

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

NUTRICIÓN

Tesis para optar por el grado de Licenciatura

**RELACIÓN DE LOS HÁBITOS
ALIMENTARIOS Y ESTADO
NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS
ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA
ESCUELA REY CURRÉ CON LOS NIÑOS Y
NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA
ESCUELA ROGELIO FERNÁNDEZ
GÜELL, EN BUENOS AIRES DE
PUNTARENAS, 2019**

FRANCELLA SEGURA BARRANTES

Enero, 2019

Tabla de Contenido

INDICE DE TABLAS	4
INDICE DE FIGURAS	8
DEDICATORIA.....	¡Error! Marcador no definido.
AGRADECIMIENTO	¡Error! Marcador no definido.
RESUMEN	11
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1.1 Antecedentes del problema	14
1.1.2 Características del Cantón de Buenos Aires	19
1.1.3 Ubicación geográfica de Buenos Aires de Puntarenas	19
1.1.4 Características del clima de Buenos Aires de Puntarenas.....	19
1.1.5 Caracterización del suelo de Buenos Aires de Puntarenas	20
1.1.6 Principales actividades productivas de Buenos Aires de Puntarenas	20
1.1.7 Normativas Nacionales sobre los Indígenas	20
1.1.8 Sistema educativo en Buenos Aires de Puntarenas	22
1.1.2 Delimitación del problema	22
1.1.3Justificación	23
1.2 PREGUNTA DE LA INVESTIGACION.....	24
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	25

	2
1.3.1 Objetivo general.....	25
1.3.2 Objetivos específicos	25
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES	26
1.4.1 Alcances de la investigación.....	26
1.4.2 Limitaciones de la investigación.....	26
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	27
2.1 CONTEXTO TEÓRICO CONCEPTUAL	28
2.1.1 Hábitos alimentarios	28
2.1.1.1 Frecuencia de consumo	31
2.1.2 Estado nutricional	32
2.1.2.1 Determinantes sociales en la alimentación de los niños y niñas indígenas	32
2.1.2.2 Medida antropométrica.....	33
2.1.3 Pueblo indígena	35
2.1.3.1 Factores que influyen en el estado nutricional los niños y niñas indígenas	36
2.1.4 Etapa escolar.....	37
2.1.4.1 Campañas publicitarias en niños escolares	38
CAPITUL III: MARCO METODOLÓGICO	39
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACION	40
3.2 TIPO DE INVESTIGACION.....	40
3.3 UNIDADES DE ANALISIS	40

	3
3.3.1 Población	41
3.3.2 Muestra.....	41
3.3.3 Criterio de Inclusión y Exclusión.....	42
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCION DE LA INFORMACION.....	43
3.4.1 Validez del cuestionario	43
3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACION.....	43
3.6 OPERALIZACION DE VARIABLES.....	45
3.7 PLAN PILOTO	50
CAPITULO IV: PRESENTACION DE RESULTADOS	51
4.1. GENERALIDADES	¡Error! Marcador no definido.
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	91
CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	109
6.1 CONCLUSIONES.....	110
6.2 RECOMENDACIONES.....	111
BIBLIOGRFIA	112
GLOSARIO Y ABREVIATURAS	¡Error! Marcador no definido.
ANEXOS	123
CONSENTIMIENTO.....	132
DECLARACION JURADA.....	163
CARTAS DE APROBACION.....	164

INDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Cuadro de inclusión y exclusión.....	43
Tabla N° 2: Cuadro operalización de variables.....	46
Tabla N° 3: Sexo de los niños y niñas de las escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	53
Tabla N° 4: Edades de los niños y niñas de las escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	54
Tabla N° 5: Grado escolar de los niños y niñas de las escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	55
Tabla N° 6: Relación de la persona que lleno la encuesta con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	56
Tabla N° 7: Edad de la persona que lleno la encuesta con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	57
Tabla N° 8: Grado de escolaridad de la persona que lleno la encuesta con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas....	58
Tabla N° 9: Ingreso económico mensual de todos los miembros que vivían con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas.....	59

Tabla N° 10: Tiempos de comida que realizan entre semana los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	60
Tabla N° 11: Tiempos de comida que realizan los fines de semana los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	61
Tabla N° 12: Tipos de cocción preferidos en los hogares de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	62
Figura N° 13: Tipo de grasa utilizada para cocinar en los hogares de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	63
Tabla N° 14: Frecuencia de consumo de alimentos por parte de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	64
Figura N° 15: Alimentos consumidos fuera del hogar con mayor frecuencia por los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	65

Figura N° 16: Líquido consumido por día por parte de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	66
Figura N° 17. Lugar de desayuno de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	67
Figura N° 18. Tipo de merienda que consume los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	68
Tabla N° 19: Análisis de frecuencia de consumo y hábitos alimentarios de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	82
Tabla N° 20: Distribución según índice de masa corporal (IMC) de los niños y niñas de ambas escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	83
Tabla N° 21: Estado nutricional según la talla / edad de los niños y niñas de ambas escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	84
Tabla N°22. Perfil sociodemográfico según escuela de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	86

Tabla N 23. Estado nutricional según perfil sociodemográfico de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	87
Tabla N°24. Realización de los diferentes tiempos de comida según el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	88
.Tabla N°25. Realización de los diferentes tiempos de comida según el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	89
Tabla N°26. Hábitos alimentarios según escuela de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	90
Tabla N°27. Estado nutricional según hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.....	91

INDICE DE FIGURAS

Figura N° 1. Frecuencia de consumo de los lácteos en niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	69
Figura N° 2. Frecuencia de consumo de las grasas en niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019.....	70
Figura N°3. Frecuencia de consumo de los vegetales harinosos en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....	71
Figura N° 4. Frecuencia de consumo de os vegetales no harinosos en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....	72
Figura N° 5. Frecuencia de consumo de las pescado y mariscos frescos en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia(2019).....	73

Figura N° 6: Frecuencia de consumo de las pescado y mariscos enlatados en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....74

Figura N° 7: Frecuencia de consumo de embutidos en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....75

Figura N° 8: Frecuencia de consumo de carnes en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....76

Figura N° 9: Frecuencia de consumo de huevos en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....77

Figura N° 10. Frecuencia de consumo de las bebidas azucaradas en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....78

Figura N° 11: Frecuencia de consumo de las golosinas en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....79

Figura N° 12 : Frecuencia de consumo de repostería en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....80

Figura N° 13: Frecuencia de consumo de las comidas rápidas en los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019 Fuente: Elaboración propia (2019).....81

RESUMEN

Introducción: Este estudio valora la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de escolares indígenas de la comunidad de Buenos Aires y Rey Curre, el estado nutricional en la población infantil es un indicador que permite conocer el desarrollo de la población, además sabemos que esta etapa es indispensable para la formación de hábitos alimentarios, que posiblemente se mantengan hasta la adultez. **Objetivo general:** Comparar los hábitos alimentarios y estado nutricional entre los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré con los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019. **Metodología:** Se realizó una investigación con un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal. La muestra de estudio estuvo constituida por escolares indígenas de la Escuela Rey Curré y Escuela Rogelio Fernández Güell, a quienes se les midió el peso y la estatura, además a los padres se les aplicó una encuesta previamente validada. Se analizaron las asociaciones entre los distintos hábitos alimentarios con el estado nutricional de los encuestados mediante la prueba de Chi cuadrado. **Resultados:** Se analizaron 79 escolarizados indígenas de ambas escuelas con edades de 7 a 13 años, de ambos sexos. En cuanto al IMC normal un 42% en la Rey Curre y en el Rogelio Fernández con un 59%, donde predomina el sexo femenino. Y en cuanto al P/T Rey Curre 85 % de los niños mantienen una talla normal y en el Rogelio Fernández 78% siendo igual este rango predominante en mujeres. Se hallaron asociaciones significativas entre índice de masa corporal y la Escuela Rey Curré ($p=0,02$) con cuidadores en rango etario entre 36 y 45 años, ingreso mensual entre 251 y 350mil colones ($p=0,00$) y una escolaridad universitaria ($p=0,03$), para la talla para la edad, se encontró relación entre la baja talla con ingresos menores a 150mil colones ($p=0,02$) y con escolaridad primaria ($p=0,00$). Además entre el sobrepeso con el consumo de alimentos fuera del hogar en una frecuencia de 1 a 2 veces por semana ($p=0,01$). **Conclusiones:** Los resultados reflejan la prevalencia de un peso normal, así como P/T normal y los hábitos alimentarios reflejan un bajo consumo de lácteos, vegetales, pescados y mariscos, carnes, grasas y embutidos. **Palabras Claves:** Estado nutricional, hábitos alimentarios, escolar indígena

ABSTRACT

Introduction: This study assesses the relationship between eating habits and the nutritional status of indigenous schoolchildren in the community of Buenos Aires and Rey Curre, the nutritional status in the child population is an indicator that allows to know the population's development, we also know that This stage is essential for the formation of eating habits, which may be maintained until adulthood. **General objective:** Compare eating habits and nutritional status among aboriginal boys and girls attending Rey Curré School with aboriginal boys and girls attending Rogelio Fernández Güell School, in Buenos Aires de Puntarenas, 2019. **Methodology:** An investigation was conducted with a quantitative, descriptive and transversal approach. The study sample was made up of indigenous schoolchildren from the Rey Curré School and Rogelio Fernández Güell School, whose weight and height were measured, and a previously validated survey was applied to the parents. The associations between the different eating habits and the nutritional status of the respondents were analyzed using the Chi-square test. **Results:** 79 indigenous schoolchildren from both schools, ages 7 to 13, of both sexes were analyzed. As for the normal BMI up to 42% in Rey Curré and Rogelio Fernández with 59%, where the female sex predominates. And as for the P / T Rey Curré, 85% of the children had a normal size and in Rogelio Fernández 78%, this predominant range being equal in women. Affected associations were found between the body mass index and the Rey Curré School ($p = 0.02$) with caregivers in the age range between 36 and 45 years, monthly income between 251 and 350,000 colones ($p = 0.00$) and a school university ($p = 0.03$), for height for age, relationships were found between short stature with income less than 150 thousand colones ($p = 0.02$) and primary schooling ($p = 0.00$). Also between being overweight with food consumption outside the home on a frequency of 1 to 2 times per week ($p = 0.01$). **Conclusions:** The results indicated the prevalence of a normal weight, as well as normal P / T and specific dietary data, a low consumption of dairy, vegetables, fish and shellfish, meats, fats and sausages. **Keywords:** Nutritional status, eating habits, indigenous school.

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En este apartado se presentan cuatro secciones que corresponden a los antecedentes del problema, la delimitación del problema y la justificación de la investigación.

1.1.1 Antecedentes del problema

La información disponible hace 10 años permitía valoraciones como las presentadas por el Banco Mundial en su Informe sobre Pueblos Indígenas, Pobreza y Desarrollo Humano en América Latina 1994-2004, donde el 57% de los niños guaraníes menores de 5 años en la Argentina padecían desnutrición y el 43% tenía desnutrición crónica; mientras la tasa de retraso general en el crecimiento en Guatemala era del 44%, pero para los niños indígenas, esta tasa era del 58%, casi el doble de la tasa de los niños no indígenas; o los datos de Ecuador que mostraban que la desnutrición crónica era también más de dos veces mayor en las comunidades indígenas en comparación con las no indígenas. (Gillette Hall G, Patrinos H, 2014)

La información más reciente da cuenta de la situación comparada de desnutrición de la población indígena con respecto de la no indígena, pudiéndose apreciar una situación heterogénea a nivel regional en la que, sin embargo, las brechas en la desnutrición severa superan largamente las de la desnutrición moderada prácticamente en todos los casos, aunque los parámetros correspondientes a la población indígena están entre una vez y media y casi cinco veces por encima de los de la población no indígena. (FAO, 2015)

Se sabe que la mala alimentación y falta de hábitos saludables han creado grandes problemas de malnutrición desde edades tempranas, lo que implica problemas de salud y de desarrollo

en los niños y niñas, por ende, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social. No es solamente la ausencia de afecciones o enfermedades lo que viene a definir el concepto de salud. (Herrero Jaén, Sara, 2016)

En efecto, los pueblos indígenas consideran la salud un estado general de bienestar físico, mental, social, moral y espiritual, que implica una serie de condiciones de las que han carecido las poblaciones indígenas al ser atendidas en hospitales y centros de salud. Para los indígenas, estar saludables es tener un equilibrio cósmico, en donde todo gira en torno a la madre tierra. En este concepto de salud, la vida tiene un vínculo estrecho con el sentido, la mente, el alma y la naturaleza. Todo mal contra la Tierra se le hace también al ser humano. Si se enferma la Tierra, se enferma todo. En el pasado diferentes gobiernos como, por ejemplo, en Holanda y Canadá, y fundaciones extranjeras invirtieron fondos e intentaron apoyar a los indígenas de la región. Pero hay pocos resultados concretos y efectos visibles de esta cooperación internacional. (Carls, 2013)

En el ámbito internacional existen dos mecanismos directos de protección de los derechos humanos, incluidos los derechos de los pueblos indígenas: el sistema de las Naciones Unidas y el Sistema Interamericano de Derechos Humanos de la Organización de los Estados Americanos (OEA). En este último, los fallos y las sentencias de la Corte Interamericana de Derechos Humanos, que tienen carácter vinculante para los Estados, han sido claves en el nuevo ordenamiento jurídico internacional respecto a los derechos de los pueblos indígenas. En el caso de las Naciones Unidas, los órganos y mecanismos de protección adquieren una indiscutible relevancia política para el reconocimiento y aplicación de los derechos de los pueblos indígenas. (CEPAL, 2014)

Los índices de desnutrición de la población indígena continúan siendo significativamente más altos a los de la población no indígena y los índices de desnutrición tanto crónica como global han bajado de manera importante en los países considerados, existen importantes diferencias que merecen ser destacadas, siendo la principal de ellas el hecho de que mientras en Guatemala, Nicaragua y Perú el ritmo de descenso de la desnutrición de la población indígena es mayor que el de la población no indígena, en Bolivia se da la situación inversa y en unas proporciones abrumadoramente llamativas. (FAO, 2015)

En las últimas décadas, en un país como Brasil, ha disminuido los índices de desnutrición de la población en general; sin embargo, los infantes indígenas se han visto mayormente afectados por las condiciones socioeconómicas y de saneamiento que viven, la inseguridad alimentaria, debido a la distribución, al costo mayor y limitado de los alimentos, ponen en riesgo la nutrición de los pueblos indígenas. (Horta, B. L., Santos et al, 2013)

Además en Brasil, se realizó la Primer Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de los Pueblos Indígenas para conocer el estado nutricional de los infantes y factores que influyen como los biológicos y socioeconómicos, siendo este un indicador de desigualdad social en comparación con la población infantil brasileña en general, donde prevaleció la desnutrición crónica y la anemia como consecuencia de las condiciones precarias, limitaciones en el acceso y en la calidad de la atención de los servicios de salud. (Barreto, C. T. G. et al., 2014)

El sobrepeso y obesidad en niños escolares es un problema complejo de salud que puede ser prevenido a partir de la adopción de un estilo de vida saludable. De acuerdo con el Grupo Internacional de Trabajo sobre Obesidad (IOTF, por sus siglas en inglés), se estima que en el mundo hay 155 millones de niños en edad escolar (uno de cada 10) que presentan algún

grado de sobrepeso u obesidad, en este contexto, México ocupa el primer lugar en obesidad infantil a nivel mundial. (Vega-Rodríguez P. et al, 2015)

En Colombia, los pueblos indígenas presentan durante la etapa de crecimiento un deterioro en su estado nutricional debido a las condiciones de desigualdad y pobreza que vive la población en un contexto de inseguridad alimentaria. (Rosique, J. et al 2010)

Según el estudio, la cultura Igbo de Nigeria no es consciente de que los sistemas alimentarios tradicionales desempeñan un papel importante en el mantenimiento, el bienestar y la salud de los Pueblos Indígenas; no obstante, la inseguridad con la que se encuentra su sistema alimentario ha afectado la dieta de cada individuo porque se ha presentado el uso de menos especies y la disminución de la diversidad en la alimentación. (Kuhnlein, H. V., Erasmus, B., & Spigelski, D., 2009)

En Latinoamérica y México son escasas las investigaciones realizadas sobre percepción de la imagen corporal en población rural e indígena. En Chile, se realizó una comparación de la percepción que las personas que tienen sobre su estado de nutrición con las Normas del Ministerio de Salud y los resultados encontrados demuestran que prácticamente la mitad de la población analizada tenía una percepción errada de su estado nutricional, esto es, una sobrestimación del peso (60%) y un grupo más pequeño, una subestimación, destacando que sólo un tercio de las personas obesas se consideró como tal. (Vega-Rodríguez P. et al, 2015)

En un caso en México se realizaron un estudio con mujeres de siete comunidades del estado de Oaxaca: tres comunidades pertenecientes a la Sierra Juárez (Yacochi, Laxopa y Yahuio) y cuatro comunidades de la Costa Oaxaqueña (Chacalapa, La Luz, Palma Sola y Santa Rosa), en donde la autopercepción del cuerpo de las mujeres (modelo percibido), al mostrar los

modelos anatómicos, 41.1% de las encuestadas en la Sierra percibió que tenían algún grado de desnutrición, mientras que para el caso de las mujeres de la costa, solo 26.4% se autopercibieron delgadas o desnutridas. Se observó que un porcentaje significativo de las mujeres eligieron una figura delgada, tal vez pudiera ser por la presión social hacia tener una silueta esbelta. (Pérez I, Odette, & Estrella, Damaris, 2014)

En Canadá, los Estados Unidos y Australia se ha estudiado la inseguridad alimentaria de las poblaciones indígenas en distintos contextos tales como en centros urbanos: 53% en Canadá; 71% en los Estados Unidos y 57% en las ciudades y áreas regionales interiores de Australia, estos estudios han demostrado las barreras para acceder a los alimentos tradicionales, los costos de los alimentos comerciales o de mercado y la transición dietética que se ha venido dando durante los últimos años que ha ocasionado cambios en el estilo de vida de sus habitantes. (Skinner, K., Pratley, E., & Burnett, K., 2016)

En Venezuela, la población presenta una situación nutricional que se debe directamente a la crisis económica-social que enfrenta el país, la cual se ha visto obligada a sufrir diversos cambios en sus patrones alimentarios resultando más afectados los pobladores indígenas, debido a las limitaciones socioeconómicas. La malnutrición es un factor común que presentan los niños y las niñas. (Villalobos-Colina, D. et al, 2012)

En Ecuador, las comunidades indígenas Kumpas y Cumbatza presentan una problemática de acceso a los alimentos debido a que su población se ve afectada por factores educativos y económicos pese a que existe disponibilidad de alimentos, las complicaciones que se ven reflejadas en la población infantil tienen su efecto en la estatura y peso que presentan los niños y niñas en consecuencia la deficiencia alimentaria origina altos índices de desnutrición

ocasionando consecuencias negativas como bajos niveles de macronutrientes y micronutrientes por una dieta inadecuada. (Díaz, C. I. E., & Zambrano, A. D. L. Á. M., 2017)

1.1.2 Características del Cantón de Buenos Aires

En la época precolombina, el territorio que actualmente corresponde al cantón de Buenos Aires, estuvo habitado por el grupo de indígenas llamados Bruncas o Borucas, hecho que se comprueba por los numerosos cementerios que se han encontrado en diversos lugares de la región. En el cantón, se encuentran las comunidades indígenas de los pueblos Cabagra, Ujarrás, Salitre, las cuales pertenecen a los grupos étnicos Bribri, Cabecar y Guaymi que constituyen el 30% de la superficie de la región. Así también, se encuentran parcialmente las comunidades indígenas de Térraba, Boruca, Curre, que constituyen el 8% del área cantonal, la primera pertenece al grupo de los Térrabas y las otras a los Bruncas. Al igual que se ubica en la región la comunidad indígena de Coto Brus del grupo de los Guaymi, la cual conforma un 22% de la misma. (INDER, 2014)

1.1.3 Ubicación geográfica de Buenos Aires de Puntarenas

El territorio Buenos Aires se ubica al sur del territorio nacional. Limita al norte con el cantón Talamanca, al este con la República de Panamá, al sur con los cantones Osa, Golfito y Corredores, al oeste con el cantón Pérez Zeledón.

La extensión del territorio Buenos Aires es de 2.384,2 Kms², abarca un 71.85% el cantón del territorio pertenece administrativamente a la Provincia Puntarenas. (Delgado, O. et al, 2011)

1.1.4 Características del clima de Buenos Aires de Puntarenas

En el cantón de Buenos Aires, dada la baja altitud de la Fila costeña y el Valle del río Grande de Térraba, presenta condiciones que favorecen la incursión de la humedad proveniente del

Pacífico. Esto da como resultado una estación seca de tres a cuatro meses, de diciembre a marzo y otra en julio, asociada al veranillo de San Juan. En cuanto a la precipitación se presentan dos estaciones bien definidas. La estación seca inicia a finales de diciembre y termina alrededor de abril. El mes más lluvioso suele ser octubre y el más seco febrero. (INDER, 2014)

1.1.5 Caracterización del suelo de Buenos Aires de Puntarenas

El cantón de Buenos Aires está constituido geológicamente por materiales de los períodos Terciario y Cuaternario; siendo las rocas sedimentarias del Terciario las que predominan en la región. Comprende terrenos que se caracterizan por ser una zona con suelos muy pobres tipo sabana, con pendientes moderadas, erosionadas por el sobre pastoreo y la mala calidad de los pastos. (INDER, 2014)

1.1.6 Principales actividades productivas de Buenos Aires de Puntarenas

El Territorio de Buenos Aires por sus características climáticas, topográficas y altimétricas permite el desarrollo de una gran variedad de cultivo, sus principales actividades productivas a las que se dedica esta población son el café, ganadería, granos básicos, tubérculos, frutales (piña), hortalizas, caña de azúcar. (INDER, 2014)

1.1.7 Normativas Nacionales sobre los Indígenas

1. Ley N° 5251, año 1973. Se crea la entidad estatal CONAI “Comisión Nacional de Asuntos Indígenas”, la cual es la encargada de coordinar las acciones de los otros entes estatales hacia las comunidades indígenas.
2. Ley N° 6172, año 1977. “Ley Indígena”. La cual reconoce una serie de derechos a favor de los grupos indígenas de Costa Rica.

3. Ley N° 7316, año 1992. CONVENIO 169 DE LA OIT “Convenio Sobre Pueblos Indígenas y Tribales en Países Independientes”, promovido por la Organización Internacional del Trabajo (OIT), el cual es el único convenio internacional que tutela los derechos indígenas.
4. Ley No. 2330, año 1959. Convenio No. 107. “Convenio relativo a la protección e integración de las poblaciones indígenas y de otras poblaciones tribales y semi-tribales en los países independientes”. Este convenio ratifica los derechos de estas poblaciones indígenas.
5. Decreto N° 8489-G, año 1978. “Reglamento a la Ley Indígena” que instrumentaliza artículos de la Ley Indígena. (Gutiérrez Slon J. Moya Aburto C.,2018)

En el 2010, la FAO aprobó su “Política sobre Pueblos Indígenas y Tribales”, la cual respeta y aplica los mandatos establecidos por el Convenio 169 de la OIT y la Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas. (FAO, 2015)

En Costa Rica, los problemas en los escolares por déficit nutricional han ido disminuyendo, mientras que por exceso de peso han ido aumentando. El aumento del sobrepeso y obesidad en el país ha sido progresivo se pasó del 21% en la Encuesta Nacional de Nutrición del 2008 al 34% con el Censo Escolar Peso-Talla del 2016, es urgente la necesidad de estrategias intersectoriales y políticas públicas para detener el aumento de este problema de malnutrición. La disminución de los niveles de desnutrición va del 6.2% en la Encuesta Nacional de Nutrición del 2008 al 1.8% en el Censo Escolar Peso-Talla, por lo tanto, las estrategias de salud pública han sido efectivas para combatir la desnutrición. Las tendencias de aumento y de las diferencias sociales en la obesidad hacen que las minorías y aquellos

estratos de la población con menor nivel educativo y socioeconómico puedan ser los más afectados.

Al profundizar en el tema, en cuanto a Sobrepeso y Obesidad se observa que hay mayor prevalencia en la zona urbana (34.9%) que en la zona rural (31.4%); sin embargo, en ambas zonas coexiste el sobrepeso y la obesidad. El sobrepeso y obesidad por sexo muestra que en mujeres existe mayor prevalencia de sobrepeso y en hombres de obesidad. (Equipo Técnico Nacional del Censo, 2017)

1.1.8 Sistema educativo en Buenos Aires de Puntarenas

En el sector educativo, el Territorio Buenos Aires – Coto Brus cuenta con 399 instituciones educativas, en ellas existen 312 centros de educación primaria y secundaria. En el cantón de Buenos Aires existen en total 186 instituciones de educación, donde el 84.95% pertenece a sector educativo primario público y con una cobertura del 41.13% de las escuelas con educación preescolar. En la educación primaria y secundaria privada, un 1.61% tiene presencia en el cantón por medio de dos escuelas y un colegio. En el cantón de Coto Brus existen 213 instituciones educativas; de estas, el 54.46% son centros de educación primaria, de los cuales el 38.03% de estos centros cuentan con educación preescolar, un 0.94% de centros educativos privados de primaria y secundaria, el 5.63% de centros de educación secundaria. (INDER, 2014)

1.1.2 Delimitación del problema

La investigación se realiza durante el primer cuatrimestre del 2019 con los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas.

1.1.3 Justificación

En esta investigación se pretende ofrecer una visión de la realidad indígena en el país en cuanto a los hábitos alimentarios y el estado nutricional, al igual que el resto de América Latina los pueblos indígenas en Costa Rica han sufrido una historia de marginación social, lo cual se ha visto desde épocas coloniales hasta la actualidad. Hay escasos datos sobre la situación nutricional actual de la niñez indígena lo cual es un panorama preocupante, ya que ellos forman parte del grupo social más excluidos de nuestra sociedad. (Singer Sochet, M., 2014)

Muchos aborígenes han dejado muchas costumbres en cuanto a la alimentación, gracias al gran impacto de las grandes cadenas de comidas rápidas que se han acercado mucho a este tipo de zonas rurales, se sabe que estos alimentos se consumen para satisfacer un antojo, sin embargo, ingerirlos en exceso es un mal hábito que se ha extendido principalmente entre niños, niñas y jóvenes, quienes pueden padecer obesidad, diabetes e incluso anemia (debido a que las golosinas rara vez aportan hierro). Al comer alimentos con calorías vacías, es posible sobrepasar, cada día, el requerimiento total de energía, además de no comer alimentos que contienen nutrientes importantes. Los cambios de vida en la sociedad repercuten en la familia, en la actualidad, padre y madre trabajan y en el mercado se ofrecen muchos alimentos elaborados y a bajo costo. Esta situación ha influido en la alimentación de los hijos e hijas y, poco a poco, las comidas caseras se han sustituido por productos altos en azúcar, grasa y sodio, que se compran listos para consumir. Aunque estos alimentos logran saciar el hambre, aumentan la posibilidad de padecer obesidad y no asegurar los requerimientos nutricionales diarios. (Aquino-Vivanco, Óscar, Aramburu et al, 2013)

A nivel nacional aún existe la necesidad de contar con maestros y maestras profesionales con certificaciones de graduación que sean de los propios territorios indígenas, para que trabajen en las escuelas de estas regiones. Para el año 2005, solo el 50% del total de docentes en los territorios indígenas tenían al menos un título de docencia, mientras que para el año 2010 el 63% de docentes con nombramiento interino eran aspirantes con solo bachillerato de secundaria, se hace mención que aún falta mucho en cuanto a la profesionalización de docentes de primaria, y más aún en el caso de lengua y cultura que, como se observa, su situación es más precaria. (Guevara-Viquez F et al, 2015)

Según al Censo Escolar Peso-Talla 2016, en Costa Rica, la prevalencia de Baja Talla es mayor en las provincias de Limón y Puntarenas, sin embargo, en las zonas indígenas la prevalencia de Baja Talla llega hasta el 16%, este porcentaje es muy elevado con respecto al promedio nacional. Cabe destacar, la tendencia de rezago en este indicador es mayormente presentada en los niños menores de 5 años y se puede revertir si el entorno y las condiciones de salubridad y alimentación son óptimas. (Ministerio de Salud, Ministerio de Educación Pública, 2017)

En este proyecto se desea comparar aquellos niños y niñas que han crecido fuera de la reserva junto con los niños crecidos dentro de la reserva en sus respectivas escuelas y así ver sus estados nutricionales y hábitos alimentarios.

1.2 PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la relación entre los hábitos alimentarios y estado nutricional entre los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré con los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

En este apartado se presentan dos secciones que corresponden a: el objetivo general y los objetivos específicos.

1.3.1 Objetivo general

Relación de los hábitos alimentarios y estado nutricional entre los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré con los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019.

1.3.2 Objetivos específicos

- ✓ Identificar las características sociodemográficas de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019
- ✓ Conocer los hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019
- ✓ Establecer el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas en Buenos Aires de Puntarenas, 2019
- ✓ Relacionar los hábitos alimentarios con el estado nutricional de los niños y niñas de ambas escuelas, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

En este apartado se presentan dos secciones que corresponden a: alcances de la investigación y limitaciones de la investigación.

1.4.1 Alcances de la investigación

Como parte de los alcances de esta investigación será que brindará muchos beneficios para los profesionales que se desempeñan en el área de la salud especialmente nutrición, pues aporta información y datos relacionados con los hábitos alimentarios y el estado nutricional que poseen los niños y niñas indígenas de la zona centro de Buenos Aires y el área de Rey Curre, con la finalidad de poder ayudar en otras investigaciones, ya que son temas poco estudiados y además esta sería información actualizada.

1.4.2 Limitaciones de la investigación

Existe poca evidencia científica relacionada con la alimentación y estado nutricional de los indígenas es difícil de comparar los datos obtenidos en esta investigación con los de otros estudios.

En cuanto a la hora de aplicar las entrevistas, se encontró una limitación más que todo en la escuela Rogelio Fernández Güell, ya que como me comentaron, estos padres de familia no les gustan mucho que las personas sepan que ellos son indígenas “por un tema de vergüenza” por lo que la recolección de datos duro más. Además, parte de los encuestados omitieron información valiosa para la investigación, por ende, dichas encuestas se excluyeron del análisis y se realizaron más encuestas.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 CONTEXTO TEÓRICO CONCEPTUAL

Se presenta toda la información teórica que permite una adecuada comprensión del tema en estudio tanto con recopilación de estudios, entrevistas, artículos y demás fuentes relacionadas con la investigación.

2.1.1 Hábitos alimentarios

Los hábitos alimentarios son comportamientos repetitivos que llevan a escoger y agregar a la dieta cierto tipo de alimentos; estas acciones son primero voluntarias y que con el paso del tiempo se vuelven involuntarias y son adquiridas a lo largo de la vida; en este estudio, los padres fueron la principal fuente de información para esta variable. (Pérez C, et al. , 2015)

La educación para la salud como disciplina surge ante la necesidad de proporcionar a las personas los medios necesarios para mejorar la salud, a través de la modificación de conductas de riesgo, tiene como objetivo primordial diseñar programas de intervención destinados a modificar creencias, costumbres y hábitos no saludables, además de promover, proteger y fomentar la salud. La educación para la salud como estrategia en las escuelas contribuye a fomentar hábitos alimentarios saludables que contrarresten la prevalencia de obesidad a través de la promoción de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables en los escolares, que inculque en los niños actitudes, conocimientos y hábitos saludables que favorezcan su crecimiento y desarrollo, el fomento de su salud y la prevención de las enfermedades evitables de su edad. (Macias A; Gordillo L; Camacho E, 2012)

Los hábitos alimentarios son los causantes de determinar el estado de salud en que se encontraran los niños escolares, según este estudio realizado por Acosta Favela J, Medrano

Donlucas G, Duarte Ochoa G, González Santana S. (2014), se demostró que el 13 % presenta sobrepeso, se pudo observar que el consumo de refrescos, hamburguesas y comida chatarra son elevados. Hay que destacar que, de los niños con sobrepeso, el 7 % no realiza ejercicio o solo lo hacen una vez por semana, el 2 % realiza ejercicio de dos a tres veces por semana, y 4 % lo realizan de 4 o más veces por semana. Esto está indicando que el sedentarismo también influye en el peso, en otro estudio realizado se destacó que el 73% de 199 niños ven TV o utilizan la computadora más de 2 horas diarias, este puede estar relacionado con los datos obtenidos de falta de actividad física en los escolares, pues son muy pocos los niños que realizan una actividad física más de 4 veces por semana, lo que indica que el tiempo libre lo utilizan para estar en casa.

Según este nuevo estudio encontrado, indica que la comida tradicional de los pueblos indígenas en la región de Akwẽ / Xerente es la yuca, la base de su dieta, que se consume principalmente en forma de grolado (un tipo de papilla hecha con pan de yuca), pan de yuca y harina. La carne de caza ocupa el segundo lugar de importancia, seguida por el consumo de pescado y frutas del cerrado. Sin embargo, su dieta actual está compuesta básicamente por arroz, que puede ir acompañado de pescado, carne de caza, carne de res y harina de puba. Estos datos se confirmaron en la Primera Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de los Pueblos Indígenas, que mostró que la yuca representa el 96.6% de los principales productos cultivados en jardines o plantaciones en tierras indígenas en la región norte. La encuesta también mostró que el 96.7% de los indígenas de la región norte evaluada en el estudio cazaba y pescaba para comer y el 91.7% recolectaba comida para comer. Entre los factores que pueden causar cambios en la dieta de los pueblos indígenas se encuentran la aproximación con la sociedad no indígena, el acceso a políticas de bienestar que a veces no consideran las

prácticas tradicionales y, en consecuencia, terminan cambiando la dieta tradicional de estas personas. (Rocha, Da Silva E, Silva, et al., 2016)

Conforme al estudio anteriormente mencionado hace referencia que los hábitos alimentarios indígenas indican el aumento del consumo de grasas y azúcares animales y la disminución del consumo de cereales, legumbres, frutas y verduras en esta población. Estas influencias observadas en los estudios también mostraron un mayor índice de masa corporal ($> 25,00 \text{ kg} / \text{m}^2$) y atribuyeron estas alteraciones a los cambios en la dieta, con un menor consumo de alimentos tradicionales en oposición a una mayor ingesta de alimentos industrializados. Como resultado, las enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) como la presión arterial alta (hipertensión), la diabetes mellitus (DM) y la obesidad han aumentado y alcanzado niveles significativos y preocupantes para una población que no tenía tal preocupación.

En este estudio realizado en Paraguay sobre estado nutricional y aspectos alimentarios de mujeres indígenas del departamento de Presidente Hayes, se logra identificar que los indígenas de estas comunidades presentaban sobrepeso y obesidad y según lo estudiado pudieron observar que ellos continúan consumiendo frutas que se encuentran en sus aldeas, llamando la atención el elevado consumo de cereales, tubérculos y derivados (maíz, mandioca, fideo, harina), de azúcares y mieles (caramelos, gaseosas, cocido, azúcar, miel de abeja y miel negra) y de aceites y grasas, de alto valor calórico. Por otro lado, se observó un bajo consumo de verduras, lácteos y derivados; entre el 87 y el 88% de las mujeres indígenas de ambas etnias estudiadas refirieron no consumir lácteos y derivados y entre 69 y 65% refirieron no consumir verduras, debido posiblemente a que han ido dejado sus costumbres

de cultivo y caza, y al costo para acceder a los productos lácteos; la mayoría se caracterizan por realizar por lo menos tres comidas diarias. (Echagüe, Gloria, Díaz, et al, 2015)

En dos artículos encontrados realizados en México y Paraguay por Rodríguez R M et al (2007) sobre obesidad en poblaciones indígenas, menciona que el aumento de la obesidad viene de la mano con cambios ambientales, sedentarismo e incremento de la densidad calórica de los alimentos consumidos, determinando hábitos de consumo de tipo occidental y que se debe a que su dieta tradicional le han agregado alimentos densamente calóricos, como refrescos embotellados y harinas industrializadas, pues presentan cada día más mayor accesibilidad y contacto intercultural.

2.1.1.1 Frecuencia de consumo

Son herramientas ampliamente utilizadas en los estudios epidemiológicos que investigan la relación entre ingesta dietética y enfermedad o factores de riesgo desde comienzos de la década de los 90. La lista de alimentos debe reflejar los hábitos de consumo de la población de estudio en el momento en que se recogen los datos. La frecuencia de consumo puede preguntarse de forma abierta u ofreciendo categorías de frecuencia de consumo. Los cuestionarios cualitativos no preguntan por la ración consumida; los semi-cuantitativos presentan raciones estándar y los cuestionarios cuantitativos solicitan al encuestado que estime el tamaño de la ración consumida en medidas caseras o en gramos. Esta última opción supone un esfuerzo importante para el participante. Existen versiones exclusivamente cerradas en un formato estandarizado y otras que incorporan preguntas abiertas sobre algunos hábitos y prácticas alimentarias específicas y permiten añadir alimentos y bebidas consumidos que no están incluidos en la lista. Utilidad: Pueden ser auto-administrados en

soporte papel o bien en una web, o también pueden ser completados por un encuestador en el transcurso de una entrevista personal o de una entrevista telefónica. Muchos instrumentos de frecuencia de consumo están diseñados para ser auto-administrados y se pueden escanear o se completan a través de una web. Completarlos requiere entre 30 y 60 minutos, según el instrumento y el encuestado. Tienen un formato estandarizado, lo cual disminuye considerable el procesado de los datos recogidos. (Pérez C et al, 2015)

2.1.2 Estado nutricional (Peso, talla, IMC, P/T, T/E)

Es el resultado del balance entre la disponibilidad de los alimentos y la utilización de nutrientes por el organismo, el desequilibrio de esta puede causar una mala nutrición, la misma que en intensidad y duración afectará el crecimiento y desarrollo del niño, su manejo integral no solo es con el equipo multidisciplinario sino también debe participar activamente la familia y la comunidad. (UNICEF, 2013)

Otra definición hace mención que el estado nutricional es el resultante del balance entre la ingesta y las necesidades energéticas y de nutrientes del organismo, lo cual expresa distintos grados de bienestar de las personas y que, en sí mismos, son dependientes de la interacción entre la dieta, los factores relacionados con la salud y el entorno físico, social, cultural y económico. (Vallejo-Solarte M. et al, 2016)

2.1.2.1 Determinantes sociales en la alimentación de los niños y niñas indígenas

Según un artículo realizado para la población de Red Unidos y población total de Yuguinllo (población indígena). A las cuales se les aplicaron a los padres, dos cuestionarios adaptados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Colombia - ENSIN 2010 y de la Encuesta Nacional de Demografía y Salud -ENDS 2010 y en el cual se diseñó un instrumento para el

registro de las medidas antropométricas de los niños, se pudo encontrar que hay características influyentes en el estado nutricional de estos niños y niñas como:

1. La mayoría de las madres son amas de casa y los padres se dedican a la agricultura. Más del 90% en las cuatro comunidades perciben ingresos inferiores a un salario mínimo.
2. Se identificó que el acceso a servicios públicos es muy limitado.
3. El abastecimiento de agua a través del acueducto público lo tiene una proporción inferior al 10% en las cuatro comunidades.
4. En San Carlos, ninguno cuenta con servicio sanitario y en Tandarido el 90,5%. En Yunguillo el 9,3% refiere que las basuras las recoge el servicio de aseo, la mayoría en todas las comunidades tira la basura a un lote o zanja.
5. En todas las comunidades las casas tienen en promedio tres cuartos, la más grande, nueve y la más pequeña un solo cuarto.
6. La mayoría de las casas tiene el techo en zinc, los pisos y las paredes en madera.
7. Todos los padres afirman que tienen un cuarto que utilizan para cocinar. (Vallejo-Solarte M, Castro-Castro L, Cerezo-Correa M, 2016)

2.1.2.2 Medida antropométrica

Las medidas antropométricas es el método directo que nos permite evaluar el estado nutricional en forma rápida, sencilla, en diferentes edades, grados de salud y nutrición. El estado nutricional del niño de acuerdo con el consumo de alimentos puede estar óptimo,

deficiente o con sobrepeso, como lo señalan las estadísticas del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia ; a nivel mundial, la desnutrición contribuye a más de 1/3 de las defunciones de niños menores de 5 años teniendo además múltiples consecuencias a corto, mediano y largo plazo como trastornos del desarrollo mental, mayor riesgo de enfermedades infecciosas y susceptibilidad sufrir enfermedades crónicas. (UNICEF, 2013)

2.1.2.2.1 Peso

Vector que tiene magnitud y dirección y apunta aproximadamente hacia el centro de la Tierra. Fuerza con la cual un cuerpo actúa sobre un punto de apoyo, originado por la aceleración de la gravedad, cuando actúa sobre la masa del cuerpo.

Instrumento: Báscula (balanza, pesa)

Unidad de medida: Kilogramo (kg)

Determinación: Persona en posición erecta, con los miembros superiores a ambos lados del cuerpo, las palmas y dedos de las manos rectos y extendidos hacia abajo, mirando hacia el frente, en bipedestación, con el peso distribuido equitativamente en ambos pies. (Carmenate Milián L. et al, 2014)

2.1.2.2.2. Talla

Distancia vertical desde la horizontal (superficie de sustentación) hasta el vértex (parte superior y más prominente de la cabeza).

Instrumento: Tallímetro

Unidad de medida: Centímetro (cm)

Determinación: Persona en posición erecta (sin calzado), con los miembros superiores a ambos lados del cuerpo, las palmas y dedos de las manos rectos y extendidos hacia abajo, mirando hacia el frente, en bipedestación, con el peso distribuido equitativamente en ambos pies. (Carmenate Milián L. et al, 2014)

Se utiliza las gráficas elaboradas por la CCSS estas gráficas evalúan el estado nutricional de los niños y niñas con edades de 5 a 19 años y se clasifican según el IMC para la edad y la talla para la edad diferenciadas por género.

2.1.3 Pueblo indígena

Se consideran pueblos indígenas a los descendientes de las poblaciones originarias que existían antes de la llegada del español a América y Chile. Esta permanencia en el tiempo les da continuidad histórica, los conecta a un territorio donde han permanecido o al que han sido desplazados, en los que habitaron sus antepasados. Conservan a su vez, en todo o en parte, formas de organización social, económicas, culturales y políticas distintivas y específicas de la sociedad nacional. Un pueblo indígena se constituye por la auto identificación colectiva de sus miembros, quienes se consideran, asimismo, como parte de un pueblo que comparte un proyecto social, cultural y político común que los ha unido a lo largo de su historia. Esta adscripción se fundamenta en el derecho a la libre determinación. Una comunidad se constituye por una agrupación de personas pertenecientes a una misma etnia indígena, los que comparten algunos de los siguientes rasgos de identidad: Formar parte de un mismo linaje o tronco familiar, poseer una jefatura tradicional y/ o tierras en común, o bien provenir de un mismo poblado antiguo. (Lagos Morales G, et al, 2016)

Los pueblos indígenas han ido posicionando sus derechos en las legislaciones y la institucionalidad de los Estados, en un proceso dificultoso, que continúa en el presente. En efecto, se constatan en la última década ingentes avances en la promulgación de leyes y decretos, en diferentes ámbitos y con diversos alcances en cada uno de los países de la región. (CEPAL, 2014)

2.1.3.1 Factores que influyen en el estado nutricional los niños y niñas indígenas

Las condiciones de vida de la población étnica reflejan sus particularidades culturales, pero sobre todo en el caso de los indígenas y los afrodescendientes las desventajas estructurales frente a la población no Étnica. Fenómenos como la pobreza, la marginalidad social o el desplazamiento forzado en Colombia se extienden en todos sus territorios, afectando a población en general, pero con una mayor prevalencia entre indígenas y afros, y en los lugares donde su presencia es significativa. Uno de los derechos humanos más urgentes por sus desafíos es el derecho a la alimentación. La pobreza y el hambre tienen honda preocupación mundial; junto a la crisis económica (y los propósitos de progreso) y a los conflictos entre países, constituyen los fenómenos que motivaron el desarrollo del Sistema de Naciones Unidas y procesos sucesivos de surgimiento de organismos no gubernamentales que se ocupan de elementos relacionados. (Díaz Scarpetta J, 2013)

El peso de la economía sobre la seguridad alimentaria es enorme. La insuficiencia de alimentos no solo se encuentra en las cocinas y comedores de los hogares, sino también en los mercados, principalmente en los locales y más cercanos a las comunidades vulnerables. Así mismo, los canales de comercialización de los alimentos sufren en medio de condiciones precarias de vías y de infraestructuras, además la incapacidad monetaria de las familias para acceder a los alimentos que requieren, son los principales referentes de las dimensiones de

disponibilidad y acceso como partes sustanciales de la noción de seguridad alimentaria y nutricional. La profundización de la inseguridad alimentaria también tiene mayor prevalencia entre la población rural, así como entre la población Étnica, en especial indígena. Los casos de Guatemala y Bolivia tienen larga referencia según la precaria situación de su población indígena, con alta representatividad en relación con la población total general. (Díaz Scarpetta J, 2013)

El acceso a servicios básicos de saneamiento y agua potable, importantes por su relación con la prevalencia de enfermedades infectocontagiosas, en América Latina y sobre todo en el Caribe se presenta una baja cobertura, principalmente para el caso del saneamiento, y dentro de estos afectando desigualmente a las comunidades, principalmente rurales, urbano marginales y étnicas. (Díaz Scarpetta J, 2013)

2.1.4 Etapa escolar

Va desde los seis años a los doce años; el niño (a) muestra su capacidad de desenvolverse industriosamente en la interacción educacional. También se desarrolla la capacidad de interactuar socialmente, por primera vez fuera de la familia. En la medida que la interacción educacional y social se desarrolla efectivamente, se logra un sentido de ser competente; en la medida que esto no se da, aparece un sentido de inferioridad. La población de zonas rurales, urbano marginales, así como la niñez y adolescencia indígena, afro descendiente y migrante enfrentan la mayor expulsión del sistema educativo. La niñez indígena registra una tasa de analfabetismo 6 veces mayor en relación al promedio nacional, llegando al 30% comparado al 4,5% para el resto de la población. (UNICEF, 2018)

2.1.4.1 Campañas publicitarias en niños escolares

Desde el punto de vista nutricional, las campañas publicitarias de alimentos y bebidas no contribuyen a una sana alimentación; marcas como Mc Donalds, Burger King, Coca-Cola o Pepsi solo influyen en los jóvenes a consumir estos productos que poseen un poco valor nutricional. Ya que, “la influencia de la publicidad en el consumidor será negativa o positiva según el uso que se haga de ella”. (Fischer & Espejo, 2013)

Esto no quiere decir que exista publicidad noble, no obstante, se debe tener mucho cuidado al utilizar un mensaje para captar la atención del público objetivo o para persuadirlo más eficazmente, sin inducir en el error de afectar al determinado comportamiento que afecta seriamente la imagen de la empresa. Ya que la publicidad siempre influenciara de alguna manera al consumidor, pues es el objetivo inicial, pero al final es decisión de la audiencia el consumir este tipo de alimentos poco saludables, según este estudio concluye que la publicidad si desempeña un papel importante e influye en lo que consumen los estudiantes. Y es que de cierta manera se promueve inconscientemente el consumo de alimentos altos en grasas, azúcares y carbohidratos que generan una conducta alimenticia poco saludable. La Organización Mundial de la Salud promueve que las campañas publicitarias o anuncios sean más explícitos en los ingredientes que contienen los alimentos que se venden. Con el fin de erradicar el índice de obesidad como de enfermedades cardiovasculares que en jóvenes cada vez más están presentes. (Salas Narváez C. et al , 2017)

CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACION

El enfoque de la investigación es cuantitativo, pues se trabaja en conseguir datos cuantificables para la posterior interpretación de significados que definirán como los hábitos alimentarios y el estado nutricional de estos niños y niñas en ambas escuelas

3.2 TIPO DE INVESTIGACION

La investigación es del tipo descriptivo, ya que busca describir cómo se manifiestan las variables establecidas (hábitos alimentarios, estado nutricional) en los niños y niñas de ambas escuelas.

Además, también es una investigación de tipo transversal, porque se observan y recogen datos mediante encuestas aplicadas a padres y/o madres de los estudiantes, por tanto, la observación a través del tiempo inicia buscando obtener relaciones entre las variables que estén relacionadas con el objeto de estudio.

3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS

En la siguiente sección, se presentan diferentes criterios los cuales son mencionados en criterios de inclusión y de exclusión.

3.3.1 Población

La población de la investigación corresponde a una cantidad de 440 niños y niñas de ambas escuelas que se encuentren cursando la educación primaria de primero a sexto grado. En la Escuela Rogelio Fernández Güell hay 300 niños y en la Escuela Rey Curre asisten 140 niños.

3.3.2 Muestra

Se selecciona una muestra no probabilística, pues el subgrupo de la población en la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación.

$$n: \frac{N Z^2 P Q}{d^2 (N-1) + Z^2 P Q}$$

$$n: \frac{440 (1,96)^2 (0,5) (0,5)}{(0,1)^2 (440 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (0,5)} : 79 \text{ niños}$$

$$(0,1)^2 (440 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (0,5)$$

3.3.3 Criterio de Inclusión y Exclusión

Tabla N° 1

Cuadro de inclusión y exclusión de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Niños y niñas que no tengan ninguna discapacidad física	Niños y niñas que no sean de la escuela
Niños de aquellos padres firmaron el consentimiento informado	Padre o madre o encargado del niño que no sepan leer ni escribir
Niños y niñas aborígenes que asisten a ambas escuelas	Niños y niñas que no asisten el día en que se aplica el instrumento.

Fuente: Segura, F. 2019

3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

A continuación, se describe la validez del cuestionario en el cual se utilizó para la recolección de la información.

3.4.1 Validez del cuestionario

El cuestionario se aplicó en la escuela Ninfa Cabezas Gonzales en Quitirrisi, esta era una población indígena huetar, se trabajó con 10 niños. El cuestionario constaba de 15 preguntas y una tabla de frecuencia de consumo. Este instrumento es enviado a los padres para que la rellenen. En la institución con el consentimiento de los padres, se utilizó una balanza para la medición del peso y una cinta métrica para la toma de la talla de cada niño y niña que participaron de esta investigación.

Este cuestionario se validó a través de la realización de la prueba piloto en el cual no hubo que hacer correcciones al instrumento.

3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de esta investigación es no experimental. Es de tipo transversal debido a que se realiza durante un periodo de tiempo específico y no a lo largo del tiempo y ocurren naturalmente sin interrupción en el desarrollo.

3.6 OPERALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla N. 2

Cuadro operalización de variables de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Instrumento
Identificar las características sociodemográficas de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019	Características sociodemográficas	Descripción de las características sociales y demográficas de un grupo de personas	Encuesta aplicada a los niños con el fin de obtener la recolección de datos	Edad Sexo Grado de escolaridad	Número de años Mujer o hombre Nivel escolar 1°,2°,3°,4°,5°o 6° grado	de Encuesta

Continúa...

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Instrumento
Reconocer factores socio culturales que se presenten en los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019	Factores socio culturales	Son procesos o fenómenos relacionados con los aspectos sociales y culturales de una comunidad o sociedad.	Encuesta aplicada a los niños con el fin de obtener la recolección de datos	Influencias (amigos, familia) Comercios cerca	Gustos Preferencias Pulperías Restaurantes Sodas locales	Encuesta Observación

Continúa....

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Instrumento
Conocer los hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019	Hábitos alimentarios	Entrevista a la directora de la institución. Es el conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos	Aplicación de una encuesta al encargado del niño(a) de primero y segundo grado.	Tiempos de comida	1a 2 tiempos 3a 4 tiempos 5a 6 tiempos Más de 6 tiempos	Encuesta
			Aplicación de una encuesta a los niños de los demás grados.	Tipos de cocción preferidas	A la plancha Asado Frito Al vapor	
				Cantidad de vasos o tazas de líquido (refresco, agua, té) al día	1a 2 vasos 3a 4 vasos 5 a 6 vasos Más de 7 vasos	

Tipos de meriendas	Galletas Jugos Frutas Sándwich Snack salados
Tipo de grasa comúnmente a utilizar	Aceite (soya, girasol, etc.) Manteca vegetal Margarina Manteca de cerdo Aceite en spray
Lugar de desayuno	En casa En la escuela En ambos lados Lleva plata para comprar en la soda el desayuno No desayuna

Continúa.....

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Instrumento
Establecer el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas en Buenos Aires de Puntarenas, 2019	Estado nutricional	Es una condición física que presenta una persona como resultado del balance entre sus necesidades e ingesta de energía y nutrientes	Mediante antropometría a	Peso	Kg	Balanza
				Talla	Cm	Tallímetro

Fuente: Segura, F. 2019.

3.7 PLAN PILOTO

El estudio se realizó en la Escuela Ninfa Cabezas Gonzales en Quitirrisi, con una población indígena huetar, para dicha prueba se contó con la autorización de la directora de la institución y el consentimiento informado de los 10 menores, posteriormente, se aplicó la encuesta a las 10 madres y se aplicaron los perfiles antropométricos a 4 niños y 6 niñas. No se tuvo que hacer correcciones al instrumento, pues las preguntas en su totalidad fueron comprendidas por los encuestados. Entre los principales resultados se encuentran un 100% de los encargados del niño y niña son las madres, presentan un ingreso mensual entre 201mil y 250mil, entre los tipos de cocción preferidos están el hervido y frito. La grasa mayor utilizada es el aceite. El lugar donde mayormente desayunan es la casa. En cuanto a la frecuencia de consumo, es una pequeña población que realiza diariamente el consumo de alimentos esenciales en una dieta saludable como lo son lácteos, huevo, carnes, vegetales. El 60% de estos estudiantes presenta un estado nutricional normal.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Características sociodemográficas de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Se presentan los resultados obtenidos para las características sociodemográficas obtenidas en la encuesta realizada a los padres y o madres de los niños y niñas aborígenes de ambas escuelas.

*Tabla N°3.
Sexo de los niños y niñas de las escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell,
Buenos Aires de Puntarenas, 2019*

Escuela	Hombres	Mujeres
Rogelio Fernández Güell	24%	25%
Rey Curre	18%	33%
Total	42%	58%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla número 3 se detalla el sexo de los niños y niñas de ambas escuelas Rey Curre y Rogelio Fernández Güell, en donde predomina el género femenino.

Tabla N°4
Edades de los niños y niñas de las escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell,
Buenos Aires de Puntarenas, 2019.

Edades	7 años	8 años	9 años	10 años	11 años	12 años	13 años	Más de 13 años	Total
Rey Curre	5%	12%	10%	23%	30%	8%	12%	-	100%
Rogelio Fernández Güell	10%	33%	10%	10%	21%	13%	3%	-	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 4, se detalla las edades de los niños y niñas de ambas escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell. En relación con las edades de los niños encuestados, la mayoría de los pertenecientes a la Escuela Rey Curre, tenían entre 10 y 11 años, mientras que, en la Escuela Rogelio Fernández Güell, la mayoría de los niños presentaban una edad de 8 y 11 años.

Tabla N°5
Grado escolar de los niños y niñas de las escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019.

Grado	1° grado	2° grado	3° grado	4° grado	5° grado	6° grado	Total
Rey Curre	-	21%	15%	20%	32%	12%	100%
Rogelio Fernández Güell	-	33%	23%	-	21%	23%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 5 se detalla el grado de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell. En relación con el grado escolar de los niños encuestados, la mayoría de los pertenecientes a la Escuela Rey Curre, están en quinto grado, mientras que en la Escuela Rogelio Fernández Güell, la mayoría de los niños se encontraban en segundo grado.

Tabla N°6
Parentesco de la persona que llenó la encuesta con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Relación	Cantidad
Mamá	88%
Papá	4%
Abuelo (a)	7%
Tío (a)	1%
Total	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla número 6, se detalla el parentesco de la persona que lleno la encuesta con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell. La gran mayoría es la mamá del niño o niña.

Tabla N°7
Edad de la persona que llenó la encuesta de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Edad	Cantidad
Entre 12 a 15 años	-
Entre 16 a 20 años	-
Entre 21 a 35 años	47%
Entre 36 a 45 años	30%
Entre 46 a 55 años	16%
Más de 55 años	7%
Total	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla número 7, se detalla la edad de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell. En relación con la edad de las personas que llenaron la encuesta, la mayoría presenta una edad entre 21 a 35 años de edad.

Tabla N°8
Grado de escolaridad de la persona que llena la encuesta de los niños y niñas de la escuela
Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Grado	Cantidad
Primaria incompleta	7%
Primaria completa	24%
Secundaria incompleta	29%
Secundaria completa	16%
Técnico o diplomado	-
Universidad incompleta	19%
Universidad completa	5%
Total	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla número 8 se detalla el grado de escolaridad de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell. Los resultados obtenidos en esta figura demuestran la existencia de un nivel de estudio muy bajo de la persona que lleno la encuesta, pues la mayoría de esta población presenta secundaria incompleta.

Tabla N°9

Ingreso económico mensual que todos los que viven con los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Ingreso económico	Cantidad	
	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
Menor a 150mil colones	59%	51%
Entre 150mil y 200 mil colones	26%	30%
Entre 201mil y 250mil colones	0	8%
Entre 251mil y 350mil colones	6%	5%
Entre 351mil y 400mil colones	3%	3%
Más de 400mil colones	6%	3%
Total	100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla número 9, se detalla el ingreso económico entre todas las personas que viven con el niño o la niña de ambas escuelas. En relación con el ingreso económico mensual de todos los miembros que viven con los niños encuestados, en ambas escuelas se observa que el alto porcentaje de ingreso mensual es menor a los 150mil colones.

4.2 Hábitos alimentarios de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio

Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Se presentan los resultados obtenidos para las características de los hábitos alimentarios obtenidas en la encuesta realizada a los padres y o madres de los niños y niñas aborígenes

Tabla N° 10

Tiempos de comida que realizan entre semana los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre			Rogelio Fernández Güell		
	Nunca	Algunas veces	Todos los días	Nunca	Algunas veces	Todos los días
Desayuno	-	32%	68%	-	36%	64%
Merienda mañana	20%	35%	45%	26%	41%	33%
Almuerzo	-	8%	92%	-	2%	98%
Merienda tarde	17%	40%	43%	20%	44%	36%
Cena	8%	-	92%	-	15%	85%
Merienda nocturna	57%	38%	5%	43%	42%	15%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la Tabla N° 10 se puede observar los tiempos de comida y la frecuencia con la que los niños realizan los respectivos tiempos entre semana. En cuanto al desayuno se puede apreciar que es una población pequeña que lo realiza. Las meriendas de la mañana y la tarde se encuentran entre un rango de 33% a 45% de los niños que la realizan todos los días. El almuerzo y la cena la gran población si la realiza todos los días, solo 3 niños de la escuela Rey Curre mencionaron el encargado que nunca la realizan. En cuanto al último tiempo de

comida la merienda nocturna casi la mitad de la población en ambas escuelas nunca la realizan.

Tabla N° 11
Tiempos de comida que realizan los fines de semana los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre			Rogelio Fernández Güell		
	Nunca	Algunas veces	Todos los días	Nunca	Algunas veces	Todos los días
Desayuno	8%	30%	62%	-	21%	79%
Merienda mañana	17%	43%	40%	18%	46%	36%
Almuerzo	-	5%	95%	-	10%	90%
Merienda tarde	20%	38%	42%	10%	51%	39%
Cena	2%	5%	93%	-	5%	95%
Merienda nocturna	52%	35%	13%	44%	41%	15%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En cuanto a esta figura, se muestra la frecuencia de los tiempos de comida que realizan los niños los fines de semana. Se puede observar que es muy parecida a los tiempos de comida entre semana, pues en cuanto al almuerzo y cena la mayoría los consume, pero en el desayuno se puede ver que hay un pequeño aumento de los niños que si desayunan los fines de semana. En cuanto a las meriendas, se puede comparar que los fines de semana aumentan un poco, porque se puede suponer que hay más tiempo para preparar los alimentos que entre semana.

Tabla N°12
Tipos de cocción preferidos en los hogares de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Alimento	Rey Curre						Rogelio Fernández Güell					
	A.	A. V	F	H.	M.	C.C	A.	A. V	F.	H.	M.	C.C
Plátano maduro	3%	-	57%	40%	-	-	-	-	51%	49%	-	-
Papa	-	10%	25%	65%	-	-	-	10%	18%	74%	-	-
Yuca	-	-	15%	85%	-	-	2%	7%	27%	62%	-	2%
Zanahoria	-	5%	-	65%	-	30%	2%	13%	8%	49%	-	28%
Pollo	12%	5%	58%	25%	-	-	18%	-	46%	36%	-	-
Pescado	-	-	93%	5%	-	2%	2%	2%	70%	24%	-	2%

*A=asado, A.V= al vapor, F= frito, H= hervido, M= microondas, C.C= consumo crudo o no se consume

Fuente: Elaboración propia, 2019

En esta tabla se puede observar que una gran cantidad de padres o encargado del niño o niña preparan los alimentos en frito o en hervido entre los tipos de cocción preferidos. Ninguna de los instrumentos entregados hizo mención del uso del microondas.

Tabla N° 13
Tipo de grasa utilizada para cocinar en los hogares de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
Aceite	72%	64%
Manteca vegetal	28%	24%
Manteca cerdo	-	10%
Margarina	-	2%
Total	100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el tipo de grasa más utilizada en casa de los niños encuestados, se puede apreciar que tanto en los niños de ambas escuelas el mayor tipo de aceite con el que preparan los alimentos es el aceite (soya, girasol, etc.). Un dato relevante es que se puede observar que en la escuela Rogelio Fernández Güell utilizan otros tipos de aceite para cocinar aparte del aceite.

Tabla N° 14
Frecuencia consumo de alimentos fuera de casa de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
Menos de 1 ves al mes	48%	59%
1 a 3 veces al mes	32%	26%
1 a 2 veces por semana	13%	13%
3 a 4 veces por semana	5%	2%
5 a 7 veces por semana	2%	-
Total	100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En esta tabla se muestra la frecuencia consumo de alimentos fuera de casa de los niños encuestados, se puede observar que tanto en la escuela Rey Curre como en la escuela Rogelio Fernández Güell los niños consumen alimento fuera de casa menos de 1 ves al mes. Son pocos los niños que ingieren alimentos fuera del hogar 3 a más veces por semana.

Tabla N° 15

Alimentos consumidos fuera del hogar con mayor frecuencia por los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
Papas fritas	32%	49%
Confitos- chocolates	30%	10%
Pollo frito	50%	28%
Hamburguesas tacos, pizza	20%	43%
Perros calientes	-	-
Snack salado (Picaritas, Tronaditas, Bolitas de queso, etc.)	30%	31%
Jugos de cajita (Hi- C, fresco leche. Jumex, etc.)	37%	33%
Otros	12%	5%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En esta tabla se aprecia que entre los alimentos que mayor consumo de los niños del Rey Curre fuera del hogar son pollo frito, jugos de cajita y en cuanto al Rogelio Fernández Güell son las papas fritas, hamburguesas, tacos y pizza.

Tabla N°16
Líquido consumido por día por parte de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
1 a 2 vasos al día	22%	21%
3 a 4 vasos al día	37%	54%
5 a 6 vasos al día	33%	23%
7 o más vasos al día	8%	2%
Total	100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el líquido consumido por día de los niños encuestados, se aprecia que casi la mitad de la población en la escuela Rogelio Fernández Güell consume entre 3 a 4 vasos al día. 8% de los niños en la Rey Curre consumen 7 o más vasos al día.

Tabla N° 17
Lugar de desayuno de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
Casa	8%	23%
Escuela	62%	59%
Casa y escuela	30%	15%
Lleva plata para comprar en soda	-	-
No desayuna	-	3%
Total	100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 7 se detalla según los encuestados el lugar donde mayormente consumen el desayuno, tanto en el Rogelio como en el Rey Curre la mayoría menciona que lo realizan en la escuela. Solo un 3% de la población estudiada del Rogelio Fernández Güell indica que no realiza el desayuno.

Tabla N°18
Análisis del tipo de merienda que consume los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
Merienda adecuada	48%	33%
Merienda regulares	35%	49%
Merienda inadecuada	10%	10%
No consume merienda	7%	8%
Total	100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

Conforme el análisis de las meriendas que consumen estos niños, se categoriza la tabla de la siguiente manera. Meriendas adecuadas si consume, solo alimentos saludables, regulares si combinan alimentos no saludables con saludables, meriendas inadecuadas cuando consume alimentos no saludables y aquellos que no realizan merienda. En cuanto al Rey Curre, la mayoría consume una merienda adecuada y en cuanto al Rogelio Fernández la mayoría presenta una merienda regular. En cuanto a la escuela Rogelio Fernández Güell los que mencionaron que consumían otras meriendas estas son: leche, empanadas, gallo pinto, pan y queso. En cuanto al Rey Curre indicaron que otras meriendas que los niños (as) consumen son plátano, pupusas, arepas, empanadas, cereal y gallo pinto.

4.3 Frecuencia de consumo alimentos de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

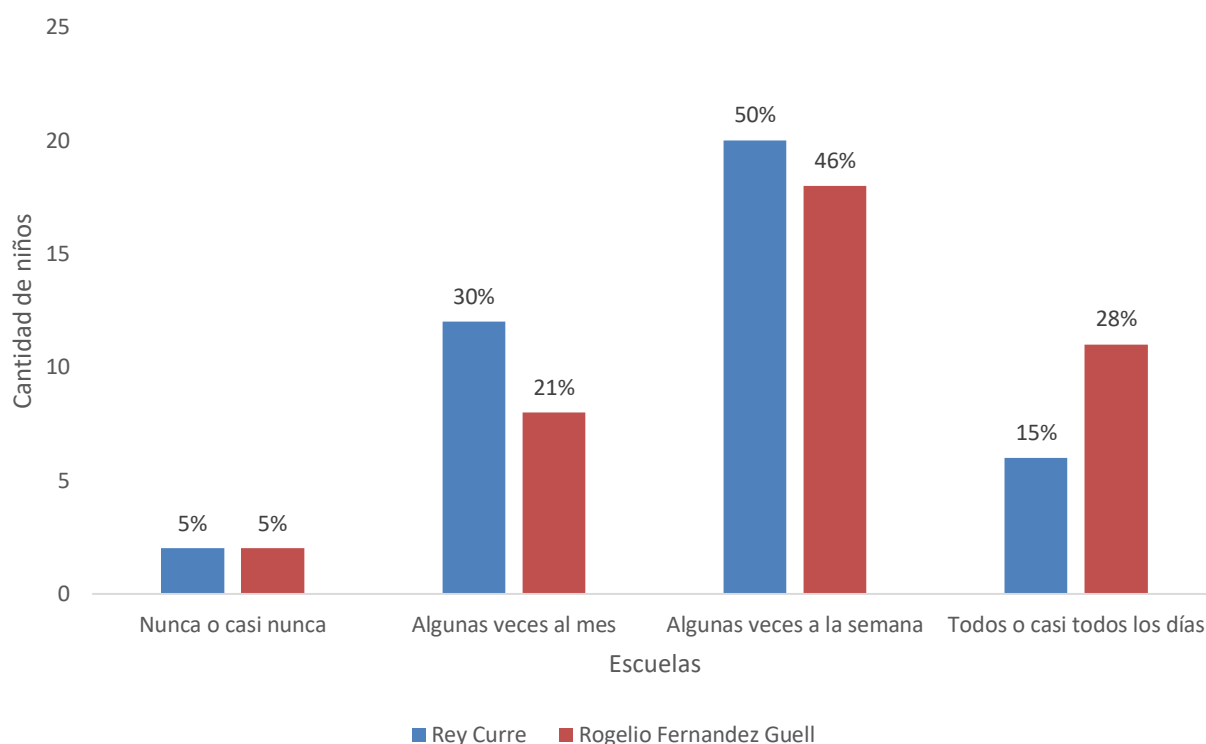


Figura N°1. Frecuencia de consumo de lácteos los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con la frecuencia de consumo de lácteos como el yogurt, la leche entre otros se puede observar que su consumo mayormente se da algunas veces a la semana. Una pequeña población de estos niños consumen diariamente los lácteos más en la escuela Rogelio Fernández Güell que en el Rey Curre.

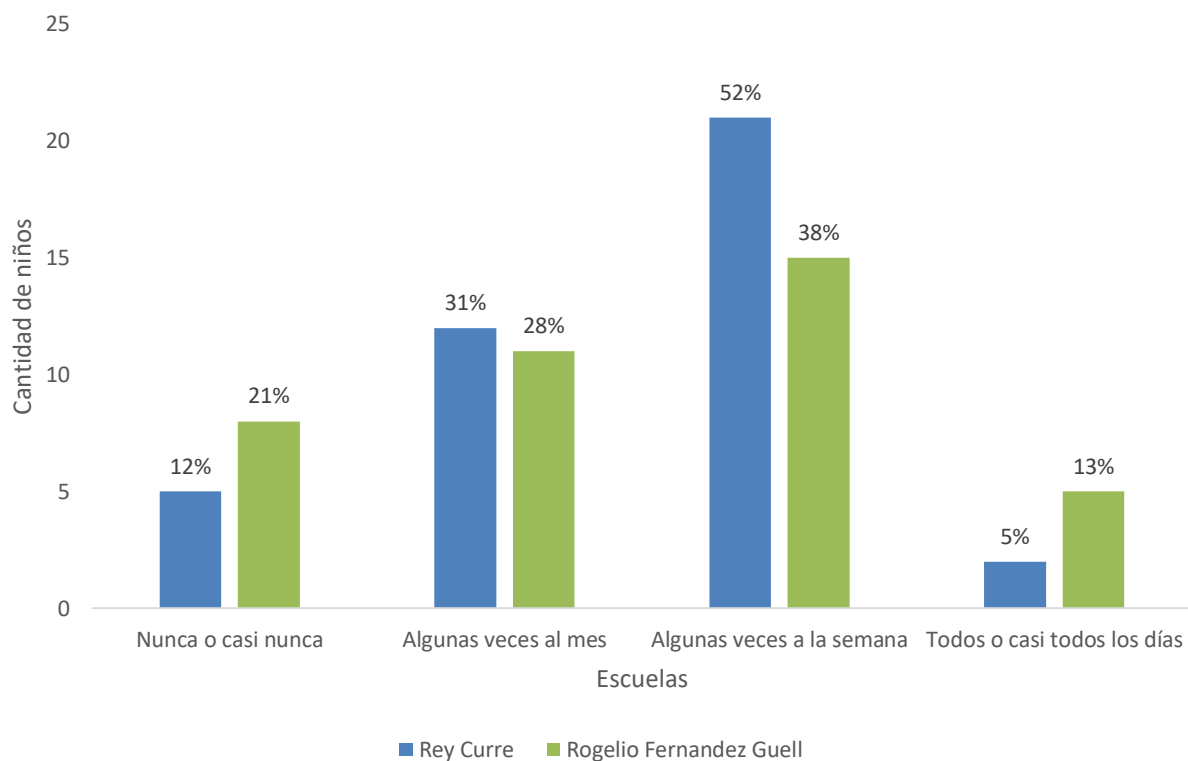


Figura N°2. Frecuencia de consumo de grasas los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de grasas como la natilla, mayonesa, queso crema entre otros se puede apreciar en al igual de los lácteos estos son mayormente consumidos algunas veces a la semana. Sigue siendo una pequeña la cantidad de niños de ambas escuelas que lo consumen diariamente.

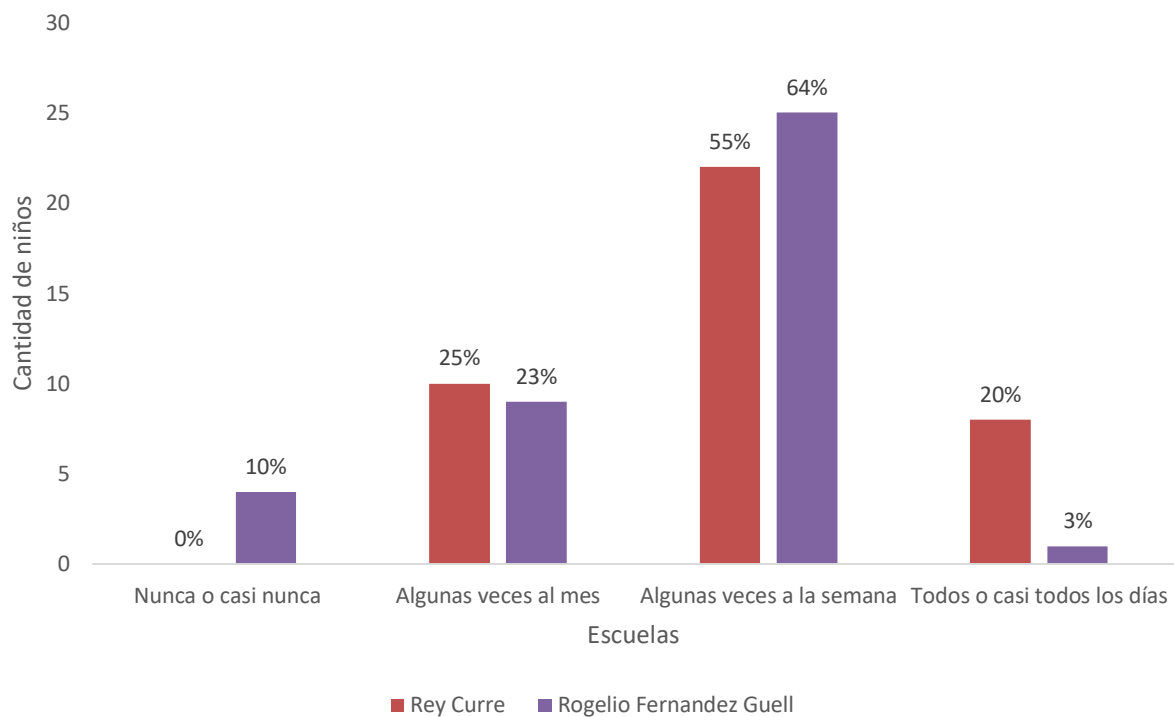


Figura N°3. Frecuencia de consumo de vegetales harinosos de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con los vegetales harinosos como la papa, yuca, camote entre otros, se aprecia que la gran mayoría de estos niños de las dos escuelas lo consumen algunas veces a la semana. Muy pocos diariamente.

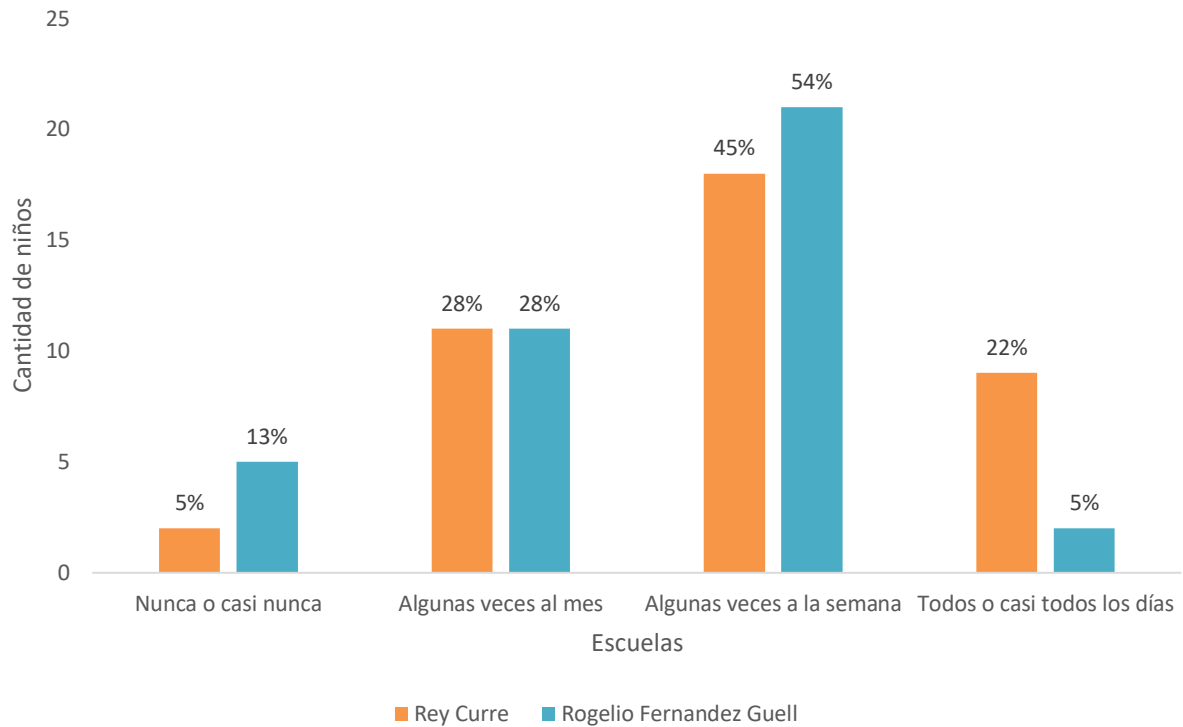


Figura N°4. Frecuencia de consumo de vegetales no harinosos de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con los vegetales no harinosos como el chayote, repollo, zanahoria entre otros, se puede observar que es un alimento que se consume algunas veces a la semana, en la escuela Rey Curre se observa un porcentaje mayor de consumo diariamente que en la Rogelio Fernández Güell.

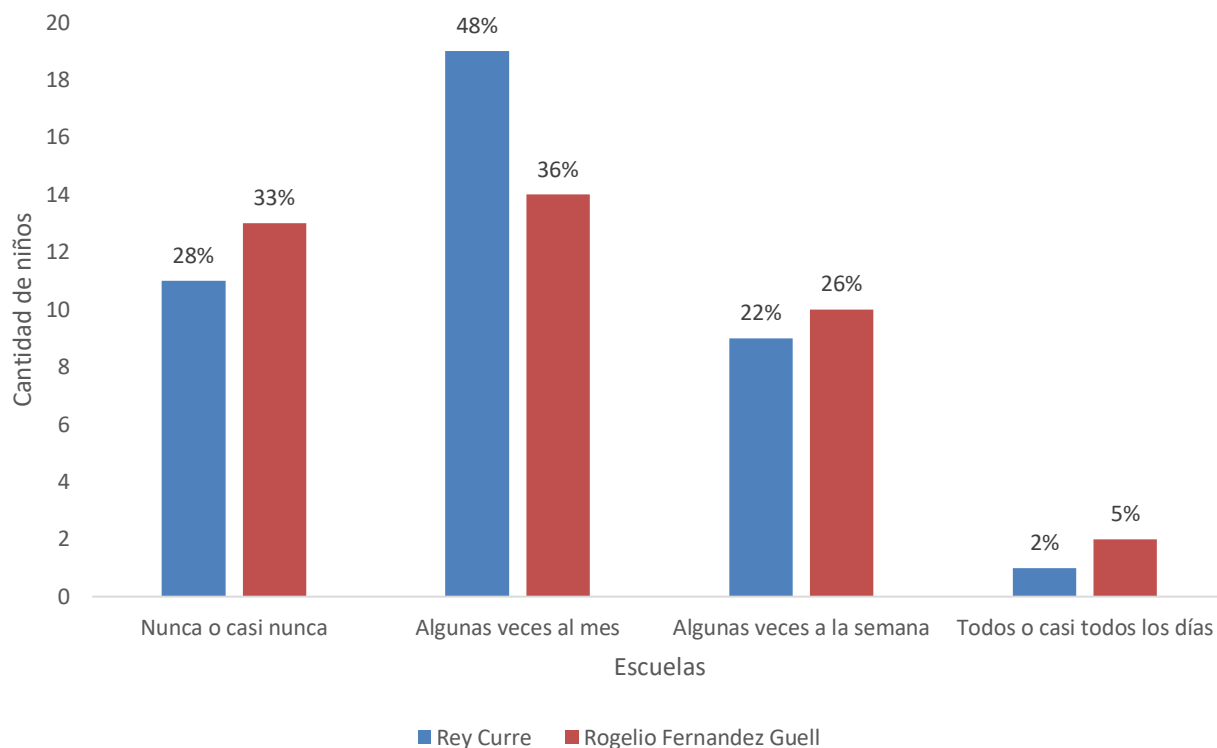


Figura N°5. Frecuencia de consumo de pescados y mariscos frescos de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla anterior, se observa el consumo de productos de pescado y mariscos frescos como lo son la corvineta, dorado, etc. Se destaca que casi la mitad de la población de la escuela Rey Curre consume este alimento algunas veces al mes como en el Rogelio Fernández Güell y una población considerable casi o nunca lo consume.

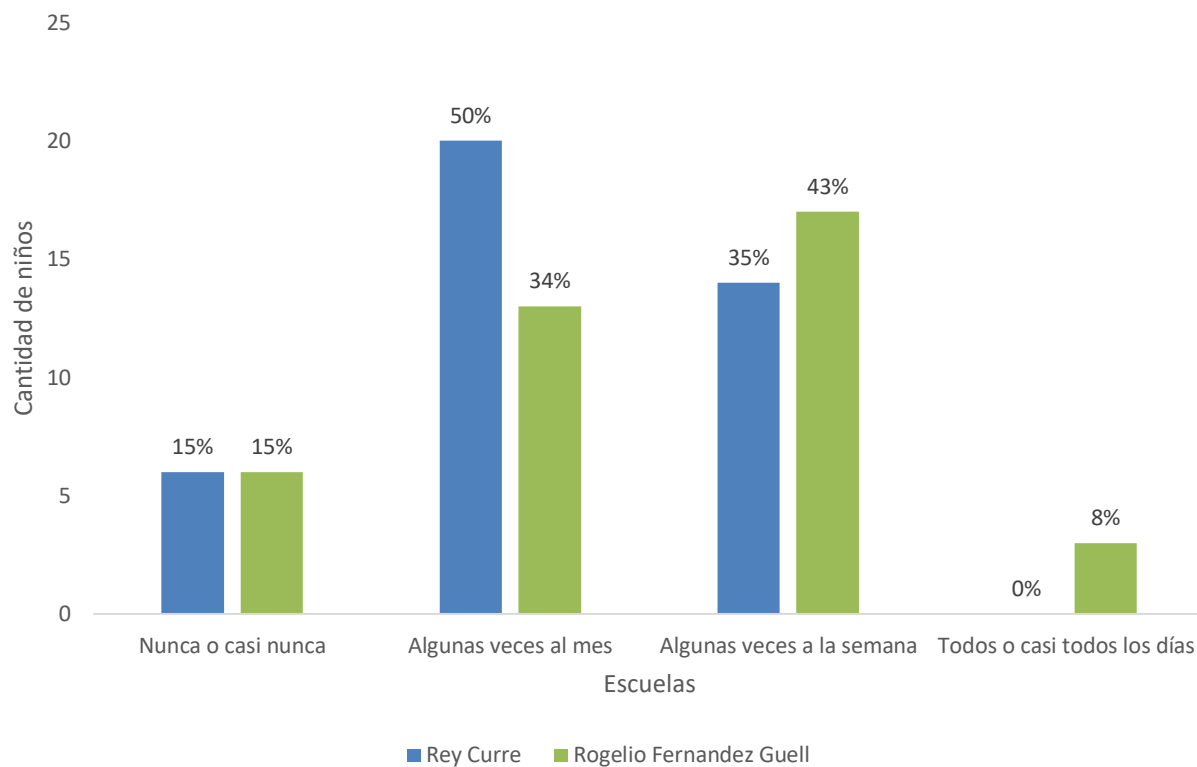


Figura N°6. Frecuencia de consumo de pescados y mariscos enlatados de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de productos de pescado y mariscos enlatados como lo son el atún, calamares, sardinas entre otros, se puede observar que al igual que a la figura N° 5 el mayor consumo de estos productos en la Rey Curre se consumen algunas veces al mes y mayormente en la Rogelio Fernández Güell se consumen algunas veces a la semana.

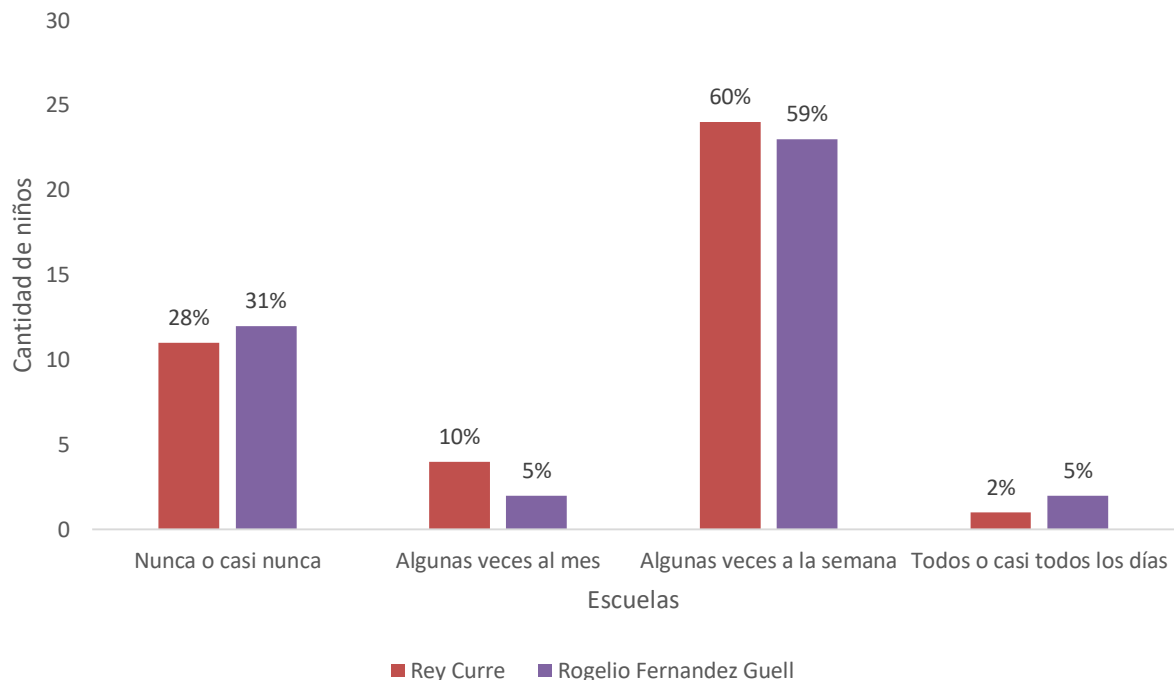


Figura N°7. Frecuencia de consumo de embutidos de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de embutidos como lo son el chorizo, salchichón, mortadela entre otros, se puede observar que tanto en la escuela Rogelio Fernández Güell como en la Rey Curre es un alimento que se consume mayormente algunas veces a la semana. Sigue siendo una pequeña población que casi nunca o nunca los consume.

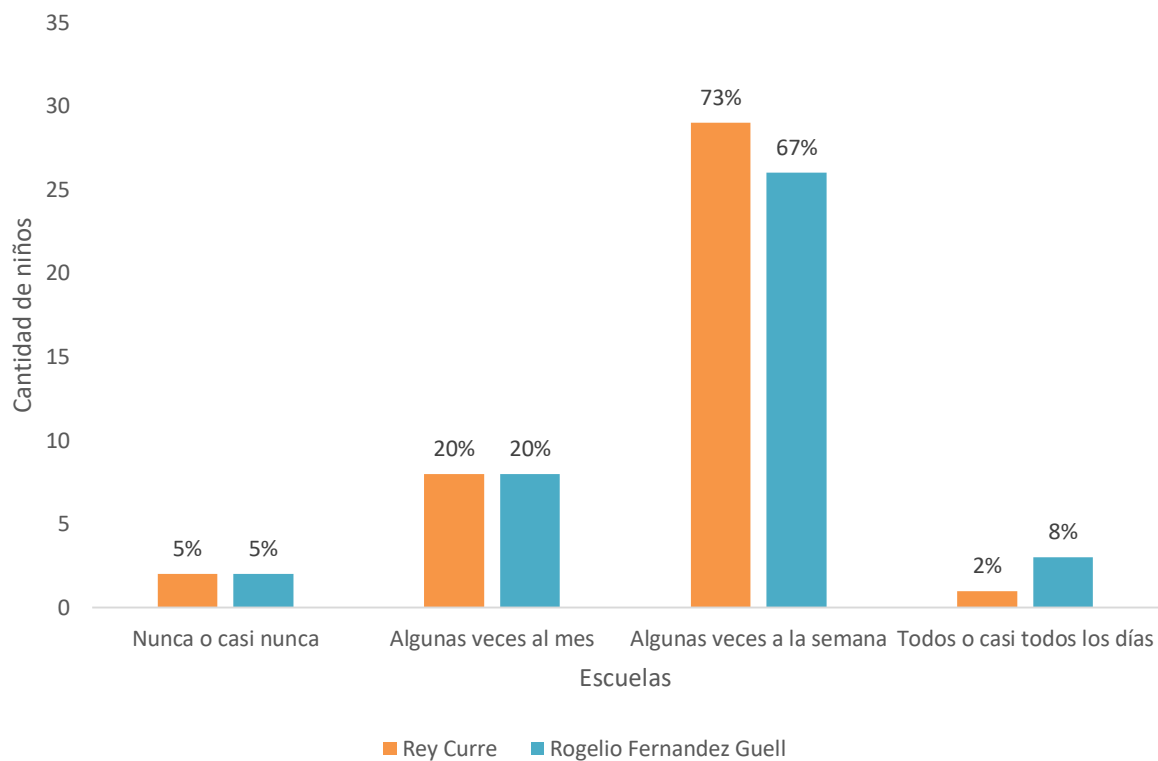


Figura N°8. Frecuencia de consumo de carnes de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de carnes como el pollo, cerdo, res, se puede observar que este tipo de alimento se consume mayormente algunas veces a la semana en ambas poblaciones. Al igual que al consumo de pescados, vegetales es una pequeña la población que lo consume diariamente.

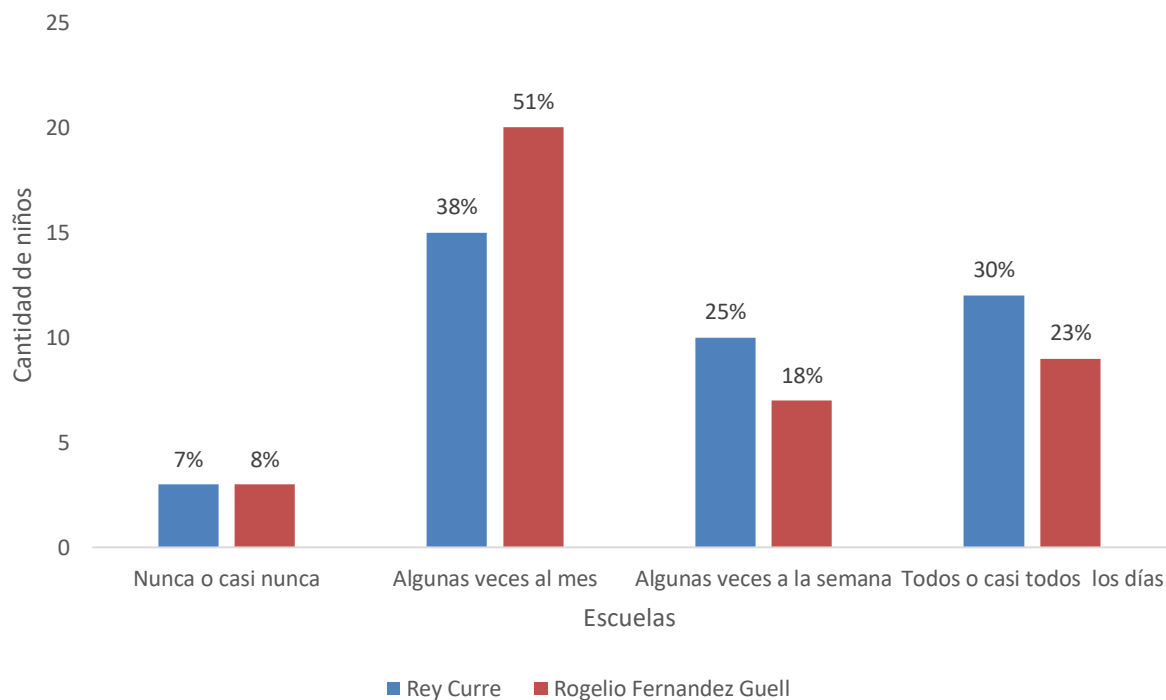


Figura N°9. Frecuencia de consumo de huevo de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de huevos, se puede observar que es un alimento que se consumen mayormente algunas veces al mes, aunque se puede apreciar un aumento en el consumo diario de este alimento tanto en el Rogelio Fernández Güell como en el Rey Curre.

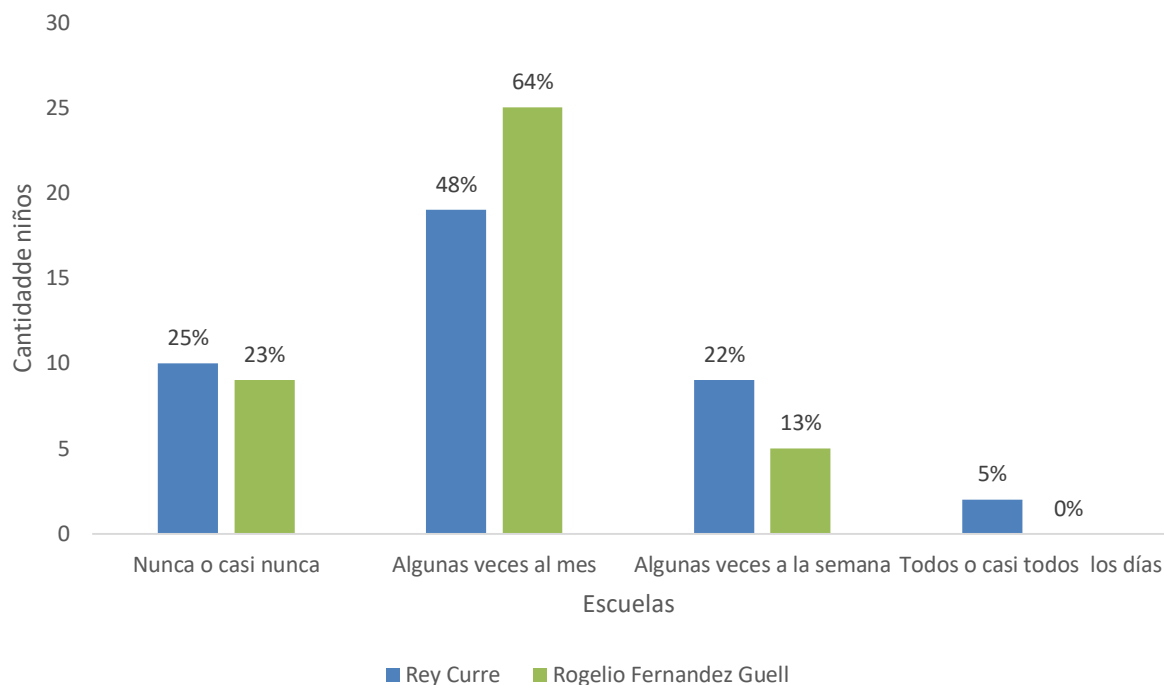


Figura N°10. Frecuencia de consumo de las bebidas azucaradas de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de bebidas azucaradas como los jugos de caja, Coca Cola, Fanta entre otros, se puede apreciar que la gran mayoría de esta población tanto en el Rogelio Fernández Güell como en el Rey Curre la consume algunas veces al mes. El consumo de estos productos diariamente es casi nula, según indica los encargados de los niños.

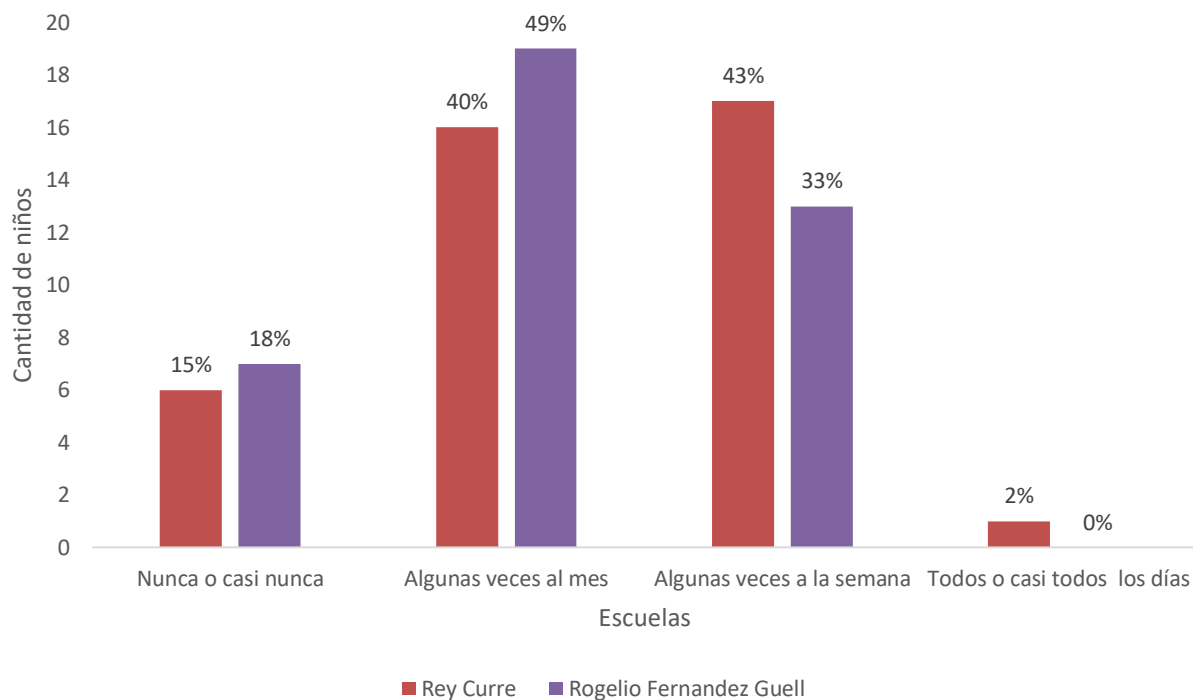


Figura N°11. Frecuencia de consumo de las golosinas de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de golosinas como los helados, chocolate, confites entre otros, se puede observar en la Rogelio Fernández Güell que casi la mitad de la población de dicha institución la consumen algunas veces al mes, aunque la otra gran población de la Rey Curre lo consumen algunas veces a la semana.

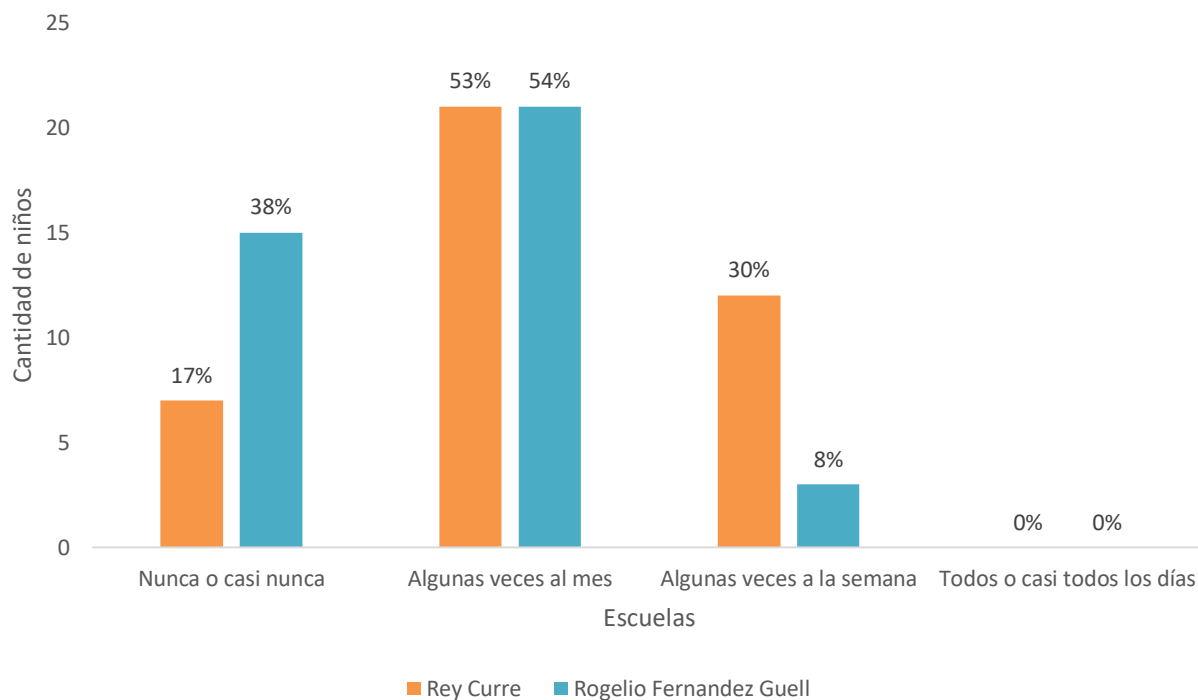


Figura N°12. Frecuencia de consumo de la repostería de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de repostería como las empanadas, donas, etc., se puede apreciar que tanto en la escuela Rey Curre como en la Rogelio Fernández Güell la mitad de la población de ambas escuelas consumen este tipo de alimento mayormente algunas veces al mes. En ambas escuelas, los encargados de los niños ninguno mención que consumen repostería todos o casi todos los días.

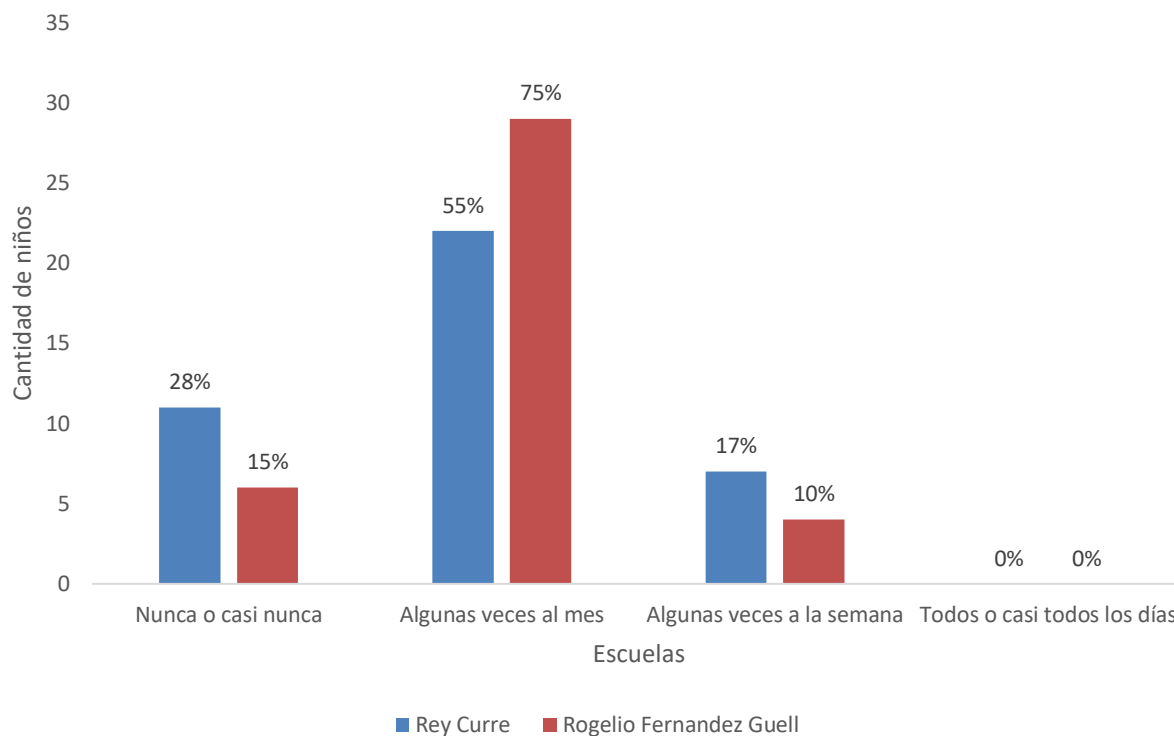


Figura N°13. Frecuencia de consumo de las comidas rápidas de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el consumo de comidas rápidas como las hamburguesas, pizzas, pollo frito, entre otros, se puede observar que en el Rogelio Fernández Güell mucho más de la mitad (75%) de la población estudiada consume este producto mayormente algunas veces al mes, al igual del Rey Curre. A la figura anterior número 12 se puede observar que en ambas escuelas los encargados de los niños ninguno mencionó que consumen comidas rápidas todos o casi todos los días.

Tabla N°19
Análisis de frecuencia de consumo y hábitos alimentarios de los niños y niñas de la escuela
Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Alimentación balanceada	Alimentación intermedia	Mala alimentación
Rey Curre	5%	75%	20%
Rogelio Fernández Güell	13%	69%	18%

Fuente: Elaboración propia, 2019

Conforme el análisis de la frecuencia de consumo categorizamos la tabla de la siguiente manera: se creó una rúbrica en la cual se asignó 3 puntos a cada uno de los hábitos alimentarios considerados buenos, por ejemplo, consumo diario de lácteos, vegetales, carnes, pescado, consumo de líquidos más de 7 vasos al día, método de cocción hervidos, asados o al vapor, tiempos de comida tanto entre semana como fines de semana más de 5 tiempos, 2 puntos a los hábitos no ideales pero tampoco malos, consumo de líquidos entre 1 a 3 vasos al día. y 1 punto al consumo insuficiente de alimentos como carnes, huevos, lácteos, y cero puntos a hábitos considerados inadecuados como el consumo de repostería o gaseosas todos o casi todos los días, así como el no consumo de lácteos o frutas y vegetales. La rúbrica utilizada puede apreciarse en el anexo número 7 Para ver si estos niños realizan una alimentación saludable o no, se pudo determinar que la gran población tanto en la escuela Rey Curre como en el Rogelio Fernández presenta una alimentación intermedia, pues muchos de estos niños no consumen diariamente los alimentos primordiales como los vegetales, carnes, lácteos, consumo de agua, entre otros.

4.4 Estado nutricional de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio

Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Tabla N°20

Distribución según índice de masa corporal (IMC) de los niños y niñas de ambas escuelas Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Interpretación	Rey Curre	Rogelio Fernández Güell
	Bajo peso	-	-
Femeninas	Normal	30%	33%
	Sobre peso	23%	16%
	Obesidad	12%	2%
	Bajo peso	-	-
Masculino	Normal	12%	26%
	Sobrepeso	15%	18%
	Obesidad	8%	5%
Total		100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el estado nutricional de los niños y niñas de ambas escuelas, se puede apreciar que en la escuela Rey Curre en cuanto a las mujeres la mayoría presenta un estado nutricional normal no deja de preocupar que una alta población presenta sobrepeso y obesidad. En los hombres existe un rango muy parecido entre estado nutricional normal y sobrepeso. En cuanto a la escuela Rogelio Fernández Güell, las mujeres la mayoría siguen presentando un

estado nutricional normal y en cuanto a los hombres presentan mayormente un estado nutricional normal.

Tabla N° 21
Estado nutricional según talla/ edad de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

	Interpretación	Rey Curre %	Rogelio Fernández Güell %
Femeninas	Baja talla	5%	0%
	Normal	50%	39%
	Alto	5%	11%
	Muy Alto	5%	2%
Masculino	Baja talla	0%	2%
	Normal	35%	39%
	Alto	0%	5%
	Muy Alto	0%	2%
Total		100%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2019

En relación con el estado nutricional según talla / edad de los niños encuestados de ambas escuelas, tanto las niñas como los niños se encuentran normal según su talla para la edad. En cuanto al Rey Curre es una pequeña población (5%) de las niñas que presentan baja talla y en el Rogelio Fernández Güell un 2% presenta tanto baja talla como muy alta talla para la edad.

4.5 Resultados bivariados de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela

Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Relación de los hábitos alimentarios según estado nutricional de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell

El siguiente inciso del capítulo de resultados se enfoca en la asociación de las variables referentes a los hábitos alimentarios con el estado nutricional de la muestra en estudio.

A nivel estadístico, se utilizó la prueba estadística chi cuadrado debido a la naturaleza cualitativa de las variables. Por otro lado, se utilizó una confianza del 96% para validar la significancia del resultado de la prueba y, consiguientemente, establecer las relaciones.

El primer punto evaluado fue la comparación entre el estado nutricional y el perfil sociodemográfico de los encuestados. En la siguiente tabla se aprecian estos resultados:

Tabla N°22

Perfil sociodemográfico según escuela de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Perfil sociodemográfico	Valor p	Relación
Edad	0,00	Tendencia a 36 y 45 años de los padres en Rey Curre
Ingreso mensual	0,04	Ingreso mensual entre 251 y 350mil en Rey Curre
Escolaridad	0,01	Escolaridad universitaria de los padres en Rey Curre

Fuente: Elaboracion propia (2019)

En la tabla anterior, se exponen los resultados comparativos del perfil sociodemográfico entre las dos escuelas. Según se aprecia, en la escuela Rey Curré hay mayor tendencia a que

los padres tengan entre 36 y 45 años ($p=0,00$), un ingreso mensual entre 251mil y 350mil cólones ($p=0,04$) y un escolaridad media universitaria ($p=0,01$).

Ahora bien, siguiendo con el perfil sociodemográfico se evaluó la relación entre el perfil sociodemográfico, estado nutricional y escuela de procedencia. En la siguiente tabla se aprecian estos resultados:

Tabla N°23

Estado nutricional según perfil sociodemográfico de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Estado nutricional	Valor p	Relación
Índice de masa corporal		
Escuela	0,02	Mayor normalidad en Escuela Rey Curré
Edad	0,01	Normalidad con rango entre 36 y 45 años de los padres de escuela Rey Curre
Ingreso mensual	0,00	Normalidad con ingreso mensual entre 251 y 350mil de escuela Rey Curre
Escolaridad	0,03	Normalidad con escolaridad universitaria de los padres de escuela Rey Curre
Talla para la edad		
Escuela	0,08	No existe
Edad	0,2	No existe
Ingreso mensual	0,02	Baja talla con ingreso mensual menor a 150mil en escuela Rogelio Fernández Güell
Escolaridad	0,00	Baja talla con escolaridad primaria de los padres escuela Rogelio Fernández Güell

Fuente: Elaboración propia (2019)

En la tabla anterior, se aprecian los resultados de la comparación entre los indicadores antropométricos y el perfil sociodemográfico de los encuestados. Al hablar del índice de masa corporal, se encontró relación estadísticamente significativa entre la normalidad con la Escuela Rey Curré ($p=0,02$), cuidadores en rango etario entre 36 y 45 años, ingreso mensual entre 251 y 350mil colones ($p=0,00$) y una escolaridad universitaria ($p=0,03$).

Referente a la talla para la edad, únicamente se encontró relación entre la baja talla con ingresos menores a 150mil colones ($p=0,02$) y con escolaridad primaria ($p=0,00$). Ahora bien, se comparó la realización de los tiempos de comida con las dos escuelas. En la siguiente tabla se pueden apreciar estos resultados:

Tabla N°24

Realización de los diferentes tiempos de comida según el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Tiempo de comida	Valor p	Relación
Desayuno	0,00	Rey Curré con consumo todos los días
Merienda de la mañana	0,09	No existe
Almuerzo	0,23	No existe
Merienda de la tarde	0,4	No existe
Cena	0,06	No existe
Merienda nocturna	0,67	No existe

Fuente: Elaboración propia (2019)

La tabla anterior expone la comparativa entre la realización de los tiempos de comida con la escuela evaluada. Según se aprecia, únicamente existe una tendencia en la escuela Rey Curré y la realización diaria del desayuno ($p=0,00$). El resto de tiempos de comida no presentaron relación estadísticamente significativa.

Ahora bien, se relacionó la realización de los tiempos de comida con el estado nutricional de los participantes. En la siguiente tabla se pueden apreciar estos resultados:

Tabla N°25

Realización de los diferentes tiempos de comida según el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Tiempo de comida	Valor p	Relación
Desayuno	0,00	Normalidad con consumo todos los días en escuela Rey Curré
Merienda de la mañana	0,01	Normalidad con consumo todos los días en escuela Rey Curré
Almuerzo	0,00	Obesidad con consumo ocasional en escuela Rogelio Fernández Güell
Merienda de la tarde	0,02	Sobrepeso con consumo nunca en escuela Rogelio Fernández Güell
Cena	0,01	Normalidad con consumo todos los días en escuela Rey Curré
Merienda nocturna	0,00	Normalidad con consumo nunca en escuela Rey Curré

Fuente: Elaboración propia (2019)

En la tabla anterior, se aprecian los resultados de la asociación entre la realización de los tiempos de comida y el estado nutricional de los encuestados. Según se aprecia, se encontró relación entre la normalidad con el consumo diario del desayuno ($p=0,00$), merienda de la mañana ($p=0,01$) y cena ($p=0,01$); y el consumo nulo de la merienda nocturna ($p=0,00$).

En el caso del sobrepeso, se encontró relación con una realización nula de la merienda de la tarde ($p=0,02$). Por su lado, el consumo ocasional del almuerzo se asoció con la obesidad ($p=0,00$).

Tabla N°26
Hábitos alimentarios según escuela de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Hábito alimentario	Valor p	Relación
Tipo de alimentación	0,03	Alimentación intermedia en Rey Curré
Consumo de alimentos fuera del hogar	0,8	No existe
Lugar de consumo del desayuno	0,07	No existe

Fuente: Elaboración propia (2019)

La tabla anterior expone la comparativa entre los principales hábitos alimentarios en las dos escuelas evaluadas. Según se aprecia, únicamente se encontró tendencia de una alimentación intermedia en la escuela Rey Curré ($p=0,03$). El resto de hábitos no tuvieron diferencia estadística.

Finalmente, se realizó la comparativa del estado nutricional con los hábitos alimentarios de los encuestados. En la siguiente tabla se exponen estos resultados:

Tabla N°27
Estado nutricional según hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Hábito alimentario	Valor p	Relación
Índice de masa corporal		
Tipo de alimentación	0,00	Normalidad con alimentación intermedia en escuela Rey Curre
Consumo de alimentos fuera del hogar	0,01	Sobrepeso con practica 1 a 2 veces por semana escuela Rogelio Fernández Güell
Lugar de consumo del desayuno	0,01	Normalidad con consumo en hogar en escuela Rey Curre
Talla para la edad		
Tipo de alimentación	0,02	Baja talla con mala alimentación en escuela Rogelio Fernández Güell
Consumo de alimentos fuera del hogar	0,07	-
Lugar de consumo del desayuno	0,43	-

Fuente: Elaboración propia (2019)

En la tabla anterior se exponen los resultados de la prueba chi cuadrado al relacionar los distintos hábitos alimentarios con el estado nutricional de los encuestados.

Según se aprecia en el caso del índice de masa corporal, se encontró relación estadísticamente significativa entre el sobrepeso con el consumo de alimentos fuera del hogar en una frecuencia de 1 a 2 veces por semana ($p=0,01$). Por otro lado, también se encontró relación entre la normalidad del indicador con la alimentación intermedia ($p=0,00$) y con el consumo del desayuno en el hogar ($p=0,01$).

Ahora bien, al asociar el indicador de talla para la edad, únicamente se encontró relación entre la baja talla con la mala alimentación ($p=0,02$). En el caso de las demás variables no se encontró asociación estadística.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el siguiente capítulo, se busca conocer la explicación de los resultados obtenidos y las relaciones encontradas.

5.1 Aspectos sociodemográficos de los encargados y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell

En relación con los datos obtenidos en la distribución por sexo y edad de la muestra, se observa que los resultados son muy similares, tanto en el Rogelio Fernández Güell como en el Rey Curre donde predomina las mujeres con un 25% y 33% respectivamente. Según los datos obtenidos por el X Censo Nacional de Población y VI de Vivienda (2011) respectivamente en el territorio Curre el total de la población de 0-14 años comprende un 31.5%, pero por escasos de datos se habla de manera general. (Censo Nacional de Población y de Vivienda, 2011)

En relación con la persona encargada del niño o niña son las madres. En Latinoamérica, las mujeres destinan más tiempo que los hombres al cuidado en el hogar. Por otra parte, las políticas han reforzado el papel de cuidadoras en las madres y de proveedores económicos en los padres. (Herrera F., et al 2018). De acuerdo con Miller (2011), los supuestos esencialistas que posicionan a las mujeres como ‘maternales’, tengan o no hijos, siguen influenciando cómo se construye la parentalidad en los países occidentales. Los padres ocupan posiciones ambivalentes, donde se les exige mayor participación, pero se les da poco espacio o se conforman con hacer unas pocas tareas de cuidado. La madre sigue siendo representada en todos los ámbitos como la cuidadora primaria¹ y los padres, como cuidadores secundarios. La evidencia indica que, en la práctica, el nuevo modelo de padre involucrado

es difícil de alcanzar. Las exigencias de ser un padre cercano y cariñoso se suman y superponen con las exigencias, ineludibles, de proveer y proteger a la familia en contextos de baja protección social y económica. (Herrera F., et al; 2018)

Otro aspecto evaluado fue rango de las edades de padres de los escolares de ambas comunidades indígenas de Buenos Aires de Puntarenas, estos se encuentran entre los 21 a 35 años. Este rango de edad se considera una edad productiva en la etapa adulta para la sociedad en que vivimos, además al ser mayoritariamente el grupo etario de mujeres, en término del cuidado de los hijos e hijas estos dependen del apoyo de otras personas debido a que sus necesidades específicas solo pueden ser solventadas por el grupo familiar, el estado o la comunidad. (INEC, 2013)

En relación con los niveles de escolaridad que presenta el encargado del niño o niña se determinó que la gran mayoría de los padres tienen una escolaridad de secundaria incompleta seguidamente de una primaria completa. Según Koenigsberger, A. (2017), el 25.8% de ciudadanas indígenas no cuenta con instrucción escolar; 27.2% tiene estudios incompletos del nivel primaria; 18.7% ha concluido el nivel de primaria y 28.2% tiene estudios posteriores al nivel de primaria.

Los estudios dirigidos por UNICEF México (2014) mostraron que las principales causas de abandono entre las estudiantes indígenas son la falta de motivación al no poder avanzar de igual forma que sus compañeras no indígenas y la percepción de no ser respetadas en cuanto a su identidad indígena y a sus diferencias culturales. Esto contrasta positivamente con el hecho de que son las estudiantes indígenas las que en promedio obtienen peores notas (Schmelkes, 2013). En cuanto a Costa Rica, conforme a las brechas y desigualdades vulneran

derechos de la niñez y adolescencia. De acuerdo con las proyecciones de población del año 2018, realizadas por el Instituto de Estadística y Censos, en el país viven 12 mil indígenas y en cuanto la exclusión educativa impacta con mayor fuerza a las la niñez, la adolescencia y juventud excluida, pues un 12% de la población indígena y un 24% de la población migrante, de 5 a 17 años, no tiene probabilidades de recibir educación primaria y secundaria, de acuerdo con el informe Estado de los Derechos de la Niñez y la Adolescencia en Costa Rica. (UNICEF, 2019)

En relación con el ingreso económico mensual que reciben estos padres en el hogar, según el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (2018), el salario mínimo para un trabajador no calificado es de $\text{¢}309.143,36$ colones mensuales. De acuerdo con la información anterior la mayoría de indígenas, ya sea hombres o mujeres, se clasifican como trabajadores no calificados, por lo tanto, se les debe pagar el salario mínimo de un trabajador no calificado, y según los datos de la figura número nueve, el ingreso económico mensual del hogar de la mayoría de las participantes es menos de $\text{¢}150\,000$ colones, es decir, es menos del salario mínimo correspondiente, la mayoría trabaja como peón agrícola e incluso la mayoría de las mujeres laboran en actividades agrícolas familiares sin pago alguno.

En cuanto a un estudio realizado en México menciona que los ingresos que reciben las poblaciones indígenas se clasificara así: 25.8% no recibe ingresos; 27.1% recibe menos de un salario mínimo; 27.9% recibe de 1 a 2 salarios mínimos y 19.1% recibe más de dos salarios mínimos. Cabe destacar, sin embargo, que de acuerdo con el Índice Nacional de Precios al Consumidor (2016), la canasta básica alimentaria cuesta 2.5 salarios mínimos, lo que permite inferir de los datos antes mostrados que solo 19.1% de la población indígena puede acceder a ella (Koenigsberger A., 2017). En Costa Rica, un salario mínimo se encuentra en los

¢309.143,36, por ende, podría acceder 4.5 veces a la canasta básica (Ministerio de trabajo, 2019) aunque todo depende de la labor que realiza el indígena, según el Ministerio de salud en Costa Rica, el 55% de los hombres mayores de 17 años laboran en actividades agrícolas familiares, el 35% se encuentra laborando en actividades no calificadas (peón agrícola) y el 11% se encontraba sin realizar actividades remuneradas y fuera de los territorios indígenas, el 50% de los hombres indígenas mayores de 17 años se encontraban laborando en actividades no calificadas y el 24% de ellos no realizaba actividades remuneradas. Con respecto a las mujeres indígenas, el 79% mayores de 17 años no realizaron actividades remuneradas, la mayoría de las mujeres que realizaron actividades remuneradas lo hicieron en labores agrícolas familiares (57%) y el 27% en actividades no calificadas. (Ministerio de Salud Costa Rica, 2005)

5.2 Hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell

En cuanto a los tiempos de comida realizados durante la semana, se puede apreciar que los que el 92% de los niños y niñas si realizan un almuerzo, pero hay que descartar que muchos de estos almuerzos son brindados en el comedor de la institución, seguidamente de la cena con un 92% y en cuanto al desayuno solo un 68% lo realizan diariamente, estos resultados comparados con los fines de semana no andan muy lejanos. Si se puede observar que el consumo de las meriendas es muy bajo en los niños y niñas que lo consumen. Según Quintana et al. (2018), los niños y niñas en edad escolar deben realizar 5 tiempos de comida a lo largo del día distribuidos de la siguiente manera: el desayuno debe corresponder a un 25 %, el almuerzo 26 a un 30 % y la cena de un 25 a un 30 % de los requerimientos diarios. Se deben

realizar dos meriendas entre comidas, las cuales deben representar un 15-20 % cada una, del total de calorías al día.

En la Organización de las Naciones Unidas para la alimentación, hace mención sobre algunos de los errores más comunes, en cuanto al desayuno estos son escasos, de baja calidad o ausencia de este tiempo de comida. El desayuno es muy importante ya que se ha comprobado una menor capacidad de atención y de aprendizaje en escolares que no desayunan, los almuerzos son insuficientes o mal seleccionados, sobre todo cuando se consumen fuera del hogar y la elección de los alimentos queda a criterio del niño y en cuanto a las meriendas donde el tipo de alimentos preferidos son productos de poca o nula calidad nutricional. Por estas razones y otras que afectan directamente su salud, existen muchos escolares que se han quedado con baja talla para su edad, especialmente en el sector rural y en familias muy pobres. Destaca también la existencia de niños con sobrepeso y obesidad especialmente en las zonas urbanas. Por lo tanto, es necesario que los adultos enseñen a los escolares, a seleccionar y combinar los alimentos para lograr una alimentación que permita un desarrollo y crecimiento adecuado. (FAO, s.f)

El método de cocción que impera en esta población es el hervido y frito, puesto que utilizan ambos métodos de cocción de manera continua. Según en la investigación realizada por González, A. et al. (2010), lograron demostrar que el tipo de cocción más utilizado en la población es la fritura por el poco tiempo que requiere el cocido en el alimento, así como el sabor tan atractivo que se les da. Por ende, el artículo se puede relacionar con esta investigación, pues en ambas zonas se utiliza el método de freír como cocción casi siempre en los hogares.

En cuanto al tipo de grasa con que mayor frecuencia prepara los alimentos y se pudo observar que la mayoría de la población utiliza el aceite vegetal para la preparación de los alimentos en casa, seguidamente de la manteca vegetal. Se menciona que los aceites han sido utilizados por los humanos desde épocas ancestrales como parte de su alimentación y como combustibles, los aceites son productos de origen vegetal o animal, cuyos componentes principales son triésteres de ácidos grasos y el glicerol y se les denomina como “triglicéridos”, un aceite puede estar formado por un solo tipo de triglicérido, o por una mezcla de triglicéridos. (Durán A, Samuel, et al., 2015)

En relación con los alimentos consumidos fuera de casa con la frecuencia del consumo, en el cual se puede observar que muchos de estos niños consumen alimentos fuera de casa menos de una vez al mes, seguidamente 1 a 3 veces al mes. Consumiendo papas fritas, pollo frito y jugos de cajita como los más altos. Al apreciarse una baja ingesta de alimentos fuera del hogar mucho depende por la seguridad alimentaria si lo observamos por la disponibilidad de alimentos, va a depender de lo económico, transporte, infraestructura vial, comercios exteriores, en cuanto al acceso de los alimentos va a depender del nivel de ingreso y capacidad de compra y hasta el tamaño de la familia. (Farfán, Calderón J., 2018)

En cuanto al consumo de líquidos, muchos de estos padres de familia respondieron que consumen entre 3 a 4 vasos al día seguidamente de 5 a 6 vasos diarios. Como se sabe en el cantón de Buenos Aires predomina la zona de vida del bosque tropical húmedo y bosque muy húmedo pre montano. Tiene elevaciones que oscilan entre los 100 metros y más de 3000 metros sobre el nivel del mar (INDER, 2014), por lo tanto, una hidratación en estos niños escolares es importante para evitar una deshidratación. El consumo de agua toma vital importancia en la salud de los niños escolares, pues, a esta edad normalmente son muy activos

en la escuela y uno que otros realizan algún deporte. En la edad escolar de los 7 a 12 años de edad se recomienda una ingesta de líquidos de más de 6 vasos de agua, o de 1500ml a 2000ml al día, dependiendo de la actividad física que realice el niño (a). Según la Academia Americana de Pediatría (AAP), se debe asegurarnos que el consumo de agua sea la primera elección y evitar los jugos artificiales así como las gaseosas. (Quintana et al., 2018)

En relación con el lugar donde los niños acostumbran a desayunar se encuentra que es en la escuela donde mayormente la realizan. Tanto la escuela Rogelio Fernández Güell como la Rey Curre los niños y niñas reciben alimentación por parte del comedor de la institución, lo que es la merienda y el almuerzo estos niños y niñas. El Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y del Adolescente (PANEA) es impulsado por el Ministerio de Educación Pública (MEP) en compañía de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica (UCR), para que los estudiantes tengan una alimentación sana y completa acorde con los requerimientos energéticos y nutricionales de su edad, asegurando la incorporación de todos los grupos de alimentos en la dieta de los escolares y los adolescentes, con especial énfasis en el consumo de agua, frutas y verduras, debido a datos alarmantes de la existencia de sobrepeso y obesidad infantil en casi 118.000 niños y niñas que reveló el Primer Censo de Peso y Talla (2016). Los comedores escolares son un recurso educativo que beneficia a todos los escolares que asisten al centro educativo en donde, para muchos estudiantes, es el único alimento que reciben a lo largo del día.

En etapa escolar, la alimentación es indispensable para que los menores tengan un adecuado desarrollo físico y mental, a pesar de que se cuenta con este recurso alimentario tan valioso existe una desvinculación por parte de la dirección y los profesores encargados de los

alumnos para aprovechar de una mejor manera el beneficio de contar con una adecuada alimentación en etapa escolar. (Fagúndez, L. J. M., & Torres, A. R., 2015)

Asimismo, el comedor estudiantil constituye una parte importante de la dieta diaria que consumen los estudiantes durante los cinco días a la semana y por más de 200 días al año”. (Adolió Cascante R., et al., 2017)

En cuanto a las meriendas consumidas por estos estudiantes en el Rey Curre y en la Rogelio Fernández Güell con un 48% y 33% respectivamente realizan una merienda adecuada. Es importante que los padres de los niños se aseguren que los alimentos que los niños lleven a sus escuelas sean de buena calidad nutricional, ya que, de esta manera, se promueve una buena salud y es una manera de prevenir enfermedades que pueden aparecer a largo plazo, debido a una inadecuada alimentación desde la infancia. Además de esto, la merienda evita que los niños consuman alimentos de más en los tiempos principales de comida, y son una oportunidad para incluir alimentos como frutas y lácteos durante el día. (Almanzar y Díaz, 2011)

5.3 Frecuencia de consumo de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell

Conforme a la frecuencia de consumo de estos niños y niñas se puede observar que la gran mayoría de estas dos poblaciones existe una alimentación intermedia. Con respecto al consumo de lácteos, según la Guía alimentarias para Costa Rica (2011), el consumo de lácteos debe ser de tres porciones diarias para lograr obtener su aporte de calcio, las proteínas de buena calidad, vitaminas y minerales y solo el 18% de la población estudiada consume

este alimentos diariamente. Para el Ministerio de Salud la recomendación sobre los lácteos debería ser por lo menos 1 vaso diario de leche o yogurt preferiblemente semidescremado o descremado para reducir el consumo de grasas saturadas. (Ministerio de Salud, 2011)

En relación con el consumo de grasas, se refleja que en los estudiantes consumen este tipo de productos algunas veces a la semana. Solo un 18% de la población estudiada lo consume diariamente. Sabemos que estas grasas aportan colesterol, grasas saturadas. Actualmente, están disponibles alimentos procesados con una baja cantidad de grasa y con edulcorantes artificiales a los cuales se les denomina “livianos” o “light”. A pesar de que estos productos modificados proveen menos calorías que los regulares, no se debe abusar de su consumo, pues siempre son fuente de energía. (Guías alimentarias para Costa Rica, 2011)

Con respecto a los consumos vegetales tanto harinosos como no harinosos, se demostró que, mayoritariamente, lo consumen algunas veces a la semana, solo un 23% tomando en cuenta ambas escuelas lo consumen diariamente. Si se comparan estos resultados con datos del INEC, se observa que no es nada similar, pues dicha institución mostró que los costarricenses consumen un promedio de 2-3 porciones al día (Caravaca, I. 2014). Las Guías Alimentarias de Costa Rica recomiendan consumir al menos 5 porciones al día, entre frutas y vegetales, debido a que ambos tienen nutrientes esenciales como vitaminas y minerales, además, contienen fibra, antioxidantes y otras sustancias que aumentan las defensas, ayudan a prevenir enfermedades del corazón, el cáncer, la obesidad, y, además, favorecen un envejecimiento saludable y previenen la aparición de cataratas. (Ministerio de Salud, 2011)

En relación con el consumo de pescados, carnes y embutidos las guías alimentarias para Costa Rica (2011) recomiendan consumir carnes tres veces o más por semana, prefiriendo

siempre las carnes blancas sobre las carnes rojas o procesadas como los embutidos. En la población estudiada esto no sucede ya que la gran mayoría consume estos alimentos algunas veces a la semana. Sin embargo, el pescado fresco es un alimento que se consume mensualmente o casi nunca, siendo este un alimento de alto valor nutricional que favorece la salud de las arterias y el corazón, consumido con poca frecuencia. Si se compara con este estudio de (Vio, Salinas, Lera, et al, 2012) no concordarían, pues en el estudio realizado en 150 niños y niñas de pre-escolar y escolar, sí consumían pescado un 89% de la población estudiada.

En relación con el consumo de carnes, pescados y embutidos las guías alimentarias de Costa Rica recomiendan que sea mayor el consumo de carnes blancas y esta debería consumirse 3 veces por semana, también se recomienda que el consumo de res y cerdo no sea mayor a 3 veces a la semana y esta debe de ser una ración de 90 gramos (Cerdeña, 2011). En comparación con este estudio se observa que la ingesta de estos alimentos sucede algunas veces a la semana.

En cuanto al consumo de huevo, se promueven el consumo de dicho alimento en la alimentación esto se debe a que es una fuente con alto valor nutritivo, contiene proteína de buena calidad, hierro, vitamina A, entre otros; aparte tiene un costo muy accesible para cualquier tipo de población (Cerdeña, 2011). En este estudio se obtuvo como resultado que esta población presenta un consumo mayormente algunas veces al mes, es una pequeña población que lo consume diariamente.

En relación con el consumo de bebidas azucaradas y golosinas se evidencia que este tipo de alimentos son consumidos mayormente algunas veces al mes, lo cual es excelente, pues se

recomienda un consumo de no más de 6 cucharaditas de azúcar al día según las Guías Alimentarias de Costa Rica (2011), ya que esta se almacena en el cuerpo en forma de grasa, ocasionando enfermedades crónicas no transmisibles en un futuro.

Por otro lado, la repostería y las comidas rápidas son altas en sodio, y su consumo es un factor de riesgo para padecer hipertensión arterial, obesidad y cáncer gástrico. En el estudio, según muestra la frecuencia de consumo más común de comidas rápidas en ambos grupos es algunas veces al mes, este aspecto es positivo, se sabe que por la edad escolar es una edad en donde se requieren nutrientes de buena calidad para fomentar un buen desarrollo y crecimiento, si se podría evitar mejor. (Serrú et al., 2011)

5.4 Estado nutricional- de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré y niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell

En relación con el estado nutricional según el índice de masa corporal, más predominante en los estudiantes que participaron del estudio es de normal en Rey Curre con un 42% y en el Rogelio Fernández con un 59%, donde predomina el sexo femenino. En cuanto a la escuela Rey Curre denomina también el sexo femenino en sobrepeso y obesidad. En Costa Rica, según la encuesta nacional de nutrición (2008-2009), un 6,1 % de los niños de 5 a 12 años se encuentra en un estado nutricional de delgadez; mientras que un 72,4% en estado normal y un 21.4% de la población está en sobrepeso y obesidad, con base en el índice de masa corporal y conforme en el censo escolar peso-talla realizado en el 2016 (MEP, 216) se encuestaron a 347.379 escolares, de los cuales el 64.2% se clasificaron con un estado nutricional normal, 1.8% estaban desnutridos y 34% tenían sobrepeso y obesidad, siendo mayor la prevalencia de sobrepeso (19.8%) con respecto a la de obesidad (14.1%). En

comparación al estudio realizado conforme al censo, se puede apreciar que los resultados son un poco similares en cuanto a la escuela Rogelio Fernández. En comparación con los resultados de la encuesta nacional de nutrición 2008-2009 un 21.4% presentaba una sobrepeso y obesidad siendo las hombres con más prevalencia (OPS, 2009). En lo que respecta al sobrepeso y obesidad, la misma escuela posee prácticamente casi el mismo resultado conforme al censo teniendo igual una mayor prevalencia en sobrepeso.

Como parte de la evaluación del estado nutricional de los escolares se realizó el análisis de talla-edad en donde los resultados obtenidos muestran que en el Rey Curre 85 % de los niños mantienen una talla normal y en el Rogelio Fernández 78% en relación con el rango de edad, siendo este rango predominante en mujeres. En el Censo Escolar peso-talla realizado en el 2016, se encuentra que a nivel nacional se establece una prevalencia del 94.2% de los escolares se ubicaron en la categoría de talla normal (MEP, 2016), por lo cual se puede observar que son resultados muy parecidos en cuanto al Rey Curre al estudio realizado. La talla es un indicador determinado por el crecimiento óseo, siendo este un proceso complejo, influenciado por la interrelación de múltiples factores, y en el que se requiere la adecuada funcionalidad e integralidad de los diferentes sistemas para lograr alcanzar la talla esperada de cada individuo. (Figueroa. 2015)

Los hallazgos encontrados en esta investigación en relación al acceso de la población a alimentos calóricos se asemejan a los encontrados en un estudio llevado a cabo en Bio Bio, lo que redundo en el efecto de mayor sobrepeso y obesidad en los grupos indígenas (Cartes y Navarrete, 2012). Al igual que en el resto de Chile, los niveles de sobrepeso y obesidad en la región de la Araucanía han seguido una tendencia creciente, alcanzando una prevalencia de 35,9% de sobrepeso y 35% de obesidad (en Chile los niveles son de 39,32 y 25,1%

respectivamente) según los datos de la Encuesta Nacional de Salud 2009-2010. (Silva F. et al, 2016)

En cuanto a la Talamanca indígena esta ha sufrido cambios en los patrones de consumo de alimentos desde una alimentación tradicional hacia la incorporación de productos industrializados. Diferentes investigaciones demuestran que la incorporación de una sociedad tradicional al consumo de alimentos industrializados ha resultado en un empeoramiento del estado nutricional de esa población. (Gonzales R., 2005)

En este otro estudio por Cruz, M. et al, 2012) realizado en Chontales de Tabasco, México también nos menciona que hay un aumento de peso en estas poblaciones está relacionado con los cambios en los padrones de consumo de alimentos, pues, antes, el indígena era más colector y cazador de lo que es en la actualidad, esto quiere decir que consumían más pescado y carnes del monte por lo tanto la dieta no solo se basaba en alimentos fuente de carbohidratos. Además, menciona que otro factor muy importante es que la cocción de estos era distinta, se utiliza más el hervido o asado en comparación a la fritura que es el principal método de cocción en la cual utilizan grasas saturadas como la manteca.

Cabe mencionar que tanto en poblaciones indígenas nacionales como internacionales se logra ver que están siendo afectados por la misma razón, si la pérdida de un elemento cultural es ya lamentable, lo es más cuando este elemento está directamente relacionado con la salud de las personas.

5.5. Resultados bivariados de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela

Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

En relación con el estado nutricional según perfil sociodemográfico el retraso del crecimiento, o talla baja para la edad, se define como una estatura inferior en más de dos desviaciones típicas a la mediana de los patrones de crecimiento infantil de la Organización Mundial de la Salud (OMS). La pobreza de los hogares puede llevar a una interacción entre negligencia de los padres o cuidadores, prácticas de alimentación no perceptivas, estimulación infantil inadecuada e inseguridad alimentaria que obstaculice el crecimiento y desarrollo. (Gotthelf S, Tempesti C., 2018)

Uno de los problemas que aparece más relacionado con la condición de pobreza y, por lo tanto, con el desarrollo económico y social de los países, es la baja escolaridad. De acuerdo con indicadores de la CEPAL, son necesarios un mínimo de 10 u 11 años de educación formal para contar con un 90% de posibilidades de no caer o mantenerse en la pobreza. La educación de un individuo está estrechamente vinculada con la capacidad de tomar decisiones acertadas en temas de salud, crianza entre otros. La vida de un neonato está condicionada principalmente por la madre y los conocimientos y actitudes que ella tenga en temas de alimentación, salud y crianza. (Romero I, Edson, 2010)

Conforme a la realización de los diferentes tiempos de comida según el estado nutricional en cuanto al menú escolar para el tiempo de comida de almuerzo, se realizó un análisis previo de los resultados encontrados en el diagnóstico (2016), tomando en cuenta el tipo de preparaciones incluidas, preferencias de los beneficiarios y composición del plato servido, además, se analizaron diferentes recetas de preparaciones que usualmente son servidas en este tiempo de comida. Se derivan 25 opciones de platos principales del ciclo de menú y aportan en promedio el 30% del VET. Para definir las combinaciones de los platos se utilizó el siguiente patrón de menú: plato principal, arroz, frijoles, ensalada, aderezo, fruta y bebida.

La combinación de los elementos de este patrón depende específicamente de la receta y de los componentes que culturalmente se sirven con cada plato, la distribución de los intercambios por grupo beneficiario se muestra en el siguiente cuadro. (MEP, 2017)

El territorio Rey Curré está habitado por indígenas Brunca. En cuanto a la producción, hay cultivo de granos básicos para el autoconsumo, cría de cerdo, ganado vacuno y aves, así como cultivos de café y ayote, además se basa en arroz y frijoles, productos que corresponden a su dieta tradicional. En el caso de Curré, sobresale la producción de plátano (Guevara, 2011) lo que puede estar en relación con el estado nutricional. Además, según hábitos alimentarios, el consumo de alimentos fuera del hogar según el índice de masa corporal esta favorece la creciente prevalencia de sobrepeso puede estar relacionada con la calidad nutricional de la dieta. La comida que se ofrece en los servicios de comidas, con altos niveles de calorías, altos niveles de grasa, bajos niveles de fibras, con una variedad de alimentos sabrosos, así como la alta ingesta de refrescos y dulces y el creciente tamaño de las porciones son los mecanismos más probables son asociar la alimentación fuera del hogar y el aumento de peso. Asimismo, la disponibilidad de alimentos en el hogar, en Brasil, ha cambiado en los últimos años, con el reemplazo de alimentos tradicionales, como arroz, frijoles y tubérculos, con alimentos ultra procesados, listos para el consumo. (Cavalcante, Brito J, et al, 2017)

Al respecto, una investigación en escolares sobre consumo alimentario dentro y fuera de la escuela reportó que el 80% de los participantes consumían refrescos y jugos enlatados con alta frecuencia y en cantidades importantes, así como productos lácteos industrializados con alto valor calórico y bajo contenido de proteínas, además de ingerir pocos alimentos de origen animal; 30% comían 4 o 5 veces al día y 10% una o 2 veces. Estos resultados se asociaron

con las características somato métricas de los niños donde 37.6% presentaron sobrepeso u obesidad y 12%, bajo peso. (Vega-Rodríguez P. et al, 2015)

Asimismo, otro estudio realizado en Guadalajara en México, se reportó que el consumo de gaseosas o refrescos azucarados se constituía en riesgo para su obesidad y de otros reportes, que han establecido el riesgo aumentado de exceso de peso con el consumo de gaseosas y refrescos azucarados. El consumo de papas fritas y alimentos empaquetados se asoció de manera inversa al exceso, esto se puede explicar por un sesgo de información dado que el ajuste por las confidentes incluyó a la energía total consumida, la explicación más plausible es que los sujetos con exceso, disminuyen su consumo de papas fritas y alimentos empaquetados. El grupo de alimentos embutidos y fritos, donde se incluyen las hamburguesas, la pizza, los perros calientes y las empanadas, entre otros muchos más, no se asociaron con el exceso. Lo anterior es más evidencia que muestra que la causa de la obesidad en los niños no es el consumo snack y se concluye que se estableció que el consumo de snacks no es al parecer, determinante del exceso de peso en menores, que solo dos grupos de alimentos del consumo de snacks, embotellados con azúcar, papas fritas y alimentos empaquetados se asociaron al exceso, que el principal determinante del exceso de peso y del consumo de snacks es el urbanismo, el desarrollo social, el económico y el nivel de riqueza. (Herrán F, Oscar Fernando, Del Castillo M, et al, 2015)

La prevalencia de baja talla es mayor en las provincias de Limón y Puntarenas, sin embargo, en las zonas indígenas la prevalencia de baja talla llega hasta el 16%, este porcentaje es muy elevado con respecto al promedio nacional. Cabe destacar, la tendencia de rezago en este indicador es mayormente presentada en los niños menores de 5 años y se puede revertir si el entorno y las condiciones de salubridad y alimentación son óptimas. A menor índice de

desarrollo social, tanto a nivel cantonal como distrital, hay mayor prevalencia de baja talla, sin embargo la mayor parte de baja talla del país se focaliza en la zona indígena donde también coexiste el problema de malnutrición por sobrepeso, ya que en zonas indígenas el problema de obesidad aparece hasta los 12 años de edad. (Censo Escolar peso-talla, 2016)

CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

En el último capítulo de la investigación se constituyen las afirmaciones que responden al objetivo general y los específicos:

- Se determinó que existe una relación significativa entre hábitos alimentarios específicos y el estado nutricional según IMC de los niños y también el nivel sociodemográfico y el estado nutricional tuvo su relación significativa.
- En la investigación, se trabajó con una muestra total de 79 niños escolares indígenas de ambos sexos, la mayoría presenta un rango de edad entre los 8 a 11 años y cursan segundo y quinto grado, encargados mayormente por la madre, entre 21 a 35 años de edad, con un grado escolar de secundaria incompleto y con un ingreso familiar mensual menor a los 150mil colones.
- En el caso de los hábitos alimentarios, se determinó una alimentación intermedia en la escuela Rey Curre con una tendencia con el desayuno. El sobrepeso, está relacionado con una realización nula de la merienda de la tarde y el consumo ocasional del almuerzo se asoció con la obesidad
- Según la clasificación del estado nutricional según índice de masa corporal se identificó que la mayoría de los niños presentan un estado nutricional normal en ambas escuelas, la frecuencia del sobrepeso y obesidad fue mayor en las mujeres y ambos casos se da en la escuela Rey Curre. En cuanto a la talla para la edad, la mayoría de la población estudiada presenta una talla normal para la edad.
- Al comparar los hábitos alimentarios y con el estado nutricional, se asoció significativamente el IMC con sobrepeso al consumo de alimentos fuera de casa con

1 a 2 veces a la semana y una relación normal con alimentación intermedia y en relación al primer tiempo de comida el desayuno en casa. En cuanto a la T/E hubo una relación significativa con baja talla con una mala alimentación.

6.2 RECOMENDACIONES

A continuación, se presentan posibles acciones para tomar en cuenta en futuros estudios en poblaciones indígenas.

- Ejecutar un análisis de estudios comparativos de cada una de las reservas para acercarse a las posibles causas de la situación vivida por estas comunidades que permitirían establecer intervenciones y propuestas, ya que cada reserva presenta culturas diferentes.
- Plasmar futuras intervenciones nutricionales a los diferentes territorios indígenas de Costa Rica para poder abarcar una mayor parte de la población indígena y así conocer más sobre el estado nutricional y seguridad alimentaria que poseen estas personas.
- Realizar a nivel nacional censos del estado nutricional específicamente en las áreas indígenas de Costa Rica para los niños y niñas y así poder elaborar datos más certeros y actualizados de la realidad nutricional de esta población.

BIBLIOGRAFIA

1. Acosta Favela J, Medrano Donlucas G, Duarte Ochoa G, González Santana S. (2014). Malos Hábitos Alimentarios y Falta de Actividad Física Principales Factores Desencadenantes de Sobrepeso y Obesidad en los Niños Escolares. Recuperado el día 19 de enero de 2019 de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/871-3374-1-PB.pdf>
2. Adolio Cascante, R. et al., (2017). Manual de menú para comedores estudiantiles de primaria. Recuperado el 29 de Junio de 2019 de: <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/manual-primaria.pdf>
3. Almanzar, R., y Díaz, C. (2011). Hábitos alimentarios en la selección de merienda en niños escolares de 5-10 años en un área de la ciudad de santo domingo. Recuperado el 3 de Julio del 2019 de <http://www.redalyc.org/resumen.oa?id=87022786006>
4. Aquino-Vivanco, Óscar, Aramburu, Adolfo, Munares-García, Óscar, Gómez-Guizado, Guillermo. (2013). Intervenciones para el control del sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en el Perú. Recuperado en 26 de octubre de 2018, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342013000200019&lng=es&tlng=es
5. Barreto, C. T. G., Cardoso, A. M., & Coimbra Jr., C. E. (2014). Estado nutricional de crianças indígenas Guaraní nos estados do Rio de Janeiro e São Paulo, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 30, 657-662.
6. Carls. (2013). Desarrollo de las reservas indígenas en el Sur de Costa Rica. Recuperado de: <https://www.upeace.org/OKN/collection/UniversityforPeacePress-DesarrolloReservasIndigenas2013.pdf>

7. Carmenate Milián L, Moncada Chévez F, Borjas Leiva E. (2014). Manual de medidas antropométricas. Recuperado el 20 enero del 2019 de: <https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/8632/MANUAL%20ANTROPOMETRIA.pdf>
8. Caja Costarricense Seguro Social. Gráfica Índice de masa corporal niños y adolescentes de 5- 19 años
9. Caja Costarricense Seguro Social. Gráfica talla-edad niños y adolescentes de 5-19 años.
10. Caravaca, I (2014). Disponibilidad y tendencias de los grupos de alimentos y nutrientes en los hogares, según zona y distribución socioeconómica en Costa Rica. Instituto Nacional de Estadística y Censos. Recuperado de http://www.inec.go.cr/sites/default/files/documentos/pobreza_y_presupuesto_de_hogares/gastos_de_los_hogares/metodologias/documentos_metodologicos/mepobreza_s_imposioenig2013-2014-02.pdf
11. CEPAL. 2014. Los pueblos indígenas en América Latina. Recuperado el 28 enero del 2019
12. Censo Nacional de Población y de Vivienda, 2011. Territorios Indígenas Principales indicadores demográficos y socioeconómicos. Recuperado el 31 de Agosto de 2019 de: https://celade.cepal.org/censosinfo/manuales/CR_TerritorioIndigena_2011.pdf
13. Cerda, C. G. (2011). Guías Alimentarias para Costa Rica. Ministerio de Salud, San José
14. Correa Aste, N y Roopnaraine, T. (2014). Estudio etnográfico sobre la implementación y los efectos socioculturales del Programa Juntos en seis comunidades andinas y amazónicas de Perú.

- <http://www.juntos.gob.pe/storage/ckeditor/8q7OhEzOMJdILFfENhTxHgmKTXP51r.pdf>
15. Cruz, M. Tuñon, E. Villaseñor, M. Álvarez, G y Nigh, R. (2012). Desigualdades de género en sobrepeso y obesidad entre indígenas Chontales de Tabasco, México. *Población y Salud en Mesoamérica*, 1-22.
 16. Delgado O, Carpio C, Padilla F, Ureña F. (2011). Prospección región del Diquis, cantón de Buenos Aires. Recuperado el día 19 de enero de 2019 de https://www.mivah.go.cr/Documentos/investigaciones_diagnosticos/diagnosticos_planes_intervencion/2011/DIQUIS_ZONA_SUR/DIAGNOSTICO_REGION_DIQUIS_CANTON_BUENOS_AIRES.pdf
 17. Díaz Scarpetta J. (2013). Inseguridad alimentaria en población indígena y afro descendiente en Colombia.
 18. Díaz, C. I. E., & Zambrano, A. D. L. Á. M. (2017). Estado nutricional en niños de 5 a 11 años de edad en las comunidades indígenas Kumpas y Cumbatza. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 36(5), 197-200
 19. Durán Agüero, Samuel, Torres García, Jairo, & Sanhueza Catalán, Julio. (2015). Aceites vegetales de uso frecuente en Sudamérica: características y propiedades. *Nutrición Hospitalaria*, 32(1), 11. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.32.1.8874>
 20. Echague G, Díaz V, Mendoza L, Mongelo P, Giménez G, Paez M. (2015). Nutritional state and food aspects of indigenous women from president Hayes department, Paraguay. *Revista de la Universidad Industrial de Santander*. Vol.47 No.3. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000300004&lng=en&tlng=es.

21. Equipo Técnico Nacional del Censo (2017). Censo Escolar Peso/Talla Costa Rica, 2016. Recuperado el 24 enero del 2019 de <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/informe-ejecutivo-censo-escolar-peso-cortofinal.pdf>
22. FAO. (2015). Los Pueblos Indígenas y las Políticas Públicas de Seguridad Alimentaria y Nutricional EN América Latina Y el Caribe. Recuperado el 24 enero del 2019 de: <http://www.fao.org/3/a-i4828s.pdf>
23. FAO. (s.f). Guía metodología para la enseñanza de la alimentación y nutrición. Recuperado el 27 de Junio de 2019 de: <http://www.fao.org/3/am283s/am283s05.pdf>
24. Farfán, Calderón J., Torres, Arias D., Gómez, Papamija M. (2018) Condiciones de seguridad alimentaria en una comunidad indígena de Colombia. *Recuperado el 31 de Agosto de 2019 de: <https://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312018280405>*
25. Fischer, L., & Espejo, J. (2013). Publicidad engañosa. Recuperado el 28 de enero de <https://www.promonegocios.net/publicidad/publicidad-enganosa.html>
26. Figueredo R, Ruffinelli J, Benítez A, Bueno E. (2007). Progresión de la obesidad en poblaciones indígenas de Paraguay. *Rev Esp Obes*; 5(2): 91-97
27. Figueroa, G. (2015). Evaluación Nutricional. Retrieved from Cátedra de Evaluación Nutricional, Universidad de Buenos Aires: <https://www.fmed.uba.ar/sites/default/files/2018-11/1.pdf>
28. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2013). Mejorar la nutrición infantil El imperativo para el progreso mundial que es posible lograr. Recuperado el 20 enero del 2019 de: https://www.unicef.org/Spanish_UNICEF-NutritionReport_low_res_10May2013.pdf

29. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia México. (2014). Buenas prácticas sobre educación indígena. Recuperado de http://www.unicef.org/mexico/spanish/BP_Educacion_Indigena.pdf
30. Flores, D. S. (2012). Seguridad alimentaria en comunidades indígenas de Costa Rica: el caso de comunidades Cabécar de Alto Chirripó. Recuperado el 1 de Julio de 2019 de: http://216.224.175.122:8080/bitstream/handle/11554/3939/Seguridad_alimentaria_en_comunidades_indigenas.pdf?sequence=1&isAllowed=y
31. Gillette Hall G, Patrinos H. (2014). Pueblos indígenas, pobreza y desarrollo humano en América Latina: 1994-2004. Recuperado el día 28 de enero de 2019 de <http://documentos.bancomundial.org/curated/es/712501468300536572/pdf/330200PueblosIndigenasPobreza1resumen1es.pdf>
32. Gonzales R. (2005). La tradición alimentaria en la Talamanca indígena. [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/26211%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/26211%20(3).pdf)
33. González, A.; Vila, J.; Guerra, C.; Quintero, O.; Dorta, M. y Pacheco, J. (2010). “Estado nutricional en niños escolares. Valoración clínica, antropométrica y alimentaria”. Recuperado el 6 de Julio de 2019 de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727897X2010000200004&script=sci_arttext
34. Gotthelf S, Tempesti C. (2018). STUNTING AND SOCIAL VULNERABILITY IN THE POPULATION OF SALTA, ARGENTINA.
35. Gutiérrez Slon J. Moya Aburto C. (2018). Indigenous Peoples and the Costa Rican State: Dispute over Rights and Territorial Control
36. Guevara-Viquez F, Nercis-Sánchez I., Ovares-Barquero S (2015). Teachers of Language and Culture: A Thoughtful Look and Review of the Costa Rican Indigenous Education. <http://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v19n2/a18v19n2.pdf>

37. Guevara, F. (2011). Cronología básica de los pueblos indígenas de Costa Rica: desde los inicios del siglo XVI hasta el año 2000. San José, C.R. Siwa Pako.
38. Herrán F, Oscar Fernando, Del Castillo M, Sara, & Fonseca C, Zulma Yanira. (2015). Consumo de bocadillos y exceso de peso en niños colombianos. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182015000300001>
39. Herrero Jaén, Sara. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. Recuperado en 28 de enero de 2019, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2016000200006&lng=es&tlng=es.
40. Herrera F, Aguayo F, Jael Goldsmith J (2018). Proveer, cuidar y criar: evidencias, discursos y experiencias sobre paternidad en América Latina. Recuperado en 1 de Julio de 2019 de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/polis/v17n50/0718-6568-polis-17-50-00005.pdf>
41. Horta, B. L., Santos, R. V., Welch, J. R., Cardoso, A. M., dos Santos, J. V., Assis, A. M. O., & Coimbra Jr. C. E. (2013). Nutritional status of indigenous children: findings from the First National Survey of Indigenous People's Health and Nutrition in Brazil. *International journal for equity in health*, 12(1), 23.
42. Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2013). X Censo nacional de población y VI de vivienda 2011. Territorios indígenas. Principales indicadores demográficos y socioeconómicos. Recuperado de http://www.uned.ac.cr/extension/images/ifcmdl/02_Censo_2011_Territorios_Indigenas.pdf
43. INDER (2014). Informe de caracterización del territorio Buenos Aires – Coto Brus. Recuperado el 20 enero del 2019 de:

- https://www.inder.go.cr/territorios_inder/region_brunca/caracterizaciones/Caracterizacion-BuenosAires-CotoBrus.pdf
44. Izquierdo, O. P., Beutelspacher, A. N., Romo, S. E. P. G., Burguete, M. T. C., & Méndez, R. M. (2012). Percepciones alimentarias en personas indígenas adultas de dos comunidades mayas. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 103- 114.
 45. Koenigsberger A. (2017). Indigenous students in the context of structural inequalities. Recuperado el 28 Junio del 2019 de: http://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2408/html_69
 46. Kuhnlein, H. V., Erasmus, B., & Spigelski, D. (2009). Indigenous peoples' food systems: the many dimensions of culture, diversity and environment for nutrition and health. Rome, Italy: Food and Agriculture Organization of the United Nations
 47. Lagos Morales G, Molina Otarola R, Llantén Rivas S, Sinclair Aguirre C, Veloso Henríquez P. (2016). Pueblos Indígenas Consulta y Territorio. Recuperado el 24 enero del 2019 de http://www.dgop.cl/areasdgop/semat/Documents/Pueblo_indigenas_consulta/Guia_pueblos_indigenas_consulta_y_territorio.pdf
 48. Macias, A. I., Gordillo, L. G., & Camacho, E. J. (2012). Eating habits in school-age children and the health education paper. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 40-43.
 49. Machado, Karina, Teylechea, et al. (2018). Consumo de bebidas en niños de cuarto año escolar y su relación con sobrepeso-obesidad. 26-33. Recuperado el día 23 de Junio del 2019 de <https://dx.doi.org/10.31134/ap.89.s1.3>
 50. Ministerio de Salud, Ministerio de Educación Pública (2017). Primer Censo Escolar Peso - Talla. Costa Rica 2016. Recuperado el día 24 de Octubre del 2018 de:

<https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/informe-ejecutivo-censo-escolar-peso-cortofinal.pdf>

51. Ministerio de trabajo (2019): Salarios mínimo año 2019. Recuperado el día 28 de Agosto del 2019 de: <http://www.mtss.go.cr/>
52. Ministerio de Trabajo y seguridad social (2018). Decreto de salarios 2019. Recuperado el 1 de Julio del 2019 de: http://www.mtss.go.cr/temas-laborales/salarios/decretos/Decreto_salarios_2019.pdf
53. Ministerio de Salud Costa Rica. (2005). Aproximación a la condición de salud de los pueblos indígenas de Costa Rica. Recuperado el 20 de Julio del 2019 de: <http://www.ministeriodesalud.go.cr/ops/documentos/Perfil%20Epidemiologico.pdf>.
54. Ministerio de Salud (2011). Guías Alimentarias para Costa Rica. Recuperado de https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/guiasalimentarias/guia_alimentarias_2011_completo.pdf
55. Ministerio de educación pública. (2017). Manual de menú para comedores estudiantiles de primaria. Recuperado el 31 de Agosto del 2019 de <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/manual-primaria.pdf>
56. Pérez C, Aranceta J, Salvador G, Varela-Moreiras G. (2015). Métodos de Frecuencia de consumo alimentario. Recuperado el 15 enero del 2019 de <http://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC2015supl1FFQ.pdf>
57. Pérez I, Odette, & Estrella, Damaris. (2014). Percepción de la imagen corporal y prácticas alimentarias entre indígenas Mayas de Yucatán, México. *Revista chilena de nutrición*, 41(4), 383-390.

58. Quintana P., Ros Mar.L, González.D y Rial R. (2018). Protocolos diagnóstico-terapéuticos de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica SEGHNP-AEP. Tema 3: Alimentación del preescolar y escolar. 297-305.
59. Rocha, Da Silva E, Silva, Reijane Pinheiro da, & Nascimento, Maira Messias do. (2016). Changing dietary habits among Akwen Xerente. Recuperado el 29 enero del 2019 de <https://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420160000300014>
60. Rodríguez R M, Sandoval Mendoza K. (2007). Estado nutricional en la marginación y la pobreza de adultos triquis del estado de Oaxaca, México. *Rev Panamá Salud Pública*; 22(4): 260-267.
61. Rosique, J., Restrepo, M. T., Manjarrés, L. M., Gálvez, A., & Santa, M. (2010). Estado nutricional y hábitos alimentarios en indígenas Embera de Colombia. *Revista chilena de nutrición*, 37(3), 270-280
62. Romero I, Edson. (2010). Caracterización de los niños menores de cinco años que murieron por desnutrición, Costa Rica 2005-2007. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 19(2), 70-74. Retrieved August 31, 2019, from http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-14292010000200002&lng=en&tlng=es
63. Salas Narváez C, Angulo Vélez D, Díaz Tandazo D. (2017). Influence of outdoor advertising in the eating habits of students of the University of Guayaquil.) Vol. 2, pp. 335-349
64. Serrú et.al (2011). Ministerio de Salud, Costa Rica. Guías Alimentarias para Costa Rica. 2da Edición, 2011.
65. Singer Sochet, M. (2014). ¿Exclusión o inclusión indígena? Recuperado en 19 de enero de 2019 de

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16162014000100005&lng=es&tlng=es

66. Silva F, Rojo S, Fellenberg N. (2016). Incorporación de alimentos locales y autóctonos en los programas de alimentación escolar, con un criterio nutricional. Experiencias y propuesta de aplicación al caso de la cultura indígena Mapuche en la Araucanía. <http://www.fao.org/3/I9014ES/i9014es.pdf>
67. Silva de la Fuente E. Salazar Espinosa V. Lázaro H. (2003). Información sobre los Pueblos Indígenas de Costa Rica como insumo para el Proyecto Regional de Manejo Integrado de Ecosistemas por Pueblos Indígenas y Comunidades de Centroamérica. Recuperado el 1 de Julio de 2019 de: <http://pueblosindigenas.odd.ucr.ac.cr/images/documentos/pdf/UNPAN027540.pdf>
68. Schmelkes, S. (2013). Educación y pueblos indígenas: problemas de medición. Realidad, Datos y Espacio. Recuperado de http://www.inegi.org.mx/RDE/RDE_08/Doctos/RDE_08_Art1.pdf
69. Skinner, K., Pratley, E., & Burnett, K. (2016). Eating in the City: a review of the literature on food insecurity and indigenous people living in urban spaces. *Societies*, 6(2),7.
70. UNICEF (2018). Edad escolar 6 a 12 años. Recuperado el día 19 de enero de 2019 de <https://www.unicef.org/costarica/>
71. UNICEF (2010). Así vivimos los pueblos indígenas...” Recuperado el 2 de Julio de 2019 de: https://www.unicef.org/costarica/docs/cr_pub_Asi_vivimos_los_pueblos_indigenas.pdf

72. UNICEF (2019). UNICEF apoya a costa rica en la lucha contra la exclusión de la niñez y la adolescencia promoviendo modelos innovadores. Recuperado el 28 de agosto de 2019 de: <https://www.unicef.org/Resultados.pdf>
73. Vallejo-Solarte M, Castro-Castro L, Cerezo-Correa M. (2016) .Nutritional status and social determinants in children between 0 and 5 years old from the community of Yunguillo and “Red Unidos” in Mocoa, Colombia.
74. Vega-Rodríguez P., Álvarez-Aguirre A., Bañuelos-Barrera, Hernández Castañón M.A, (2015). Estilo de vida y estado de nutrición en niños escolares. Recuperado el día 19 de enero de 2019 de <https://dx.doi.org/10.1016/j.reu.2015.08.003>
75. Villalobos D, García D, Bravo A, (2015). Nutritional status of indigenous children of ethnic Añú lagoon Sinamaica Zulia state, Venezuela. *Antropo*, 33, 39-50.
76. Villalobos-Colina, D., Marrufo-Torres, L., & Bravo-Henríquez, A. (2012). Situación nutricional y patrones alimentarios de niños indígenas en edad escolar de la etnia Wayuú. *Antropo*, 28, 87-95
77. Vio del R, F., Salinas C, J., Lera M, L., González G, C. G., y Huenchupán M, C. (2012). Conocimientos y consumo alimentario en escolares, sus padres y profesores: un análisis comparativo. Recuperado el 31 de Agosto de 2019 de: <https://doi.org/10.4067/S0717-75182012000300005>

ANEXOS

Anexo N. 1

Fecha: _____

Número: _____

La siguiente encuesta tiene como objetivo determinar los hábitos alimentarios y estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

El objetivo del siguiente proyecto es obtener el título de licenciatura en Nutrición. Llenar esta encuesta es importante ya que nos ayudará a analizar el estado nutricional y los hábitos alimentarios que su hijo (a) tenga. Será totalmente confidencial.

Estudiante: Francella Segura Barrantes

Marque con X la respuesta que considere correcta

1. **Sexo del niño:** Masculino _____ Femenino _____

2. **Edad del niño:**

7 años		11 años	
8 años		12 años	
9 años		13 años	
10 años		Más de 13 años	

3. **Grado escolar del niño:**

1° grado _____ 2° grado _____ 3° grado _____

4° grado _____ 5° grado _____ 6° grado _____

Datos de la persona que responde la encuesta

4. Relación que tiene la persona que llena la encuesta con el niño

Mamá _____

Tía (o): _____

Papá _____

Otro familiar _____

Abuelo (a) _____

Otra persona no familiar _____

5. Edad de la persona que llena la encuesta Entre 12 a 15 años Entre 16 a 20 años Entre 21 a 35 años Entre 36 a 45 años Entre 46 a 55 años Más de 55 años**6. Grado de escolaridad** Primaria incompleta Técnico o diplomado Primaria completa Universidad Completa Secundaria incompleta Universidad Incompleta Secundaria completa**7. Ingreso económico mensual y total de todos los miembros que viven en el hogar con el niño (a)** Menor a 150 mil colones Entre 150mil y 200mil colones Entre 201 mil y 250mil colones Entre 251mil y 350mil colones Entre 351mil y 400mil colones Más de 400 mil colones

Hábitos alimentarios**8. Tiempos de comida que realiza el niño**

Tiempos de comida	Lunes a Viernes			Sábado y Domingo		
	Todos o casi todos los días	Algunas veces	Nunca o casi nunca	Todos o casi todos los días	Algunas veces	Nunca o casi nunca
Desayuno						
Merienda de la mañana						
Almuerzo						
Merienda de la tarde						
Cena						
Merienda nocturna						

9. Tipos de cocción para preparar los siguientes alimentos

Alimento	Asado	Al vapor	Frito	Hervido	En microondas	Consumo crudo o no se consume
Plátano maduro						
Papa						
Yuca						
Zanahoria						
Pollo						
Pescado						

**10. Tipo de grasa con la que mayor frecuencia preparan los alimentos en el hogar.
Marque solo una opción**

- Aceite (soya, girasol, etc.)
- Manteca vegetal (Clover, corona, etc.)
- Margarina (Numar, etc.)
- Manteca de cerdo
- Aceite en spray

11. Frecuencia con qué el niño (a) consume alimentos fuera de casa, de la escuela o de la casa de algún familiar, por ejemplo en sodas, restaurantes, ventas callejeras, etc.

- Menos de una vez al mes
- 1 a 3 veces al mes
- 1 a 2 veces por semana
- 3 a 4 veces por semana
- 5 a 7 veces por semana

12. En caso de que el niño coma fuera de casa que tipo de alimentos acostumbra a comer (puede marcar varias opciones)

- Papas fritas
- Confites- chocolates
- Pollo frito
- Hamburguesas, tacos o pizza
- Perros calientes
- Snack salados (Picaritas, Chirulitos, Tronaditas, Bolitas de queso, etc.)
- Jugos de cajita (Fresco leches, Hi-C, Pinitos, Jumex, etc.)
- Otros

13. ¿Cuántos vasos o tazas de líquido (refresco, agua, té) consume al día el niño (a)?

- 1 a 2 vasos al día
- 3 a 4 vasos al día
- 5 a 6 vasos al día
- 7 o más vasos al día

14. ¿Cuándo el niño (a) entra a clases en la mañana desayuna en?

- En casa
- En la escuela
- En la casa y en la escuela
- Lleva plata para comprar en la soda el desayuno
- No desayuna

15. ¿En caso de que el niño consuma una merienda que tipo de merienda es?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Gaseosas | <input type="checkbox"/> Sándwich |
| <input type="checkbox"/> Frutas | <input type="checkbox"/> Tortillas |
| <input type="checkbox"/> Chocolates, dulces | <input type="checkbox"/> Biscochos |
| <input type="checkbox"/> Galletas | <input type="checkbox"/> No realiza merienda |
| <input type="checkbox"/> Palitos de queso | <input type="checkbox"/> Otros |

Si su opción es otros, como cual o cuales meriendas serían

Frecuencia de consumo

Alimento	Nunca o casi nunca	Algunas veces al mes	Algunas veces a la semana	Todos o casi todos los días
Lácteos (queso, yogurt, leche, etc.)				
Vegetales harinosas (papa, yuca, camote, etc.)				
Vegetales no harinosos (chayote, zanahoria, repollo, lechuga, etc.)				
Huevo				
Carnes (pollo, cerdo, res, etc.)				
Embutidos (chorizo, mortadela, salchichón., etc.)				
Pescados y mariscos frescos (Corvineta, dorado, etc.)				
Pescado y mariscos enlatados (atún, calamares, sardinas, etc.)				
Grasas (natilla, mayonesa, queso crema, pate, etc.)				
Bebidas azucaradas (jugos de caja, Coca Cola, Fanta,etc)				
Golosina (helados, chocolate, confites, etc.)				
Reposterías (empanadas, donas, etc.)				
Comida rápida (pizza, hamburguesa, pollo frito, etc.)				

¡Muchas gracias por su ayuda

Anexo N. 2

Perfil antropométrico

Numero_____

	Fecha	Peso (kg)	Talla (cm)	IMC kg/m²
Medición 1				
Medición 2				
Medición 3				

Anexo N. 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la Investigación:

COMPARACIÓN DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA ESCUELA REY CURRÉ CON LOS NIÑOS Y NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA ESCUELA ROGELIO FERNÁNDEZ GÜELL, EN BUENOS AIRES DE PUNTARENAS, 2019

Nombre del Investigador (a) Principal: Francella Segura Barrantes

Nombre del participante: _____

A. PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:

Soy estudiante de la Carrera de Nutrición de la Universidad Hispanoamericana de Costa Rica. El fin de la investigación es comparar los hábitos alimentarios y estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Rey Curré con los niños y niñas que asisten a la escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019

B. ¿QUÉ SE HARÁ?:

Se le realizará encuestas cerradas para poder apreciar como son los hábitos alimentarios y se tomará perfiles antropométricos como lo son el peso y la talla para determinar el estado nutricional del niño.

Los requisitos para participar en la investigación es ser estudiante de la institución y cursar entre 1er grado a 6to grado. Por lo cual cuando acepta este consentimiento debe tomar en cuenta que debe suministrar datos personales como (sexo, edad, grado escolar)

C. RIESGOS:

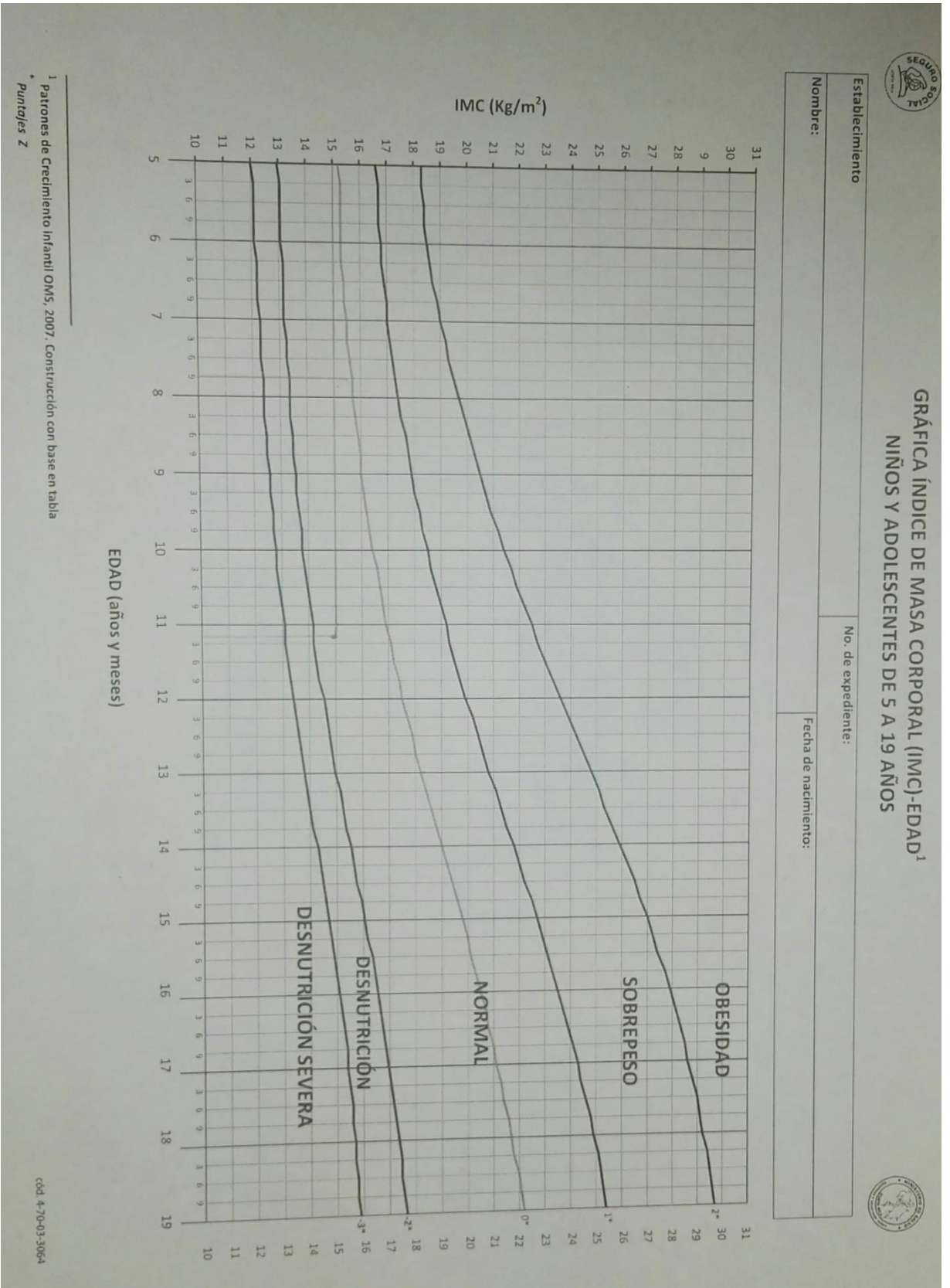
No se sufrirá ningún riesgo.

D. BENEFICIOS:

Ccomo resultado de su participación en este estudio, no obtendrá ningún beneficio directo, sin embargo, será posible que los investigadores aprendan más acerca de hábitos de alimentarios de esta población y beneficiará a otras personas en el futuro.

- E.** Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con el investigador(a) Francella Segura Barrantes quien debió haber contestado de forma satisfactoria todas sus preguntas. Si quisiera mayor información más adelante, puede obtenerla llamando al investigador a cargo al teléfono 88677141 en el horario de 9:00 am a 4:00 pm. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Universidad Hispanoamericana **al teléfono 2256-8197**, de lunes a viernes en el horario de 8 am a 5 pm.
- F.** Recibirá una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.
- G.** Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho **de negarse a participar o a interrumpir** su participación en cualquier momento, sin que esta decisión afecte la calidad de la atención médica o de otra índole que requiera.
- H.** Su participación en este estudio es confidencial por lo que en caso de publicarse los resultados de esta investigación o divulgarse en una reunión científica, se garantiza estrictamente el anonimato de todas las personas participantes en el estudio.
- I.** No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Anexo N. 4

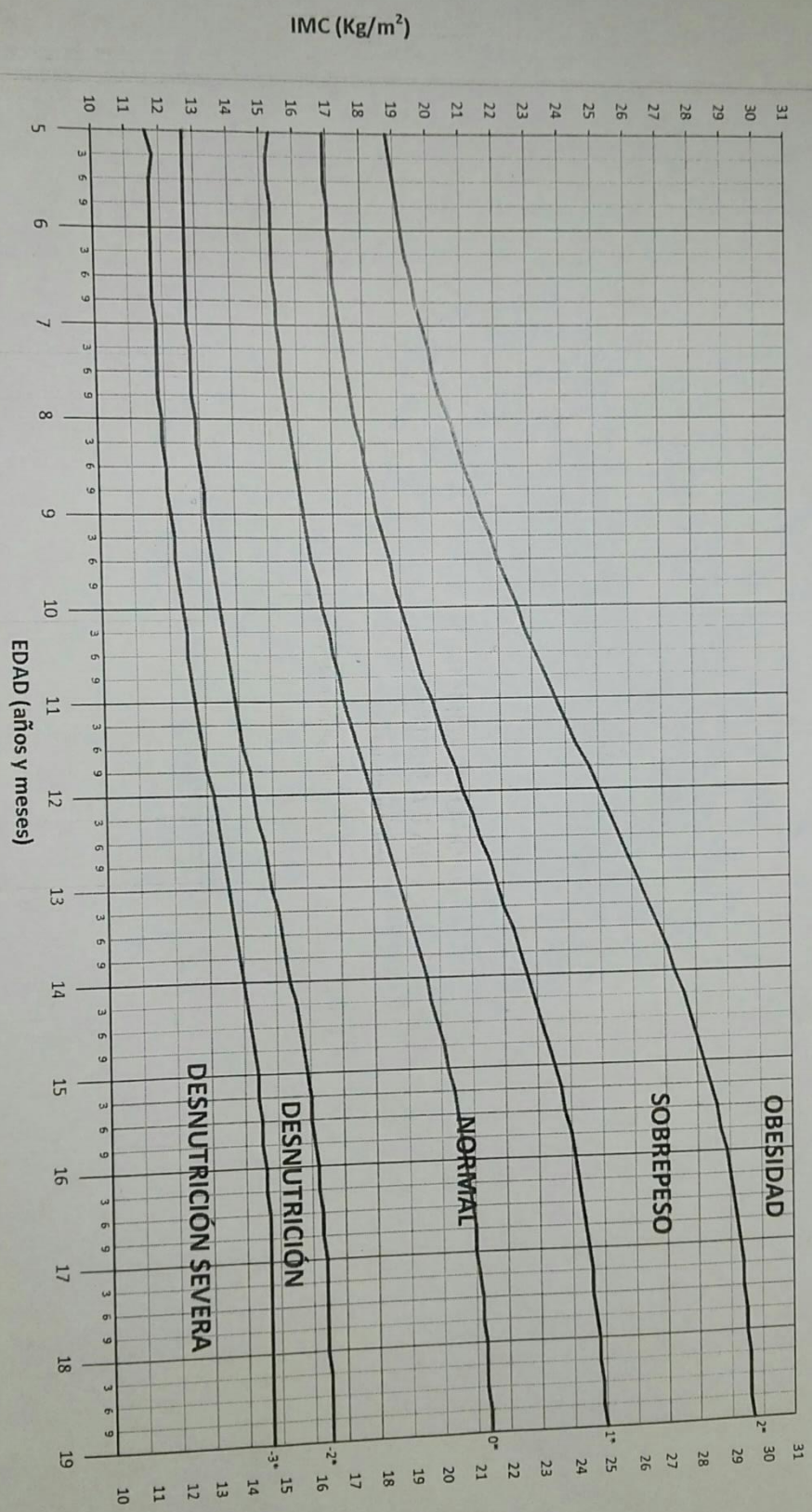




GRÁFICA ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC)-EDAD
NIÑAS Y ADOLESCENTES DE 5 A 19 AÑOS



Establecimiento:	No. de expediente:	Fecha de nacimiento:
Nombre:		



Patrones de Crecimiento Infantil OMS, 2007. Construcción con base en tablas simplificadas.
* Puntaje Z

Cód. 4-70-03-3062



GRÁFICA TALLA-EDAD¹ NIÑOS Y ADOLESCENTES DE 5 A 19 AÑOS

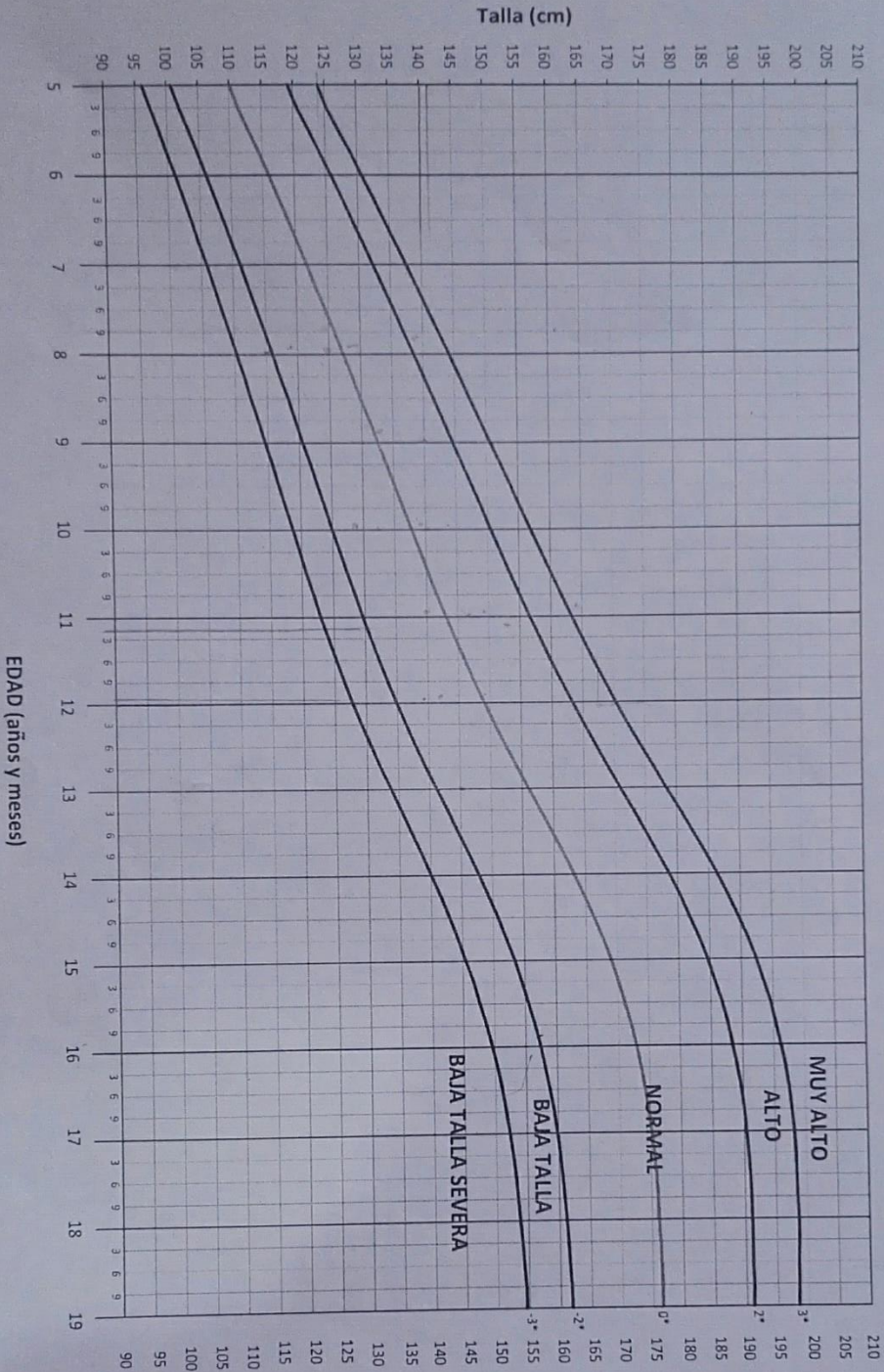


Establecimiento

No. de expediente:

Fecha de nacimiento:

Nombre:



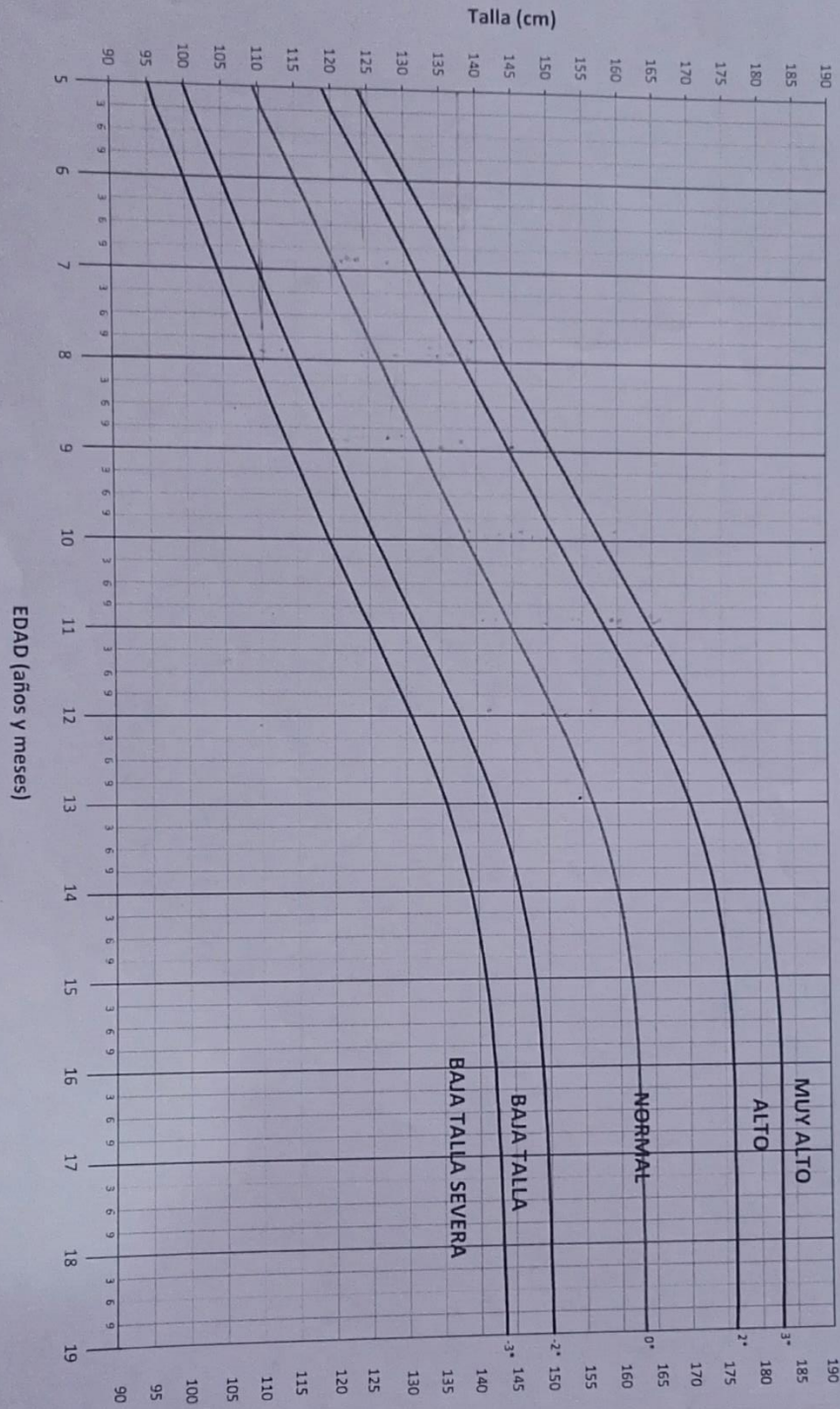
¹ Patrones de Crecimiento infantil OMS, 2007. Construcción con base en tablas simplificadas.
*Puntaje Z



GRÁFICA TALLA-EDAD¹
 NIÑAS Y ADOLESCENTES DE 5 A 19 AÑOS



Establecimiento: _____ No. de expediente: _____
 Nombre: _____ Fecha de nacimiento: _____



¹ Patrones de Crecimiento infantil OMS, 2007. Construcción con base en tablas simplificadas.
 * Puntaje Z

Anexo N. 5

Resultados plan piloto

Tabla N°1

Sexo de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Hombres	Mujeres
4	6

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 1 se detalla el sexo de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales y para la aplicación del plan piloto contamos con 4 hombres y 6 mujeres.

Tabla N°2

Edades de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Edades	Cantidad
7 años	1
8 años	-
9 años	-
10 años	2
11 años	4
12 años	3
13 años	-
Más de 13 años	-
Total	10

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 2 se detalla las edades de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, el cual respecta de la siguiente manera solo 1 niño tiene 7 años, 2 niños tiene 10 años, 4 niños tienen 11 años y 3 niños 12 años.

Tabla N°3

Grado escolar de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Grado	Cantidad
1 grado	1
2 grado	-
3 grado	-
4 grado	-
5 grado	2
6 grado	7
Total	10

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 3 se detalla el grado de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales con los cuales contamos para la aplicación del plan piloto. 1 niño de 1 grado, 2 niños de 5 grado y 7 niños de 6 grado.

Tabla N°4

Relación de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Relación	Cantidad
Mamá	10

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 4 se detalla la relación de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales en el cual se puede observar que el 100% lo completo la mamá.

Tabla N°5

Edad de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas
Gonzales, Quitirrisi, 2019

Edad	Cantidad
Entre 12 a 15 años	0
Entre 16 a 20 años	0
Entre 21 a 35 años	5
Entre 36 a 45 años	4
Entre 46 a 55 años	1
Más de 55 años	0

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 5 se detalla la edad de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, el 50% tiene entre 21 a 35 años de edad, el 40% tiene entre 36 a 45 años y el 10% tiene entre 46 a 55 años.

Tabla N°6

Grado de escolaridad de la persona que llena la encuesta de los niños y niñas de la escuela
Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Grado	Cantidad
Primaria incompleta	1
Primaria completa	2
Secundaria incompleta	2
Secundaria completa	3
Técnico o diplomado	0
Universidad completa	1
Universidad incompleta	1

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 6 se detalla el grado de escolaridad de la persona que lleno la encuesta de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, el 10% tiene primera incompleta, el 20% tiene primera completa y el 20% secundaria incompleta, el 30% cumple con una secundaria completa y solo el 10% tiene una universidad completa

Tabla N°7

Ingreso económico mensual que todos los que viven con los niños y niñas de la escuela
Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Ingreso económico	Cantidad
Menor a 150mil colones	1
Entre 150mil y 200 mil colones	2
Entre 201mil y 250mil colones	3
Entre 251mil y 350mil colones	0
Entre 351mil y 400mil colones	1
Más de 400mil colones	1

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla 7 se detalla el ingreso económico entre todas las personas que viven con el niño o la niña de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, solo el 10% obtiene un ingreso menor a 150mil colones, el 20% presenta un ingreso entre 150mil y 200mil colones, el 30% tiene un ingreso entre 201mil y 250mil colones. El 10% presenta un ingreso de entre 351mil a 400mil colones y otro 10% pregunta un ingreso de más de 400mil colones. 2 personas no respondieron a esta pregunta.

Hábitos alimentarios

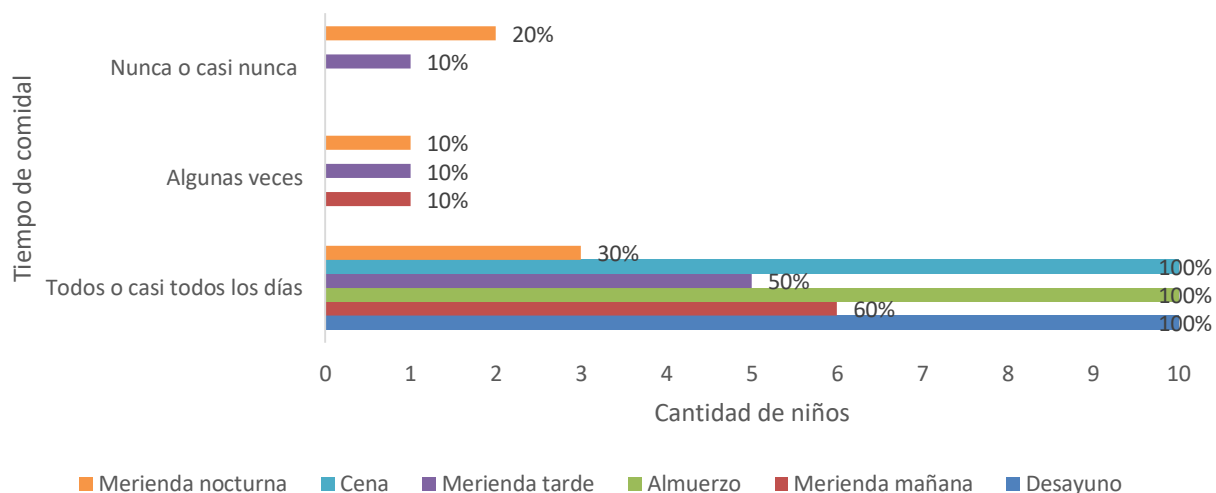


Figura N°1 Tiempos de comida que realizan entre semana los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En cuanto a esta figura número 1 se puede observar que el 100% realiza tanto el desayuno, almuerzo que se lo entrega el comedor y cena entre semana, el 10% algunas veces realizan la merienda nocturna, la merienda de la tarde y la merienda de la mañana, el 30% realiza todos o casi todos los días una merienda nocturna, el 50% realiza una merienda en la tarde y un 60% consume todos o casi todos los días una merienda en la mañana está prácticamente es la que le brinda la escuela a los niños.

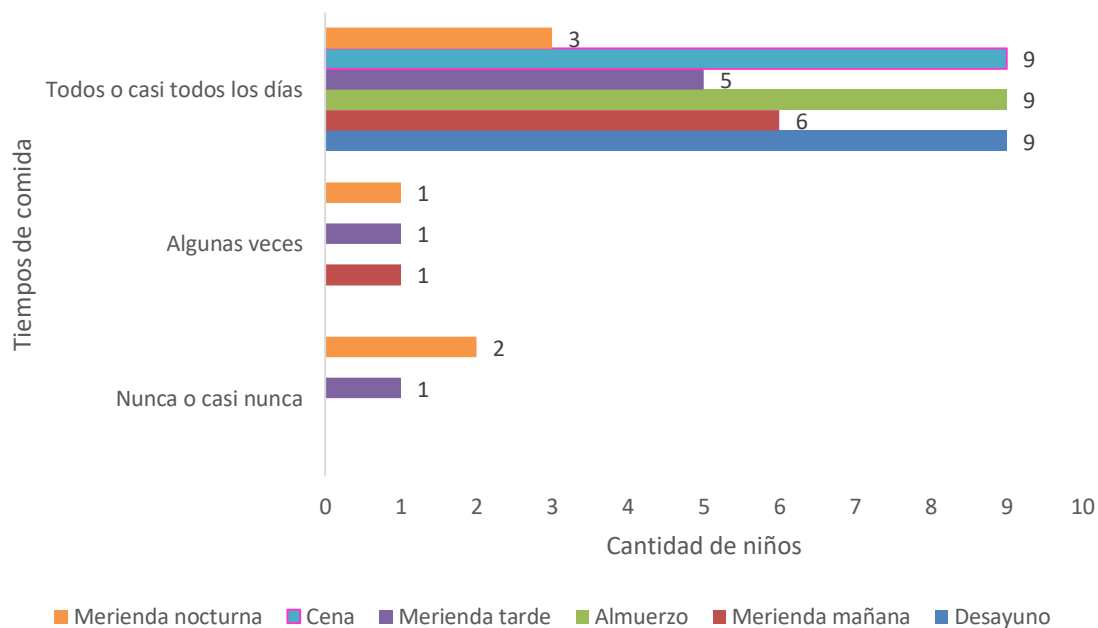


Figura N°2 Tiempos de comida que realizan los fines de semana los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En cuanto a esta figura número 2 se puede observar que el 90% realiza el desayuno, almuerzo y cena los fines de semana, solo 1 persona no respondió a esta parte de la encuesta. El 10% realiza tanto una merienda nocturna, una merienda en la tarde y una merienda en la mañana. Solo el 20% nunca o casi nunca realiza una merienda en la tarde y en la noche. El 30% si realiza una merienda nocturna y el 50% consume una merienda en la tarde. El 60% si consume una merienda en la mañana.

Tabla N°8

Tipos de cocción preferidos en los hogares de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas
Gonzales, Quitirrisi, 2019

Alimento	Asado	Al vapor	Frito	Hervido	En microondas	Consumo crudo o no se consume
Plátano maduro	1	1	6	3	-	-
Papa	1	2	2	5	-	-
Yuca	1	1	1	5	-	1
Zanahoria	1	1		3	-	2
Pollo	1	1	7	4	-	-
Pescado	2	-	9	-	-	-

Fuente: Elaboración propia, 2019

En la tabla número 8 se puede observar que la mayor cantidad de alimentos son preparados hervidos o fritos. A lo que se aprecia el consumo de alimentos preparados en microondas no es utilizado. Muy pocos utilizan la preparación al vapor o asado.

En esta pregunta hubo 1 que se eliminó ya que se marcó dos veces en dos opciones que contradice una a la otra.

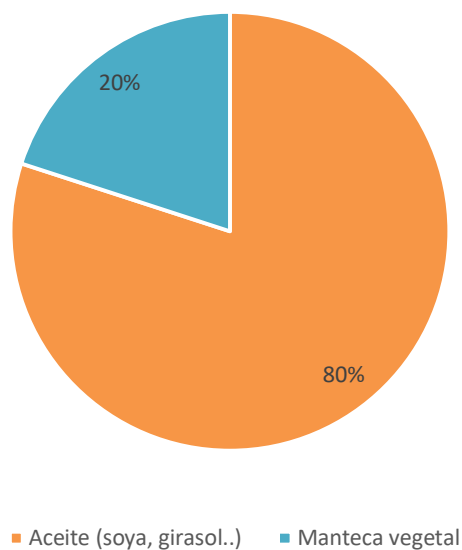


Figura N°3. Tipo de grasa utilizada para cocinar en los hogares de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 3 se puede apreciar que el mayor tipo de aceite utilizado para la preparación es el aceite (soya, girasol, etc.) con un 80% de la población y solo el 20% menciona que utiliza la manteca vegetal.

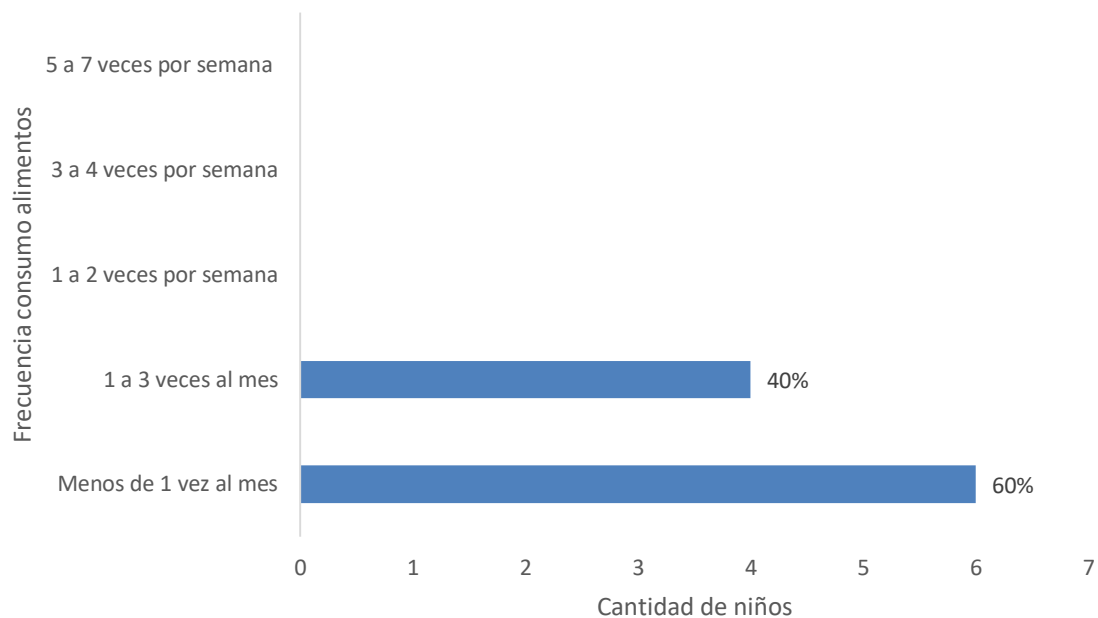


Figura N°4. Frecuencia consumo de alimentos fuera de casa de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 4 se puede observar que el 60% de los niños consume alimentos fuera de casa menos de 1 vez al mes. Y solo el 40% por lo menos consume de 1 a 3 veces al mes. En este lugar Quitirrisi, se puede observar que no hay tanto comercio comidas rápidas grandes pero si se transportan a otros lugar como Puriscal centro allí si se encuentran disponibles.

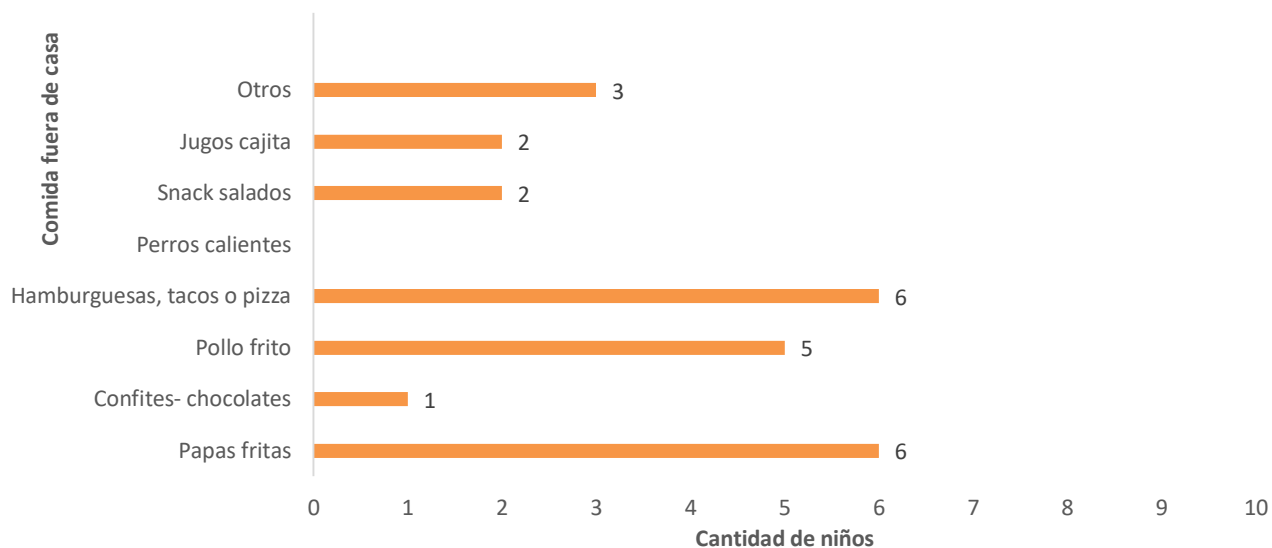


Figura N°5. Alimentos consumidos fuera del hogar con mayor frecuencia por los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 5 se puede observar que el 6 de los niños cuando consumen alimentos fuera de casa consumen hamburguesas, tacos o pizza y papa fritas. 4 niños consumen jugos de cajita o snack salados y 5 de los padres hacen mención que consumen pollo frito y solo se observa que 1 niño consume chocolates y confites.

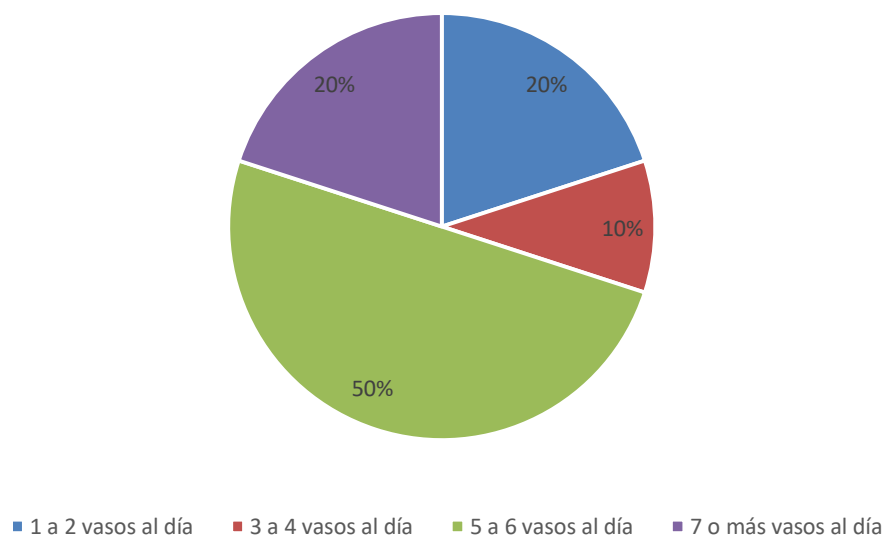


Figura N°6. Líquido consumido por día por parte de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 6 se detalla que el 50% de los niños consume entre 5 a 6 vasos de líquido al día, un 20% menciona que consume entre 1 a 2 vasos de agua al día y otro 20% menciona que ingiere 7 o más vasos al día. Solo un 10% consume 3 a 4 vasos al día.

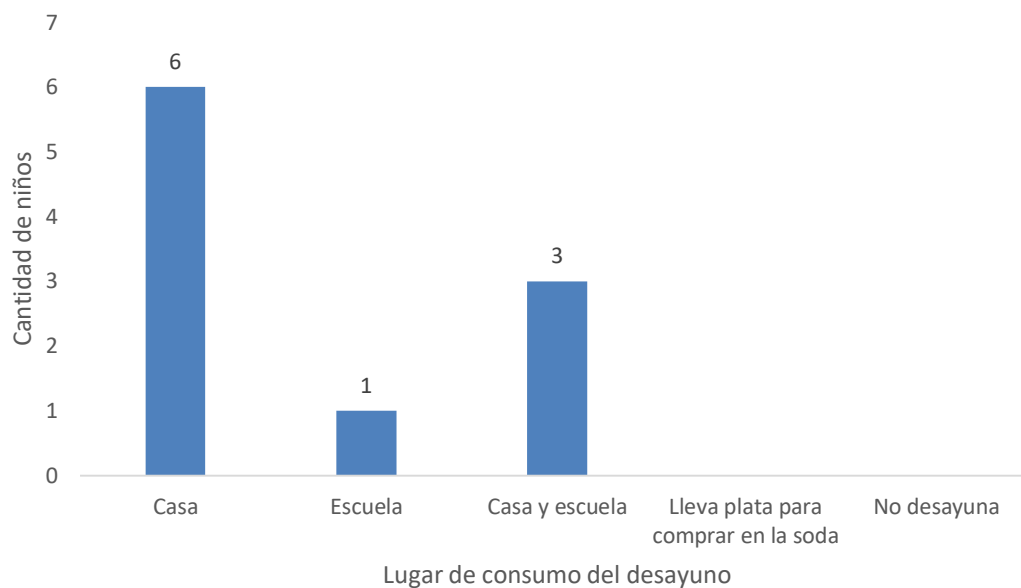


Figura N°7. Lugar de desayuno de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 7 se detalla cual es el lugar donde mayormente consumen el desayuno, los niños mencionan que el 60% lo realizan en casa y el 10% menciona que en la escuela. Solo el 30% menciona que desayuna en ambos lados.

Cabe destacar que esta escuela no brinda desayuno, a las 8:30am todos los días realizan una merienda, cuando al niño se le consulto ellos decían que la escuela les daba el desayuno y no merienda, por ende ningún niño desayuna en la escuela, esto lo menciona la directora de la institución.

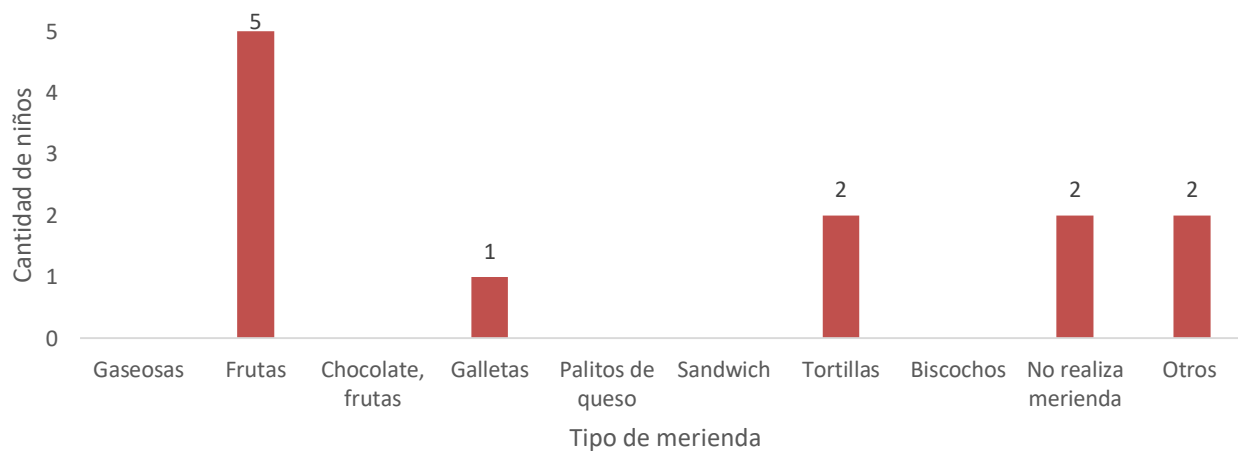


Figura N°8. Tipo de merienda que consume los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019. Fuente: Elaboración propia, 2019

En la figura número 8 se puede observar que tipo de meriendas consumen estos niños, el 50% indican que frutas, el 20% indica que no realizan o consumen tortillas u otro tipo de merienda. Y solo un 10% consume galletas.

Cabe destacar que la merienda entre semana es la que le brinda el comedor durante el horario de clases de 7am a 12md. Y siempre es una fruta o una galleta o un refresco según sea lo que corresponda en el menú escolar, según la directora de la institución.

Tabla N°9

Frecuencia de consumo de alimentos por parte de los niños y niñas de la escuela Ninfa
Cabezas Gonzales, Quitirrisi, 2019

Alimento	Nunca o casi nunca	Algunas veces al mes	Algunas veces a la semana	Todos o casi todos los días
Lácteos (queso, yogurt, leche, etc.)	1	1	4	4
Vegetales harinosas (papa, yuca, camote, etc.)	-	2	6	2
Vegetales no harinosos (chayote, zanahoria, repollo, lechuga, etc.)	-	-	9	1
Huevo	1	-	4	5
Carnes (pollo, cerdo, res, etc.)	-	1	8	1
Embutidos (chorizo, mortadela, salchichón., etc.)	3	2	4	1
Pescados y mariscos frescos (Corvineta, dorado, etc.)	1	2	7	-
Pescado y mariscos enlatados (atún, calamares, sardinas, etc.)	2	2	5	1
Grasas (natilla, mayonesa, queso crema, pate, etc.)	1	4	3	2
Bebidas azucaradas (jugos de caja, Coca Cola, Fanta,etc)	6	1	2	1
Golosina (helados, chocolate, confites, etc.)	3	6	1	-
Reposterías (empanadas, donas, etc.)	7	3	-	-
Comida rápida (pizza, hamburguesa, pollo frito, etc.)	4	6	-	-

Fuente: Elaboración propia, 2019

Según lo observado en la frecuencia de consumo, los lácteos no es un producto diario en la mesa de estos niños, en cuanto a los vegetales harinosas la mayoría comento que algunas veces a la semana es consumida igual que los no harinosos. En cuanto al huevo se puede ver que es un producto diario en las casas de estos niños. Las carnes son un alimento que se consume algunas veces a la semana. En cuanto a los embutidos, este tipo de comida es poco menos frecuente su consumo. Los pescados y marisco frescos y enlatados son productos que se consumen algunas veces a la semana. En cuanto a las bebidas azucaradas se puede observar que casi nunca es consumido por estos niños al igual que la repostería. Las golosinas y el consumo de las comidas rápidas se preguntan algunas veces al mes.

Tabla N°10

Perfiles antropométricos de los niños y niñas de la escuela Ninfa Cabezas Gonzales,
Quitirrisi, 2019

Sexo	Peso kg	Talla cm	IMC kg/m ²	Interpretación
Masculino	37	1,43	18	Normal
Masculino	25,8	1,31	15	Normal
Femenino	45,3	1,47	20.9	Sobrepeso
Femenino	33,2	1,49	14.9	Normal
Femenino	42	1,42	20.8	Sobrepeso
Femenino	29,6	1,4	15.1	Normal
Femenino	33,2	1,49	14.9	Normal
Masculino	38,8	1,49	17.4	Normal
Masculino	45,3	1,47	20.9	Sobrepeso
Femenino	45,7	1,42	22.6	Sobrepeso

Fuente: Elaboración propia, 2019

En cuanto a los perfiles antropométricos se puede observar que solo 4 niños de los que incluía el plan piloto presentan sobrepeso y el 60% se encuentra en un estado nutricional normal. Estas mediciones tanto peso y talla se aplicaron 3 veces. Y su interpretación se sacó mediante las gráficas de IMC de la CCSS.

Anexo 6

Perfiles antropométricos de los niños y niñas de la escuela Rogelio Fernández Güell,
Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Numero	Sexo	Edad	Peso kg	Talla cm	IMC kg/m ²	Interpretación
1	Masculino	12	64.9	166	23.5	Sobrepeso
2	Femenina	8	28.8	136	15.5	Normal
3	Femenina	8	24.5	132	14.0	Normal
4	Femenina	8	32.1	134	17.8	Normal
5	Masculino	11	45	154	18.9	Sobrepeso
6	Masculino	9	27.3	134	15.2	Normal
7	Femenina	11	55	163	20.7	Sobrepeso
8	Femenina	11	52.1	153	22.2	Sobrepeso
9	Femenina	10	43.8	146	20.5	Sobrepeso
10	Masculino	9	38.6	140	19.6	Sobrepeso
11	Masculino	8	26.3	128	16.0	Normal
12	Femenina	9	38.1	138	20.0	Sobrepeso
13	Femenina	7	21.7	122	14.5	Normal
14	Masculino	8	23.8	125	15.2	Normal
15	Masculino	8	22.1	119	15.6	Normal
16	Masculino	10	40	139	20.7	Sobrepeso
17	Femenina	8	29.8	134	16.5	Normal
18	Femenina	11	39	158	15.6	Normal
19	Femenina	11	50	158	20	Normal

Continúa...

Numero	Sexo	Edad	Peso kg	Talla cm	IMC kg/m ²	Interpretación
20	Femenina	7	25.2	122	16.9	Normal
21	Femenina	9	42	126	26.4	Obesidad
22	Femenina	8	31	138	16.2	Normal
23	Femenina	12	38.7	142.3	19.1	Normal
24	Masculino	11	38.2	140	19.4	Sobrepeso
25	Masculino	8	33.1	125	21.1	Obesidad
26	Masculino	10	24.4	132	14	Normal
27	Masculino	11	51.7	164	19.2	Sobrepeso
28	Femenina	11	57.1	158	22.8	Sobrepeso
29	Femenina	8	25.3	127	15.6	Normal
30	Masculino	10	32.6	140	16.6	Normal
31	Masculino	12	29.9	142	14.8	Normal
32	Femenina	7	23.3	122	15.6	Normal
33	Femenina	7	24.7	120	17.1	Normal
34	Masculino	8	25	128	15.2	Normal
35	Masculino	8	19.8	115	14.9	Normal
36	Masculino	8	38.4	138	20.1	Obesidad
37	Masculino	12	45	139	23.2	Sobrepeso
38	Femenina	12	51	151	22.3	Sobrepeso
39	Masculino	13	40.5	145	19.2	Normal

Fuente: Elaboración propia, 2019

Perfiles antropométricos de los niños y niñas de la escuela Rey Curre, Buenos Aires de
Puntarenas, 2019

Numero	Sexo	Edad	Peso kg	Talla cm	IMC kg/m ²	Interpretación
1	Femenina	7	32	127	19.8	Sobrepeso
2	Femenina	8	20	110	16.5	Normal
3	Masculino	10	40	137	21.3	Sobrepeso
4	Masculino	12	60	148	27.3	Obesidad
5	Femenina	10	31	138	16.2	Normal
6	Femenina	10	58	159	22.9	Obesidad
7	Femenina	13	53	155	22.0	Sobrepeso
8	Femenina	12	45	148	20.5	Normal
9	Femenina	11	50	152	21.6	Sobrepeso
10	Femenina	12	50	151	21.9	Sobrepeso
11	Femenina	9	39	127	24.1	Obesidad
12	Femenina	10	32	146	15	Normal
13	Femenina	9	32	135	17.5	Normal
14	Femenina	10	35	144	16.8	Normal
15	Femenina	9	42	145	19.9	Sobrepeso
16	Masculino	11	41	146	19.2	Sobrepeso
17	Masculino	10	35	129	21	Sobrepeso
18	Masculino	11	49	148	22.3	Sobrepeso
19	Masculino	10	38	132	21.8	Sobrepeso
20	Masculino	10	59	138	30.9	Obesidad

Continúa.....

Numero	Sexo	Edad años	Peso kg	Talla cm	IMC kg/m ²	Interpretación
21	Femenina	10	34	142	16.8	Normal
22	Femenina	11	31	141	15.5	Normal
23	Femenina	11	40	142	19.8	Normal
24	Femenina	11	38	147	17.5	Normal
25	Femenina	11	28	136	15.1	Normal
26	Masculino	12	35	143	17.1	Normal
27	Masculino	10	40	143	19.5	Sobrepeso
28	Femenina	11	54	160	21	Sobrepeso
29	Masculino	11	49	144	23.6	Obesidad
30	Femenina	11	53	141	26.6	Obesidad
31	Femenina	11	73	165	26.8	Obesidad
32	Femenina	11	56	150	24.8	Sobrepeso
33	Femenina	8	21	110	17.3	Normal
34	Masculino	8	22	117	16.0	Normal
35	Femenina	8	33	123	21.8	Obesidad
36	Femenina	7	27	120	18.7	Sobrepeso
37	Masculino	9	29	128	17.7	Normal
38	Masculino	8	25	123	16.5	Normal
39	Masculino	9	30	129	18	Normal
40	Femenina	9	34	132	19.5	Sobrepeso

Fuente: Elaboración propia, 2019

Anexo # 7

Escala de clasificación de tipo de alimentación según la frecuencia de consumo y hábitos alimentarios de los niños y niñas de la escuela Rey Curre y escuela Rogelio Fernández Güell, Buenos Aires de Puntarenas, 2019

Alimentos	Puntaje	Alimentos	Puntaje
Lácteos (queso, yogurt, leche, etc.)		Vegetales no harinosos (chayote, zanahoria, repollo, lechuga, etc.)	
Nunca o casi nunca	0	Nunca o casi nunca	0
Algunas veces al mes	1	Algunas veces al mes	1
Algunas veces a la semana	2	Algunas veces a la semana	2
Todos o casi todos los días	3	Todos o casi todos los días	3
Vegetales harinosas (papa, yuca, camote, etc.) arroz, pan, pastas, etc		Embutidos (chorizo, mortadela, salchichón., etc.)	
Nunca o casi nunca	0	Nunca o casi nunca/algunas veces al mes	3
Algunas veces al mes	1	Algunas veces a la semana	2
Algunas veces a la semana	2	Todos o casi todos los días	1
Todos los días	3		

Alimentos	Puntaje	Alimentos	Puntaje
Carnes (pollo, cerdo, res, etc.), pescados y mariscos frescos o enlatados, huevo		Grasas (natilla, mayonesa, queso crema, pate, etc.)	
Nunca o casi nunca	0	Nunca o casi nunca, algunas veces al mes	3
Algunas veces al mes	1	Algunas veces a la semana	2
Algunas veces a la semana	2	Todos o casi todos los días	1
Todos o casi todos los días	3		
Golosinas(helados, chocolate, etc.), bebidas azucaradas (Coca coca, etc.) y repostería		Comida rápida (pizza, hamburguesa, pollo frito, etc.)	
Nunca o casi nunca	3	Nunca o casi nunca	3
Algunas veces al mes	2	Algunas veces al mes	2
Algunas veces a la semana	1	Algunas veces a la semana	1
Todos o casi todos los días	0	Todos o casi todos los días	0

Alimentos	Puntaje	Alimentos	Puntaje
Consumo de líquidos al día		Tipo de grasa para cocinar	
1 a 2 vasos al día	0	Mayoritariamente aceite	3
3 a 4 vasos al día	1	Aceite vegetal y grasas saturadas en proporciones similares	2
5 a 6 vasos al día	2		
7 o más vasos al día	3	Mayoritariamente grasas saturadas	1
Método de cocción preferidos		Tiempos de comida que realizan entre semana	
Mayoritariamente asado, hervido, a la plancha, al horno en microondas	3	1 a 2 tiempos de comida	1
Métodos sin grasa combinado con frituras en proporciones similares	2	3 tiempos de comida	2
Mayoritariamente frito	1	4 o más tiempos de comida	3

Alimentos	Puntaje
Tiempos de comida que realizan los fines de semana	
1 a 2 tiempos de comida	1
3 tiempos de comida	2
4 o más tiempos de comida	3

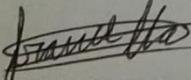
Puntaje máximo 39 puntos
Alimentación balanceada: 31- 39puntos
Alimentación intermedia: 23- 30 puntos
Mala alimentación: menos de 23 puntos

Fuente: Elaboración propia 2019

DECLARACION JURADA

DECLARACIÓN JURADA

Yo Francella Segura Barrantes , mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 1-15120962 egresado de la carrera de Nutrición de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de LICENCIATURA EN NUTRICION , juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: Comparación de los hábitos alimentarios y estado nutricional de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Rey Curé con los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los diecisiete días del mes de Septiembre del año dos mil diecinueve.


Francella Segura Barrantes
Cédula 1-1512 0962

CARTAS DE APROBACION

San José, 16 de setiembre de 2019

Señores
Comisión de Revisión de Tesis
Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

La estudiante **Francella Segura Barrantes**, cédula de identidad número 1 1512 0962, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado "COMPARACIÓN DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA ESCUELA REY CURRÉ CON LOS NIÑOS Y NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA ESCUELA ROGELIO FERNÁNDEZ GÜELL, EN BUENOS AIRES DE PUNTARENAS, 2019", el cual ha elaborado para optar por el grado académico de licenciatura.

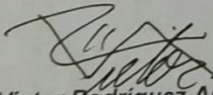
En mi calidad de tutor, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación, antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos, conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por la postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINALIDAD DEL TEMA	10%	10
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	17
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20
	TOTAL		97

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,



Victor Rodríguez Arias
 Cédula identidad N: 1 470 539
 Carné Colegio Nutricionistas N: 426-10.

CARTA DEL LECTOR

04 de Noviembre de 2019

Sres.
Departamento de Registro
Universidad Hispanoamericana

Estimado señores:

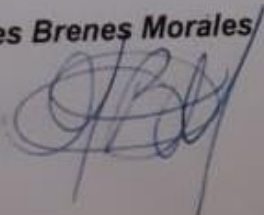
La estudiante Francella Segura Barrantes, cédula de identidad número 115120962, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de tesis "*Comparación de los Hábitos Alimentarios y Estado Nutricional de los Niños y Niñas Aborígenes que asisten a la Escuela Rey Curré con los Niños y Niñas Aborígenes que asisten a la Escuela Rogelio Fernández Güell, en Buenos Aires de Puntarenas, 2019*", el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura.

En mi calidad de lectora, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación, antecedentes, marco teórico, marco metodológico, resultados, análisis de datos, conclusiones y recomendaciones.

Por lo tanto se avala el traslado al siguiente proceso.

Atentamente,

Lic. Marcela de los Angeles Brenes Morales
3 0414 0665
CPN 1030-12



UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION

San José, 16 | 12 | 2019

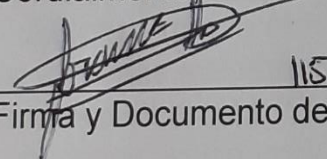
Señores:
Universidad Hispanoamericana
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) Francella Segura Barrantes con número de identificación 115120962 autor (a) del trabajo de graduación titulado Relación de los hábitos alimentarios presentado y aprobado en el año 2019 como requisito para optar por el título de licenciatura Nutrición; (~~SI~~/NO) autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,


115120962
Firma y Documento de Identidad

**ANEXO 1 (Versión en línea dentro del Repositorio)
LICENCIA Y AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA PUBLICAR Y
PERMITIR LA CONSULTA Y USO**

Parte 1. Términos de la licencia general para publicación de obras en el repositorio institucional

Como titular del derecho de autor, confiero al Centro de Información Tecnológico (CENIT) una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, el autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito.
- b) Autoriza al Centro de Información Tecnológico (CENIT) a publicar la obra en digital, los usuarios puedan consultar el contenido de su Trabajo Final de Graduación en la página Web de la Biblioteca Digital de la Universidad Hispanoamericana
- c) Los autores aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) Los autores manifiestan que se trata de una obra original sobre la que tienen los derechos que autorizan y que son ellos quienes asumen total responsabilidad por el contenido de su obra ante el Centro de Información Tecnológico (CENIT) y ante terceros. En todo caso el Centro de Información Tecnológico (CENIT) se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- e) Autorizo al Centro de Información Tecnológica (CENIT) para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- f) Acepto que el Centro de Información Tecnológico (CENIT) pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- g) Autorizo que la obra sea puesta a disposición de la comunidad universitaria en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional.

SI EL DOCUMENTO SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA O UNA ORGANIZACIÓN, CON EXCEPCIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN TECNOLÓGICO (CENIT), EL AUTOR GARANTIZA QUE SE HA CUMPLIDO CON LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES REQUERIDOS POR EL RESPECTIVO CONTRATO O ACUERDO.

Astrid Quirós Granados

Filología U.C.R

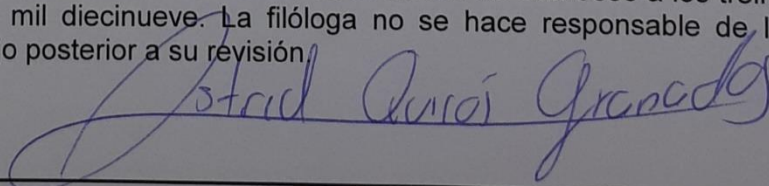
A quien interese:

Yo, Astrid Quirós Granados, Filóloga de la Universidad de Costa Rica; con cédula de identidad 3-438-182, inscrita en el Colegio Licenciados y Profesores, con el carné N° 80791 y en la Asociación Costarricense de Filólogos, con el carné N° 0096, hago constar que he revisado el trabajo. Y he corregido en él, los errores encontrados en redacción, ortografía, gramática y sintaxis. El trabajo se titula:

**COMPARACIÓN DE LOS HÁBITOS
ALIMENTARIOS Y ESTADO NUTRICIONAL DE
LOS NIÑOS Y NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN
A LA ESCUELA REY CURRÉ CON LOS NIÑOS Y
NIÑAS ABORÍGENES QUE ASISTEN A LA
ESCUELA ROGELIO FERNÁNDEZ GÜELL, EN
BUENOS AIRES DE PUNTARENAS, 2019**

FRANCELLA SEGURA BARRANTES

Se extiende la presente certificación a solicitud del interesado, en la ciudad de San José a los treinta un días del mes de octubre del dos mil diecinueve. La filóloga no se hace responsable de los cambios que se le introduzcan al trabajo posterior a su revisión.



Teléfono: 8315 95 27 Correo: asqui24@hotmail.es