparado para dar asesoría nutricional.

Para este fin se selecciono temas de nutrición para conocimiento del grupo de apoyo utilizando técnicas apropiadas para mejor difusión y alcance de los objetivos y educar y prevenir malos estados nutricionales en la comunidad.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Es de gran importancia recalcar que una buena alimentación en la niñez determinara en el futuro un buen estado nutricional y de salud integral.

La situación económica en la actualidad hace que las familias de escasos recursos no tengan una alimentación adecuada y recurran a una dieta desequilibrada en su totalidad. Dicho problema trae como consecuencia el desarrollo inadecuado de los integrantes más pequeños de la familia dando como resultado niños con un estado nutricional por déficit acompañado de sus signos respectivos: bajo peso (perdida de la masa corporal), talla baja, el cretinismo (retraso en el crecimiento), anemia, etc.

Cabe recalcar que en la actualidad existe un alto índice de mal nutrición por citar en la comunidad de Santa Clara existe un 18 % de desnutrición en niños de uno a cinco años y un 40% de desnutrición en mujeres embarazadas datos reflejados en las estadísticas de enfermedades más frecuentes durante el periodo de enero a diciembre del año 2010.

Se sabe también que la alimentación no es la correcta, dada la situación alimentaria inadecuada no se puede lograr mejorar la salud en la familia ya que no se cuenta con las condiciones de educación necesarias para tener una alimentación apropiada, lo mas ideal en este caso es aplicar medidas eficaces, estratégicas oportunas, que permitan solucionar los problemas nutricionales, una medida precisa será educar a un determinado número de personas para que aquellas promuevan la nutrición adecuado o equilibrada sean

estos por déficit o por exceso siendo estas consideradas como enfermedades ante la Organización mundial de la Salud.

Ya que organizando y capacitando a promotores en nutrición ayudaran a educar a la comunidad ya que servirán de apoyo al sub centro de salud Santa Clara en caso que se amerite su colaboración y de esta forma se tendrá un personal preparado para dar asesoría nutricional.

La capacitación se hará en las instalaciones del sub centro de salud ya mencionado una vez a la semana con un total de 14 horas teóricas-práctica, el trabajo será educativo y de campo ya que se evaluará lo que se brinda luego de cada capacitación.

Es de gran importancia el trabajo que va a realizar ya que se capacitarán a líderes comunitarios y jóvenes colaboradores de la parroquia con la finalidad de que ellos promuevan una adecuada nutrición en la familia y se comprometan a servir de apoyo en algún momento determinado.

### III. JUSTIFICACIÓN

Recalcando que la comunidad en mención presenta un 18 % de desnutrición en niños de uno a cinco años y un 40% de desnutrición en mujeres embarazadas, estadísticas reflejadas en el año anterior obtenidas de un total de 1232 pacientes atendidos durante el periodo de enero a diciembre del año 2010.

La razón por la cual me vi en la necesidad de organizar y capacitar promotores de nutrición es para que ellos promuevan hábitos de alimentación equilibrada en la comunidad de Santa Clara para mejorar la calidad de vida.

Las poblaciones en general piensan que un estado nutricional desequilibrado no puede ocasionar afecciones en la salud, siendo estos principales en la causa de enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión, y otras.

Los niños también son un pilar importante en la salud por tal motivo también es oportuno educarlos tanto a ellos como a todo el núcleo familiar enseñando que si una mujer embarazada está bien alimentada traerá consigo un niño sano que desarrollara una capacidad intelectual muy buena pero si hay una mujer embarazada con déficit nutricional traerá un niño bajo peso, inmunodeficiente y esto causara enfermedades de forma muy frecuente en el paciente.

Por tal motivo justifico la acción de organizar y capacitar a promotores en nutrición para que ellos sean partícipes en mejorar el estado de salud de la comunidad partiendo de una buena nutrición en la familia

## IV. OBJETIVOS

### **Objetivo general**

Organizar y capacitar un grupo de promotores en nutrición del barrio Sta. Clara parroquia Eloy Alfaro con conocimientos básicos de nutrición para que promuevan buenos hábitos alimentarios en la comunidad y que sirvan de apoyo para el personal de salud de la misma.

### **Objetivos específicos:**

1. Organizar un grupo de promotores para capacitarlos sobre nutrición con información básica para que ellos promuevan una mejor calidad de vida partir de una adecuada alimentación.
2. Capacitar al grupo de estudio en nutrición con exposiciones de temas básicos e interesantes para obtener un gran alcance en lo enseñado
3. Evaluar a los promotores con talleres para determinar el nivel de conocimiento sobre nutrición que ellos hayan alcanzado luego de cada capacitación.
4. Impulsar al grupo de estudio para realizar actividades y demostrar, el avance de conocimientos asía la comunidad al culminar las capacitaciones.
5. Otorgar certificados a los promotores en nutrición del barrio Santa Clara mediante una sesión solemne dando clausura a las capacitaciones.

6. Otorgar credenciales de identificación a los promotores por cada sector del Barrio Santa Clara.
7. Elegir una directiva principal en calidad de promotores para que exista una organización entre ellos.
8. Realizar una acta de compromiso entre el personal de salud de la comunidad de Santa Clara y los promotores de nutrición para en la cual se dé constancia que los promotores servirán de apoyo en caso que se requieran su colaboración en actividades relacionadas con nutrición.
9. Entregar a la directiva de salud del Sub centro el acta de compromiso y el listado de los promotores con información necesaria para que exista una base de datos de los Promotores En Nutrición.

V. MARCO TEORICO

**MARCO TEORICO**

# CAPITULO I

## ORGANIZACIÓN Y CAPACITACIÓN A PROMOTORES EN NUTRICIÓN

### 1. CONCEPTO

Las organizaciones son sistemas sociales diseñados para lograr metas y objetivos por medio de los recursos humanos o de la gestión del talento humano y de otro tipo. También se definen como un convenio sistemático entre personas para lograr algún propósito específico.

#### 1.2 QUE ES PROMOTOR DE NUTRICIÓN.

Promotor es la persona que promueve alguna acción, al tratarse de nutrición este va a promover salud a partir de educación nutricional, individual y/o familiar, haciendo hincapié a los correctos hábitos alimentarios.

#### 1.3 PERFIL OCUPACIONAL DE PROMOTOR DE NUTRICIÓN

El promotor en nutrición tiene conocimiento, habilidades destrezas y demás rasgos de personalidad que le permiten desenvolverse con eficacia en las diferentes áreas de prevención y la asistencia nutricional en caso básicos.

Destrezas adquiridas:

##### **Diagnostico del estado nutricional**

- Obtención de medidas antropométricas en todas las edades
- Evaluación del estado nutricional en todas las edades asesoría nutricional básica.
- Impartir conocimientos de nutrición básica

- Manejo e interpretación del estado nutricional mediante el carnet de embarazo
- Manejo e interpretación de carnet de desarrollo y crecimiento en niño y niña.

### **Asesoría nutricional Patológica**

- Desnutrición
- En sobre peso
- en enfermedades como:
  - EDA,
  - IRA,
  - diabetes,
  - hipertensión.

## CAPITULO 2 CONCEPTOS BÁSICOS

### 2.1 NUTRICIÓN, SALUD, ENFERMEDAD

#### NUTRICIÓN:

La nutrición es el proceso a través del cual el organismo absorbe y asimila las sustancias necesarias para el funcionamiento del cuerpo. Este proceso biológico es uno de los más importantes determinantes para el óptimo funcionamiento y salud de nuestro cuerpo por lo que es muy importante prestarle la atención y el cuidado que merece.

La nutrición como ciencia, hace referencia a aquellos nutrientes que contienen los alimentos y todos los efectos y consecuencia de la ingestión de estos nutrientes.

Es importante separar el concepto de nutrición del de alimentación ya que este se refiere más al acto consciente de ingerir alimentos y la manera como se ingieren, más que la función de estos nutrientes en el organismo.

La nutrición en general es la que se ocupa de solventar las necesidades energéticas del cuerpo aportándole los hidratos de carbono necesarios, las grasas, las vitaminas, proteínas y todas aquellas sustancias que requiere el cuerpo para poder desarrollar las actividades cotidianas.

Una nutrición adecuada es la que cubre:

1. Los requerimientos de energía a través de la ingestión en las proporciones adecuadas de nutrientes energéticos como los hidratos de carbono y grasas. Estos requerimientos energéticos están

relacionados con la actividad física y el gasto energético de cada persona.

2. Los requerimientos plásticos o estructurales proporcionados por las proteínas.
3. Las necesidades de micro nutrientes no energéticos como las vitaminas y minerales.
4. La correcta hidratación basada en el consumo de agua.
5. La ingesta suficiente de fibra dietética.

### **SALUD**

Estado en el que el ser orgánico ejerce normalmente todas sus funciones

Ser orgánico que disfruta de todo en total capacidad.

Salud-vida; vida-trabajo que es igual a la calidad de vida del ser humano

Nivel de eficacia del ser humano.

### **ENFERMEDAD**

Alteración en el organismo

Alteración de la salud tanto biológica como psicológica

## **2.2 NUTRIENTES:**

Los nutrientes son sustancias aportadas por los alimentos y estas a su vez proveen calorías que el cuerpo necesita para sus funciones necesarias; están divididos en dos grandes grupos:

### **2.2.1. MICRONUTRIENTES**

Son nutrientes que nuestro cuerpo requiere en mayor cantidad aquellos que proveen de energía al ser humano.

- Carbohidratos
- Proteínas
- Lípidos (grasas)

### 2.2.2. MICRONUTRIENTES

Son nutrientes que el cuerpo requiere en menor cantidad pero son importantes ya que ayudan en el mantenimiento de las defensas del cuerpo.

- Vitaminas
- Minerales

### VII. ACTIVIDADES.

Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

### VIII. MATERIALES

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcados
- 30 plumas

### IX. EVALUACIÓN

INICIAL: Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

FINAL: Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

### X. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

<http://es.wikipedia.org/wiki/Nutrici>.

## MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

### I. INTRODUCCIÓN

Esta unidad nos ayudara a conocer conceptos de las distintas medidas antropométricas que se pueden obtener para una evaluación nutricional y en qué instrumentos se pueden trabajar.

### II. OBJETIVOS

General:

Educar sobre conceptos básicos sobre medidas antropométricas.

Específicos:

Disertar a través de diapositivas los conceptos de distintas medidas antropométricas que se pueden obtener para evaluar a cada grupo de personas, utilizando instrumentos adecuados dependiendo de la edad. Que servirán de gran ayuda durante el proceso de instrucción a los aspirantes a promotores.

### III. METODOLOGÍA

Disertación de temas mediante diapositivas.

Encuestas orales y escritas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores en una etapa inicial y final luego de cada capacitación.

### IV. RECURSOS

INSTITUCIONALES:

S.C.S Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

HUMANOS:

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

### V. COBERTURA Y DURACIÓN

23 de Junio año 2011 con duración de 1 hora.

### VI. CONTENIDOS

### **CAPITULO 3**

#### **MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS**

##### **3.1 PESO, TALLA, PERÍMETRO CEFÁLICO, CIRCUNFERENCIA DEL BRAZO.**

**PESO:** Es la medida de valoración nutricional más empleada, el concepto de peso se remonta a la Grecia antigua hace más de 2000 años.

Las balanzas que permiten su medición han evolucionado y hoy en día no representa ningún obstáculo el llevarlo a cabo, incluso en personas enfermas cuya movilidad sea dificultosa.

**TALLA:** La talla, o medida en centímetros de la altura de cada persona es otra de las mediciones antropométricas que se realizan a la hora de una valoración nutricional

**PERÍMETRO CEFÁLICO:** Es la medición del perímetro de la cabeza de un niño en su parte más grande. Se mide la distancia que va desde la parte por encima de las cejas y de las orejas y alrededor de la parte posterior de la cabeza.

**CIRCUNFERENCIA DEL ABDOMINAL:** en un punto específico, por lo general a nivel del ombligo. Esta medición se utiliza para diagnosticar y monitorear lo siguientes:

- Acumulación de líquido en el abdomen, en su mayor parte causada por insuficiencia hepática o cardíaca y Obesidad
- Acumulación de gases intestinales, en su mayor parte causada por bloqueo u obstrucción en los intestinos

### 3.2 FORMULARIO DE REGISTRO DE MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DEL MSP.

El MSP tiene incorporado formularios para llevar un control de medidas antropométricas.

Entre estos formularios encontramos los carnets de vacunación y desarrollo y crecimiento tanto de niñas y niños, y el de la mujer embarazada en la cual constan patrones para obtener el estado nutricional

Estos carnets son de gran ayuda en el control del estado nutricional de los niños y niñas, consisten en anotar la edad y marcar el peso en la grafica.

De acuerdo a la relación de edad y peso obtendremos el estado nutricional lo ideal es que el niño o niña se encuentre en los niveles área de color verde.

### 3.3 CORRECTA TOMA DE MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

La toma de medidas antropométricas se realiza en diferentes instrumentos estos están diseñados de acuerdo a la necesidad de la persona que se va a evaluar.

Antes de realizar las mediciones, observe e identifique posibles sitios para colgar o ubicar la balanza de niños, para ubicar la alanza de adultos, ubicar el infantometro o el Tallimetro.

Tenga presente que debe seleccionar u lugar que tenga:

- Suficiente luz para que pueda ver bien la escala y hacer una lectura correcta.
- Piso nivelado con una pared lisa que tenga u anglo correcto.

- Un área con ventilación adecuada que no afecte a quien se está evaluando.
- Amplitud suficiente para permitir libertad de movimientos del examinador.

A continuación se detalla los instrumentos y los pasos técnicos correctos para hacer una correcta valoración.

## PESO

### BALANZA PESA BEBE DE 0 A 24 MESES O MENOR DE 15KG

Procedimiento:

1. Verificar que la balanza pesa bebe esta calibrada en cero
2. Evite corrientes de aire en el lugar donde se realizan las mediciones
3. Colocar un pañal de tela o ohm papel sobre el plato de la
4. balanza
5. Solicite a la madre que desvista el niño dejándolo con una camiseta
6. Coloque al niño sobre el palto de la balanza, cuidando que no cuelguen los pies fuera del plato o sentado si ya puede mantenerse en otra posición.
7. Tome el peso deslizando la pesa por la barba graduada de medición
8. Anote el peso en gramos
9. Calibre la balanza en cero.

### BALANZA TIPO RELOJ O BALANZA DE CAMPO

Esta balanza es para niños de 0 a 24 meses en visitas domiciliarias

Procedimiento

1. Busque un sitio donde se pueda colocar la balanza, puede ser una viga, un árbol, una barra o un palo de escoba o en los hombros de dos personas.
2. Cerciórese de que el soporte este seguro para evitar accidentes
3. Coloque la balanza en el soporte

4. Explique a la madre el procedimiento a realizarse para obtener colaboración
5. Indique a la madre que desvista la niño quedando solamente en ropa interior
6. Coloque al niño en el calzan de la balanza introduciendo las piernas en las aperturas y la madre lo sostiene de las axilas
7. Tome el peso (dato)

#### TÉCNICA PARA PESAR A EMBARAZADA,

- I. Indicar a la señora embarazada que se quite la ropa y se quede solamente con ropa interior
- II. Pedir a la señora que se quite los zapatos y suba a la balanza
- III. Tome el peso moviendo las pesas deslizantes por la barba de medición
- IV. Anotar el peso en kilos y gramos y anotar en el formulario establecido
- V. Indique a la madre que baje de la balanza
- VI. Calibre la balanza en cero.

#### BALANZA DE PIE PARA ADULTOS ESCOLARES Y ADOLESCENTES

##### Descripción:

1. Botón para ajustar las agujas a cero
2. Cuerpo
3. Escala dividida en kilogramos y libras
4. Agujas

Esta balanza se puede utilizar para pesar a niños a partir de 2 años de edad y es apropiada para visitas domiciliarias.

En caso de no colaborar el niño para la toma del peso se debe hacer lo siguiente:

- Solicite a la madre que se quite los zapatos y se suba a la balanza
- Tome el peso de la madre y anote en un papel
- Solicite a la madre que desvista al niño y que le deje únicamente con la ropa interior
- Pida a la madre que se quite los zapatos y se suba a la balanza con el niño en sus brazos
- Realice la lectura del peso
- Efectué la resta de los dos peso el ultimo con el primero
- Obtendrá el peso del niño

## **TALLA**

Paidometro o infantometro para niños de 0 a 24 meses.

Técnica para medir la talla:

Procedimiento:

- Armar el infantometro y colocarlo en posición horizontal sobre una superficie plana y lisa que puede ser el piso, una mesa una banca, etc. Controlando que no exista el riesgo que el niño se caiga.
- Colocar la cinta métrica sobre la hendidura que se encuentra en la mitad asegurándola con cinta u otro adhesivo.
- El niño al ser medido tiene que estar sin zapatos, gorros, moños, etc.
- Coloque al niño en el infantometro deslizando la tabla de apoyo pidiéndole a la madre que mantenga firme la cabeza del niño.

Tallimetro incorporado a la balanza Para adultos, niño escolares, adolescentes.

Procedimiento:

- Solicite al paciente que se saque los zapatos y se ubique sobre el dibujo de la silueta de los pies, con la cabeza erguida mirando hacia al frente y con los varazos extendidos pegados a los muslos.
- Baje el cartabón del Tallimetro y mida
- Si la persona tiene abundante cabello realice una ligera presión para que la medición sea exacta.
- Retire a la persona del Tallimetro y realice la lectura.

Perímetro cefálico

- El niño debe de estar sostenido por la madre con una posición de la cabeza en perfil al examinador.
- La cinta métrica debe de ser ubicada en la parte más prominente del hueso occipital y el frontal.
- Realice la lectura y obtenga la medición en centímetros.

## VII. ACTIVIDADES.

Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

## VIII. MATERIALES

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcado
- 30 plumas

## IX. EVALUACIÓN

INICIAL: Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

FINAL: Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

## X. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

<http://es.wikipedia.org/wiki/Antropometri>.

## EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

### I. INTRODUCCIÓN

Esta unidad nos ayudara a conocer técnicas para la evaluación del estado nutricional y formulas respectivas para diagnosticar el estado nutricional de un paciente.

### II. OBJETIVOS

General:

Educar a los aspirantes a promotores con conocimiento de formulas para que estén preparados para trabajar en la comunidad  
Específicos:

Disertar a través de diapositivas la unidad a tratar, explicando formulas paso a paso realizando practica entre los aspirantes poniendo en pie lo aprendido anteriormente.

### III. METODOLOGÍA

Disertación de temas mediante diapositivas.

Encuestas orales y escritas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores en una etapa inicial y final luego de cada capacitación.

### IV. RECURSOS

#### INSTITUCIONALES

S.C.S Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

#### HUMANOS

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

### V. COBERTURA Y DURACIÓN

7 De Julio del año 2011 con duración de 1 hora.

## VII. CONTENIDOS

**CAPITULO 4  
EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL**

## 4.1 OBTENCIÓN DE PESO Y TALLA DESEABLE EN EL NIÑO.

Mediante el carnet de vacunación y control del crecimiento encontramos patrones de referencia determinado por colores lo que nos indica si el paciente se encuentra en peso normal o bajo peso.

Tendencia de crecimiento:

1. una línea ascendente en el color verde: buen peso
2. una línea horizontal : señal de peligro
3. una línea recayente que ya curse por el color rosado: mucho peligro.

También existen formulas para obtener el peso y talla deseable en el niño:

Peso

- menor de 1 año:

$$\text{Edad} \times 0.5 + 4.5$$

Ejemplo

$$5 \times 0.5 + 4.5 =$$

7kg

- de 2 años a 6 años: pre-escolar

$$\text{Edad} \times 2 + 8$$

Ejemplo:

$$2 \times 2 + 8 =$$

12kg

- de 6 años a 14: escolares

$$\text{Edad} \times 3 + 3$$

Ejemplo

$$7 \times 3 + 3 =$$

$$24 \text{kg}$$

Talla

- de 2 años a 6 años: pre-escolar

$$\text{Edad} \times 6.5 + 74$$

Ejemplo:

$$2 \times 6.5 + 74 =$$

$$87 \text{cm}$$

- de 6 años a 14: escolares

$$\text{Edad} \times 5 + 85$$

Ejemplo

$$7 \times 5 + 85 =$$

$$120 \text{cm}$$

Obtención de peso deseable en el adulto.

La obtención del peso deseable en adultos se determinan por diversas formulas a continuación se detallan las siguientes:

- Talla-100

Ejemplo:

$$1.56 \text{cm} - 100 = 56 \text{ kg peso deseable}$$

- $(\text{Talla})^2 \times 22$  hombres

Ejemplo:

$$(1.55)^2 = 2.40$$

$$2,40 \times 22 = 52.8 \text{kg}$$

- $(\text{Talla})^2 \times 21$  mujeres

Ejemplo:

$$(1.55)^2 = 2.40$$

$$2,40 \times 21 = 50.4 \text{kg}$$

#### 4.1 ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC)

El índice de masa corporal es una de las formulas más habituales necesitamos contar con dos medidas antropométricas como es peso y tala para poder desarrollarla.

La formula es la siguiente:

Referencia de resultados en el IMC.

IMC	CLASIFICACIÓN
18,5 -24,9	NORMAL
25-29,9	SOBRE PESO
30-34,9	OBESIDAD GRADO 1
35-39,9	OBESIDAD GRADO 2
MAS DE 40	OBESIDAD GRADO 3

## VII. ACTIVIDADES.

- Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

## VIII. MATERIALES

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcado
- 30 plumas
- 

## IX. EVALUACIÓN

INICIAL: Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

FINAL: Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

## X. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

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

## PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS

### I. INTRODUCCIÓN

Esta unidad nos ayudara a conocer cómo debemos alimentarnos en casa y fuera de ella haciendo hincapié de buenos hábitos alimentarios.

### II. OBJETIVOS

General:

Educar a los aspirantes a promotores de que ellos deben de difundir los buenos hábitos alimentarios.

Específicos:

Dar la explicación y análisis de la pirámide nutricional del Ecuador y como aquella nos puede servir de guía en nuestra alimentación.

### III. METODOLOGÍA

Disertación de temas mediante diapositivas.

Encuestas orales y escritas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores en una etapa inicial y final luego de cada capacitación.

### IV. RECURSOS

#### INSTITUCIONALES

S.C.S Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

#### HUMANOS

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

### V. COBERTURA Y DURACIÓN

7 De Julio 2011 con duración de 1 hora.

### VII. CONTENIDOS

## CAPITULO 5

### PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS

#### 5.1 ¿Que es la pirámide de los alimentos?

La pirámide de los alimentos es una estrategia de educación nutricional cuyo objetivo es mejorar hábitos alimentarios en base a una guía grafica de los alimentos indicando los las cantidades que debemos de consumir diariamente de cada grupo de alimentos.

#### 5.2 Explicación y análisis de la pirámide de los alimentos.

**En el nivel cero:** el agua es imprescindible para la vida. El ser humano está formado en un 70% de agua y hay que reponerla constantemente.

**Primer Nivel:** Es la base de la Pirámide, estos alimentos provienen de los granos,

Proveen carbohidratos que nos dan energía, aquí encontramos el arroz, maíz, las papas, pastas, pan, etc.

**Segundo Nivel:** Encontramos los vegetales y las Frutas, son alimentos ricos en fibra, vitaminas y minerales, se debe ingerir de 3-5 porciones de vegetales cada día y 2-4 porciones de frutas.

**Tercer Nivel:** Tenemos dos grupos, la leche y sus derivados las carnes, frijoles, huevos y nueces, ricos en proteínas y minerales como el calcio, hierro, se debe ingerir 2-3 porciones.

**Cuarto Nivel:** la punta de la Pirámide, esto significa que de este grupo no debemos consumir mucho, los aceites, las grasas, los dulces, helados, postres refrescos etc., ya que no aportan nutrientes, pero son abundantes en calorías.

### **5.3 Rotafolios implementados por el MSP.**

Los Rotafolios que se encuentran en cada centro o su centro de salud sirven de ayuda para educar a la comunidad y son realizados en base a la pirámide de los alimentos pero mediante gráficos más llamativos.

### **5.4 Correctos hábitos alimentarios**

Los seres humanos tenemos distintos hábitos alimentarios cuando se trata de nuestra alimentación sean estos saludables o no creemos que nos alimentamos de la mejor forma.

Desde el momento cuando elegimos como vamos a preparar los alimentos o hasta cuando ordenamos un plato para comer se tiene que saber qué es lo que ingerimos.

Es por tal motivo que como nos alimentamos se determina también nuestra salud

Si nuestra alimentación es pobre en verduras y fruta por ende va a ser deficiente en fibra y esto repercutiría en nuestra digestión, o cuando la alimentación es sobre cargada en condimentos también afectaría a nuestro aparato digestivo, y si hablamos de la sal esta afecta nuestro sistema cardiovascular y renal.

#### **a. Alimentación en casa.**

Alimentación fuera de casa (lonchera escolar)

La alimentación en casa tiene que ser CESA

COMPLETA, EQUILIBRADA, SUFICIENTE Y ADECUADA.

- CANTIDAD (suficiente y proporcional a las necesidades del organismo)
- EQUILIBRADA (en cuanto a la calidad de nutrientes, debe ser completa)
- SUFICIENTE (guarda una proporción adecuada entre cantidad y calidad)
- ADECUADA (en cuanto a la edad, al estado fisiológico, patológico.)

De tal manera que la alimentación cubra con los requerimientos nutricionales de cada miembro de la familia. Como guía se puede recurrir a la pirámide de los alimentos.

Alimentación fuera de casa

**En adultos:**

Por distintos factores de la vida actual se nos es poco factible alimentarnos en casa si esto sucede debe de ser una alimentación CESA

**Ejemplo de menú nutritivo:**

Desayuno

1 empanada de harina con queso

1 vaso de batido de mora

1 porción de sandía picada

Almuerzo

Crema de lenteja

1 porción de arroz

1 porción de pescado asado

1 porción de ensalada de tomate

- 1 vaso de jugo de naranjilla
- 1 vaso de jugo de frutilla
- Merienda
- 1 porción de arroz
- 1 porción de carne frita
- 1 porción de ensalada de remolacha
- 1 vaso de jugo de sandia

#### **En niños:**

Por lo general los niños al estar en la escuela tienen la opción de cubrir con una colación ya sea en la mañana o tarde el lonché o lonchera debe de ser nutritiva.

Las loncheras escolares tienen que ser nutritivas, atractivas para quien la va a consumir.

#### **VII. ACTIVIDADES.**

- Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

#### **VIII. MATERIALES**

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcado
- 30 plumas

IX. EVALUACIÓN  
INICIAL.

Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

FINAL

Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

X. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

## **ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR INCORRECTA ALIMENTACIÓN**

### **I. INTRODUCCIÓN**

Esta unidad nos ayudara a conocer los tipos de mal nutrición sean estos por déficit i por exceso.

### **II. OBJETIVOS**

General:

Educar a los aspirantes a promotores para que ellos puedan detectar casos de malnutrición y aprendan el conozcan el cuadro clínico de cada patología.

Específicos:

Que los aspirantes a promotores aprendan a diferenciar los tipos de desnutrición y puedan dar su tratamiento dietético respectivo; de igual forma en el caso de obesidad.

### **III. METODOLOGÍA**

Disertación de temas mediante diapositivas.

Encuestas orales y escritas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores en una etapa inicial y final luego de cada capacitación.

### **IV. RECURSOS**

#### **INSTITUCIONALES**

S.C.S Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

#### **HUMANOS**

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

### **V. COBERTURA Y DURACIÓN**

21 De Julio 2011 con duración de 1 hora.

### **VI. CONTENIDOS**

## CAPITULO 6

### Enfermedades producidas por incorrecta alimentación

#### 6.1 desnutrición

##### 6.1.1 concepto, clasificación, signos, tratamiento dietético

Concepto:

Es una enfermedad producida por el consumo insuficiente de energía y nutrientes. Las personas desnutridas tienen un bajo peso corporal y en los niños se produce un retraso del desarrollo psicomotor y el crecimiento.

La desnutrición produce una disminución de la capacidad para defenderse de las enfermedades infecciosas y aumenta el riesgo de mortalidad. En los escolares se traduce además en una disminución del rendimiento escolar y en los adultos en falta de energía para realizar las actividades diarias.

Hay que mencionar que existen 2 tipos de mal nutrición por déficit que se diferencian por sus propias características.

<b>MARASMO</b>	<b>KWASHIORKOR</b>
<b>APARIENCIA MUY DELGADA EMACIADA</b>	<b>EDEMA</b>
<b>DEBILITAMIENTO MUSCULAR EVIDENTE Y PERDIDA E GRASA CORPORAL HABITUALMENTE SE MANIFIESTA EN MENORES DE 18 MESES DE EDAD</b>	<b>HABITUALMENTE SE DA ENTRE LOS 2 Y 4 AÑOS DE EDAD</b>
	<b>DESCAMACIÓN DE LA PIEL DESPIGMENTACIÓN DEL CABELLO</b>
	<b>ABDOMEN DISTENDIDO</b>
<b>PIEL ARRUGADA, CAÍDA DEL CABELLO, APATÍA</b>	<b>APATÍA</b>
<b>SIN EDEMA</b>	

Clasificación:

La mal nutrición se puede clasificar Forma clínica

- Marasmo: déficit de proteína y calorías
- Kwashiorkor: déficit de proteína
- Kwashiorkor marasmático: marasmo con edema.

Signos:

- Están llorones y mal genios
- Están decaído
- Se cansan de jugar
- Crecen muy poquito
- Bajan de peso
- Se enferman mucho.

Tratamiento Dietético:

- Niño o niña de 6 meses a 2 años debe de continuar tomando leche materna.
- Los niños deben comer 5 comidas diarias.
- En cada comida debe escoger alimentos nutritivos que contengan alto valor de energía, proteína, vitaminas y minerales.
- Aumentar la cantidad energética del alimento solido, líquido y semisólido.
- Mejorar la cantidad y calidad proteínica, mediante la combinación o mezclas de cereales(maíz, quinua, arroz, trigo, avena )
- Buscar platos atractivos para el niño o niña.

## **6.2 obesidad**

### **6.2.1 concepto, signos, tratamiento dietético**

Concepto:

En 1998 la OMS declaro a la obesidad como una enfermedad caracterizada por una acumulación anormal de tejido adiposo, comprometiendo la salud de los individuos.

Signos:

Las personas con obesidad presentan un exceso de tejido graso en el cuerpo encontrándose en su IMC mayor de 30.

Pueden presentar problemas cardiacas, diabetes.

Sudoración excesiva.

Cansancio o fatiga

Niveles de colesterol y triglicéridos elevados

Tratamiento Dietético:

Alimentos con bajo contenido calórico, pobre en grasa.

Alimentos permitidos

Leche: desgrasada no más de 2 tazas

Quesillo: fresco

Huevo: únicamente la clara o entero como ingrediente de preparación

Carne: tipo magro de res, pollo o pescado sin piel, cocida, entera o molida, al horno o a la plancha. No frito

Tubérculos: todos en cualquier preparación

Legumbres: tiernas y cocidas

Pan: centeno, de agua, no grasoso

Hortalizas: acelga, remolacha, vainita, zambo, zanahoria amarilla, alcachofa, berenjena, espinaca, melloco, papa nabo, tomate sin piel, cocida o en sopa, puré o guiso, cremas, budines, ensaladas.

Frutas: banano, papaya, manzana, pera, durazno, chirimoya, guayaba, guanábana al natural, bien maduras o en jugo.

Frutas cítricas: según la tolerancia del paciente

Azúcar: miel, mermeladas, jaleas aumentadas

Aceites: crudo agregado a las preparaciones

Líquidos: infusión, te de hierbas, café ligero

Condimentos: ajo, perejil, laurel, apio, jugo de limón

Alimentos no permitidos

Jugos procesados

Embutidos

Enlatados

Frituras

Mayonesa

Valor calórico

1500'1800 calorías

Características físicas

Consistencia: variada

Temperatura: de acuerdo a las preparaciones

#### VII. ACTIVIDADES.

- Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

#### VIII. MATERIALES

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcados
- 30 plumas

#### I. EVALUACIÓN

##### INICIAL.

Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

##### FINAL

Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

## II. BIBLIOGRAFÍA

[www.geogle.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

<http://es.wikipedia.org/wiki/Desnutrici%C3%B3n>

## **PATOLOGÍAS FRECUENTES QUE REQUIEREN ORIENTACIÓN ALIMENTARIA**

### **I. INTRODUCCIÓN**

Esta unidad nos ayudara a conocer los tipos patologías más comunes en la población actual y a saber recomendar el tratamiento dietético respectivo.

### **II. OBJETIVOS**

General:

Educar a los aspirantes a promotores sobre las patologías más frecuentes que requieren tratamiento dietético u orientación nutricional.

Específicos:

Que los aspirantes a promotores aprendan a dar un tratamiento dietético a pacientes que padezcan de enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión.

### **III. METODOLOGÍA**

Disertación de temas mediante diapositivas.

Encuestas orales y escritas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores en una etapa inicial y final luego de cada capacitación.

IV. RECURSOS  
INSTITUCIONALES

S.C.S Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

HUMANOS

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

V. COBERTURA Y DURACIÓN

21 De Julio 2011 con duración de 1 hora.

VI. CONTENIDOS

## CAPITULO 7

### 7.- PATOLOGÍAS FRECUENTES QUE REQUIEREN ORIENTACIÓN ALIMENTARIA

#### 7.1 Hipertensión

##### 7.1.1 concepto, causas, síntomas y recomendaciones alimentarias

Concepto:

según, la OMS , la hipertensión arterial (HTA) se define como la tensión arterial sistólica de 140 mmHg o mayor y/o tensión arterial diastólica de 90 mmHg o mayor.

Causas:

Las principales causas son:

- Sobre peso , obesidad
- Dieta alta u grasa y carbohidratos simples
- Ingestión excesiva de sal
- Ingestión excesiva de alcohol
- Inactividad física( sedentarismo) entre otros

Síntomas:

La presión arterial elevada puede provocar:

Por lo general, la presión arterial alta por sí sola no produce síntomas. A veces se producen dolores de cabeza.

Una persona puede tener presión arterial alta durante años sin saberlo. Sin embargo, durante ese tiempo la enfermedad puede

lesionar el corazón, los vasos sanguíneos, los riñones y otras partes del cuerpo.

Clasificación de los niveles de tensión arterial.

CLASIFICACIÓN DE LOS NIVELES DE TENSIÓN ARTERIAL			
CLASIFICACIÓN DE PRESIÓN ARTERIAL	PRESIÓN ARTERIAL SISTÓLICA mmhg		PRESIÓN ARTERIAL DIASTÓLICA mmhg
NORMAL	MENOR 120	Y	MENOR 80
PRE HIPERTENSIÓN	ENTRE 120 -139	Y	ENTRE 80-89
HTA ESTADIO 1	ENTRE 140-159	Y	ENTRE 90-99
HTA ESTADIO 2	MAYOR 160	Y	MAYOR 100

Tratamiento dietético.

**Alimentos que lo integran.**

Ricos en celulosa y proteínas, pobre en hidratos de carbono y grasas de gran volumen y bajo en sal.

**Leche:** 1 – 2 tazas descremadas

Leche de soya

**Queso:** 30 gramos

**Carnes magras:** aves, res, pescado

**Huevo:** solo o en preparaciones

**Tubérculos:** una unidad (100 gr) o sustitución con ½ taza de arroz, fideo o leguminosa, medido después de cocinado. (En regímenes de 1500 a + calorías)

**Pan o tostada:** 60 gramos

**Frutas:** 2 – 3 unidades o 300 gramos especialmente albaricoque, frutilla, granadilla, guanábana, limón, lima, mandarina, melón, claudia, naranja, taxo, naranjilla, tomate de árbol, toronja, papaya, sandía y en menor cantidad manzana, pepino, pera, piña, zapote, tun, durazno.

**Aceite:** 2 cucharaditas

**Alimentos de consumo libre:** caldo desgrasado, t, café, agua aromática, agua mineral, limonada, naranjada sin azúcar

**Cereales:** arroz con moderación

## REDUCCIÓN DE SODIO EN LA DIETA

Evidencia científicas apoyan la recomendación de reducir la sal en la alimentación se aconseja una ingesta menor de 6 gramos diarios

## 7.2 Diabetes

### 7.2.1 concepto, causas, niveles de insulina y recomendaciones alimentarias

Concepto:

La diabetes mellitus es una enfermedad crónica, en la que se observa déficit de insulina en a sangre y alto valores de glucosa.

Causas:

La diabetes tipo 1 se debe a la incapacidad del páncreas para la secreción de insulina, por células productoras.

La diabetes tipo 2 se denomina también no insulino dependiente, y se produce por malos hábitos alimentarios.

Niveles de glucosa en ayuna.

- Glucosa normal: 70- 90 mg/dl
- Pre diabético: 100-120 mg/dl
- Diabético: mayor de 120

Recomendaciones alimentarias:

Mantener un adieta equilibrada, priorizando el consumo de polisacáridos complejos (fibra dietética), hortaliza y vegetales y reducir el consumo de grasa, particularmente las saturadas. Incrementar el consumo de ácidos grasos omega 3 y 6.

#### VII ACTIVIDADES.

- Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

#### VIII MATERIALES

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcados
- 30 plumas

## IX. EVALUACIÓN

### INICIAL.

Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

### FINAL

Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

## X. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

[http://es.wikipedia.org/wiki/Presi3n arterial](http://es.wikipedia.org/wiki/Presi3n_arterial)

## ENFERMEDADES MÁS FRECUENTES EN LOS NIÑOS

### I. INTRODUCCIÓN

Esta unidad nos ayudara a conocer sobre enfermedades más frecuentes en niños y dar sus respectivas recomendaciones nutricionales.

### II. OBJETIVOS

General:

Educar a los aspirantes a promotores de las enfermedades más frecuentes que se presentan en los niños.

Específicos:

Educar a los aspirantes de promotores para que ellos estén en capacidad de dar las recomendaciones nutricionales a los familiares de niños que presentes EDA, IRA siendo estas enfermedades más frecuentes en niños menores de 5 años.

### III. METODOLOGÍA

Disertación de temas mediante diapositivas.

Encuestas orales y escritas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores en una etapa inicial y final luego de cada capacitación.

### IV. RECURSOS

INSTITUCIONALES

S.C.S Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

HUMANOS

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

V. COBERTURA Y DURACIÓN

28 de Julio año 2011 con duración de 1 hora.

VIII. CONTENIDOS

## CAPITULO 8

### ENFERMEDADES MÁS FRECUENTES EN LOS NIÑOS

#### 8. 1 EDA

##### 8.1.1 concepto, causas, síntomas y recomendaciones alimentarias

Concepto:

La enfermedad diarreica aguda (EDA) se puede definir como un cambio súbito en el patrón de evacuación intestinal normal del individuo, caracterizado por aumento en la frecuencia o disminución en la consistencia de las deposiciones.

Causas:

La enfermedad es causada por bacterias, protozoos y virus.

CAUSAS INFECCIOSAS DE DIARREAS		
<b>BACTERIAS</b>	PROTOZOOS	VIRUS
<b>E COLY</b>	E HISTOLITICA	ROTAVIRUS
<b>SALMONELLA</b>	GIARDIA	ADENOVIRUS

Síntomas:

- Deposiciones mayor de 6 en menos de 24 horas
- Irritabilidad
- Fiebre
- Deshidratación

#### Recomendaciones alimentarias:

Para la diarrea se utiliza la dieta astringente o anti diarreica, que es el ejemplo típico de dieta progresiva, ya que la introducción de los alimentos se realiza paulatinamente. Con ello se consigue que el tracto digestivo se encuentre en reposo al principio y se vaya acostumbrando poco a poco a volver a realizar sus funciones habituales, perdidas durante la enfermedad. Una parte fundamental de la alimentación en la diarrea, además de la dieta astringente y del ayuno inicial es la reposición del agua, la glucosa y los electrolitos que se pierden a causa de las deposiciones líquidas y frecuentes.

El suero oral es de gran ayuda.

#### Procedimiento:

- Pon a hervir durante 20 minutos el litro de agua para que elimines cualquier agente bacteriano que pudiera tener.
- Baja la olla del fuego y ponla en una jarra espera que enfríe y agrega los demás ingredientes y revuelve hasta que todos queden bien mezclados.
- Espera a que el suero se enfríe un poco antes de beberlo.
- Dar de beber cada 10 minutos hasta llegar a la unidad de salud.

## 8.1 IRA

### 8.2.1 concepto, causas, síntomas y recomendaciones

#### Alimentarias

Concepto:

Las infecciones respiratorias agudas (IRA) son padecimientos infecciosos de las vías respiratorias con evolución menor a 15 días y en ocasiones se complican con neumonía. Las IRA constituyen un importante problema de salud pública, pues resultan con la morbilidad más alta en el mundo.

Causas:

En los menores de 5 años, el 95% de los casos de IRA son de origen viral, a las complicaciones otitis media y neumonía se agrega la etiología bacteriana.

Síntomas:

- Hipotermia en menores de 2 meses.
- Quejido respiratorio.
- Dificultad respiratoria
- Rechazo a los líquidos y alimentos.
- Respiración acelerada
- Hundimiento de espacios intercostales (tiro).
- Somnolencia o insomnio
- Cianosis peri bucal y distal
- Fiebre (más de tres días)

Recomendaciones alimentarias:

- Incrementar ingesta de líquidos
- Mantener la alimentación habitual

- No suspender la lactancia al seno materno.
- Evitar preparaciones a temperaturas frías

#### IX. ACTIVIDADES.

- Disertar la unidad número uno en el horario establecido por los aspirantes a promotores.

#### X. MATERIALES

- Computadora portátil
- Proyector
- 30 módulos educativos
- 30 formatos de taller
- 6 paleógrafos
- 12 marcado
- 30 plumas

#### XI. EVALUACIÓN

##### INICIAL.

Se realiza mediante dialogo dirigidos a los educando para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran antes de la disertación del tema.

##### FINAL

Se realizara mediante un taller escrito con preguntas sobre los temas tratados.

#### XII. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

[www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)

## **VI. HIPÓTESIS**

### **HIPÓTESIS 1**

Conocimiento del alto índice de mal nutrición en el barrio Sta. Clara de la Parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta por no haber sido orientadas en buenos hábitos alimentarios.

### **HIPÓTESIS 2**

Una alimentación incorrecta en el niño desde la lactancia hasta la ingesta de alimentos conlleva a una nutrición deficiente en el niño, por el mal uso de los recursos alimenticios.

### **HIPÓTESIS 3**

Una alimentación deficiente conlleva a un déficit nutricional en lo que los microorganismos se apoderan del huésped provocando en el nuevo ser enfermedades crónicas complicantes, amerita la intervención del equipo de salud para que recuperen el estado de salud del niño.

### **HIPÓTESIS 4**

Capacitación dirigida a los promotores de nutrición del barrio santa clara para que ellos eduquen a la comunidad.

## VII. VARIABLES

1. Conocimiento de que los niños 1 a 5 años que acuden al sub centro de salud el barrio Sta. Clara de la Parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta presentan mal nutrición
2. La alimentación incorrecta de cómo alimentar a los niños desde la lactancia materna hasta como llevar la alimentación complementaria está afectando una nutrición integral de la comunidad en estudio
3. Enfermedades muy frecuentes como anemia, parasitosis enfermedades crónicas traen complicaciones ameritando la intervención del I equipo de salud para que se recupere el estado nutricional del infante.
4. Capacitación oportuna dirigida a los promotores de nutrición el barrio Sta. Clara de la Parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta a través de técnicas pedagógicas para que ellos intervengan educando a la comunidad y de esta forma mejorar la salud de las familias.

HIPOPTESIS	VARIABLE DEFINICION	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA DE MEDISION
<p data-bbox="450 571 658 619">HIPOTESIS #1</p> <p data-bbox="331 762 712 1018">Conocimiento del alto índice de mal nutrición en el barrio el bario Sta. Clara de la Parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta por no haber sido orientados en buenos hábitos alimentarios</p>	<p data-bbox="741 469 1043 501">VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p data-bbox="730 517 1055 810">Conocimiento de que los niños de 6 meses a 5 años que se atienden en el sub centro de salud Santa Clara poseen déficit nutricional por falta e una adecuada alimentación</p>	<p data-bbox="1077 517 1283 772">falta de edeucacion nutricional a los padres de familia sbre la correcta alimentacion</p>	<p data-bbox="1305 533 1532 756">nivel educativo sexo edad estado nutricional examen de laboratorio</p>	<p data-bbox="1585 491 1789 564"><b>ESTADO NUTRICIONAL</b></p> <p data-bbox="1608 580 1767 676">bajo peso peso normal sobrepeso</p> <p data-bbox="1574 692 1800 724"><b>ALIMENTACION</b></p> <p data-bbox="1608 740 1767 788">adecuada inadecuada</p>
	<p data-bbox="741 836 1043 868">VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p data-bbox="730 900 1055 1235">Las condiciones socioeconómicas, el nivel educativo en l que se desenvuelven los padres hace posible la presencia de un déficit nutricional notorio en los infantes que repercuta en su salud.</p>	<p data-bbox="1077 963 1283 1187">el desconocimient o de temas de alimnetacion es el factor primordial.</p>	<p data-bbox="1305 963 1532 1187">condiciones socioeconomica nivel educativo seguimiento y control por parte del nutricionista</p>	<p data-bbox="1563 916 1816 989"><b>CONDICION SOCIOECONOMICA</b></p> <p data-bbox="1608 1005 1767 1101">muy buena buena mala</p> <p data-bbox="1641 1117 1733 1149"><b>SALUD</b></p> <p data-bbox="1608 1165 1767 1212">adecuada inadecuada</p>

HIPOPTESIS	VARIABLE DEFINICION	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA DE MEDISION
<p data-bbox="414 563 645 619">HIPOPTESIS # 2</p> <p data-bbox="309 810 790 1058">Una alimentación incorrecta en el niño desde la lactancia hasta la ingesta de alimentos conlleva a una nutrición deficiente en el niño, por el mal uso de los recursos alimenticios.</p>	<p data-bbox="824 523 1160 563">VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p data-bbox="813 563 1171 802">La alimentación incorrecta en los niños de 6 meses a 5 años afecta el crecimiento y desarrollo integral de su vida exterior.</p>	<p data-bbox="1189 579 1417 818">los niños que no son bien alimentados presentan afecciones en su desarrollo</p>	<p data-bbox="1451 595 1686 802"><b>Alimentos que conforman</b> desayuno almuerzo merienda</p>	<p data-bbox="1720 611 1933 786"><b>Alimentacion</b> muy buena buena mala</p>
	<p data-bbox="824 922 1160 962">VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p data-bbox="813 986 1171 1353">Posibles causas que pueden estar afectando la deficiencia nutricional en los niños; deficiencia alimentaria de la madre, del niño, alimentación no rica en proteína, carbohidratos, grasa, vitaminas y minerales.</p>	<p data-bbox="1189 986 1417 1273">la alimentacion insuficiente es una causa que influye mucho en el estado nutricional de los niños</p>	<p data-bbox="1473 1034 1664 1233">peso talla IMC Exámenes bioquimicos</p>	<p data-bbox="1742 1050 1910 1217"><b>Estado nutricional</b> por exeso por deficit</p>

HIPOPTESIS	VARIABLE DEFINICION	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA DE MEDISION
<p data-bbox="392 550 616 598">HIPOTESIS # 3</p> <p data-bbox="302 726 784 1133">Una alimentación deficiente conlleva a un déficit nutricional en lo que los microorganismos se apoderan del huésped provocando en el nuevo ser enfermedades crónicas complicantes, amerita la intervención del equipo de salud para que recuperen el estado de salud del niño.</p>	<p data-bbox="817 518 1142 550">VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p data-bbox="806 558 1153 941">Alimentación deficiente en el niño provoca la presencia de enfermedades agudas, graves como anemia, insuficiencia renal, cambios en la piel enfermedades gastrointestinales, déficit óseo, etc.</p>	<p data-bbox="1176 582 1400 869">Estado nutricional deficiente altera la salud complicando con otras enfermedades</p>	<p data-bbox="1433 630 1668 829">exámenes de laboratorio mediciones antropométricas</p>	<p data-bbox="1713 646 1881 805"><b>salud</b> muy buena buena mala</p>
	<p data-bbox="817 965 1142 997">VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p data-bbox="806 1029 1153 1348">Atención al niño en las enfermedades complicantes por parte del equipo interventor para solucionar los problemas que están afectando su salud del paciente.</p>	<p data-bbox="1176 1029 1400 1276">controles médicos que reciban los niños ayudara a su estado nutricional</p>	<p data-bbox="1422 1077 1668 1236">control mensuales Desrrollo psicomotriz</p>	<p data-bbox="1702 1077 1892 1236"><b>desarrollo psicomotriz</b> deficiente eficiente</p>

HIPOPTESIS	VARIABLE DEFINICION	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA DE MEDISION
<p>HIPOPTESIS # 4</p> <p>Capacitación dirigida a los promotores de nutrición del barrio santa clara para que ellos eduquen a la comunidad</p>	<p>VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p>La capacitación a los padres es fundamental en el fomento de mejorar la salud de los niños.</p>	<p>*capacitacion a los promotores atravez de tecnicas pedagogicas</p> <p>*Interes por parte del grupo en estudio</p>	<p>*edad</p> <p>*grado de instrucción</p> <p>*factor socio economico</p> <p>* grado de interes</p>	<p><b>Habitos alimentarios</b></p> <p>*buenos</p> <p>*malos</p>
	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>Participación del equipo de salud en la capacitación de los promotores aplicando técnicas pedagógicas para que ellos sean educados y difundan sus conocimientos en la comunidad.</p>	<p>*buena aceptacion de los promotores</p> <p>*mejoramiento de habitos alimentarios</p>	<p>*Estilo de vida</p> <p>*Colaboracion del equipo</p>	<p><b>Capacitacion</b></p> <p>*apropiada</p> <p>*inapropiada</p>

## **CONSTRUCCIÓN DE VARIABLES HE HIPÓTESIS**

### **HIPÓTESIS 1**

Conocimiento del alto índice de mal nutrición en el barrio Sta. Clara de la Parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta por no haber sido orientados en buenos hábitos alimentarios.

### **VARIABLE DEPENDIENTE**

Conocimiento de que los niños de 6 meses a 5 años que se atienden en el sub centro de salud Santa Clara poseen déficit nutricional por falta de una adecuada alimentación.

### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

Las condiciones socioeconómicas, el nivel educativo en l que se desenvuelven los padres hace posible la presencia de un déficit nutricional notorio en los infantes que repercuta en su salud.

## **HIPÓTESIS 2**

Una alimentación incorrecta en el niño desde la lactancia hasta la ingesta de alimentos conlleva a una nutrición deficiente en el niño, por el mal uso de los recursos alimenticios.

### **VARIABLE DEPENDIENTE**

La alimentación incorrecta en los niños de 6 meses a 5 años afecta el crecimiento y desarrollo integral de su vida exterior.

### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

Posibles causas que pueden estar afectando la deficiencia nutricional en los niños; deficiencia alimentaria de la madre, del niño, alimentación no rica en proteína, carbohidratos, grasa, vitaminas y minerales.

### **HIPÓTESIS 3**

Una alimentación deficiente conlleva a un déficit nutricional en lo que los microorganismos se apoderan del huésped provocando en el nuevo ser enfermedades crónicas complicantes, amerita la intervención del equipo de salud para que recuperen el estado de salud del niño.

#### **VARIABLE DEPENDIENTE**

Alimentación deficiente en el niño provoca la presencia de enfermedades agudas, graves como anemia, insuficiencia renal, cambios en la piel enfermedades gastrointestinales, déficit óseo, etc.

#### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

Atención al niño en las enfermedades complicantes que están afectando su salud por parte del equipo interventor.

#### **HIPÓTESIS 4**

Capacitación dirigida a los promotores de nutrición del barrio santa clara para que ellos eduquen a la comunidad.

#### **VARIABLE DEPENDIENTE**

La capacitación a los padres es fundamental en el fomento de mejorar la salud de los niños.

#### **VARIABLES INDEPENDIENTE**

Participación del equipo de salud en la capacitación de los promotores aplicando técnicas pedagógicas para que ellos sean educados y difundan sus conocimientos en la comunidad.

## **IX. METODOLOGÍA DE TRABAJO DE CAMPO**

### **DISEÑO DE ESTUDIO**

El proyecto es exploratorio, real, educativo acción y desarrollo.

Aplicado en el campo a los promotores de nutrición.

### **TIPO DE ESTUDIO**

Tipo de Investigación: Por el propósito la investigación es Aplicada, y por el lugar es de Campo. Por qué se encarga de tener contacto con el personal que se educa.

### **MÉTODOS Y TÉCNICAS**

Los métodos a utilizarse serán:

Inductivo, deductivo que parte de lo general a lo particular y en el mismo contexto tenemos:

De campo por que se trabaja directamente con la comunidad.

De investigación por que buscan temas apropiados para educar a los promotores.

Las técnicas a utilizarse serán:

Observación para saber las posibles causas del índice de mal nutrición

Encuestas para saber en qué nivel de conocimiento se encuentran los promotores.

## **INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.**

Los instrumentos serán los siguientes:

- cuadernos de notas: para anotar datos o inquietudes obtenidas.
- Carteles educativos para educar a los promotores.
- Proyector para capacitar por medio de videos.
- Cámara fotográfica para captar momentos durante el proyecto.

## **UNIVERSO**

El universo lo constituye el barrio Santa Clara de la parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta.

## **POBLACIÓN**

La población que interviene en el proyecto son moradores del Barrio Santa Clara siendo un total de 5969.

## **MUESTRA**

La muestra es de 30 personas que se van a capacitar para que sean promotores en nutrición

## DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO

### RECURSOS HUMANOS

- Sra. Liseth Bailón Cedeño Autora de tesis
- Dra. Virginia Moreno Directora de tesis
- Dra. Enma Arauz Directora del Sub Centro de Salud Santa Clara
- Lcda. Claudia Serrano Enfermera Jefa
- 30 personas naturales en calidad de aspirantes a promotores.
- 1 promotor delegados por cada sector del barrio Santa Clara.

### RECURSOS MATERIALES

- Fichas de inscripción
- Carteles
- Diapositivas
- Unidades temáticas.

### RECURSOS FÍSICOS

- Encuestas
- fichas nemotécnicas
- material de oficina
- diapositivas en PowerPoint
- credenciales de promotores
- certificados de promotores.

### RECURSO INSTITUCIONAL

- Universidad Laica Eloy Alfaro De Manabí.
- Facultad de Especialidades De Ciencias De La Salud
- Espacio físico ubicado el sub centro de salud Santa Clara para las capacitaciones una vez por semana.

<b>RECURSOS ECONÓMICOS</b>	
MATERIALES	VALOR
ELABORACIÓN DE FICHAS DE INSCRIPCIÓN	10,0
CERTIFICADOS	60,0
BREAK	120,0
MATERIAL DE OFICINA	40,0
TIEMPO EN COMPUTADORAS	20,0
COPIAS	40,0
IMPRESIONES	60,0
MOVILIZACIÓN	60,0
ANILLADOS Y EMPASTADOS	50
TOTAL	350

## X. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### INTERPRETACIÓN BIOESTADÍSTICA Y GRAFICA DE LOS RESULTADOS DEL TRABAJO DE CAMPO

#### 8.1 Encuesta realizadas a los moradores del barrio Santa Clara.

##### Encuesta 1

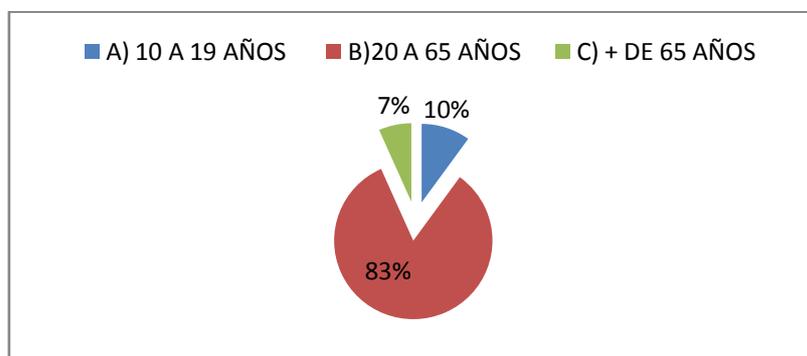
###### PREGUNTA 1

¿Qué edad tiene usted actualmente?

TABLA# 1

<b>A) 10 A 19 AÑOS</b>	<b>3</b>
<b>B)20 A 65 AÑOS</b>	<b>25</b>
<b>C) + DE 65 AÑOS</b>	<b>2</b>

GRAFICO #1



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara con objetivo de conocer hábitos alimentarios en esta comunidad.

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** La encuesta fue realizada a un total de treinta personas las cuales representan un 83% de personas de 20 a 65 años de edad, un 10% de los encuestados adolescentes y un 7% de los encuestados son de la tercera edad.

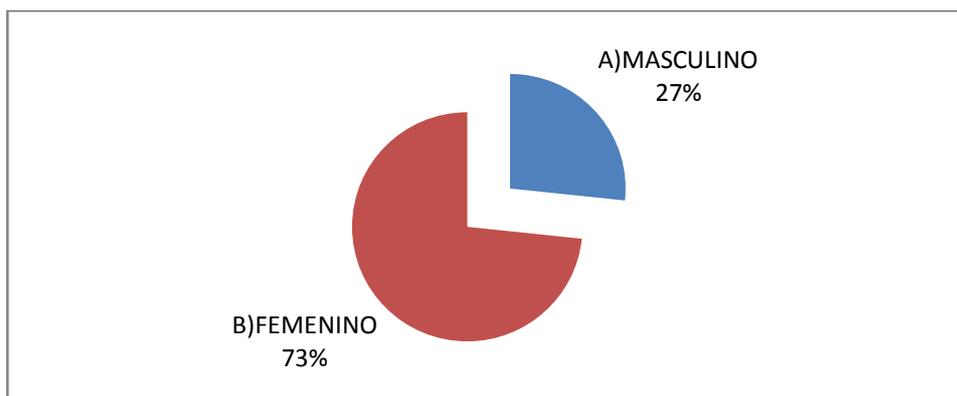
### PREGUNTA 2

¿Cuál es tu sexo?

TABLA # 2

<b>A)MASCULINO</b>	<b>8</b>
<b>B)FEMENINO</b>	<b>22</b>

GRAFICO # 2



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

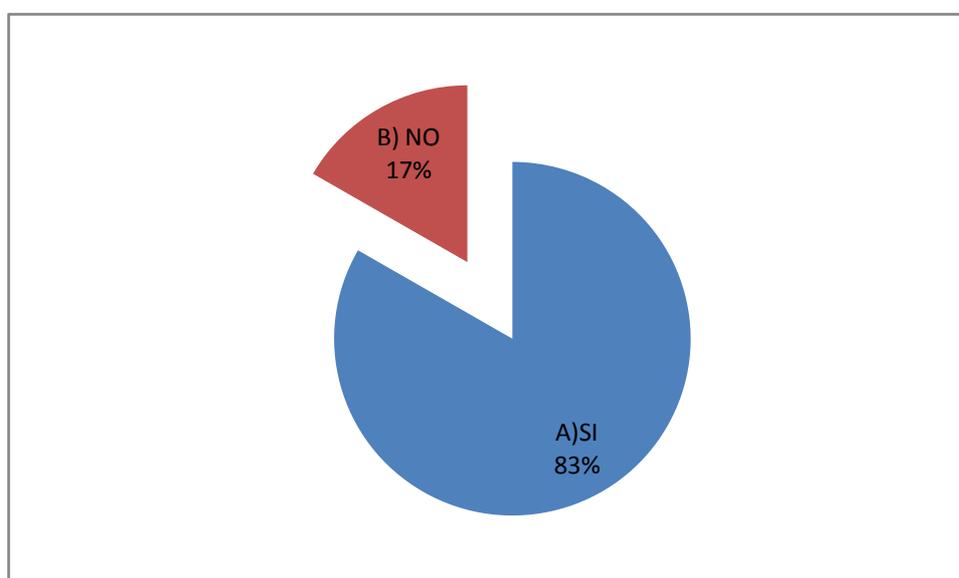
**ANÁLISIS:** Del total de los encuestados el 73% son del sexo femenino y un 27% son del sexo masculino

PREGUNTA 3	
¿Desayunas diariamente?	

TABLA # 3

A)SI	25
B) NO	5

GRAFICO # 3



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** Del total de encuestados un 83% si desayuna diariamente mientras que el 17% no lo hace, por motivos de costumbre.

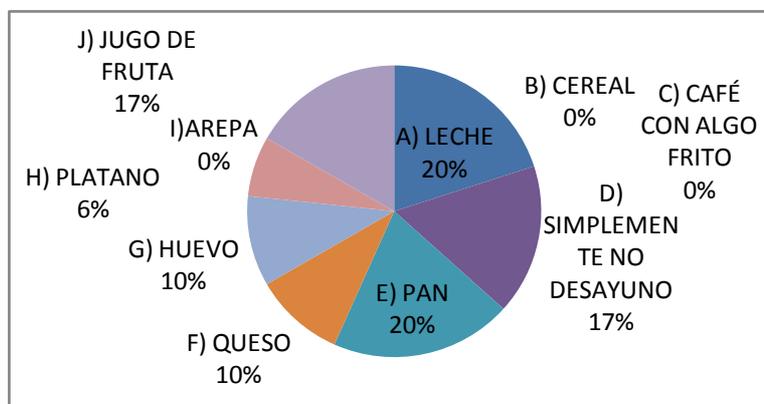
**PREGUNTA 4**

**¿Qué desayuna diariamente?**

TABLA # 4

A) LECHE	6
B) CEREAL	
C) CAFÉ CON ALGO FRITO	
D) SIMPLEMENTE NO DESAYUNO	5
E) PAN	6
F) QUESO	3
G) HUEVO	3
H) PLÁTANO	2
I) AREPA	
J) JUGO DE FRUTA	5
	30

GRAFICO # 4



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** En esta pregunta podemos observar que los encuestados desayunas pero no se alimentan de forma completa en esta toma tan importante en el día

---

**PREGUNTA 5**

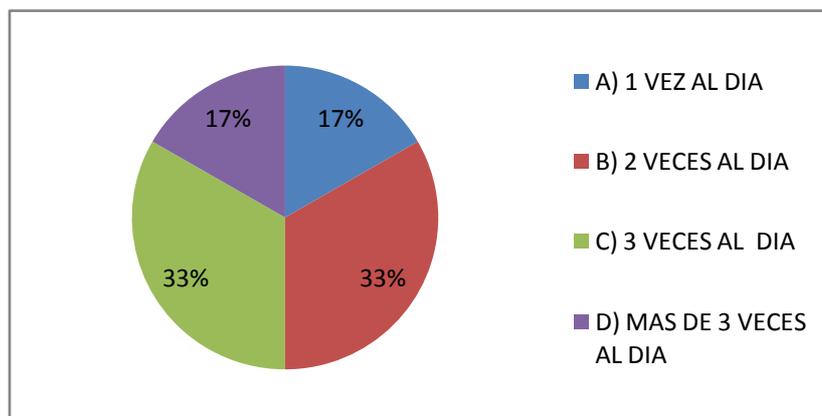
**¿Cuántas veces come en el día?**

---

TABLA # 5

<b>A) 1 VEZ AL DÍA</b>	<b>5</b>
<b>B) 2 VECES AL DÍA</b>	<b>10</b>
<b>C) 3 VECES AL DÍA</b>	<b>10</b>
<b>D) MAS DE 3 VECES AL DÍA</b>	<b>5</b>

GRAFICO # 5



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** los encuestados respondieron en esta pregunta en un 33% que comen tres veces al día, de igual forma lo hacen dos veces al día Y un 17% come una sola vez al día y complementan su alimentación con cualquier aperitivo haciendo esto de forma cotidiana por factores de la vida moderna.

---

**PREGUNTA 6**


---

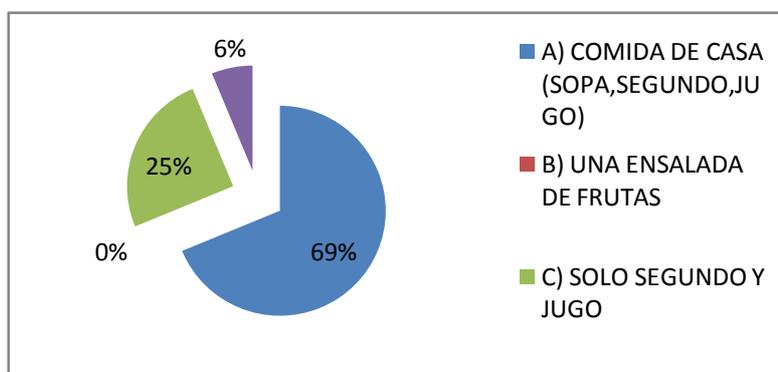
**¿Qué comes en el almuerzo?**

---

TABLA # 6

<b>A) COMIDA DE CASA (SOPA, SEGUNDO, JUGO)</b>	<b>22</b>
<b>B) UNA ENSALADA DE FRUTAS</b>	
<b>C) SOLO SEGUNDO Y JUGO</b>	<b>8</b>
<b>D) IR A UN LUGAR DE COMIDA RÁPIDA</b>	<b>2</b>

GRAFICO # 6



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** del total de encuestados un 69% almuerza un menú completo y balanceado el restante lo se alimenta fuera de casa o consume cualquier aperitivo fuera del hogar.

---

**PREGUNTA 7**

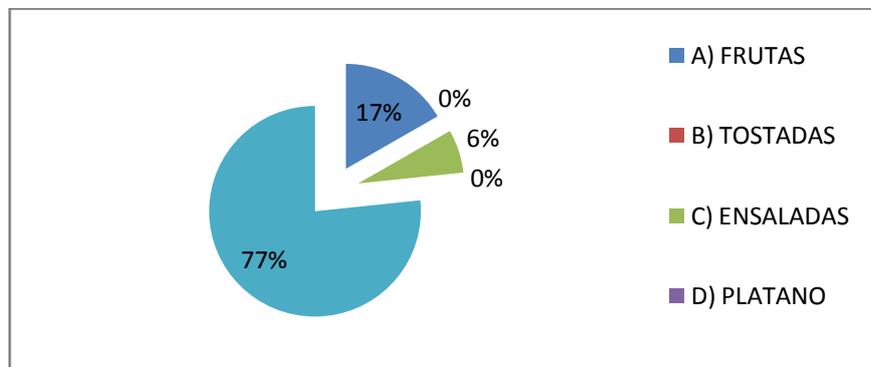
**¿Qué comes en la merienda?**

---

TABLA # 7

<b>A) FRUTAS</b>	<b>5</b>
<b>B) TOSTADAS</b>	
<b>C) ENSALADAS</b>	<b>2</b>
<b>D) PLÁTANO</b>	
<b>E) ARROZ CON ACOMPAÑADO</b>	<b>23</b>

GRAFICO # 7



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** Los encuestados respondieron en un 77% que meriendan una carbohidrato con un acompañado, mientras un 17% prefiere optar por una fruta y un 6 % por una ensalada a la hora de merendar.

---

**PREGUNTA 8**


---

**¿Consume bebidas alcohólicas?**

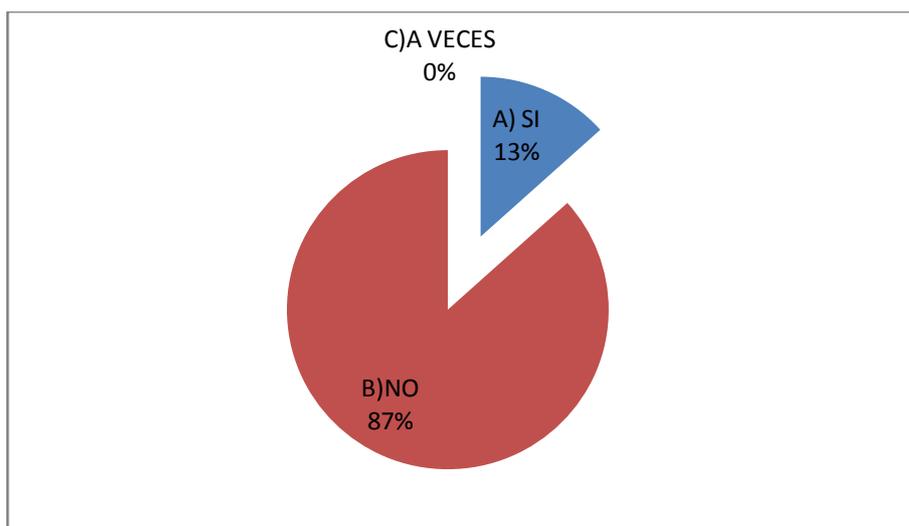
---

TABLA # 8

<b>A) SI</b>	<b>4</b>
<b>B)NO</b>	<b>26</b>
<b>C)A VECES</b>	

---

GRAFICO # 8



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

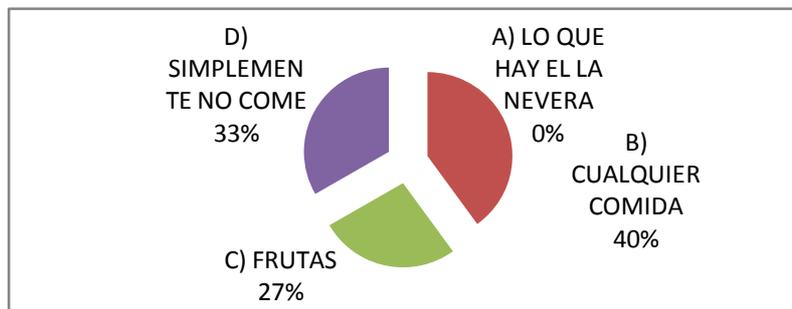
**ANÁLISIS:** Los encuestados respondieron en un 87% que no consume bebidas alcohólicas, y un 13 % lo hace de forma esporádica en ocasiones especiales.

<b>PREGUNTA 9</b>	
<b>¿Qué come cuando estás en tu tiempo libre en la casa?</b>	

TABLA # 9

<b>A) LO QUE HAY EL LA NEVERA</b>	
<b>B) CUALQUIER COMIDA</b>	12
<b>C) FRUTAS</b>	8
<b>D) SIMPLEMENTE NO COME</b>	10

GRAFICO # 9



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

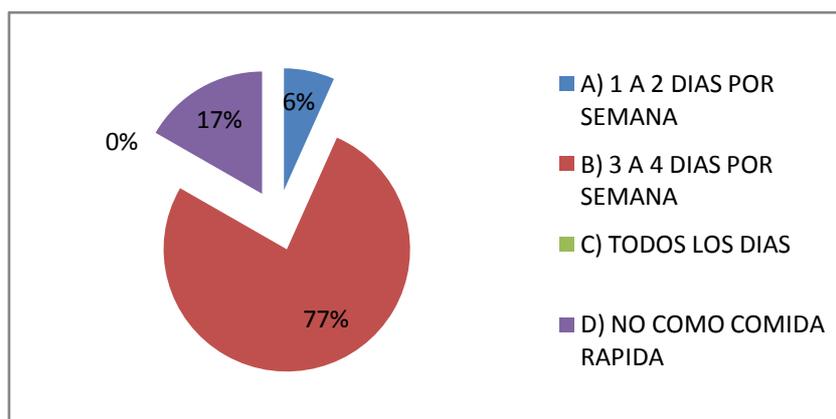
**ANÁLISIS:** los encuestados manifiestan que cuando se encuentran en casa consumen en un 40% lo que tengan en la nevera, mientras que un 27% prefiere frutas en horas de colaciones.

PREGUNTA 10	
¿Con que frecuencia consumes comida rápida?	

TABLA # 10

A) 1 A 2 DÍAS POR SEMANA	2
B) 3 A 4 DÍAS POR SEMANA	23
C) TODOS LOS DÍAS	
D) NO COMO COMIDA RÁPIDA	5

GRAFICO # 10



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** los encuestados respondieron en un 77% que comen fuera de casa de tres a cuatro veces por semana, es muy posible que esto se vea influenciado por el estilo de vida actual, por trabajo, estudios, mas no se justifica la acción pero si se puede educar para que sepamos escoger bien nuestra alimentación y esta sea balanceada.

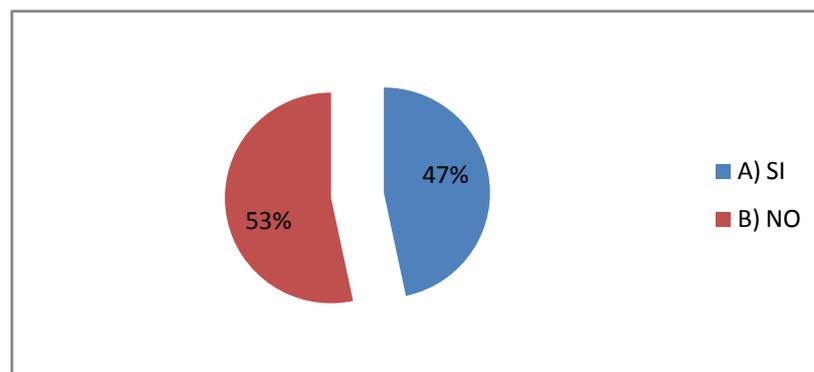
**PREGUNTA 11**

**¿Crees que comes según la pirámide  
de los alimentos?**

TABLA # 11

<b>A) SI</b>	<b>14</b>
<b>B) NO</b>	<b>16</b>

GRAFICO # 11



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

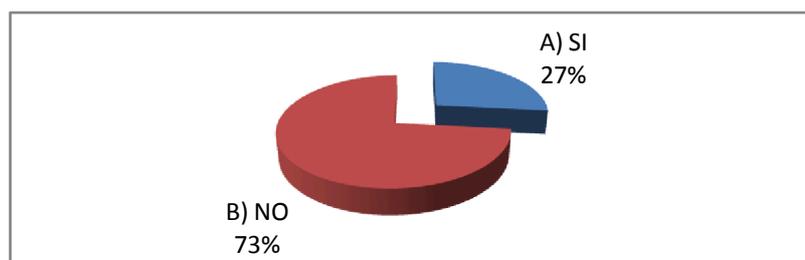
**ANÁLISIS:** los encuestados responden en un 53% que no comen según la pirámide de los alimentos, siendo esta tan importante a la hora de alimentarnos ya que es una guía de llevar buenos hábitos alimentario por que nos sugiere las cantidades adecuadas que hay que consumir durante el día.

PREGUNTA 12	
¿Has recibido asesoría nutricional de cómo debe de alimentarse?	

TABLA # 12

A) SI	8
B) NO	22

GRAFICO # 12



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

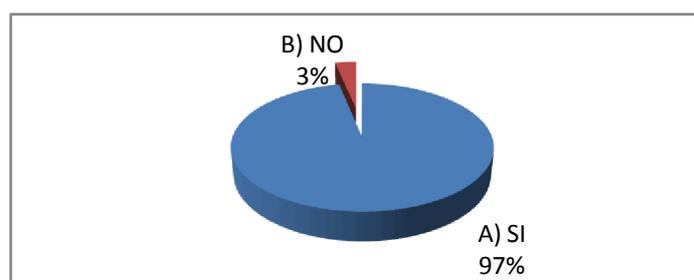
**ANÁLISIS:** es muy importante esta pregunta ya que se puede observar que un 73% de la población encuestada nunca ha recibido información de cómo alimentarse y esto influye de gran forma en el estado nutricional de la familia.

PREGUNTA 13	
<b>¿LE GUSTARÍA RECIBIR ASESORÍA NUTRICIONAL Y ENSEÑAR LO QUE APRENDAS CON RESPECTO A NUTRICIÓN?</b>	

TABLA # 13

<b>A) SI</b>	<b>30</b>
<b>B) NO</b>	<b>1</b>

GRAFICO # 13



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

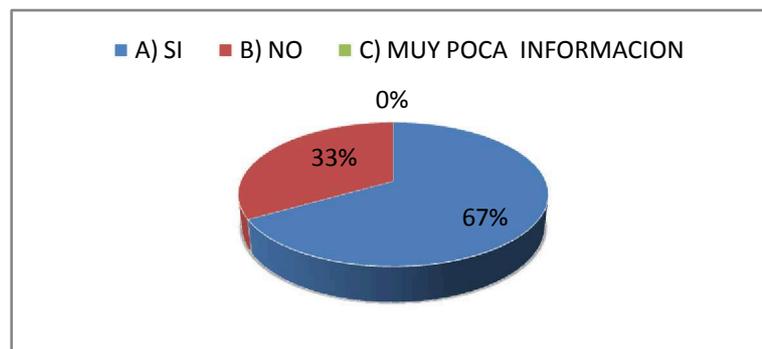
**ANÁLISIS:** los encuestados manifiestan que su espíritu de colaboración para con la parroquia queriendo aprender sobre nutrición y los conocimientos adquiridos compartirlos en un 97% lo cual impulsa en desarrollar este proyecto de tesis.

PREGUNTA 14	
¿En tu colegio has recibido una buena enseñanza en cuanto a la buena alimentación?	

TABLA # 14

A) SI	2
B) NO	1
C) MUY POCA INFORMACIÓN	

GRAFICO# 14



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

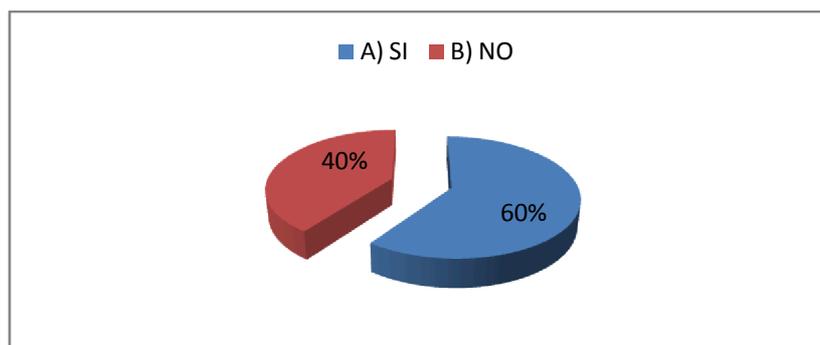
**ANÁLISIS:** en esta encuesta realiza en la comunidad se encuestaron a tres adolescentes los cuales en un 67% si han recibido educación alimentaria en sus colegios por parte de sus maestros lo cual es muy importante cuando se trata de corregir malos hábitos alimentarios en la población.

PREGUNTA 15	
¿Realizas controles médicos de forma mensual?	

TABLA # 15

A) SI	6
B) NO	4

GRAFICO # 15



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

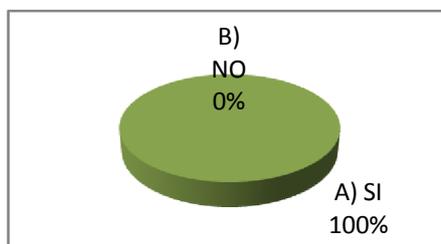
**ANÁLISIS:** se encuesta a un total de diez embarazadas las cuales en un 60% realizan sus controles de embarazo de forma mensual.

PREGUNTA 16	
¿Sabes qué estado nutricional presenta y cuál es?	

TABLA # 16 A

A) SI	10
B) NO	

GRAFICO # 15 A



**FUENTE:** Encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

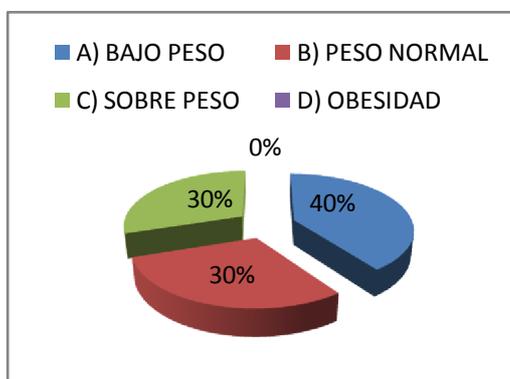
**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** De las mujeres embarazadas el 100% conoce su estado nutricional lo cual es muy bueno y significa que se interesan en su salud.

TABLA # 16 B

A) BAJO PESO	4
B) PESO NORMAL	3
C) SOBRE PESO	3
D) OBESIDAD	

GRAFICO # 16 B



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

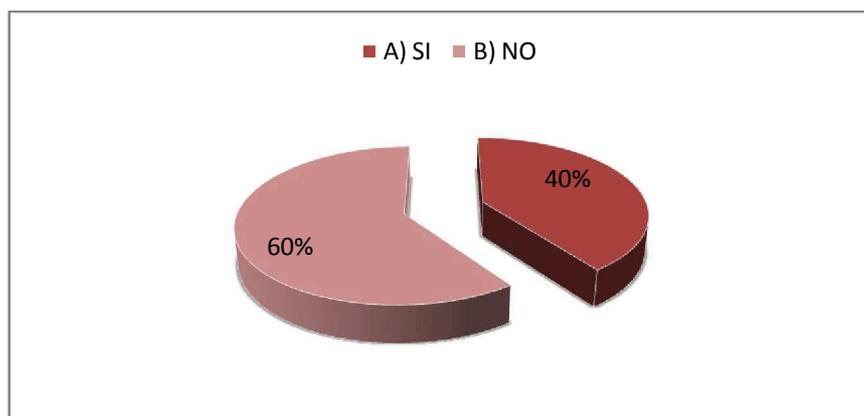
**ANÁLISIS:** del total de mujeres embarazadas un 40% presenta bajo peso, 30% peso normal y 30% sobrepeso; como se conoce que una mal nutrición en el embarazo sea esta por déficit o por exceso trae consecuencia en el niño, pudiendo provocar enfermedades.

PREGUNTA 17	
¿Durante el embarazo te han diagnosticado anemia?	

TABLA # 17

A) SI	4
B) NO	6

GRAFICO # 17



**FUENTE:** encuesta # 1 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** del total de mujeres embarazadas un 40% presenta anemia durante el embarazo lo cual también afecta al embrión pudiendo provocar enfermedades en él como en la madre embarazada, siendo una gran alternativa la educación en la familia para de forma preventiva evitar las enfermedades.

**8.2 Encuesta realizadas a moradores del barrio Santa Clara con la finalidad de obtener personas interesadas en capacitarse.**

**Encuesta 2**

PREGUNTA # 1	
<b>¿TIENE CONOCIMIENTO DE LO QUE ES NUTRICIÓN?</b>	

TABLA #18

SI	NO	TOTAL
2	28	30

GRAFICO # 18



**FUENTE:** Encuesta # 2 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

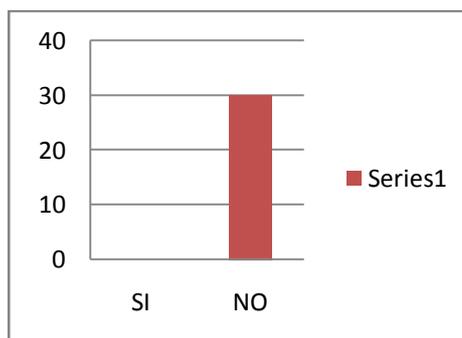
**ANÁLISIS:** Se puede observar en el gráfico que un 7% de la población tiene conocimiento básico de lo que es nutrición; pero al realizar la comparación con el total de las personas encuestadas nos podemos dar cuenta que es necesario capacitar para llegar a beneficiar a aquellos que lo desconocen siendo este un total de un 93%.

PREGUNTA 2
¿HA ASISTIDO ALGUNA VEZ A UN CURSO DE CAPACITACIÓN PARA PROMOTORES DE NUTRICIÓN?

TABLA # 19

SI	NO	TOTAL
0	30	30

GRAFICO # 19



**FUENTE:** Encuesta # 2 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** El 100% de las personas encuestadas no han recibido capacitación para promotores de nutrición.

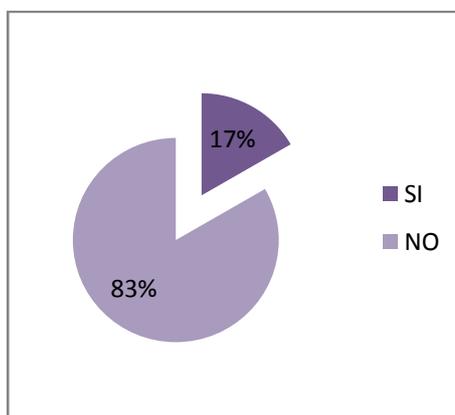
**PREGUNTA 3**

**¿TIENE USTED CONOCIMIENTO DE COMO TIENE QUE ALIMENTARSE?**

TABLA # 20

SI	NO	TOTAL
5	25	30

GRAFICO # 20



**FUENTE:** Encuesta # 2 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

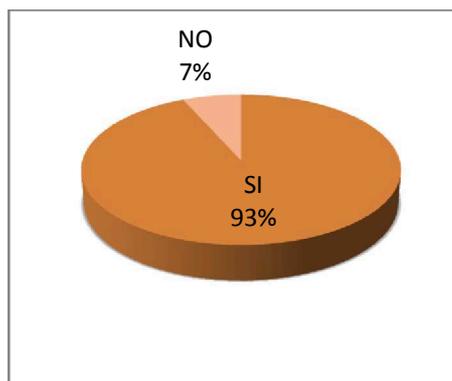
**ANÁLISIS:** El 83% de la población no tiene conocimiento de la alimentación que deben tener, siendo esto un porcentaje alto en comparación con las personas que saben cómo debe ser su alimentación que oscila en un 17%.

PREGUNTA 4
¿LE GUSTARÍA FORMAR PARTE DE UN GRUPO DE PROMOTORES DE NUTRICIÓN?

TABLA # 21

SI	NO	TOTAL
28	2	30

GRAFICO # 21



**FUENTE:** Encuesta # 2 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** El 93% de las personas encuestadas muestran un interés en la nutrición, queriendo pertenecer a un grupo promotor de nutrición, porcentaje alto en comparación con los que consideran que no les gustaría pertenecer a este grupo siendo solo un 7%.

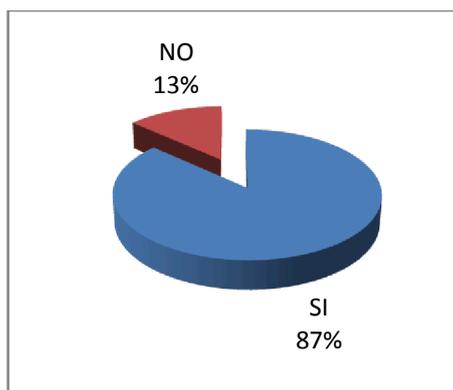
**PREGUNTA 5**

¿CONOCE USTED DE ALGUNA ACTIVIDAD QUE PROMUEVA LA NUTRICIÓN EN ESTA PARROQUIA COMO HUERTO FAMILIARES O ESCOLARES?

TABLA# 22

SI	NO	TOTAL
26	4	30

GRAFICO # 22



**FUENTE:** Encuesta # 2 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

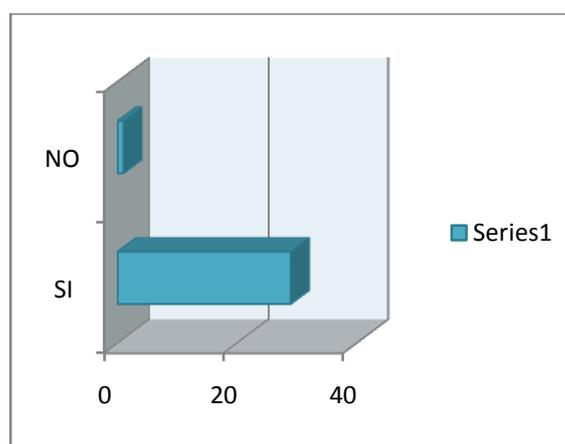
**ANÁLISIS:** El 87% tiene conocimiento de actividades que promocionan la nutrición, dándose en el 13% el desconocimiento de estas actividades.

PREGUNTA# 6
¿CONOCE SI EN EL CENTRO DE SALUD SE BRINDAN CHARLAS EDUCATIVAS CON RESPECTO A TEMAS DE NUTRICIÓN?

TABLA# 23

SI	NO	TOTAL
29	1	30

GRAFICO # 23



**FUENTE:** Encuesta # 2 aplicada en la comunidad santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** El 2% refiere no tener conocimiento sobre las charlas de nutrición impartidas en el centro de salud, destacando en un 98% las personas que si conocen la labor brindada por el SCS en cuanto a nutrición.

## 8.3 resultados de la evaluación final de los promotores capacitados.

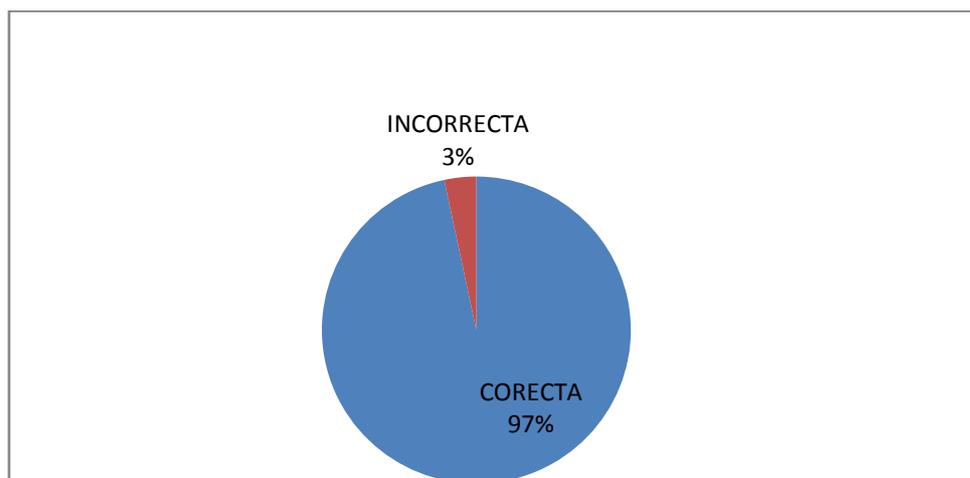
## Encuesta 3

## 1. ¿Qué es nutrición?

TABLA# 24

RESPUESTA	CORRECTA	29
	INCORRECTA	1
TOTAL		30

GRAFICO#24



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

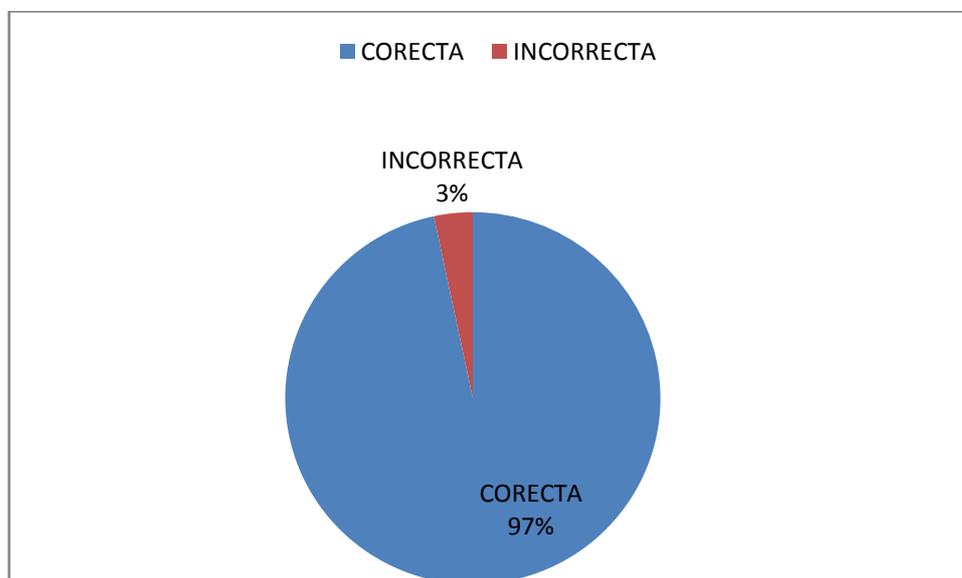
**ANÁLISIS:** El 97% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 1 de la evaluación final.

## 2. ¿Qué es salud?

TABLA # 25

RESPUESTA	CORRECTA	29
	INCORRECTA	1
TOTAL		30

GRAFICO#25



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

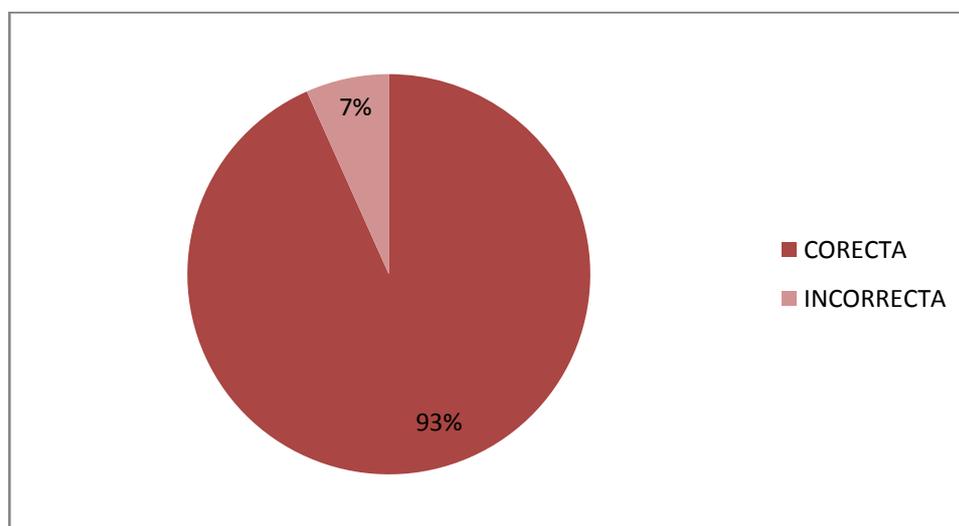
**ANÁLISIS:** El 97% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 2 de la evaluación final. Lo cual es muy bueno ya que se demuestra que si se logra el objetivo.

### 3. Escriba la clasificación de los nutrientes

TABLA #26

RESPUESTA	CORRECTA	28
	INCORRECTA	2
TOTAL		30

GRAFICO#26



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

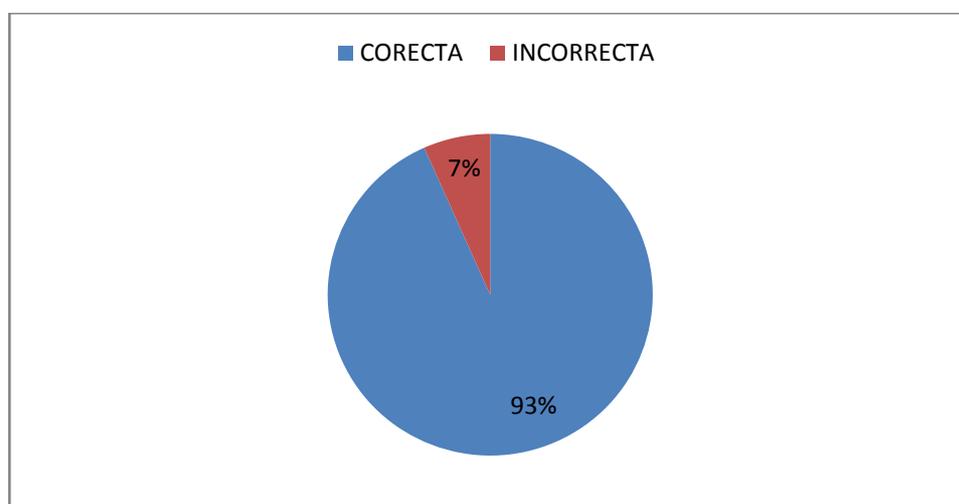
**ANÁLISIS:** El 93% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 3 de la evaluación final lo que significa que si conocen la clasificación de los nutrientes.

#### 4. ¿Qué es pirámide de los alimento?

TABLA # 27

RESPUESTA	CORRECTA	28
	INCORRECTA	2
TOTAL		30

TABLA #27



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** El 93% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 4 de la evaluación final ya que el concepto escrito en dicha evaluación fue el indicado en las capacitaciones

## 5 ¿Qué es obesidad

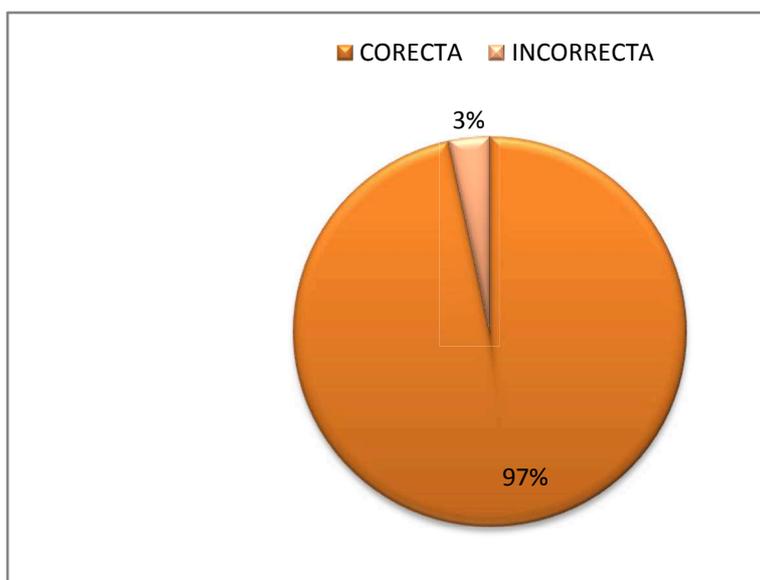
TABLA # 28

RESPUESTA		2
	CORRECTA	9
	INCORRECTA	1

3

TOTAL 0

GRAFICO # 28



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

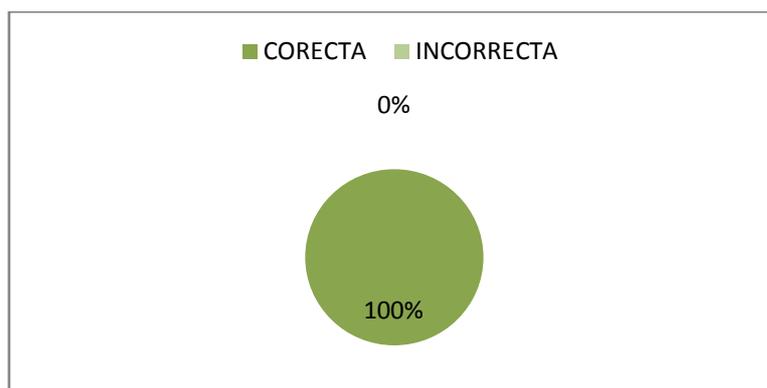
**ANÁLISIS:** El 97% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 5 de la evaluación final teniendo un concepto claro de lo que es obesidad.

## 6 Escriba los rangos del IMC

TABLA # 29

RESPUESTA	CORRECTA	30
	INCORRECTA	0
TOTAL		0

GRAFICO # 29



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

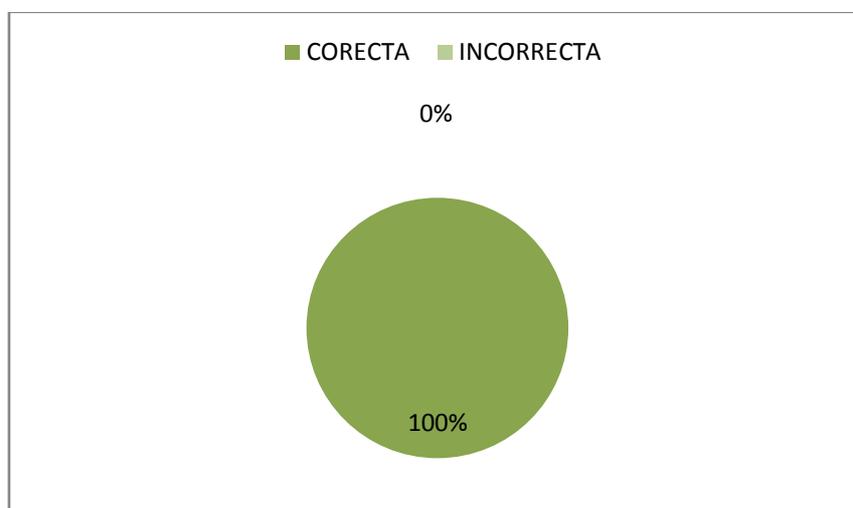
**ANÁLISIS:** El 100% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 6 de la evaluación final teniendo muy claro los rangos del IMC, lo cual es muy importante para poder llevar a cabo la evaluación del estado nutricional en las actividades que ellos realicen.

### 7, ¿Qué es desnutrición?

**TABLA #30**

RESPUESTA	CORRECTA	30
	INCORRECTA	0
TOTAL		30

**GRAFICO#30**



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

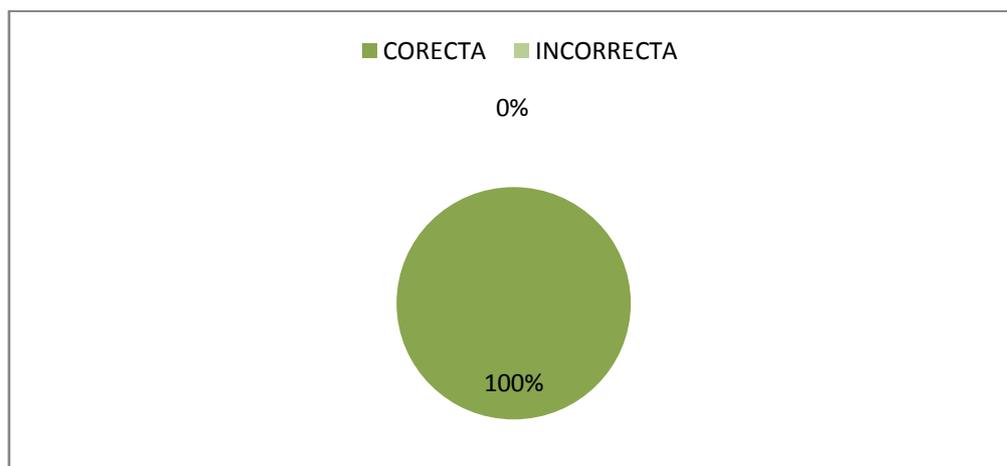
**ANÁLISIS:** El 100% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 7 de la evaluación final teniendo un concepto claro de lo que es desnutrición uno de los principales problemas de mal nutrición en la actualidad.

**8, Escriba un modelo de lonchera  
nutritiva**

TABLA # 31

RESPUESTA	CORRECTA	30
	INCORRECTA	0
TOTAL		30

GRAFICO#31



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

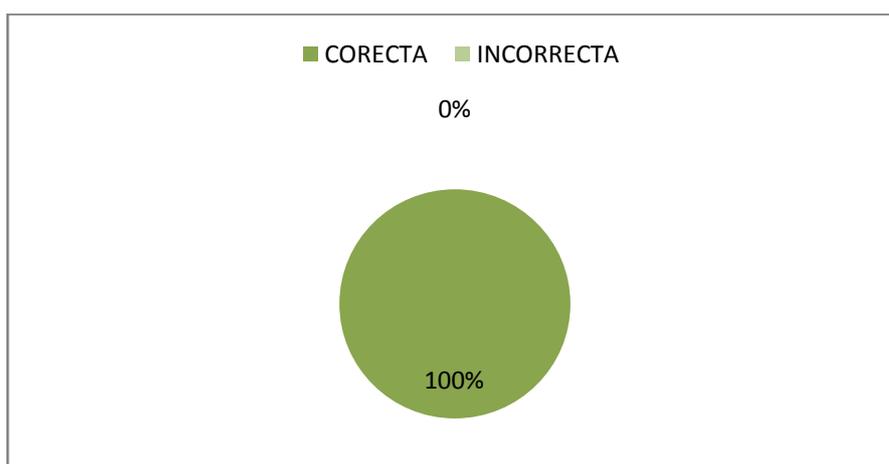
**ANÁLISIS:** El 100 %de los promotores respondieron correctamente la pregunta 8 de la evaluación final.

**9, Escriba los pasos que usted emplearía para obtener el peso**

TABLA # 32

RESPUESTA	CORRECTA	30
	INCORRECTA	0
TOTAL		30

GRAFICO # 32



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

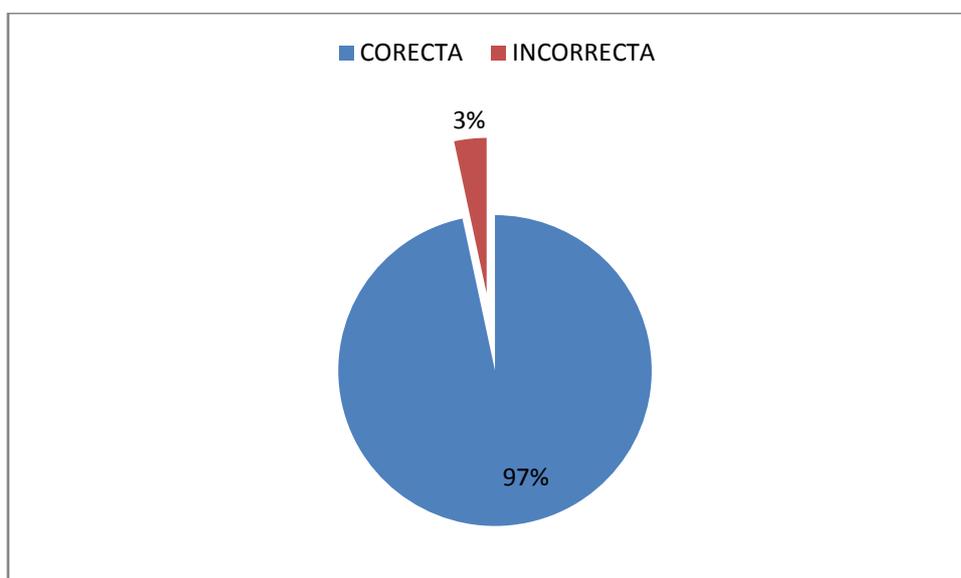
**ANÁLISIS:** El 100% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 8 de la evaluación final explicando de forma escrita los pasos para obtener el peso de forma confiable.

**10, Escriba los pasos para preparar el suero oral casero.**

TABLA # 33

RESPUESTA	CORRECTA	29
	INCORRECTA	1
TOTAL		30

GRAFICO # 33



**FUENTE:** Encuesta # 3 aplicada en los promotores de nutrición ya capacitados en el barrio santa clara

**ELABORADO POR:** Sra. Liseth Bailón Cedeño

**ANÁLISIS:** El 97% de los promotores respondieron correctamente la pregunta 10 de la evaluación final, lo cual representa que aprendieron los ingredientes y pasos del suero oral casero que sirve de forma preventiva para prevenir la deshidratación.

**XI. PROPUESTA****PLANIFICACIÓN GENERAL**

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ  
FACULTAD DE ESPECIALIDADES EN CIENCIA DE LA SALUD  
CARRERA: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

**TEMA DE TESIS**

ORGANIZACIÓN Y CAPACITACIÓN A PROMOTORES EN  
NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA PARROQUIA ELOY  
ALFARO DE LA CIUDAD DE MANTA, DURANTE EL PERIODO DE  
MAYO A DICIEMBRE DEL AÑO 2011.

**GUÍA DE CAPACITACIÓN****AUTORA:**

SRA. LISETH BAILÓN CEDEÑO  
ESTUDIANTE DEL NOVENO SEMESTRE

**DIRECTOR DE TESIS**

DRA. VIRGINIA MORENO

**PERIODO LECTIVO**

2011-2012

## PLANIFICACIÓN GENERAL

CAPACITACIÓN A PROMOTORES EN NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA PARROQUIA ELOY ALFARO DE LA CIUDAD DE MANTA, DURANTE EL PERIODO DE MAYO A DICIEMBRE DEL AÑO 2011.

### III. INTRODUCCIÓN

En vista de que en el Barrio Santa un 18 % de desnutrición en niños de uno a cinco años y un 40% de desnutrición en mujeres embarazadas, estadísticas reflejadas en el año anterior obtenidas de un total de 1232 pacientes atendidos durante el periodo de enero a diciembre del año 2010.

Es de gran importancia educar a la población ya que esta presenta problemas nutricionales recalando que existen mujeres embarazadas con bajo peso en un 40%, se buscan solucionar a través de educación a promotores de nutrición, para que ellos sean portavoces de mensajes de la buena alimentación.

### IV. OBJETIVOS

Organizar un grupo de promotores en nutrición para capacitarlos con información básica para que ellos promuevan una mejor calidad de vida a partir de una mejor nutrición.

Capacitar al grupo de estudio con técnicas pedagógicas para obtener un gran alcance en lo enseñado

## **V. RECURSOS**

### INSTITUCIONALES

S.O.S. Santa Clara- Parroquia Eloy Alfaro.

### HUMANOS

30 moradores de la parroquia Eloy Alfaro en calidad de aspirantes a promotores.

## **VI. LOCALIZACIÓN Y DURACIÓN**

Las charlas a dictarse a los promotores se desarrollaron en la sala de consulta externa del Sub Centro de salud Santa Clara desde el mes de junio a julio del año 2011.

## **VII. CONTENIDOS**

- 1.- CONCEPTOS BÁSICOS
- 2.- MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS
- 3.- EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL
- 4.- PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS
- 5.- ENFERMEDADES PRODUCIDAS POR INCORRECTA ALIMENTACIÓN
- 6.- PATOLOGÍAS FRECUENTES QUE REQUIEREN ORIENTACIÓN ALIMENTARIA
- 7.- ENFERMEDADES MÁS FRECUENTES EN LOS NIÑOS

## **VIII. ACTIVIDADES.**

- Planificar un temario de unidades priorizando los problemas nutricionales que padece la comunidad.
- Disertar los temas en un horario establecido por los aspirantes a promotores.

## XII. CONCLUSIONES

1. Los moradores del barrio santa clara participaron de la organización y capacitación a promotores en nutrición y se conto también con personas que trabajan para la comunidad siendo esto muy importante para tener mayor alcance al educar el grupo que intervino fueron de diferentes grupos de edades con el 63% de 25 a 65 años de edad, también intervinieron el 10% de adolescentes y el 7% de adultos mayores, esto muy favorable ya que actúan moradores de diferentes grupos de edades.
2. Se desarrollaron las capacitaciones en las instalaciones del sub centro siendo esto muy favorable para los promotores iniciando con un 93% de moradores que no conocían de nutrición, pero que mostraban interés por ser capacitados.
3. La evaluación final de los promotores refleja que aprendieron lo enseñado dado a que fue de gran interés para ellos. Alcanzando en su mayorías de preguntas un 97% de repuestas correctas
4. La actividad que los promotores ya capacitados eligieron para poner en conocimiento a los demás moradores del barrio fue realizar una casa abierta con temas enseñados durante el proceso de capacitación teniendo buena acogida no solo en la comunidad de Santa Clara si no también en la Parroquia Eloy Alfaro, ya que fue desarrollada en un lugar muy estratégico de la parroquia en mención.
5. Se realizo la clausura en las instalaciones del Vicerrectorado Académico de la ULEAM entregando certificados y credenciales, en el cual se eligió la directiva de promotores para que ellos trabajen en conjunto con el sub centro del barrio santa clara en actividades competentes a Nutrición.

### **XIII. COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS**

#### **HIPÓTESIS 1**

Conocimiento del alto índice de que los niños de 6 meses a 5 años poseen mal nutrición en el barrio el barrio Sta. Clara de la Parroquia Eloy Alfaro de la ciudad de Manta por no haber sido orientadas en buenos hábitos alimentarios.

#### **Comprobación**

Conocimiento de que los niños de 6 meses a 5 años que se atienden en el sub centro de salud Santa Clara poseen déficit nutricional por falta de una adecuada alimentación. Trayendo enfermedades en años posteriores, reflejado en las estadísticas del año 2010 que se encuentran en el Sub Centro de Salud Santa Clara.

#### **HIPÓTESIS 2**

Una alimentación incorrecta en el niño desde la lactancia hasta la ingesta de alimentos conlleva a una nutrición deficiente en el niño, por el mal uso de los recursos alimenticios siendo una principal causa la falta de conocimiento en nutrición.

#### **Comprobación.**

Se pudo comprobar mediante las actividades desarrolladas por los promotores en nutrición del barrio santa clara que los asistentes a dicha actividad desconocían de como es la correcta forma de alimentarse.

### **HIPÓTESIS 3**

Una alimentación deficiente conlleva a un déficit nutricional en lo que los microorganismos se apoderan del huésped provocando en el nuevo ser enfermedades crónicas complicantes que para su tratamiento se necesita de un grupo multidisciplinario de salud, para que recuperen el estado de salud del niño.

#### **Comprobación.**

Se pudo conocer que las enfermedades crónicas se encuentran asociadas con la malnutrición ya que se refleja en la estadística del año 2010 del sub centro de salud Santa Clara.

### **HIPÓTESIS 4**

Capacitación dirigida a los promotores de nutrición del barrio Santa Clara para que ellos eduquen a la comunidad y se prevengan otras enfermedades.

#### **Comprobación**

La capacitación a los moradores del barrio Santa Clara es muy importante para corregir y prevenir la mal nutrición presente en esta comunidad, al realizar las actividades como la casa abierta de nutrición, la educación en los 5 sectores del barrio busca promocionar una mejor calidad de vida a partir de la mejor nutrición.

#### XIV. RECOMENDACIONES

Las actividades cumplidas han sido realizadas con el afán de mejorar la alimentación en las personas empezando desde una comunidad por tal motivo recomiendo lo siguiente:

1. Planificar actividades por parte del personal de salud en temas de nutrición para desarrollar en la comunidad de Santa Clara con colaboración de los promotores en Nutrición.
2. Las actividades que se desarrollen deben de ser bien difundidas para contar con la participación de la comunidad.
3. A los promotores se les recomienda Realizar reuniones de forma mensual para auto educarse o solicitar al personal de salud que se eduque de nuevos temas en nutrición.
4. Actualizar los datos de los promotores de forma semestral para que siempre exista una base de datos real, para que participen junto al equipo de salud.
5. Trabajar siempre en mejora de la comunidad sabiendo que la educación nutricional influye en la salud de forma positiva.
6. La mayoría de los moradores que forman parte del grupo de promotores en un 93% no conocían de nutrición, lo cual los beneficio al educarse sobre temas de nutrición básica para tener mejores hábitos alimentarios.

## XV. BIBLIOGRAFÍA

[www.google.com](http://www.google.com)

<http://es.wikipedia.org/wiki>

<http://es.wikipedia.org/wiki/Desnutrici%C3>

**SÁNCHEZ Ramón, enciclopedia de la Nutrición, editorial planeta de Agostini, Colombia 2004.**

**MADRID Conesa Juan, enciclopedia Salud, editorial Espasa, México, 2008.**

**CARMONA, Juan Carlos, alimentación del milenio, edición ISBN, Colombia, 2005.**

**SÁNCHEZ Ramón, la alimentación cuestiones básicas volumen I, editorial planeta de Agostini, Colombia 2000**

## XVI. GLOSARIO

Agua (H<sub>2</sub>O): Compuesto químico cuya molécula está constituida por un átomo de oxígeno y dos de hidrógeno es indispensable para el cuerpo humano en su estado líquido.

Alimentación: Serie de actos voluntarios y conscientes, que consisten en la elección, preparación e ingestión de alimentos.

Alimento: Todo aquel producto o sustancia (líquidas o sólidas) que, ingerida, aporta materias asimilables que cumplen con los requisitos nutritivos de un organismo para mantener el crecimiento y bienestar de las estructuras corporales.

Anemia ferropénica: Anemia originada por aporte inadecuado del hierro necesario para la síntesis de hemoglobina.

Bajo peso: Peso inferior al normal en relación con la estatura, estructura corporal y edad.

Bulimia nerviosa: Ingestión excesiva de alimentos seguido de su eliminación vía vómito.

Diabetes mellitus (diabetes sacarina): Trastorno complejo del metabolismo de los carbohidratos, grasas y proteínas debido fundamentalmente a una falta relativa o absoluta de secreción de insulina por parte de las células beta del páncreas.

Hambre: Estado corporal caracterizado por ciertas actividades específicas producidas, independientemente de la educación, por la abstención de alimentos y suprimidas con la absorción de éstos.

Obesidad: Desarrollo excesivo de tejido adiposo por encima de lo normal encontrándose en un nivel superior al sobre peso

Raquitismo: Enfermedad del período de crecimiento que se manifiesta por deformaciones del esqueleto, acompañadas de trastornos gastro-intestinales y del estado general

Zona rural: Relativo al campo, campesino

XVII. ANEXOS.

**ANEXOS**

## REALIZACIÓN DE ENCUESTA #1 A MORADORES DEL BARRIO SANTA CLARA

Fecha de la actividad: 17 de junio del 2011.

Lugar de actividad: SCS santa clara

Involucrados en la actividad: moradores del barrio y autora de tesis.



## **CAPACITACIONES A ASPIRANTES A PROMOTORES DE NUTRICIÓN DEL BARIO SANTA CLARA.**

Fecha de la actividad: de junio 24 al julio del 2011

Lugar de actividad: SCS santa clara

Involucrados en la actividad: moradores del Barrio santa Clara en calidad de aspirantes a promotores y autora de la tesis.



**ASPIRANTES A PROMOTORES DE NUTRICIÓN  
EN LA PRÁCTICA DE LOS CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS.**

FECHA DE LA ACTIVIDAD: DE 24 DE JUNIO A JULIO DEL 2011

LUGAR DE ACTIVIDAD: SCS santa clara

INVOLUCRADOS EN LA ACTIVIDAD: moradores del Barrio santa Clara en calidad de aspirantes a promotores y autora de la tesis.



## EVALUACIONES PRÁCTICAS A LOS ASPIRANTES A PROMOTORES DE NUTRICIÓN

FECHA DE LA ACTIVIDAD: DE JUNIO 24 A JULIO DEL 2011.

LUGAR DE ACTIVIDAD: SCS santa clara patios de la unidad operativa.

INVOLUCRADOS EN LA ACTIVIDAD: moradores del Barrio santa Clara en calidad de aspirantes a promotores y autora de la tesis.



**REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD POR PARTE DE LOS  
PROMOTORES DE NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA YA  
CAPACITADOS, PARA PONER EN CONOCIMIENTO LA  
FORMACIÓN DEL GRUPO EN MENCIÓN Y EDUCAR A LA  
COMUNIDAD.**

FECHA DE LA ACTIVIDAD: 25 DE AGOSTO DEL 2011.

LUGAR DE ACTIVIDAD: Parque central de la parroquia Eloy Alfaro.

INVOLUCRADOS EN LA ACTIVIDAD: moradores del Barrio santa Clara en calidad de aspirantes a promotores y autora de la tesis, coordinadora de la carrera.



Palabras de bienvenida a cargo de la autora de tesis.



Fotografía con promotores en nutrición que intervienen en actividad educativa



Promotores de nutrición del barrio santa clara en los stands de educación.

## SESIÓN SOLEMNE DE CLAUSURA DE CAPACITACIÓN A LOS PROMOTORES

Fecha de la actividad: 15 de septiembre del 2011.

Lugar de actividad: vicerrectorado de la ULEAM

Involucrados en la actividad: autora de tesis, directora del SCS santa clara, promotores de nutrición, prensa de la universidad (Alfaro TV)



Palabras de bienvenida a cargo de la estudiante interna Liseth Bailón en calidad de autora de la tesis



Resumen de actividades realizadas en el proceso de capacitación para los promotores de nutrición a cargo de la estudiante interna Liseth bailón en calidad de autora de la tesis



Entrega de los certificados y credenciales a los promotores.



Elección de la directiva de promotores de nutrición y levantamiento del acta de compromiso de parte de los promotores para con la comunidad de santa clara



Firma y entrega del acta a la Dra. Enma Arauz directora del sub centro de salud santa clara.



Palabras de clausura a cargo de a la Dra. Enma Arauz directora del sub centro de salud santa clara.



Promotores de nutrición con sus certificados y credenciales.

## IMÁGENES QUE FORMAN PARTE DE LA GUÍA DE CAPACITACIÓN PARA PROMOTORES DE NUTRICIÓN DEL BARRIO SANTA CLARA.

Fecha de la actividad: de 24 de junio a julio del 2011

Lugar de actividad: imágenes que se imprimieron en la guía de capacitación que se utilizó desde junio hasta el mes de julio.

Involucrados en la actividad: Autora de tesis y aspirantes a promotores, directora de tesis.

IMÁGENES DE CAPITULO 2



IMÁGENES DE CAPITULO 3



IMÁGENES DEL CAPITULO 4



IMÁGENES DEL CAPITULO 3



IMÁGENES DEL CAPITULO 6



IMÁGENES DE CAPITULO 7



## PROMOTORES CON LOS CERTIFICADOS EN LA UNIDAD DE SALUD DONDE FUERON CAPACITADOS.

Fecha de la actividad: 21 de octubre del 2011

Lugar de actividad: SCS Santa Clara.

Involucrados en la actividad: Autora de tesis y aspirantes a promotores, directora de tesis.



**CRONOGRAMA  
DE  
ACTIVIDADES**

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA ORGANIZACIÓN Y CAPACITACION DE PROMOTORES DE NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA DE LA PARROQUIA ELOY ALFARO DE LA CIUDAD DE MANTA. AÑO 2011																
ACTIVIDADES	MES															
	JUNIO				JULIO					AGOSTO				SEPTIEMBRE		
	SEMANAS				SEMANAS					SEMANAS				SEMANAS		
	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	
REALIZACION DE ENCUESTA #1 A MORADORES DEL BARRIO SANTA CLARA			X													
TABULACION DE ENCUESTA #1 REALIZADA A MORADORES DEL BARRIO SANTA CLARA			X													
INVITACION A MORADORES INTEREZADOS DEL BARRIO SANTA CLARA A PERTENECER A EL GRUPO DE PROMOTORES EN NUTRICION			X													
PRIMERA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA				X												
ENTREGA DE CREDENCIALES DE IDENTIFICACION PERSONAL PARA ASPIRANTES A PROMOTORES DE NUTRICION DURANTE EL PROCESO DE FORMACION																
DISERTACION Y ENTREGA DE CONTENIDO TEMATICO ALLEVAR A CABO DURANTE EL PROCESO DE FORMACION DE LOS ASPIRANTES A PROMOTORES EN NUTRICION				X												
SEGUNDA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA				X												
DISERTACION DE LA UNIDAD 1				X												
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 1				X												
TERCERA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA				X												
DISERTACION DE LA UNIDAD 2				X												
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 2				X												
CUARTA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA						X										
DISERTACION DE LA UNIDAD 3						X										
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 3						X										
QUINTA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA						X										
DISERTACION DE LA UNIDAD 4						X										
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 4						X										
SEXTA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA							X									
DISERTACION DE LA UNIDAD 5							X									
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 5							X									
SEPTIMA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA							X									
DISERTACION DE LA UNIDAD 6							X									
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 6							X									
OCTAVA CAPACITACION DE ASPIRANTES DE PROMOTORES EN NUTRICION DEL BARRIO SANTA CLARA									X							
DISERTACION DE LA UNIDAD 7									X							
TALLER A REALIZAR CON CONOCIMIENTOS IMPARTIDOS DE LA UNIDAD # 7									X							
REALIZAR UNA ACTIVIDAD NUTRICION EN LA COMUNIDAD											X					
Otorgar certificados y credenciales a los promotores en nutrición del barrio santa clara mediante una sesión solemne dando clausura a las capacitaciones.															X	
Elegir una directiva principal en calidad de promotores para que exista una organización entre ellos.															X	
Realizar una acta de compromiso entre el personal de salud de la comunidad de Santa Clara y los promotores de nutrición.															X	