

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

TESIS PARA OPTAR POR EL GRADO DE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

RELACIÓN DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS
Y ACCESO ECONÓMICO CON EL ESTADO
NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS
ABORÍGENES DE LA ESCUELA UJARRÁS EN
BUENOS AIRES DE PUNTARENAS, 2016

Rebeca Altamirano Castillo

Abril, 2017

Tutor: Dr. Víctor Rodríguez

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA	6
AGRADECIMIENTO	7
CAPÍTULO I. 1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.	8
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.	9
a) Antecedentes del problema.....	9
b) Descripción del problema.....	17
c) Delimitación del problema.....	18
d) Justificación	19
1.2 Formulación del problema	20
1.3 Objetivo General.....	21
1.4 Objetivos específicos	21
1.5 Alcances y limitaciones.....	22
1.5.1 Alcances de la investigación:	22
1.5.2 Las limitaciones:.....	22
CAPÍTULO II. 2. MARCO TEÓRICO	23
2.1 CONTEXTO HISTÓRICO:	24
2.1.1 Hábitos alimentarios en niños y niñas a nivel mundial.	24
2.1.2 Estado nutricional en niños y niñas a nivel mundial.	25
2.1.3 Hábitos alimentarios en niños y niñas a nivel nacional.	29

2.1.4 Estado nutricional en niños y niñas a nivel nacional.	31
2.1.5 Hábitos alimentarios en niños y niñas aborígenes y aspectos económicos de las familias en Ujarrás, Buenos Aires de Puntarenas. ...	33
2.1.6 Estado nutricional en niños y niñas aborígenes en Ujarrás, Buenos Aires de Puntarenas.	34
2.2 CONTEXTO TEÓRICO	35
2.2.1 Definición de hábitos alimentarios.....	35
2.2.1.1 Causas.	35
2.2.1.2 Consecuencias de malos hábitos alimentarios en niños(as).	37
2.2.1.3 Instrumentos para determinar los hábitos alimentarios.	37
1.2.2 Características del acceso económico en la población aborígen. .	39
1.2.2.1 Componentes del acceso.	39
2.2.2.2 Métodos de medición del acceso económico.....	40
2.2.3 Definición de pueblo indígena.	40
2.2.4 Características de la población aborígen.	41
2.2.5 Definición de estado nutricional.....	42
2.2.5.1 Métodos utilizados para determinar el estado nutricional.....	42
2.2.5.2 Factores que influyen el estado nutricional en los niños y niñas aborígenes.....	43
2.2.6 Edad escolar.....	44

2.2.6.1 Etapa escolar.....	44
CAPÍTULO III. 3 MARCO METODOLÓGICO	46
3.1 Diseño de la investigación	47
3.2 Unidades de análisis.....	47
3.2.1 Criterios de inclusión:	47
3.2.2 Criterios de exclusión:	47
3.3 Población	48
3.4 Los instrumentos para la recolección de datos:.....	48
3.5 Tipo de estudio:	49
3.6 Área de estudio:	49
3.7 Las variables.	50
3.8 Estudio piloto:	52
CAPÍTULO IV. 4 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	53
4.1. Características sociodemográficas de la población estudiada	54
4.2 Frecuencia de alimentos del niño(a).	71
4.3 Acceso económico de la población aborígen.....	80
4.4 Relación del estado nutricional de los niños y niñas aborígenes con factores sociodemográficos y hábitos alimentarios.....	87

4.5 Resultados de hábitos alimentarios en los niños/as aborígenes de cuarto, quinto y sexto grado de la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.....	81
CAPÍTULO V. 5. CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES	103
5.1 CONCLUSIONES	104
5.2 RECOMENDACIONES	108
BIBLIOGRAFÍA	109
ANEXOS	120
Anexo N.1.....	121
Anexo N.2.....	123
Anexo N.3.....	124

DEDICATORIA

En primer lugar a Dios, por haberme permitido llegar hasta este punto y darme la salud para lograr mis objetivos.

A mi familia, en especial a mi madre y a mi tía quienes me apoyaron todo el tiempo y me enseñaron a ser constante y perseverante; a mi hermana, por su apoyo constante; a mi hermano, abuela, sobrino y sobrina, por sus incansables muestras de cariño durante este proceso.

A mi novio, por el apoyo incondicional y palabras de aliento para continuar, cuando parecía que me iba a rendir.

A mis amigas, por todo el apoyo brindado durante esta etapa.

A todos ellos es esta dedicatoria, pues a ellos se las dedico por haber sido mi apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a la Universidad y a los profesores que fueron parte de mi formación profesional, en especial a mi tutor el Dr. Víctor Rodríguez, por haberme guiado en este proceso.

También deseo expresar un agradecimiento a la Directora de la Escuela Ujarrás, la licenciada Ana Vásquez Carvajal quien muy amablemente me permitió trabajar con estos escolares y conocer más acerca de su cultura.

A las familias de los niños y niñas aborígenes que me permitieron trabajar con sus hijos(as), y a sus madres, por colaborar en responder la encuesta.

CAPÍTULO I. 1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

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

a) Antecedentes del problema

Para el año 2011, en Costa Rica, de las 4 615 646 personas registradas en el país, 104 143 se autoidentificaron como personas indígenas, lo que representa un 2,4% de la población nacional. En el país existen ocho etnias o pueblos indígenas: Bribris, Cabécares, Térrabas, Ngöbes o Guaimíes, Malekus, Chorotegas, Brunca o Boruca y Huetares, estas se encuentran distribuidos en 24 territorios a lo largo del territorio nacional aunque la mayor cantidad de indígenas se encuentran en dos provincias: Puntarenas y Limón. (Ministerio de Salud, 2014)

Un estudio realizado por la UNICEF en Coto Brus, específicamente en la población indígena de esa comunidad, indica que una buena nutrición es un elemento central de un estilo de vida saludable. También, menciona que ningún esfuerzo por promover la salud y prevenir enfermedades tendrá verdadero éxito ante la ausencia de niveles adecuados de nutrición. Así mismo, explica que tanto la población ngöbe asentada en Coto Brus como la ngöbe-buglé que permanece en el cantón durante la cosecha del café, sufren de problemas alimentarios, en buena medida por las condiciones de pobreza en que viven. Relacionan la situación con una causa de pérdida de los conocimientos y tradiciones ancestrales que no necesariamente ha conllevado la asimilación de conocimientos de la

cultura dominante sobre agricultura y nutrición. Concomitante a ello, se creó el proyecto de seguridad alimentaria el cual entró en vigencia a partir del 2008, teniendo en cuenta que en la población ngöbe existen problemas nutricionales que se habían detectado a través del trabajo en las escuelas. El proyecto comenzó con la población indígena porque se menciona que ellos no comen adecuadamente ya que, por ejemplo, comen arroz, yuca y plátano sancochados, y de vez en cuando un pedacito de carne, nada más. Se partió del indicio de que la vida sedentaria es una adaptación a las actuales circunstancias de la población en este territorio indígena, lo que significa que el tipo de agricultura practicada no es el idóneo ni está culturalmente ajustada. En materia política e institucional, el Área de Salud de Coto Brus mantiene una relación estrecha con el Ministerio de Salud y la OPS para el desarrollo de proyectos sobre nutrición y seguridad alimentaria. Los tres han coordinado acciones con el IMAS y el MAG, que también desarrollan en la zona iniciativas en esta materia. Se logró demostrar que las distintas familias del Territorio Indígena que asimilan y participan en los proyectos dirigidos a mejorar la calidad alimentaria son desiguales. Las razones para estas diferencias deben ser estudiadas con mayor profundidad. (Molestina, 2012)

En la región de Talamanca, en el pueblo cabécar, la UNICEF realizó un estudio que evidencia que la alimentación de esta comunidad se basa en arroz y frijoles y algunas frutas, algunas veces algún tipo de carne, para los menores de 3 años la leche materna es un alimento importante. Se menciona en este estudio que antes consumían más carne de animales, pero ahora no porque algunos están en vías de extinción o bien porque la ley lo prohíbe. Apuntan, en este tema, la estrecha

relación entre nutrición y problemas de aprendizaje. Las principales causas de enfermedades son por falta de higiene, desnutrición, muy bajos recursos económicos y descuido del padre o la madre; son comunes el vómito, diarrea y parásitos. También se investigó el territorio Bribri en materia nutricional y se destaca que niñas, niños y adolescentes, concuerdan en el grado de correlación entre la nutrición y la salud. Asegurando que el principal problema de la salud comunitaria es la mala alimentación. Se indica que antes comían más comida casera, ahora por los anuncios creen que no son buenos. La pérdida de la cultura ha incidido en la mala alimentación. (Rojas Maroto D, 2010)

En Costa Rica, la situación económica de todos los pueblos indígenas es muy parecida, es un ambiente muy difícil pues dependen de productos agrícolas tanto para su subsistencia como para la venta, con poca o ninguna tecnología para la producción, enfrentando serios problemas de traslado, por falta de estructura vial. Tienen poco acceso a las tierras, además de que los títulos de propiedad están en manos del Estado. También se indica en la investigación de la UNICEF que el promedio de pobreza de 21% existente en el país, se eleva a casi el 90% entre la población indígena, por lo que la educación presenta coberturas muy bajas, alta repitencia y la expulsión del sistema educativo es sumamente alta (Rojas Maroto D, 2010).

La mala alimentación y falta de hábitos saludables están creando problemas de malnutrición desde edades tempranas, desencadenando problemas de salud y de desarrollo en los niños de hoy día. (Palma, 2013)

Sin embargo, los estudios de consumo de alimentos en Costa Rica tienen poca información, por lo tanto es difícil valorar tendencias y cambios en la población. Las fuentes de información son distintas pero aportan datos que, aunque son antiguos, son el único reflejo del patrón de consumo existente de la población costarricense.

El estado nutricional, en la interacción para el metabolismo de los alimentos, puede estar influido por múltiples factores, desde los genéticos hasta factores propios del entorno, tanto de naturaleza física como química, biológica y hasta de índole social, ejemplo de ello en una determinada región, si aumenta la pobreza, consecuentemente disminuye el consumo de nutrientes y resulta en un menor estado de salud en esa población.

El consumo de alimentos muestra el comportamiento y hábitos alimentarios de una población siendo una herramienta valiosa en la toma de decisiones. La evolución del análisis de consumo con respecto a los productos alimenticios en el país es carente de información; sin embargo, es un pilar importante para identificar el patrón de consumo, determinar las tendencias en el consumo de alimentos y apoyar la toma de decisiones en aspectos de seguridad nutricional como la fortificación de alimentos, el desarrollo de guías alimentarias y el fortalecimiento de programas sociales como el CEN CINAI. (Solórzano, 2014)

En nuestro país existe el Código de la Niñez y Adolescencia, que se aprobó en 1997, para complementar y ampliar el ámbito de gestión, el cual se encuentra vigente en la actualidad. En este se ofrece mayor protección a la población infantil

y adolescente en general, sin hacer consideraciones especiales sobre la niñez indígena. En su artículo 3, indica que “las disposiciones de este Código se aplicarán a toda persona menor de edad, sin distinción alguna, independientemente de la etnia, la cultura, el género, el idioma, la religión... o cualquier condición propia”. En el área de salud, se ofrece atención médica directa y gratuita por parte del Estado a toda persona menor de 18 años, e indica a la Caja Costarricense de Seguro Social la adopción de medidas para su aseguramiento. También responsabiliza al padre, madre o encargado del niño o niña a cumplir con los controles médicos que la persona menor requiera, el cumplimiento de indicaciones y el suplemento nutritivo adecuado en su dieta. (Solórzano, 2014)

Vigilando el cumplimiento de los instrumentos indicados, se observan limitantes importantes en el reconocimiento de la especificidad de los pueblos indígenas. En la actualidad, el Patronato Nacional de la Infancia (PANI), institución pública a cargo de la protección de los derechos de la niñez, conserva un perfil muy bajo de trabajo con las comunidades indígenas, al realizar intervenciones, por lo general, para el manejo de casos, con pocas políticas o programas diseñados específicamente para las condiciones y las realidades de los niños, las niñas y los y las adolescentes indígenas. (Van Deer Laat C, 2006)

Por otra parte, la Caja Costarricense de Seguro Social con su Programa de Atención Integral a la Adolescencia (PAIA), brinda asistencia de impacto para este grupo etario, pero no tiene injerencia ni planteamientos específicos para la realidad indígena.

De esta forma, gran parte de las instituciones públicas respetan los derechos básicos establecidos en la normativa jurídica, pero se quedan cortos en la propuesta y en la gestión de programas con base intercultural. (Van Deer Laat C, 2006)

En cuanto a los antecedentes de la población, es importante mencionar que Ujarrás se localiza en la zona sur del país (COSTA RICA) en la provincia de Puntarenas, cantón de Buenos Aires, forma parte del distrito primero y está situado a solo 7 kilómetros, al noreste de la ciudad de Buenos Aires. También está rodeado de hermosas y extensas sabanas que permiten un mejor paisaje. (Vasquez Carvajal, 2016)

Aspectos históricos de la comunidad:

Según el pensamiento de los indígenas cabécares de Costa Rica, ellos “son hijos de la semilla de maíz, quienes se asentaron en un lugar llamado “Kaspa”, y que luego los españoles llamaron San José Cabécar (hoy ubicado en la cordillera de Talamanca). En este lugar se crearon diferentes clanes (familias extendidas) tales como: Useglawák, Koctuwák; Kebeklyowák, Ulabluwak entre otros. Síbü (Dios) escogió estas semillas como guías espirituales para que guarden y construyan su cultura de acuerdo entre el hombre y la Naturaleza.” (Vasquez Carvajal, 2016)

Flora

En cuanto a la vegetación es abundante, excepto en las tierras de sabana que se encuentra cubierta de zacate típica de este tipo de vegetación. En la región que abarca el pequeño valle, por la explotación en actividades agropecuarias,

presenta una vegetación baja con cultivos, entre estos: café, maíz, pasto y árboles naturales como el Guanacaste, ceiba, espabel, laurel, guachipelín, corteza amarillo, indio desnudo y otras especies. (Vasquez Carvajal, 2016)

Fauna

En cuanto a la fauna, son muy limitadas las especies existentes por el exceso de cacería que se ha desatado en la zona, especialmente la cacería de tepezcuintles, pavones, saínos, venados, especies que se están extinguiendo. Otras especies como el armadillo, pizote, ardillas, iguanas y aves se han reducido con respecto a hace unos 19 años, sobre todo por la destrucción de su hábitat natural. Es necesario destacar que, aunque tradicionalmente los indígenas se dedican tanto a la cacería como al manejo de la flora para sus distintas necesidades, existía un equilibrio sobre todo porque esta utilización de recursos naturales estaba regida por leyes naturales y culturales que solo permitía el uso de lo exclusivamente necesario. La sobre explotación provocada recientemente por la participación de no indígenas en la zona quienes ignoran estas reglas y, por su ambición desmedida, no limita la utilización de los recursos disponibles. (Vasquez Carvajal, 2016)

FACTORES SOCIOECONÓMICOS, FUENTES DE EMPLEO Y ACTIVIDADES AGRÍCOLAS

Es importante destacar que al igual que otras comunidades Indígenas, su forma de vida y actividad económica no tienen el carácter mercantilista de la cultura

dominante por lo que su actividad productiva solo tiene el carácter de subsistencia en la que participa el grupo social por afinidad o por consanguinidad.

En el proceso social y económico de Ujarrás, se pueden mencionar los siguientes problemas.

La falta de empleo.

La pobreza en la mayoría de familias.

Dificultad para continuar estudios superiores por parte de los jóvenes.

Abandono de la agricultura por parte de muchas familias.

Ante esta problemática, muchos miembros de la comunidad, en especial los adultos mayores, tienen como fuente de ingreso únicamente lo que reciben del régimen no contributivo de la C.C.S.S. Otras familias reciben ayuda por parte del IMAS. Algunos señores obtienen empleo en la empresa de PINDECO, en muchos casos ocasionalmente. (Vasquez Carvajal, 2016)

Algunas familias desarrollan la agricultura para su propia subsistencia, entre los productos que siembran están: maíz, frijoles, banano, yuca y arroz. Por otra parte, la ganadería es muy escasa entre los indígenas; solo cuatro familias tienen cabezas de ganado vacuno, la crianza de aves y cerdo es también escasa y no son utilizados como actividad productiva sino como consumo (Vasquez Carvajal, 2016).

b) Descripción del problema

La zona indígena en nuestro país posee una alta diversidad agrícola como granos básicos, frutales, raíces y tubérculos. La alimentación básica consta de arroz, frijol y banano, el aporte de proteína está dado por el consumo de carne de pollo, carne de res, enlatados como atún, sardina, o embutidos.

Las causas de la inseguridad alimentaria y nutricional son complejas y se relacionan con diversos factores como: la pobreza, la pérdida de tierra, deterioro de los sistemas productivos locales, cambios en las prácticas de consumo, descuido de políticas estatales en la producción de alimentos, pérdida de valores culturales relacionados con los usos de alimentos, desempleo, bajos ingresos económicos.

El estado nutricional (indicador de salud) está relacionado con la parte sanitaria, disponibilidad de alimentos en el hogar, la comunidad o región y el grado de pobreza, que determina la posibilidad de comprar alimentos. Tanto el estado sanitario como la disponibilidad de alimentos son factores que influyen en la intensidad y frecuencia de infecciones como diarreas: los niveles de inseguridad alimentaria en comunidades indígenas son alarmantes, por ser grupos sociales excluidos de la sociedad y además vulnerables a constantes cambios. Por ejemplo, en el cantón Talamanca, donde vive alrededor del 50% de la población indígena, se registró el nivel de mortalidad infantil y desnutrición más alto del país. De aquí nace la importancia de realizar esta investigación en los niños y niñas aborígenes de la región de Ujarrás. (Flores, 2012)

Para promover la seguridad alimentaria del país, la Secretaría de la Política Nacional de Alimentación y Nutrición (SEPAN) establecida por la Ley Orgánica del Ministerio de Salud en el artículo 5, inciso E, desarrolló una Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021, que tiene la finalidad de mejorar las condiciones de salud de la población y el derecho a una alimentación saludable, posicionar la diversidad como elemento central de la sociedad y el derecho de producir sus propios alimentos respetando su identidad; los indígenas Cabécares producen 120 mil quintales de frijol. Además del enfoque de igualdad y equidad de género así como el de cohesión social; dentro de este contexto el Plan establece una serie de acciones encaminadas a mejorar la situación de salud y nutrición de los costarricenses. (Ministerio de Salud, 2011)

Es importante mencionar que en la actualidad la población de Ujarrás nunca ha sido partícipe en ningún estudio de nutrición, por lo que es una población muy vulnerable a presentar problemas nutricionales los cuales se pueden relacionar con la pobreza presente en el cantón y, específicamente, en esa comunidad. (Campos, 2016)

c) Delimitación del problema

La investigación se realiza con niños de ambos sexos, los cuales asisten a la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, esto ya que la edad escolar es una importante etapa de la vida cuando muchos cambios fisiológicos y físicos tendrán gran influencia en la etapa de adulto de cada persona.

Respecto al tiempo, se realiza en el año 2016 durante el tercer cuatrimestre.

Las variables que se toman en cuenta son la etnia, el estado nutricional, los hábitos alimentarios, la edad, el género, el acceso económico, entre otros ya que son aspectos que forman parte importante y se relacionan con los objetivos de la investigación.

d) Justificación

Uno de los aportes de esta investigación va a ser la información cuantitativa ya que se pondrá en evidencia la relación entre los hábitos alimentarios y el acceso económico con el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes, incluyendo también diferentes factores que pueden estar relacionados con el objetivo de este estudio.

A pesar del reconocimiento que se ha tenido con respecto a los derechos de los indígenas, no siempre estos se concretan en la práctica y se continúa constatando cada día más niños indígenas en situación de pobreza y malnutrición avanzada. En la investigación es necesario realizar una evaluación del estado nutricional y de hábitos alimentarios, así como también determinar el estado socioeconómico de la población.

Se conoce que en la comunidad indígena persisten determinantes sociales, culturales y ambientales que afectan negativamente el estado nutricional y la alimentación de estos niños durante el periodo de crecimiento, la cual, es reflejo de la situación de inseguridad alimentaria en que vive esta población, sobre todo si se toma en consideración su estructura familiar, ya que la estratificación social

refleja que la mayoría de los niños indígenas, pertenecen al estrato socioeconómico bajo. (Villalobos D, 2012)

La investigación se considera desde el punto de vista financiero, humano, de tiempo y espacio factible, ya que el estudio en general no requiere gran presupuesto. Se evaluará el estado nutricional de la población escolar aborígen así como la implementación de entrevistas a los padres de familia con respecto a hábitos alimentarios de los niños(as). Se trabajará con una población escolar de etnia cabécar los cuales son estudiantes de la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, con la autorización de la directora de la escuela y la aprobación de los padres del niño(a).

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es la relación existente entre los hábitos alimentarios, el acceso económico con el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016?

Este problema se debe a que los hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes pueden estar relacionados con diversos factores ya sean propios de su etnia, por situación socioeconómica, factores culturales y algunos otros que se esperan encontrar a través de dicha investigación; dichos factores se encuentran directamente relacionados con los hábitos alimentarios de esta población y con el estado nutricional.

1.3 Objetivo General

Determinar la relación existente entre los hábitos alimentarios y el acceso económico con el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

1.4 Objetivos específicos

1. Identificar las características sociodemográficas de la población en estudio que permitan obtener información respecto a sus hábitos alimentarios.
2. Conocer los hábitos alimentarios de los niños y niñas de la Escuela pública Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016, para el establecimiento de factores que inciden en su alimentación.
3. Establecer el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la Escuela Pública Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016, para el conocimiento de características que influyen en su alimentación.
4. Investigar con agentes involucrados: (padres de familia, niños y niñas, docentes y el comercio presente en la comunidad) factores socio-culturales que inciden en la alimentación de esta población para adquirir conocimientos al respecto.
5. Indagar el acceso económico de esta población con padres de familia y docentes, así como también la influencia en la alimentación de los niños y niñas.
6. Confrontar los hábitos alimentarios con el estado nutricional de los niñas y niños niñas de la Escuela pública Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas,

2016, para que esta información sirva de base de datos y que la institución pueda tomar las acciones necesarias.

1.5 Alcances y limitaciones

En este apartado se presentan los alcances y las limitaciones obtenidas durante la investigación.

1.5.1 Alcances de la investigación

A través de este estudio se espera obtener datos detallados de los hábitos alimentarios, acceso económico y estado nutricional de los niños y niñas aborígenes, siendo esta la primera investigación realizada en esta población.

1.5.2 Las limitaciones

La falta de tiempo en el desarrollo de esta investigación no permite que se realice un estudio longitudinal, y al ser una tesis donde la evidencia va a estar sujeta a los datos obtenidos, se restringe a un estudio transversal, con conclusiones como lo ha señalado la Universidad con base en las muestras y las lecturas utilizadas.

Otra limitante en este estudio es la población con la que se va a trabajar ya que solamente se va a lograr abarcar una reserva aborigen (Ujarrás), si bien en el cantón bonaerense existen 5 reservas más.

También se considera como limitación la falta de estudios en esta población, lo cual dificulta la justificación bibliográfica.

CAPÍTULO II. 2. MARCO TEÓRICO

2.1 CONTEXTO HISTÓRICO

Se presenta en esta sección una recopilación de estudios, entrevistas, artículos y demás fuentes relacionadas con la investigación.

2.1.1 Hábitos alimentarios en niños y niñas a nivel mundial

Teniendo en cuenta que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales que durante la niñez favorecen un desarrollo y crecimiento adecuado, es preciso que los niños y niñas obtengan durante esta época hábitos alimentarios sanos. No obstante, para ello es preciso considerar factores de tipo fisiológico, social y familiar, que generen un fuerte dominio en los patrones de consumo. Sin embargo, los hábitos alimentarios se han ido modificando por factores que afectan la dinámica familiar, tales como la menor dedicación y falta de tiempo para la cocción y la pérdida de autoridad en cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos que consumen los niños y niñas. (Macías A, 2012)

Durante la niñez se obtienen los hábitos alimentarios que los niños poseerán a lo largo de toda su vida; sin embargo, igualmente es una etapa de gran inestabilidad debido a la presencia de elementos como: la economía, el avance tecnológico, la gran influencia de la televisión, la incorporación de los niños y niñas a la escuela y la mayor posibilidad por parte de los niños de preferir alimentos con un alto aporte calórico y una baja calidad nutricional.

En los niños, una dieta rica en alimentos altos en energía deja poco espacio para los alimentos adecuados en nutrientes, que son indispensables para el crecimiento y el desarrollo óptimo del niño. Es por ello que se debe enseñar a los niños acerca

de la nutrición saludable y que, de esta manera, adquieran hábitos alimentarios adecuados y sean adultos sanos. (Shriqui K, 2016)

Así mismo, un estudio realizado en Venezuela indica que la niñez se define por ser una etapa en la que se adquieren los hábitos que van a definir el estilo de vida del futuro adulto, por ello, es adecuado implementar en esta etapa, cualquier gestión que consienta un crecimiento y desarrollo normal. Algún cambio perjudicial en el estilo de vida del niño, comprometerá su formación biológica, que de una u otra forma afectará su salud actual y futura. (Nava M, 2011)

Otra investigación realizada en el país mencionado anteriormente; haciendo énfasis en niños y niñas hace referencia a que la adquisición de hábitos alimentarios saludables favorecen estimular una adecuada nutrición desde las primeras etapas de la vida. Puesto que, tienen un gran efecto potencial sobre la salud y el bienestar, no solo en la infancia, sino también en las etapas posteriores de la vida. En este sentido, la adquisición de buenos hábitos alimentarios es muy importante para asegurar una óptima nutrición y para conseguir el desarrollo de las potencialidades del ser humano. Sin embargo, se deberá tener en cuenta las necesidades y los intereses de las familias, puesto que los hábitos y patrones alimentarios son de naturaleza muy compleja y multifactorial. (Villalobos D, 2012)

2.1.2 Estado nutricional en niños y niñas a nivel mundial

En América Latina, la mortalidad infantil de los niños indígenas alcanza un 70% mayor que la de no indígenas. Distribuido en los países como Panamá, Ecuador, Venezuela y Paraguay. Por otra parte, estudios realizados en los grupos indígenas

venezolanos, revelan que el estado nutricional ha comenzado a deteriorarse en los niños de estos grupos étnicos, disminuyéndose de esta forma el desarrollo y crecimiento, sumado a la aparición de enfermedades de origen nutricional. (Villalobos D, 2012)

No obstante, por lo general se delimita el desarrollo biopsicosocial de las comunidades indígenas, ya que el niño con un estado nutricional no adecuado al llegar a la edad adulta ven reducida su capacidad de trabajo y la obtención de ingresos, esto afecta en los patrones alimentarios y estilos de vida que pueden intervenir en el estado nutricional de una población. Es importante, el reconocimiento y observación de los factores asociados a las dificultades inherentes del estado nutricional de las comunidades indígenas, con específico afectación en los niños en desarrollo.

El estado nutricional de las personas es la consecuencia del balance entre la alimentación y los requerimientos de energía y nutrientes; este balance hace que ciertas personas expresen diferentes categorías de bienestar, implicando con ellos factores de la nutrición, el entorno social, económico, cultural y otros afines con la salud. Por ello, cuando existe un balance negativo originado por falta de energía y nutrientes en la alimentación, en un período definitivo, se pronuncia con bajo peso y un desarrollo pobre, esto amplía los riesgos de sufrir enfermedades y cambios perjudiciales en su vida cotidiana. (Medina O, 2012)

Un buen estado nutricional muestra un perfecto equilibrio, lo cual permite la integridad de los tejidos y sistemas del cuerpo humano, asegurando de esta forma

el crecimiento y desarrollo en los niños y niñas. Por esta razón, la valoración nutricional debe ser parte fundamental de toda evaluación clínica con el fin de establecer en niños y niñas los requerimientos para un soporte nutricional, y de esta forma reducir los riesgos a las variaciones del estado nutricional de los niños, ya que la relación entre el peso y la talla para la edad es un índice que refleja relación con la salud, asimismo ayuda a interpretar el retraso de crecimiento, talla baja, bajo peso, riesgo de sobrepeso y obesidad, por tanto el control del estado nutricional es fundamental para la prevención y preservación de la salud. (Mamani T, 2012)

Diversos estudios reflejan la importancia de conocer el estado nutricional de los niños en este caso los de baja condición económica la cual muchas veces refleja la alta prevalencia de desnutrición crónica, con adecuación del peso para la talla o con sobrepeso, este es la consecuencia del transcurso de adaptación a las circunstancias habituales a poblaciones que viven en la pobreza. De otro lado, la baja talla obtenida en los cinco primeros años restringe la talla que se logrará en la edad adulta y es un condicionante del sobrepeso y la obesidad en indígenas adultos, como es el caso de los triquis mexicanos. La alimentación pobre en proteínas, principalmente en los primeros años, induce incremento en la grasa subcutánea y deficiencia de masa muscular. En los pueblos indígenas durante los últimos años se ha dado paso al retraso crónico de crecimiento y sobrepeso como primordiales problemas nutricionales relacionados con estado nutricional de esta población. (Rosique, 2010)

Es importante conocer que el estado nutricional de una comunidad tiene estrecha relación, con factores socioeconómicos de la sociedad a la que pertenece. La pobreza hace más vulnerable de manera social y biológica a la familia y al niño; es por ello que una de sus consecuencias biológicas es la baja estatura de los niños y las niñas. Los escenarios de pobreza en que viven los indígenas les dificultan la posibilidad de obtener una calidad de vida adecuada. En un estudio realizado en Colombia sobre salud y supervivencia de indígenas Mayas que habitaban en condiciones de pobreza, finiquitó que, “Las pobres circunstancias socioeconómicas fueron determinantes y predominantes en las carencias biológicas y ambientales de la población indígena y su entorno”. (Restrepo B, 2006)

Por otra parte, un estudio realizado en la ciudad de Montevideo en Paraguay indica que en las últimas décadas, en este país se han producido cambios en el perfil alimentario nutricional de la población. Estos cambios son responsables de variaciones nutricionales que ocurren en todas las etapas de la vida, las cuales poseen especial valor en la niñez. Si bien estas alteraciones acontecen en todos los estratos socioeconómicos, insinúan especial gravedad bajo situaciones de pobreza al coexistir la malnutrición por déficit y por exceso. Para este estudio se tuvieron en cuenta variables relacionadas con la selección de alimentos, y de cómo el nivel socioeconómico estipula las formas de alimentarse. Se analizó, asimismo, la forma de alimentación de los niños durante el transcurso de su vida y cómo dichos alimentos fueron introducidos. La transición nutricional está fuertemente ligada con la transición epidemiológica, en especial con el ascenso en

los problemas de tipo crónico degenerativo originados por la abundancia de determinados alimentos e inadecuación de nutrientes. La adecuada nutrición en las distintas etapas de la vida de las personas es uno de los principales determinantes de su salud, de su óptimo desempeño físico e intelectual, y por lo tanto, de su bienestar. (Girona, 2015)

2.1.3 Hábitos alimentarios en niños y niñas a nivel nacional

En los territorios más tradicionales indígenas, con mayores dificultades de traslado, las familias utilizan un sistema de agricultura de subsistencia; en su actividad buscan la producción básica para alcanzar la necesidad del grupo, recogiendo semilla y vendiendo únicamente los excedentes. Los productos más frecuentes son frijoles, plátanos, maíz, ayote, cacao, pejibaye, yuca, tubérculos, entre otros. También es frecuente observar la cría de gallinas y de cerdos. Las comunidades con mejores vías de acceso han cambiado progresivamente su producción de autoconsumo por monocultivos. También, algunas etnias buscan un mejor ingreso económico por medio de la venta de artesanías, cestería, hamacas, cerámica, textiles, arcos, flechas y collares. (Van Deer Laat C, 2006)

Un estudio realizado en el área Metropolitana hace referencia a que dentro los hábitos que se crean durante el periodo escolar se encuentran los hábitos alimentarios. Se sabe que la nutrición es uno de los determinantes principales del estado de salud; en los niños y niñas una inadecuada ingesta alimentaria está relacionada con trastornos de salud tales como retraso en el crecimiento, retraso en el desarrollo cognitivo, aumento de la vulnerabilidad a infecciones y anemias. (Moreno, 2013)

Esfuerzos del gobierno costarricense han llevado al Ministerio de Educación a promover una ley para el control de los alimentos que son vendidos en las sodas escolares (La Gaceta; 2012). Dicha ley fue establecida para proteger, promover y enseñar sobre la salud estudiantil y los hábitos de alimentación saludables. Dentro de las reglas de la ley SODA, son que la soda escolar debe facilitar diariamente una oferta de frutas y vegetales frescos, además está inhibida la cocción frita, solamente pueden utilizarse aceites libres de grasas trans, también está impedida la venta de bebidas carbonatadas y energéticas, entre otras. Si bien el exceso depende del consumidor y su enseñanza hacia el producto, al quitar los alimentos de las sodas escolares se ayudará a mejorar las opciones disponibles de los niños.

Los hábitos alimentarios también pueden estar relacionados con la publicidad de productos alimenticios tal como lo demuestra un artículo de Wendy Acosta y Laura Herrera ambas licenciadas en Nutrición; ellas proponen que la televisión puede crear una influencia negativa o positiva, esto dependiendo de los hábitos alimentarios que susciten, si los productos que estimula a ser consumidos simbolizan un beneficio o un perjuicio para la salud o si son incompatibles con la educación nutricional aplicada en Costa Rica. Una publicidad mal empleada puede ser creada por una regulación ineficaz por parte de las autoridades correspondientes; el permitir cierto grado de libertad en el momento de emitir un anuncio publicitario, puede facilitar a que las empresas la utilicen para promover la venta de sus productos en cualquier circunstancia y sin tomar en cuenta las consecuencias que pueda generar su consumo. Los hábitos alimentarios que se

promueven en los distintos anuncios publicitarios de alimentos, en un 47% son inadecuados. Esto insinúa que, de los anuncios que promueven algún hábito directamente, y según su estrategia publicitaria, la mayoría no concuerda con los programas de promoción de salud y educación implementados por el gobierno, ya que promueven todo lo contrario, incitando hábitos alimentarios incompatibles con la salud; ambas profesionales concluyen que no hay certeza de que la publicidad televisiva de alimentos sea causa del aumento de la obesidad infantil. Sin embargo, hay pruebas indirectas suficientes para justificar la consideración de su contribución a un efecto causal de la obesidad como “probable”. (Barrantes W, 2012)

2.1.4 Estado nutricional en niños y niñas a nivel nacional

En algunos casos la vulnerabilidad de la población aborigen se relaciona con el dificultoso acceso geográfico y los entornos climáticos que imposibilitan el traslado oportuno e implementación de servicios básicos como salud y educación. Es la población con mayores escenarios para la subsistencia de la identidad cultural pero, a la vez, son quienes cuentan con menores posibilidades para el desarrollo social. (Van Deer Laat C, 2006)

Mientras que el sobrepeso y la obesidad se muestran como amenazas para la niñez y la adolescencia urbana, la desnutrición sigue siendo uno de los retos en las poblaciones indígenas. Niños, niñas y adolescentes con carencias nutricionales tienen menores recursos para su desarrollo integral y son más idóneos a las enfermedades. El estado nutricional también es indicador y determinante de múltiples factores socioeconómicos.

En general, a pesar de que la desnutrición es una importante causa de morbi mortalidad para niños, niñas y adolescentes indígenas, existe poca documentación específica acerca del tema y no hay, a la fecha, propuestas interculturales adecuadas para abordar la problemática.

Según los programas estatales de alimentación y nutrición de la niñez y adolescencia de Costa Rica se indica, que la malnutrición es una complicación que se presenta como desnutrición, cuando el consumo de energía, proteína y micronutrientes no es suficiente para una nutrición satisfactoria que consienta un proceso físico, mental y social conveniente para llevar una vida activa y de bienestar general. La malnutrición también se muestra como sobrepeso y obesidad, que es cuando hay un consumo excesivo de energía debido al consumo de alimentos con mucha energía y de baja calidad nutricional. Este problema de exceso de peso se empeora aún más en la población pobre y más vulnerable por falta de acceso a alimentos de alta calidad nutricional. Habitualmente los alimentos procesados altos en grasas, azúcares y sal son más baratos, los cuales aportan muchas calorías y son bajos en nutrientes, causando un aumento en el sobrepeso y obesidad, que es un factor de riesgo clave que contribuye a la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles, como las enfermedades del sistema circulatorio, diabetes e hipertensión arterial. (Mora, 2010)

El estado nutricional no adecuado se relaciona con las clases sociales más desfavorecidas, mientras que es poco frecuente en la sociedad desarrollada. Esto explica, la diferencia en el estado nutricional en los niños que viven en áreas urbanas con las rurales en el país. El estado nutricional se ve relacionado con el

crecimiento en un grupo social o de una nación es el mejor indicador de su bienestar social. El crecimiento y el desarrollo componen un factor importante para el correcto estado físico, nutricional y mental del niño, tanto así que diversos trastornos que afectan al adulto pueden tener su origen en la niñez, de ahí la importancia de un seguimiento nutricional para vigilar el desarrollo integral y multifacético del hombre. (González A, 2010)

En Costa Rica, se evidencia a través del estudio anterior que existe una tendencia progresiva a la disminución de la baja talla en niños y un incremento en número de los niños con alta talla. El hecho de hallar mayor proporción de niños normopesos en este estudio puede corresponder a que se ha alcanzado un sistema de vigilancia nutricional apropiado con acción oportuna e inmediata en prevención y promoción de salud.

2.1.5 Hábitos alimentarios en niños y niñas aborígenes y aspectos económicos de las familias en Ujarrás, Buenos Aires de Puntarenas

La alimentación diaria de las familias de la comunidad es: el arroz, los frijoles, el banano, maíz, yuca, frijolillo de palo; y en tiempo de cosecha se consume pejibaye, aguacates, chayotes y otros. Entre las bebidas más consumidas se encuentran: el café, la chicha, el chilate y el chocado. Los condimentos como la sal, manteca, cebollas y otros se adquieren en la pulpería de la comunidad o en Buenos Aires. El cerdo y las gallinas son consumidos solo para fiestas. La fauna de los ríos y quebradas son adquiridas ocasionalmente.

Muchos de los niños y niñas son hijos de madres jefas de hogar, algunos dependen de la ayuda del estado como el IMAS y FONABE; esta situación

repercute directamente en los hábitos alimentarios del niño ya que el subsidio recibido por el estado no es suficiente para lograr una alimentación adecuada en las familias. Otro factor influyente en los hábitos alimentarios de los niños es la baja escolaridad en sus familias lo cual minimiza los ingresos económicos en el hogar, esto debido a la poca posibilidad de encontrar un empleo el cual en su comunidad es muy escaso. (Vasquez Carvajal, 2016)

La escuela les brinda a los niños y niñas 2 tiempos de comida dentro de los que se encuentran el desayuno y el almuerzo; también cuentan con un menú que les proporciona DANE, el subsidio que reciben de esta institución solo es para una comida en el día, pero en el centro educativo se procura dar desayuno y almuerzo ya que en muchos casos son las únicas comidas que realizará el niño en el día, la directora comenta que dicho menú es difícil de cumplir en su totalidad por la culturalidad de los niños y sus preferencias a ciertos alimentos mencionados anteriormente y el rechazo a otros; sin embargo, se hace lo posible por acercarse a lo propuesto. (Vasquez Carvajal, 2016)

2.1.6 Estado nutricional en niños y niñas aborígenes en Ujarrás, Buenos Aires de Puntarenas

La población aborígen de Ujarrás tiene un nivel económico muy bajo, por lo que los niños y niñas de la comunidad menores de seis años presentan deficiencias en sus estados nutricionales.

Es importante destacar que el estado nutricional de los niños y niñas que asisten a la escuela Ujarrás se encuentra relacionado con la falta de un código para nombrar a un profesor de educación física, también algunos niños deben caminar

largos trayectos para llegar a la única escuela que posee el pueblo. (Vasquez Carvajal, 2016)

2.2 CONTEXTO TEÓRICO

En este apartado se presentan diferentes aspectos teóricos relacionados con esta investigación.

2.2.1 Definición de hábitos alimentarios

Los hábitos alimentarios son la selección y elección de la cantidad, calidad y forma de preparación de los alimentos que consume un individuo, como respuesta de sus gustos, disponibilidad de alimentos, poder adquisitivo, tradiciones familiares y socioculturales. (Infante, 2011)

En un estudio realizado en México, Flores y otros autores describen los hábitos como cualquier comportamiento aprendido que se repite regularmente. Así como también indica que los hábitos de alimentación de los niños los adquieren según lo que diariamente aprenden en su hogar, es decir, los padres los heredan a sus hijos. (Flores S, 2008)

2.2.1.1 Causas

Según Días, Casas y Ortega (2013), las causas de la formación de los hábitos alimentarios en la infancia empiezan en la familia, con las costumbres y tradiciones del entorno familiar. Esta formación, junto con la ofrecida en la escuela, son las principales responsables de la instauración de unos hábitos de alimentación adecuados o no adecuadas.

Se puede señalar dentro de las causas de los hábitos alimentarios, según Flores, las fuertes influencias socioculturales, económicas y laborales, siendo muy diferentes las condiciones de un ámbito rural o urbano o si la madre trabaja o no fuera del hogar. (Flores S, 2008)

Un estudio realizado en Ecuador, en niños, menciona como causas de los cambios en los hábitos alimentarios tradicionales de ese mismo país los avances tecnológicos y biotecnológicos, especialmente en agricultura, la incorporación de la mujer al campo laboral, la urbanización acelerada de la población, la universalización del acceso a la educación, la incorporación cada vez más temprana de los niños a la escuela, la influencia de los niños en la realización del menú familiar, la disponibilidad de dinero de los niños y niñas para comprar alimentos sin supervisión de sus padres, la publicidad, que por lo general promociona productos industrializados sin ningún valor nutricional y alto valor calórico, la falta de educación en los padres, especialmente en la madre (analfabetismo) y menciona, por último, el nivel socio económico. (Guáitara, 2012)

Así mismo, el estudio de la autora Mediavilla, en el Ecuador, indica como causas de los hábitos alimenticios la influencia de muchos factores entre los que se destacan el lugar geográfico, el clima, la vegetación, la disponibilidad de la región, costumbres y experiencias, por supuesto que también tienen que ver la capacidad de adquisición, la forma de selección y preparación de los alimentos y la forma de consumirlos. (Mediavilla, 2013)

2.2.1.2 Consecuencias de malos hábitos alimentarios en niños(as)

Las consecuencias de los hábitos alimentarios no adecuados van a repercutir en el estado nutricional del niño, tal y como lo demuestra el estudio de Guáitara, en donde se indica que entre los problemas nutricionales que se pueden encontrar en los niños y niñas están: la anorexia, el sobrepeso y la obesidad, deficiencias específicas, desnutrición, otros. En muchos niños/as se pueden observar todos estos problemas en uno solo (Guáitara D, 2012).

2.2.1.3 Instrumentos para determinar los hábitos alimentarios

A continuación se presentan diferentes instrumentos utilizados para obtener los hábitos alimentarios de diferentes poblaciones.

Recordatorio de 24 horas

El Recordatorio de 24 Horas es un método utilizado ampliamente entre los profesionales del área de la Nutrición. Es una técnica que recolecta datos de ingesta reciente, útil en estudios de tipo descriptivos y cuya principal fortaleza es que en estudios poblacionales permite obtener tasas de "no respuesta" bajas. Al momento de interpretar los resultados, se debe considerar que la información refleja la ingesta reciente de un individuo, de modo que un único Recordatorio de 24 Horas no debe ser tomado como representativo de la ingesta usual. En estudios poblacionales, recordatorios de un solo día son utilizados para estimar el consumo promedio de un grupo. (Ferrari, 2013)

Frecuencia de consumo

Los cuestionarios de 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. Los tres componentes principales de estos cuestionarios son la lista de alimentos, la frecuencia de consumo y el tamaño de la ración consumida. 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. 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. Pueden ser auto-administrados, en papel o en soporte web, o bien mediante entrevista personal o telefónica. Por su formato estandarizado, especialmente los cerrados, y por la forma de administración, son un método con un alto rendimiento en términos de coste-efectividad que ha favorecido su extendido uso en diferentes estudios. (Pérez, 2015)

1.2.2 Características del acceso económico en la población aborígen

La pobreza como factor de riesgo alimentario se menciona en el estudio realizado en México a los indígenas purhépecha, las madres indican que su condición de pobres es transgeneracional ya que dicen que siempre han vivido en la pobreza, que su falta de liquidez se traduce en su imposibilidad de adquirir una cantidad cada vez mayor de productos disponibles en su medio, la causa concreta de su pobreza es el escaso valor del trabajo rural, ante lo cual los locales no tienen otra opción que emigrar. En ocasiones, esta misma pobreza llega a traducirse en elaboraciones de identidad negativas, ya sea por comer alimentos baratos, o por tener una sola comida al día. (Oseguera D, 2009)

1.2.2.1 Componentes del acceso

El acceso es un componente de la Seguridad Alimentaria. El acceso a los alimentos puede ser físico y/o económico. La falta de acceso físico se da cuando los alimentos no están disponibles en cantidad suficiente donde se necesita consumirlos. La lejanía de las poblaciones y la falta de infraestructuras pueden incidir en la imposibilidad de contar con alimentos en condiciones adecuadas de manera permanente o transitoria. A menudo, el acceso se analiza desde una perspectiva de las personas para alimentarse con regularidad, calidad y dignidad, debido a la imposibilidad de pagar los precios de los alimentos dados el bajo poder adquisitivo de la población. (FAO, 2006)

2.2.2.2 Métodos de medición del acceso económico

Existen diferentes métodos que pueden ser utilizados para determinar el acceso económico de una población mediante la seguridad alimentaria que presenta ese colectivo humano (Jiménez Ana, 2012), entre ellos se encuentran:

Es importante contar con un formato para recoger información sociodemográfica del hogar.

La INSA tradicionalmente se ha establecido a nivel del individuo y del hogar comparando el consumo de energía y su requerimiento establecido por agencias como la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Instituto de Medicina de Estados Unidos (IOM).

La escala de percepción de seguridad alimentaria (EPSA) y la escala Latinoamericana y Caribeña (ELCSA), están basadas en los principios desarrollados por Wehler en 1992 para establecer un índice de hambre.

2.2.3 Definición de pueblo indígena

Se refiere a una variable cultural, en que concuerdan el idioma, comidas, tradiciones, ascendencia, historia y origen común, religiosidad, creencias, valores, visión de mundo, entre otros aspectos que les define como pueblo. Los pueblos tienen sus territorios, es decir, hay pueblos que poseen un origen y características comunes, independientemente de su lejanía o cercanía de este modo cada pueblo cuenta con al menos un territorio. (INEC, 2011)

2.2.4 Características de la población aborígen

Entre las características de la población indígena mexicana, específicamente de los purhépecha, se mencionan que casi en su totalidad son hablantes de lengua indígena y del español, sufren condiciones de vida muy precarias: falta de acceso a los servicios de salud, altos índices de analfabetismo, escasa escolaridad, la población se ocupa mayormente en las actividades agropecuarias, con eje en el maíz de temporada y la ganadería bovina. (Oseguera D, 2009)

Se puede mencionar como características de la población cabécar en Talamanca lo descrito en el estudio realizado por la UNICEF, en el cual esta comunidad indica que donde habitan no existe acceso a la tecnología, residen muchos indígenas, no existen lugares arqueológicos, es complicado el acceso al sistema de salud o negocios, por no poseer caminos accesibles en época de lluvia, la comunicación también es difícil. Sin embargo, consideran que sienten arraigo muy fuerte por su cultura y tradiciones. Así mismo, se refiere a que la educación intercultural es uno de los recursos para la conservación de la cultura específicamente el idioma, solamente gozan de este beneficio educativo en la escuela, pues el colegio no ofrece la interculturalidad. Ingresan a la escuela de acuerdo a la edad oficial, algunos entran más tarde porque las familias son de escasos recursos económicos. Todas y todos asisten a la escuela, no así al colegio, pues deben apoyar a la familia para poder obtener más ingresos. Para esta población la educación es una herramienta valiosa para superarse y lograr una profesión, califican la educación de buena calidad, también refieren el poco estímulo y desinterés de muchos por el estudio. (Rojas Maroto D, 2010)

2.2.5 Definición de estado nutricional

El estado nutricional de los seres humanos se define como el resultado del balance entre la ingestión y las necesidades de energía y nutrientes; dicho balance hace que los individuos expresen distintos grados de bienestar, involucrando con ellos factores de la alimentación, el entorno social, económico, cultural y otros factores relacionados con la salud (Medina O, 2012).

Otro autor define el estado nutricional de un individuo como el resultado del equilibrio o desequilibrio entre el consumo de alimentos y el respectivo aprovechamiento de nutrientes para llenar los requerimientos de estos por el organismo. Menciona que el consumo de alimentos, al igual que los procesos de digestión, absorción y utilización de nutrientes por el organismo depende de múltiples factores, los cuales interactúan para producir el balance entre el aprovechamiento biológico de nutrientes y los requerimientos, cuyo resultado final es el estado nutricional del individuo.

2.2.5.1 Métodos utilizados para determinar el estado nutricional

Para determinar el estado nutricional es importante determinar el peso y la talla de los niños con el fin de conocer el IMC, para tal efecto es necesario calibrar la balanza antes de cada medición y sin zapatos; la estatura se debe medir sin calzado, apoyando talones, glúteos, espalda y cabeza al plano vertical. La cabeza debe erguirse de tal manera que ojos y orejas se hallen a la misma altura. (Bustos P, 2009)

En el niño, las variables más utilizadas para determinar el estado nutricional son: peso, talla, circunferencia cefálica y circunferencia media del brazo izquierdo, pliegues cutáneos, tricipital y subescapular, área grasa y área muscular. Con ellos se crean indicadores que reflejan las dimensiones corporales y la composición corporal que se obtienen al ser comparados los valores observados con los valores de referencia. Entre los indicadores de dimensión corporal se encuentran: peso para la edad (PE), peso para la talla (PT), talla para la edad (TE), circunferencia del brazo para la edad (CB-E), circunferencia cefálica para la edad (CC-E). En este sentido, la OMS ha publicado tablas para la evaluación nutricional con valores de referencia y distribución de percentiles utilizando los indicadores P/E, T/E, P/T que permiten situar al niño o adolescente según la intensidad de la malnutrición tanto por déficit como por exceso. Por otra parte en cuanto a los indicadores CC/E, CB/E, CB/CC, e indicadores de composición corporal: pliegue del tríceps, pliegue subescapular, área grasa, área muscular, se utilizan diversos valores de referencia (Ravasco P, 2010).

En Costa Rica, actualmente, se utilizan las gráficas elaboradas por la CCSS estas gráficas evalúan el estado nutricional de los niños(as) 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.

2.2.5.2 Factores que influyen el estado nutricional en los niños y niñas aborígenes

Las carencias en el estado nutricional aún persisten en grupos de mayor pobreza, especialmente en zonas rurales y donde habita la población indígena, los cuales

podrían tener una alimentación deficiente, además de otros problemas desencadenados por el círculo de la pobreza, así mismo se indica que las poblaciones indígenas son socioeconómicamente vulnerables, mostrando una clara tendencia hacia la malnutrición por déficit más que por exceso. (Navarrete C, 2011)

El exceso de peso en la población indígena se ha estudiado menos dado que es un problema nutricional de aparición más reciente. Los datos disponibles en países como Estados Unidos y Canadá muestran que el bajo nivel socioeconómico y el sobrepeso de los niños indígenas es más frecuente que el observado en niños no indígenas, la explicación alegada es el cambio de las costumbres alimentarias y el mayor sedentarismo que han tenido estas poblaciones en décadas recientes (Bustos P, 2009).

2.2.6 Edad escolar.

La edad escolar comprende niños y niñas en edades de 6 a los 12 años, de manera que pueden identificarse dos períodos de crecimiento distintos, uno latente, es decir, en crecimiento y cambios corporales lentos; y otro que corresponde a cambios corporales y crecimiento acelerado, específicamente en la pubertad o la adolescencia. (FAO, 2006)

2.2.6.1 Etapa escolar

Durante la etapa escolar la escuela tiene como objetivos el aprendizaje de conocimientos, la identificación y el desarrollo de sus potencialidades intelectuales, psicomotoras y emocionales; asimismo son de gran relevancia el

aprender a tomar decisiones y el adquirir hábitos de vida saludable, incluyendo los de alimentación y ejercicio. Para estos últimos objetivos, se ha dicho que la escuela tiene que ser un ambiente saludable. (Flores S, 2008)

CAPÍTULO III. 3. MARCO METODOLÓGICO

3.1 Diseño de la investigación

La investigación se efectúa bajo un enfoque cuantitativo, en el que se pretende conseguir resultados cuantificables como el estado nutricional, los hábitos alimentarios y la situación económica de la población; para analizarlos de forma objetiva. También se espera encontrar y analizar relaciones entre variables como la etnia, la situación económica y características culturales, para obtener conclusiones más tangibles que involucren acercarse al cumplimiento de los objetivos propuestos en la investigación.

3.2 Unidades de análisis

Se presentan diferentes criterios los cuales son mencionados en criterios de inclusión y de exclusión.

3.2.1 Criterios de inclusión:

Niños y niñas de etnia Cabécar.

-Niños y niñas aborígenes que asistan a la Escuela Ujarrás.

-Niños y niñas que cuenten con autorización firmada por el encargado legal.

-Niños y niñas de los cuales sus padres estén dispuestos a ser entrevistados para determinar los hábitos alimentarios de sus hijos y la situación económica familiar.

3.2.2 Criterios de exclusión:

-Niños y niñas con patologías físicas.

3.3 Población

Todos los niños y niñas aborígenes que asistan a la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, sin hacer énfasis o exclusión por sexo y edad.

El tamaño de la población es de 100 niños y niñas, los cuales se encuentran cursando diferentes grados que incluyen materno, transición, primero, segundo, tercero, cuarto, quinto y sexto grado, las variables tomadas en cuenta son aquellas características sociodemográficas, los hábitos alimentarios, el estado nutricional y el acceso económico.

3.4 Los instrumentos para la recolección de datos:

Los datos son recolectados mediante un análisis antropométrico para determinar la variable estado nutricional, los cuales son interpretados utilizando las gráficas utilizadas en la CCSS durante el periodo de este año (Ver Anexo No.1 y No.2), dicho análisis antropométrico se realiza durante 2 visitas a la escuela donde los niños fueron pesados y tallados. Se realizó una tercera visita para entregarles a los profesores la encuesta la cual se hizo llegar a los padres a través de los niños y niñas con el fin de conocer los hábitos nutricionales de los niños(as) y la situación económica familiar (Ver Anexo No.3). También se aplicó una encuesta pequeña a los niños de cuarto, quinto y sexto grado la cual cuenta con una breve frecuencia de consumo realizada con el fin de comparar las respuestas dichas por sus padres (Ver Anexo No.4), ambos son métodos de bajo costo y de fácil aplicación; estos instrumentos se analizan mediante figuras las cuales fueron elaboradas por un estadístico, buscando demostrar de manera clara las relaciones encontradas entre variables y así conseguir facilitar la interpretación de los

resultados obtenidos. El análisis se realizará de forma estadística y observacional ya que el tipo de investigación así lo indica, asimismo, por ser descriptiva indaga la incidencia de una o más variables en la población estudiada. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010)

Para la obtención de la variable sociodemográfica, se utilizará la revisión del PIAD de este serán tomados los datos con mayor impacto en esta investigación.

3.5 Tipo de estudio

Es una investigación de tipo transversal, donde se observan y recogen datos mediante entrevistas y encuestas aplicadas a padres y/o madres y a los estudiantes, por tanto, la observación a través del tiempo inicia buscando obtener relaciones entre factores (variables) y características externas e internas de la muestra, que estén directamente relacionados con el objeto de estudio.

Por otra parte, es de tipo descriptivo ya que se describen los resultados conseguidos tratando de identificar los hábitos alimentarios, estado nutricional, acceso económico y factores predominantes; también es una investigación no experimental.

3.6 Área de estudio:

El área de estudio será la Escuela Ujarrás, ubicada en la zona sur, específicamente en el cantón de Buenos Aires, el cual pertenece a la provincia de Puntarenas; esta área es rural, ya que la escuela se encuentra situada en una de las 5 reservas aborígenes existentes en el cantón.

3.7 Las variables

Tabla N°1. Operacionalización de variables.

OBJETIVO ESPECIFICO	VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	DEFINICIÓN INSTRUMENTAL	FUENTES DE INFORMACIÓN	RESULTADOS
1. Identificar las características sociodemográficas de la población en estudio que permitan obtener información respecto a sus hábitos alimentarios.	Características sociodemográficas	Características que incluyen aspectos sociales, biológicos y económicos	Ingresos	Por medio de una entrevista aplicada a los padres y madres encargados del niño(a) con el fin de obtener la recolección de datos.	Ingresos en colones.	Razón	Padres y/o madres encargadas del niño y/o niña.	Moda de ingresos mensuales
			Edad		Número de años	Razón		Promedio de edad
			Sexo		Categoría de sexo	Nominal		Proporción de hombres y mujeres
2. Conocer los hábitos alimentarios de los niños y niñas de la Escuela pública Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016, para el establecimiento de factores que inciden en su alimentación.	Hábitos alimentarios	Son costumbres relacionadas con tiempos de comida y calidad de los alimentos, tipo de cocción, adquiridas por cada individuo durante un tiempo inespecífico.	Tiempos de comida	Mediante una entrevista aplicada tanto a padres y/o madres como a niños y/o niñas valorando frecuencia de consumo.	Categoría a tiempos de comida.	Nominal	Padres y/o madres; niños y niñas.	Moda, patrones y perfiles
			Calidad de comida consumida.		Categoría de tipo de alimentos consumidos.	Ordinal		
			Tipo de cocción favorita		Categoría de tipo de cocción favorita. Kg	Nominal		
3. Establecer el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la Escuela Pública Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016, para el conocimiento de características que influyen en su alimentación.	Estado nutricional	Condición en la que encuentra el estado de salud del entrevistado utilizando variables de peso corporal, talla, edad, sexo y patologías desarrolladas debido a su estado nutricional.	Peso corporal	Mediante antropometría a que se lleva a cabo según el manual de la OMS del año 2012			Propia.	Promedio de peso
			Talla corporal			Razón		Promedio de talla
					cm	Razón		

Continuación de la Tabla N°1. Operacionalización de variables.

4. Investigar con agentes involucrados: (padres de familia, niños y niñas, docentes y el comercio presente en la comunidad) factores socio-culturales que inciden en la alimentación de esta población para adquirir conocimientos al respecto.	Factores socio-culturales.	Cualquier proceso o fenómeno relacionado con los aspectos sociales y culturales de una comunidad o sociedad.	Etnia y características de esta.	Mediante la aplicación de una encuesta aplicada a los padres y/o madres y una entrevista a la directora de la escuela.	Categoría de tipo de etnia.	Nominal	Padres de familia, niños y niñas, directora.	Moda, patrones y perfiles
5. Indagar el acceso económico de esta población con padres de familia y docentes, así como también la influencia en la alimentación de los niños y niñas.	Acceso económico.	Capacidad de adquirir medios materiales o inmateriales que permitan satisfacer o cubrir necesidades.	Seguridad alimentaria.	Mediante una encuesta a padres y/o madres que incluya la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria.	Clasificación de seguridad alimentaria	Razón	Padres y/o madres encargadas del niño y/o niña.	Moda de inseguridad alimentaria.
6. Confrontar los hábitos alimentarios con el estado nutricional de los niños y niñas de la Escuela pública Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016, para que esta información sirva de base de datos y que la institución pueda tomar las acciones necesarias.	Hábitos alimentarios vs Estado nutricional.	Los hábitos alimentarios constituyen un factor importante en el estado nutricional de las personas.	Hábitos alimentarios	Recolección de información a través de una encuesta a padres y/o madres.	Diferentes datos de hábitos alimentarios	Nominal	Padres y/o madres encargadas del niño y/o niña.	Moda, patrones y perfiles.
			Peso corporal y talla	Mediante antropometría a que se lleva a cabo según el manual de la OMS del año 2012	Kg, cm	Razón	Propia.	Promedio de peso y talla.
			Relación de ambas variables	A través de la realización de gráficas de chi cuadrado.	Hi, Ho	Nominal	Estadístico y propia.	Moda, patrones y perfiles

3.8 Estudio piloto:

Este estudio se realizó en la Escuela Rogelio Fernández Güell, para dicha prueba se contó con la autorización del director de la institución y el consentimiento informado de los 5 menores, se trabajó con una población homogénea a la de esta investigación, posteriormente se aplicó la encuesta a 5 madres y a 5 niños y niñas de los cuales 2 eran de cuarto, 1 de quinto y 1 de sexto grado. No se tuvo que hacer correcciones al instrumento ya que las preguntas en su totalidad fueron comprendidas por los encuestados.

CAPÍTULO IV. 4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Características sociodemográficas de la población estudiada

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, en primera instancia se presenta la figura N°1 que abarca el parentesco con el niño.

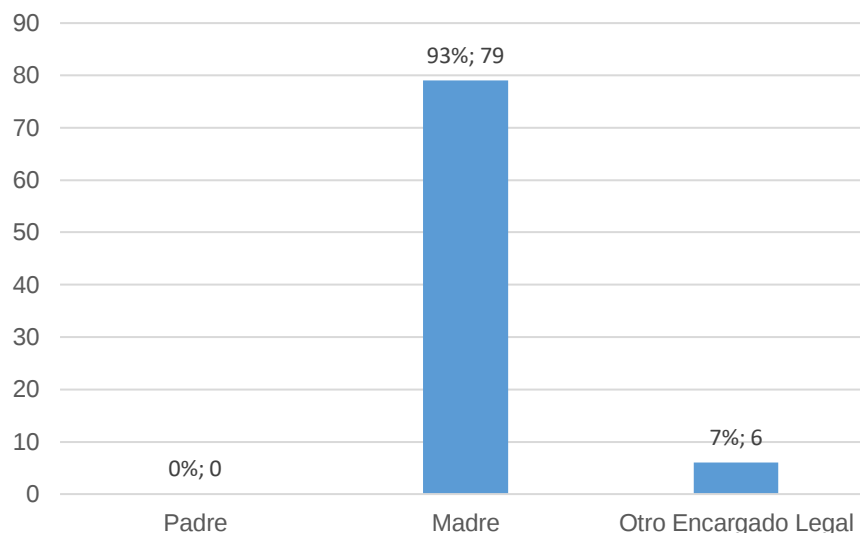


Figura N°1. Parentesco con el niño o niña aborígen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°1 se puede observar que del 100% de las personas encuestadas el 93% dijeron ser la madre de los niños y niñas aborígenes. Según el censo del INEC (2011), el porcentaje de madres indígenas adolescentes de etnia cabécar es de 12.8%, el promedio de hijos por mujeres en edad fértil (15-49 años) es de 2.4%. En comparación con un estudio realizado en Nicaragua, este demuestra que además de tener el rol de cuidadoras, las madres tienen importantes funciones sociales y económicas (Kammi K Schmeer, 2015).

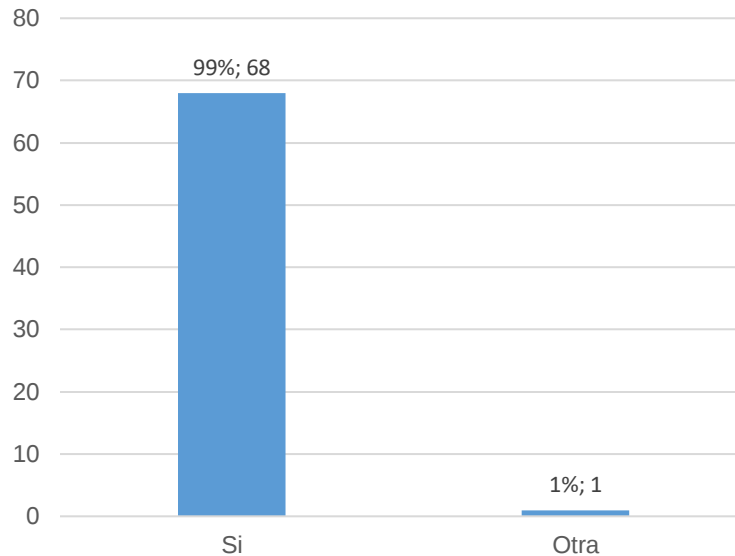


Figura N°2. Persona encargada de la alimentación de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°2 se observa que el 99% de las madres dijeron ser la persona encargada de la alimentación de los niños(as). En el estudio de Flores (2012) realizado en comunidades aborígenes Cabécar del Alto Chirripó, se observó que las mujeres desempeñan un papel clave en cada uno de los componentes de la seguridad alimentaria como productoras de alimento, generadores de ingreso, conocedoras de la biodiversidad local, procesadoras de alimento, responsables de la nutrición familiar, entre otras actividades. La teoría internacional indica que la madre es la figura principal de la familia, alrededor de ella giran todos los aspectos de salud y alimentación del hogar, es la persona responsable de la funcionalidad de este; la mujer participa en la producción, preparación y distribución de los alimentos dentro de la familia; por eso, factores como la ocupación e instrucción

son fundamentales para determinar qué tipo de hábitos transmitirán a sus hijos/as a lo largo de la vida (Guáitara, 2012).

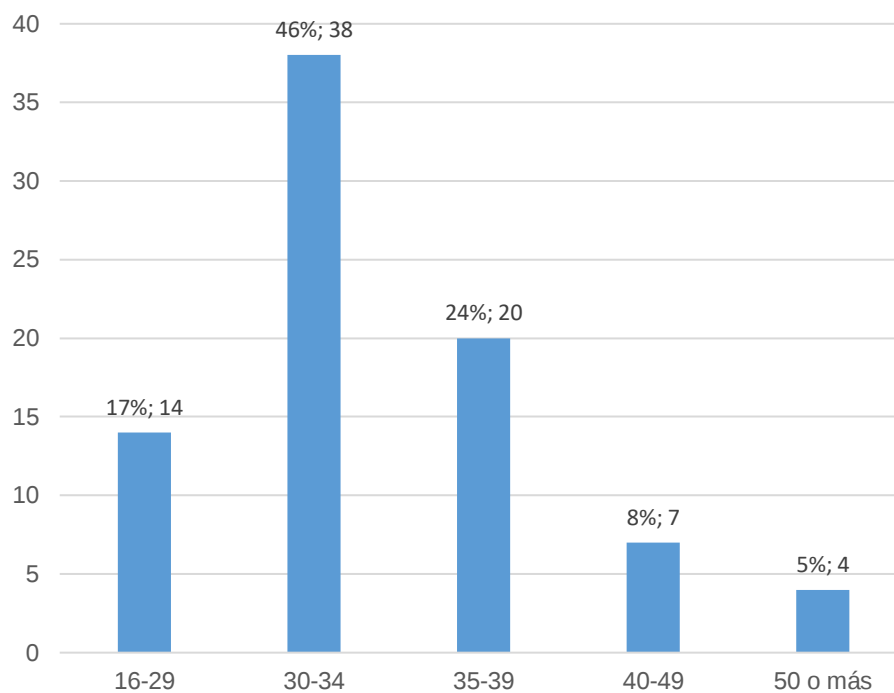


Figura N°3. Edad del responsable del niño o niña aborigen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Con respecto a la figura N°3 el 46% de las madres se encuentran en el rango de 30-34 años y solamente el 5% tiene 50 o más años, según el censo nacional del INEC (2011) existe una población indígena con edades de 15-64 años en un porcentaje de 57.5%, en comparación con estudios internacionales como el de Rodríguez (2012), este logró encontrar que más de la mitad de los niños que presentaban malnutrición correspondían a hijos o hijas de madres jóvenes (con edades inferiores a 30 años).

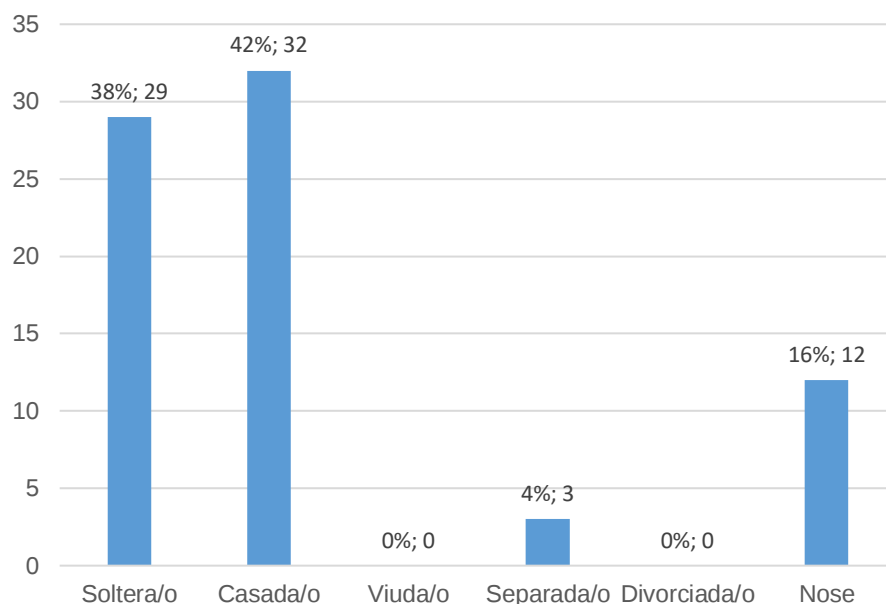


Figura N°4. Estado civil del responsable del niño o niña aborígen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Observando la figura N°4 las madres en mayor cantidad con un 42% dijo estar casada y en menor cantidad el 4% respondió que está separada. En un estudio nacional realizado en comunidades aborígenes cabécar del Alto Chirripó se evaluó el estado civil familiar y se obtuvo como resultado que la unión libre es la condición que más prevalece a nivel de las comunidades consideradas, el 36%, una familia en Simiriñak y el 20% de Paso Marcos de Simiriñak indican ser casados (Flores, 2012). El estudio de Rodríguez realizado en Venezuela indica que con referencia a las características de los niños malnutridos se detectó que más de la mitad de los niños son hijos o hijas de madres cuyo estado conyugal era "unida". El menor porcentaje de este tipo de malnutrición se reportó para los hijos de mujeres casadas (Rodríguez Melián, 2012).

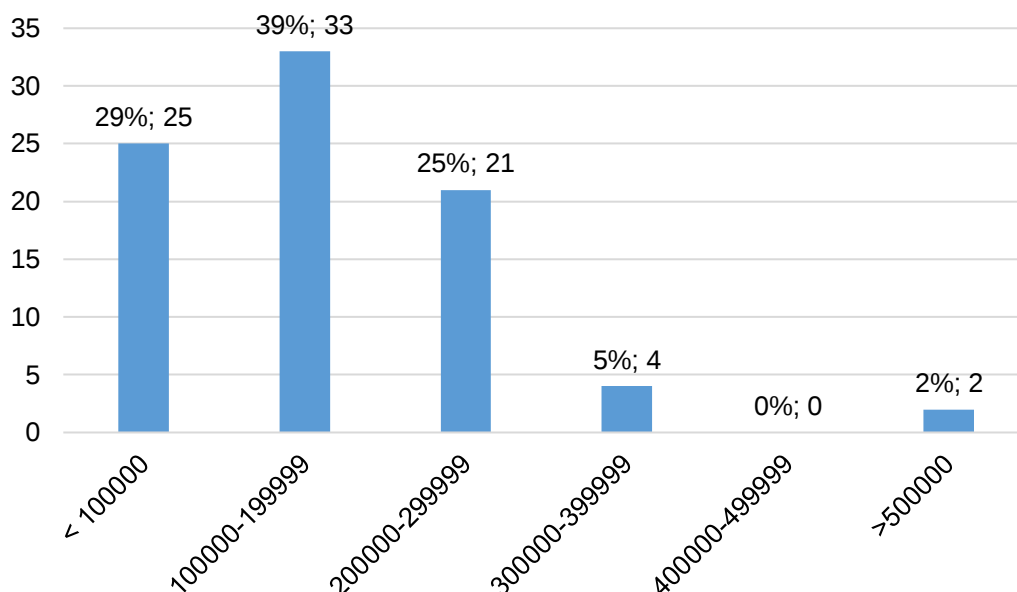


Figura N°5. Ingreso mensual familiar de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En cuanto al ingreso mensual de las familias que se observa en la figura N°5 predomina un ingreso de 100 000-199 999 colones, siguiendo con un 29% de madres que perciben un ingreso inferior a los 10 0000 colones lo cual indica una situación económica familiar muy baja; y únicamente 2 personas indicaron recibir un ingreso mensual mayor a los 500000 colones. El estudio de Flores (2012) señala que la principal fuente de ingresos de los indígenas a nivel familiar está relacionada con la venta de productos agropecuarios donde cerca del 73% se dedican a esta labor, un 24% vende animales, menos del 10% es asalariado, y el trabajo temporal está presente en menos del 30% de los 58 entrevistados. Otros ingresos provienen de las pensiones jubilares y por discapacidad, becas para estudiantes tanto de escuelas como de colegio y/o quienes realizan algún tipo de

capacitación, además existen dos actividades que tienen relación con la prestación de servicios como es el caso de las cocineras que brindan sus servicios en las instituciones educativas de las comunidades y también las familias que disponen de pulperías. Dicha situación coincide con la realidad vivida por la población de Ujarrás ya que como lo indicaba la mayor parte de los ingresos que obtienen estas familias es por becas, pensiones o ayudas de instituciones estatales.

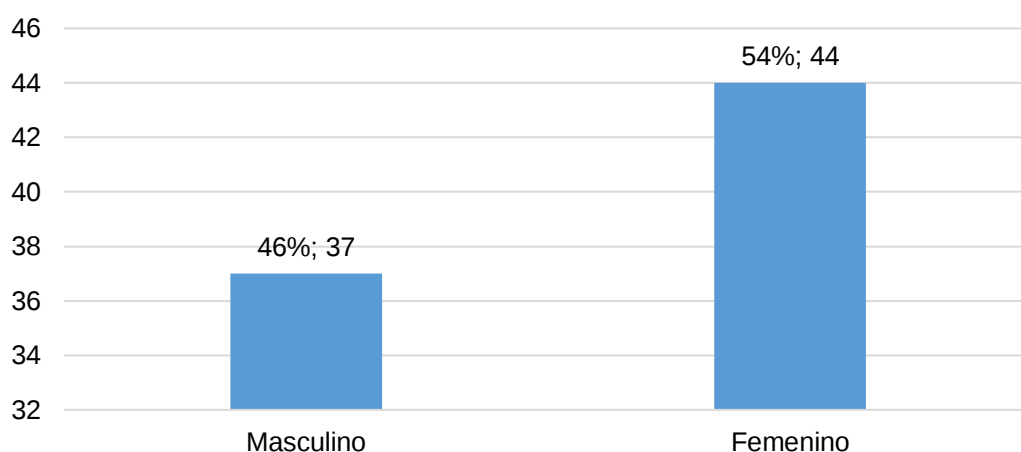


Figura N°6. Género de los niños(as) aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

La figura N°6 se muestra mayor incidencia del género femenino con un 56% mientras que un 37% son de género masculino.

El género determina de cierta manera el crecimiento de la población, los índices de esperanza de vida, la educación y la productividad de una población. En muchas ocasiones los padres de los infantes por machismo, relegan al sexo

femenino, evitando que estas estudien o se alimenten bien; siendo en lo posterior causantes de la pobreza y el subdesarrollo de un país, pues es la mujer la responsable de educar a los hijos y del estado nutricional que estos presenten (Guáitara D, 2012).

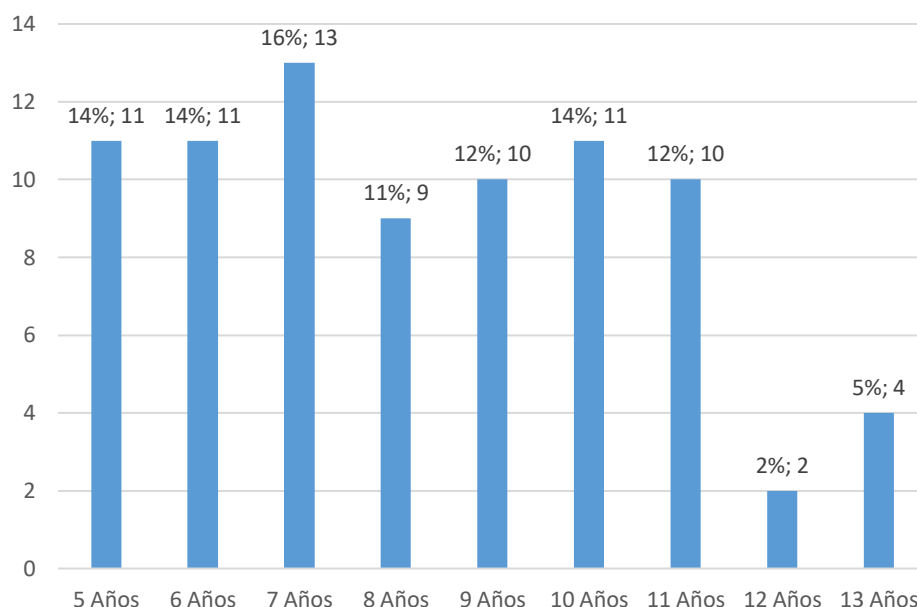


Figura N°7. Edad de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°7 se muestra gran variedad entre las edades de los niños y niñas aborígenes en donde 13 tienen 7 años y únicamente 2 menores tienen 12 años. El estudio de Flores (2012) menciona que la población indígena es mayoritariamente joven, alrededor del 50% es menor a 17 años por lo que se convierten en grupos económicamente dependientes, estos grupos familiares se vuelven más

vulnerables porque hay poca participación en actividades productivas, limitando así la producción y generación de ingresos.

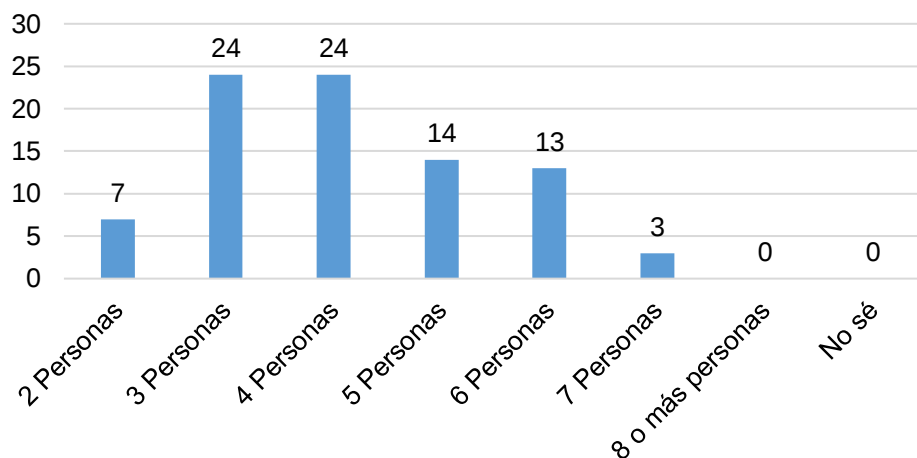


Figura N°8. Tamaño del grupo familiar del hogar en donde vive el niño o niña aborígen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

La figura N°8 muestra que de acuerdo con el tamaño del grupo familiar en igualdad se encuentran las familias compuestas por 3 y 4 personas con un 28% para cada una y el 4% respondió que viven con 7 personas en su hogar. En relación con el censo del INEC (2011) este demuestra que el promedio de personas por vivienda en la población aborígen es de 4.2%, lo cual coincide con esta población. Comparado con estudios internacionales Guáitara (2012) señala que por lo general las familias con menos recursos económicos, tienen mayor número de miembros, son más numerosas por su poca o nula educación, el número de miembros de la familia a la que los/las niños/as pertenecen es de gran importancia ya que es un determinante para conocer si la distribución de recursos

es equitativa entre los miembros, así mientras menor sea el número de miembros será más fácil cubrir todas las necesidades de la familia.

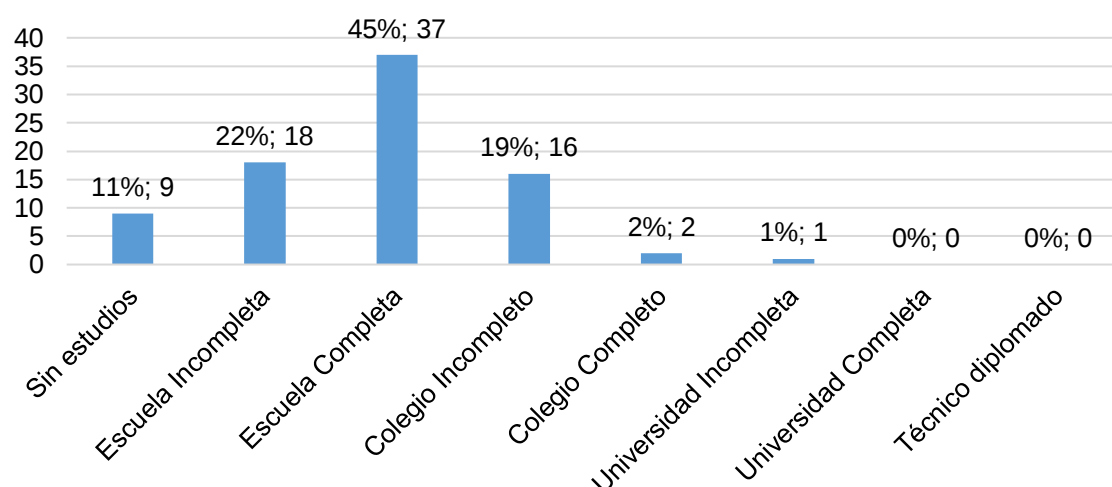


Figura N°9. Nivel de estudios de la persona encargada del niño o niña aborígen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Los resultados obtenidos en la figura N°9 demuestran la existencia de un nivel de estudio muy bajo en las madres, con un predominio de 45% de personas que tienen escuela completa seguido de 22% que no concluyeron la escuela, 19% no terminaron el colegio, 11% no tienen ningún estudio, solamente el 2% tiene el colegio completo y el 1% tiene la universidad incompleta. Según el INEC (2011) la población indígena específicamente de Ujarrás tiene un nivel en la población total de alfabetización de del 85.9%, una escolaridad promedio del 5.1%, el porcentaje de asistencia a la educación básica es de 70.4%, el porcentaje de educación secundaria incompleta es de 26.2%, el de secundaria completa es de 9.7% y el porcentaje de personas que estudian y trabajan es de 2.1%. Un estudio

internacional menciona que el nivel de instrucción de las madres es de suma importancia, ya que son ellas las encargadas de garantizar una nutrición adecuada y la salud de toda la familia; así a mayor educación de la madre menor es el porcentaje de desnutrición en niños, el poseer ninguna instrucción es mucho más grave en las poblaciones indígenas (Guáitara D, 2012).

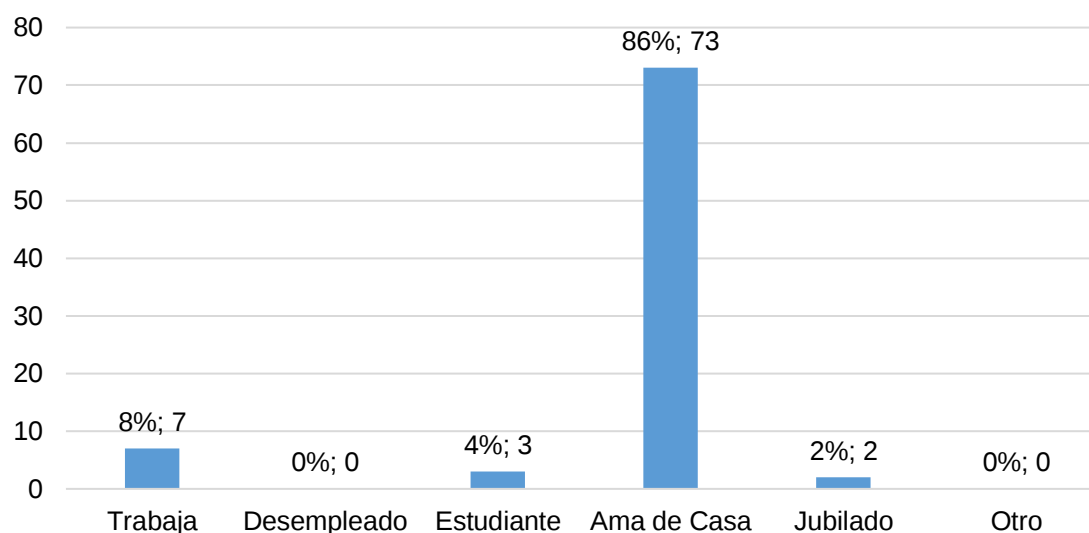


Figura N°10. Situación laboral de la persona encargada del niño o niña que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°10 se observa que en su mayoría la madre se dedica a ser ama de casa el 86% de ellas indicaron serlo y solamente 4% dijeron trabajar, en comparación con el estudio de Flores (2012) realizado en las comunidades indígenas cabécar del Alto Chirripó señala que las mujeres (madres e hija) se dedican al cuidado de la casa, los hijos pequeños, la preparación de alimentos y limpieza de vivienda. Cabe recalcar que esto no es una regla general, ya que

también se identificaron familias con mujeres cabeza de hogar que realizan también las actividades de comercio.

4.2. Hábitos alimentarios y características de la dieta del niño(a).

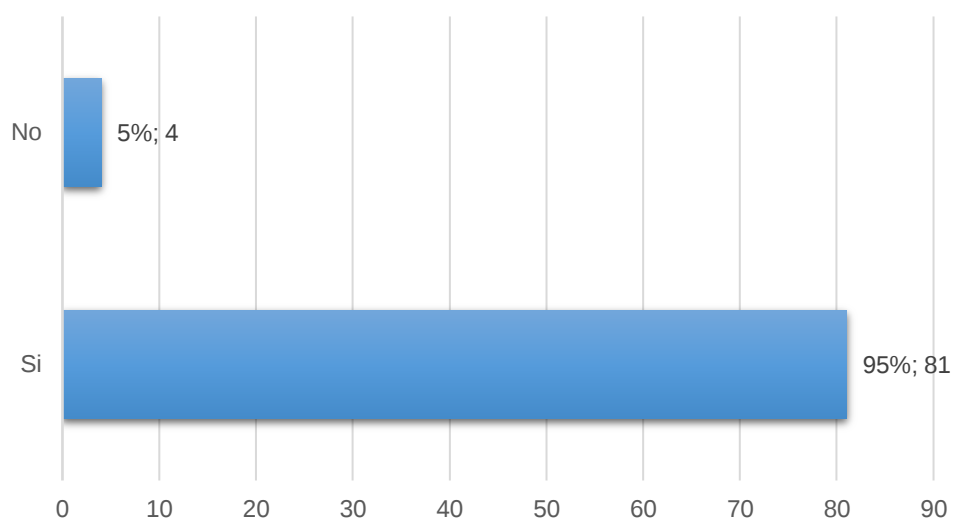


Figura N°11. Consumo en el comedor escolar de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se observa mediante la figura N°11 que el 95% los niños y niñas de este estudio sí comen en el comedor escolar y únicamente un 5% mencionó que no. Un estudio de la UNICEF realizado en comunidades indígenas en Costa Rica indica que el comedor escolar comprende el servicio de compra, provisión, preparación y suministro de alimento para la población escolar. Pese a situaciones socioculturales, más del 80% de las escuelas indígenas gozan de este privilegio. (Van Deer Laat C, 2006)

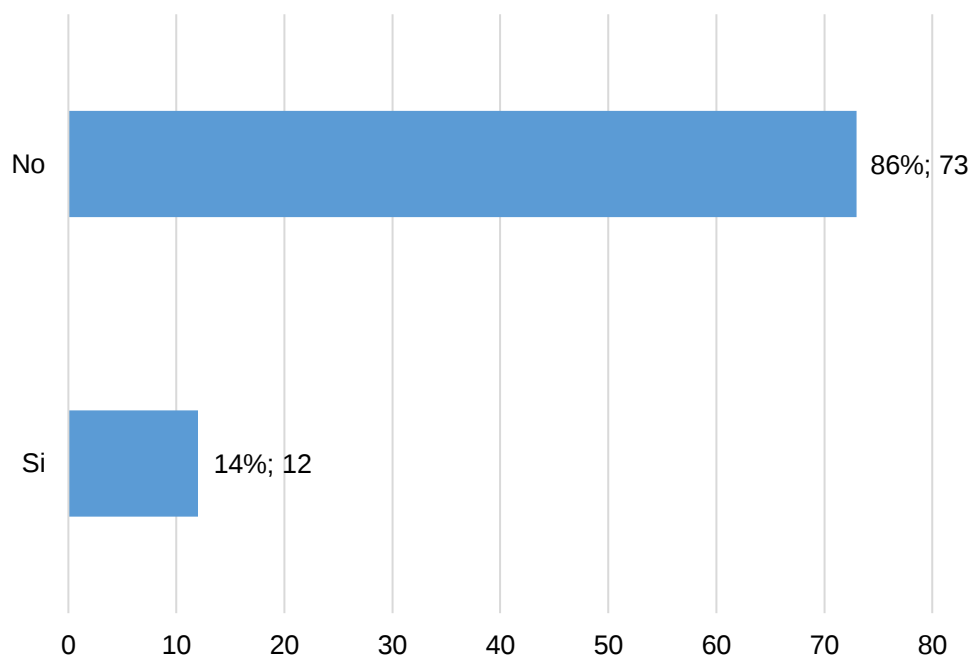


Figura N°12. El niño o niña aborigen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas recibe el DAF, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

La figura N°12 da como resultado que 14% de los niños sí reciben el DAF y gozan de los beneficios que se ofrecen en este centro. En el Cen se reciben a los niños de 0 a 6 años; son atendidos por técnicos de salud, maestros de atención integral y supervisados por el Departamento de Preescolar del Ministerio de Educación Pública. Las modalidades de comidas servidas: leche integral en polvo y DAF, corresponden a actividades de alimentación complementaria que se desarrollan con niños, con embarazadas y madres lactantes (Fius, 2011).

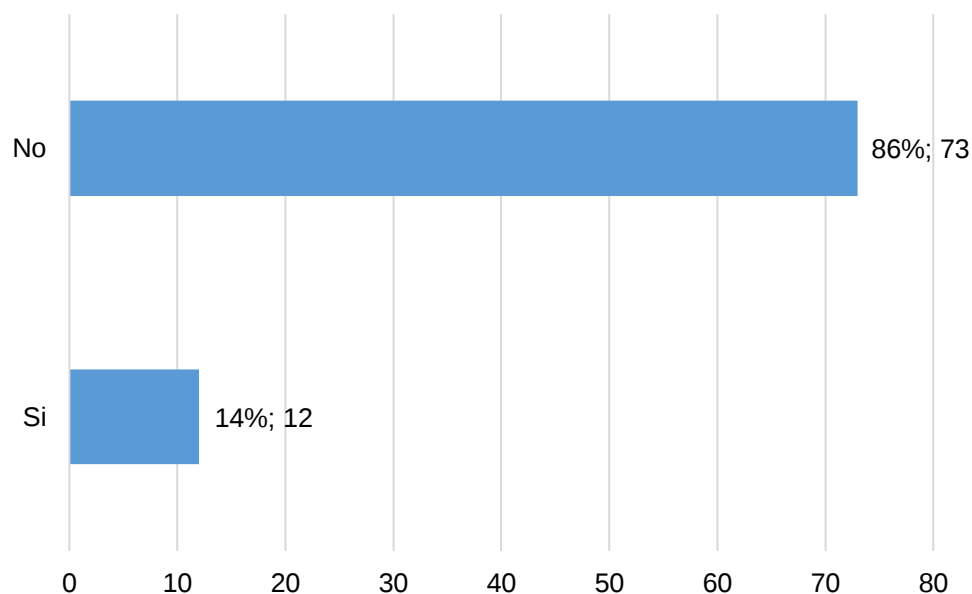


Figura N°13. Asistencia al comedor del CEN del niño o niña aborigen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°13, el 86% de los niños no asisten al comedor del CEN y solo el 14% de los niños(as) asisten. El programa tiene como finalidad la atención integral de los niños y niñas menores de 7 años, ofreciendo servicios de salud, nutrición, educación y asistencia social. Brinda a la niñez en condición de pobreza y/o riesgo social la oportunidad de permanecer en servicios de atención diaria. Busca proteger y promover el crecimiento y el desarrollo infantil, acompañando a las familias en la tarea de crianza y socialización, así como favorecer la incorporación de las personas responsables de su tutela al proceso productivo y educativo del país (Fius, 2011).

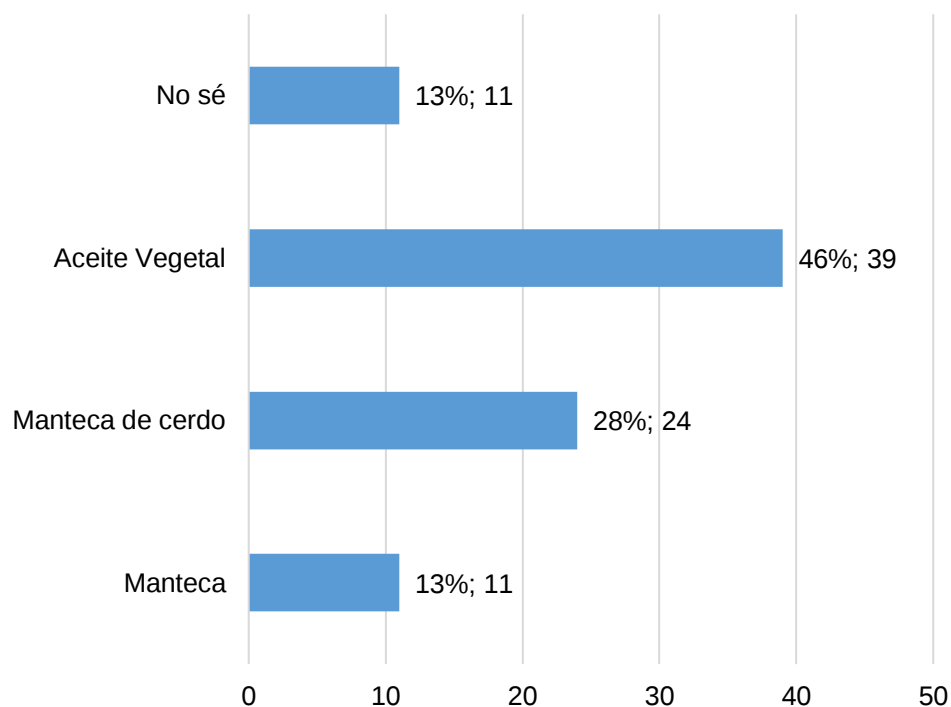


Figura N°14. Tipo de aceite que utiliza para cocinar la comida del niño o niña aborígen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se logra evidenciar en la figura N°14 que el 46% de las personas cocinan con aceite vegetal, optando en segundo lugar por la manteca de cerdo siendo esta utilizada por el 28%. Según un estudio realizado en México en la población aborígen Otomíe, se encontró que la grasa más comúnmente utilizada para cocinar es la manteca de cerdo, aunque en cantidades relativamente bajas, esto debido a que son poblaciones muy pobres (Richmond K Anderson, 2009).

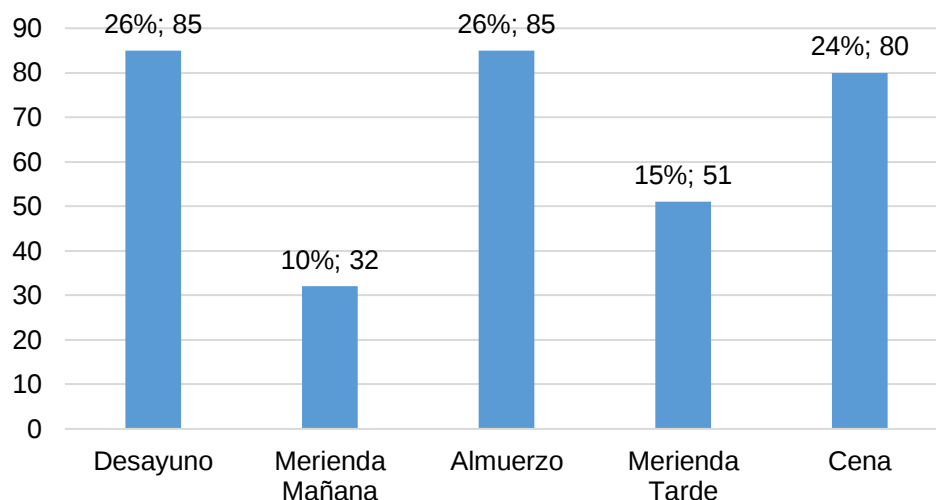


Figura N°15. Tiempos de comida entre semana que realiza el niño o niña aborigen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°15 se observa que el 26% de personas encuestadas dijeron que los niños desayunan y almuerzan entre semana, 15% realiza la merienda de la tarde, 10% de los niños hace la merienda de la mañana y 24% de ellos cenan lo que indica que realizan las meriendas en menor cantidad que los demás tiempos de comida, si se compara con (Figura No.16) la realización de los diferentes tiempos de comida es muy similar a excepción de un nivel más bajo en la realización de la merienda de la mañana y la cena.

Se recomienda la realización de 5 tiempos de comida siendo esencial en la etapa escolar, esto debido a que el desayuno es una de las comidas más importante del día y debería cubrir, al menos, el 20 a 25% de las necesidades nutricionales de las niñas y niños en edad escolar, la merienda de la mañana o la tarde tiene como objetivo principal hacer que la niña o el niño llegue con menos hambre al almuerzo

o cena y además para que se pueda distribuir mejor durante el día el consumo de los nutrientes necesarios para el buen funcionamiento del cerebro y del cuerpo, el almuerzo es el momento del día en que se come la comida más consistente y por último la cena se debe promocionar la “cena en familia” y el consumo de alimentos variados para mantener una alimentación saludable en los niños y niñas. (Serafin, 2012).

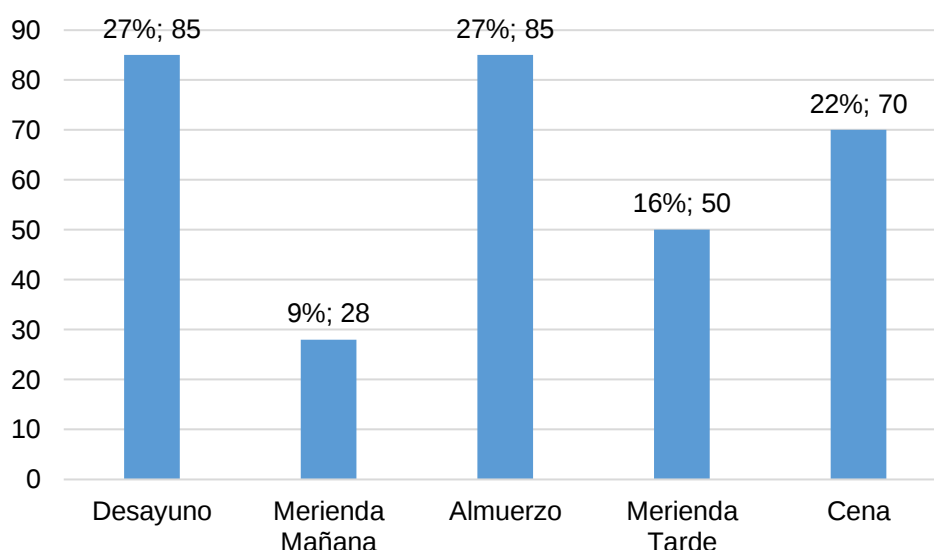


Figura N°16. Tiempos de comida que realiza los fines de semana el niño o niña aborígen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.
Fuente: (Castillo, 2016)

Se puede observar en la figura N°16 que el 27% de los niños(as) desayunan y almuerzan, 16% realizan la merienda de la tarde, 22% cenar y solo el 9% meriendan en la mañana. Un estudio en México en las comunidades indígenas Otomíes indica que la cocina es bastante simple y consiste en la elaboración de tortillas y la preparación de frijoles. Las verduras son conocidas aunque no

excesivamente y no se comen en grandes cantidades. La mayor parte de la gente hace dos comidas al día: la de la mañana y la de la noche; esta última, omitida por la mayoría, generalmente consiste en las sobras de la comida principal (Richmond K Anderson, 2009).

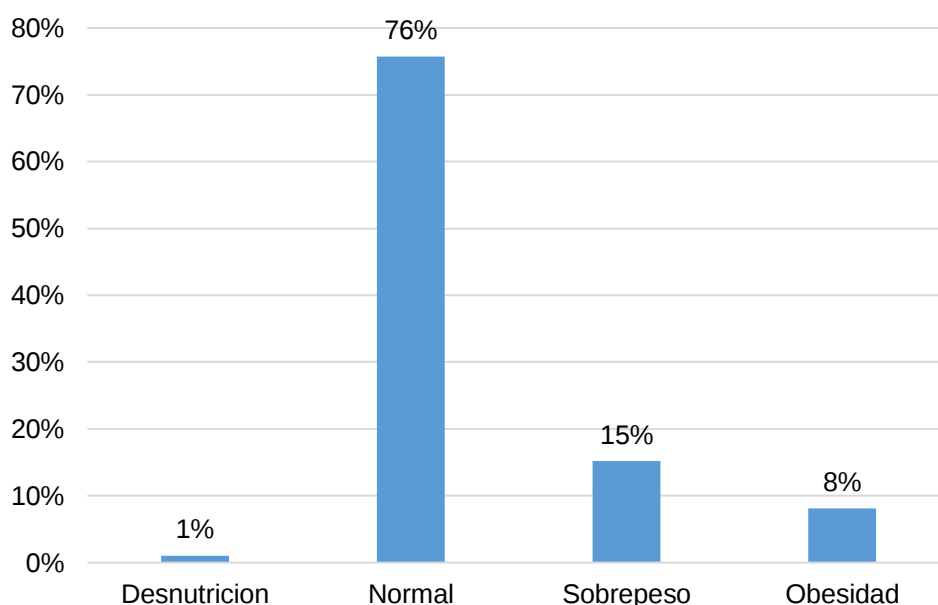


Figura N°17. Estado nutricional del niño o niña aborigen que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°17 se evaluó el estado nutricional de los 100 niños y niñas que asisten a la escuela, obteniendo resultados favorables con un estado nutricional normal se encuentran 76% de los niños y niñas, 15% presenta sobrepeso, 8% son obesos y únicamente el 1% se encuentra en estado de desnutrición, en comparación con el estudio realizado en comunidades indígenas cabécar se encontró que según los datos de talla, peso y edad (aproximada) más del 70% de

las personas evaluadas (cinco y 19 años) presentan un IMC dentro del rango de normal. (Flores, 2012)

4.2 Frecuencia de alimentos del niño(a)

A continuación se presentan los resultados con respecto a la frecuencia de alimentos que consumen los niños(as).

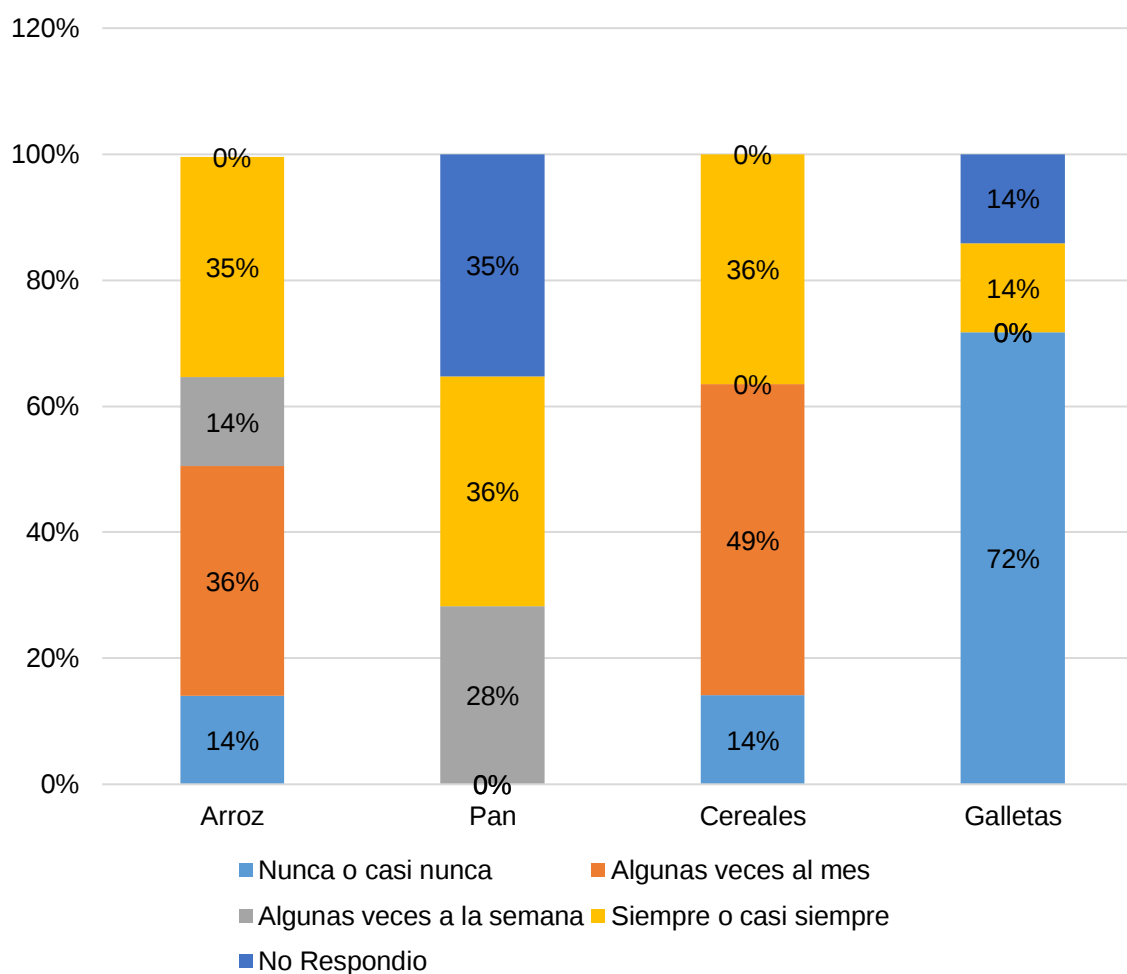


Figura N°18. Frecuencia de consumo de cereales de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

La figura N°18 hace referencia a los cereales que consumen los niños(as) de los cuales un 36% consumen pan y cereales para el desayuno, 35% consume arroz y 14% galletas siempre o casi siempre, siempre o casi siempre, con respecto a nunca o casi nunca se encuentra el consumo de galletas con un 72% y en igualdad con un 14% el arroz y los cereales para el desayuno, 49% y 36% indicó que consume respectivamente cereales para el desayuno y arroz algunas veces al mes, el consumo de pan es de 28% y 14% consume arroz algunas veces a la semana, 35% no respondió el consumo de pan y 14% el de galletas, el estudio de Flores (2012) indica que del grupo de entrevistados el 67% mencionaron consumir diariamente arroz y frijoles y lo suelen combinar con carne, huevo, atún o sardina, otros dicen que lo combinan con yuca, plátano o banano; el resto de entrevistados indica que consumen arroz y fideos, arroz y banano, banano y frijol, picadillo de chayote, banano, atol de maíz, maíz asado. Los estudios internacionales indican que los carbohidratos deben ser la principal fuente de energía de la dieta en los escolares, esto para que las niñas y niños puedan aprender y desarrollar todas sus actividades diarias, se recomienda que consuman en su mayoría los carbohidratos complejos como; la papa, yuca, trigo, maíz, arroz. Se deben consumir en menor cantidad, los carbohidratos simples como; el pan, galletas, los azúcares y mieles. (Rodriguez, 2016)

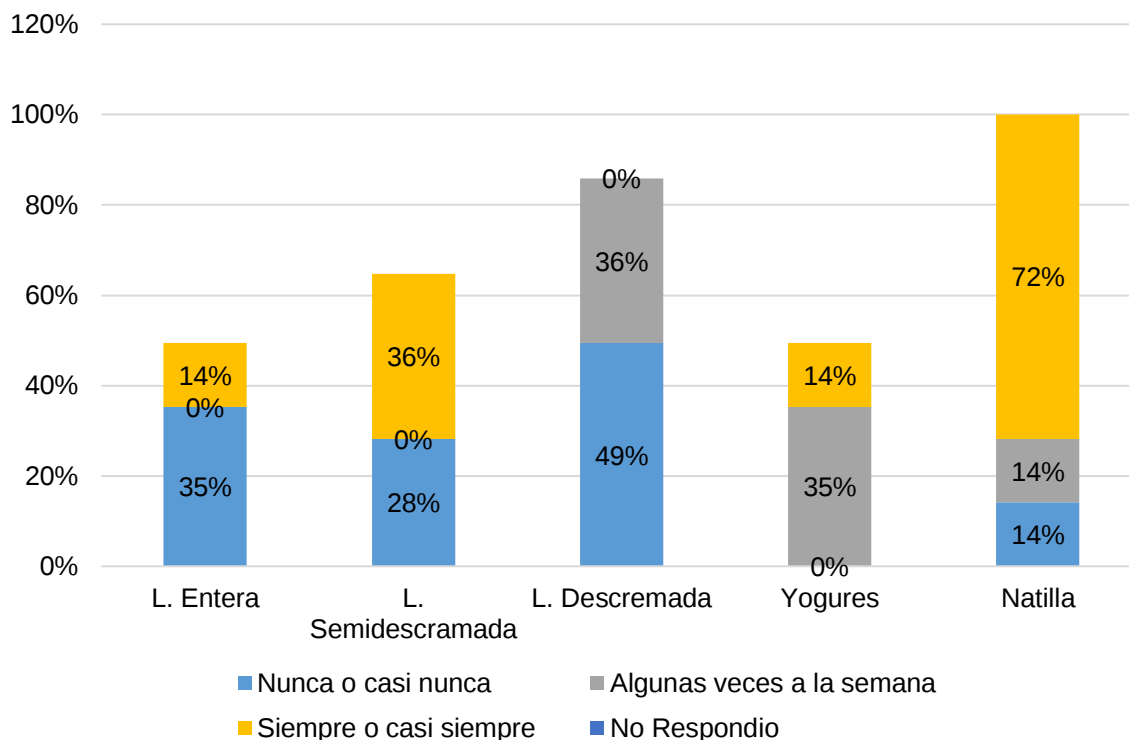


Figura N°19. Frecuencia de consumo de lácteos de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En los resultados obtenidos en la figura N°19 con respecto al consumo de lácteos se observa que esta población tiene un consumo de siempre o casi siempre de 72% de natilla, 36% de leche semidescremada y 14% de yogurt y leche entera, mientras que nunca o casi nunca consumen leche descremada con un 49%, leche entera con un 35%, 28% leche semidescremada y 14% natilla.

En Costa Rica el consumo de lácteos recomendados por las guías alimentarias indica que la leche y el yogurt son la mejor fuente de calcio necesario para el fortalecimiento de huesos y dientes, además contienen proteínas de buena

calidad, vitaminas y minerales, también se promueve el consumo de leche y yogurt semidescremados para reducir la ingesta de grasa saturada (Cerde, 2011). En comparación con la teoría se puede observar que no se cumple con las recomendaciones establecidas por el Ministerio de Salud en las guías alimentarias en donde este indica que se debe preferir consumir los lácteos semidescremados para disminuir la ingesta de grasa saturada.

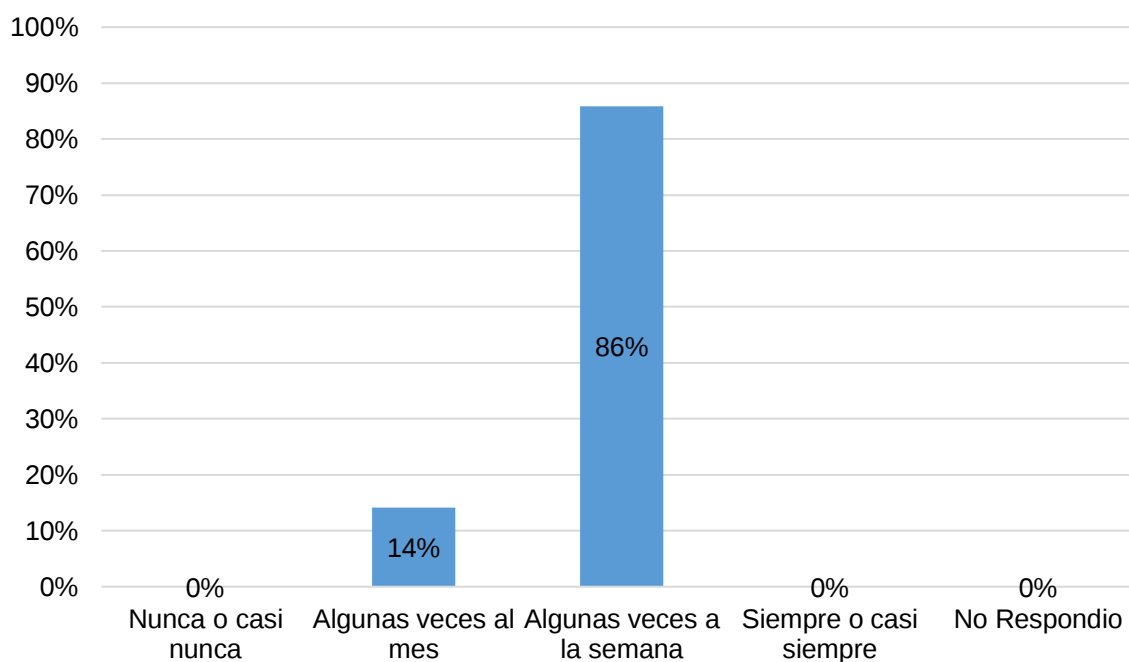


Figura N°20. Frecuencia de consumo de vegetales no harinosos de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°20, el 86% respondió que los niños consumen vegetales no harinosos algunas veces a la semana y 14% contestó que algunas veces al mes.

Un estudio en Costa Rica determinó que entre los escolares las características físicas propias de las frutas y los vegetales influyen en su consumo. Para el caso de los vegetales, algunas de estas características son a la vez, motivo de rechazo. Mediante la metodología empleada, fue posible determinar que la mayoría de los participantes prefieren las frutas a los vegetales estos son rechazados por su sabor y por el hecho de que son desconocidos (Ureña, 2009). En el presente estudio al igual que el de Ureña se demuestra el rechazo a los vegetales.

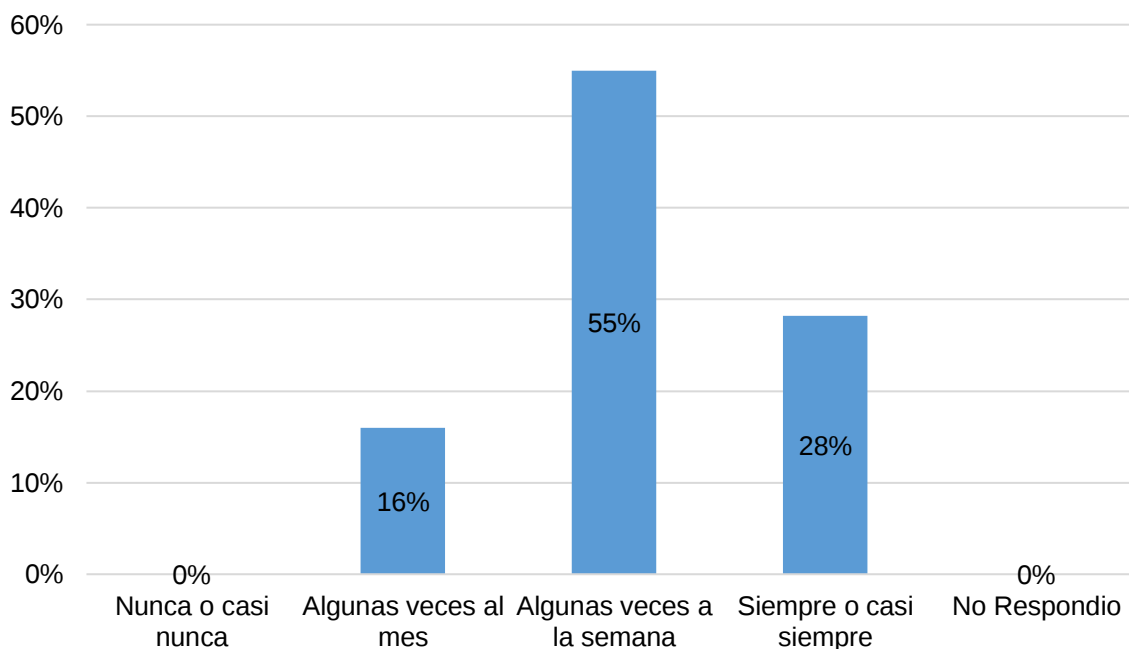


Figura N°21. Frecuencia de consumo de vegetales harinosos de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016

Fuente: (Castillo, 2016)

La figura N°21 da como resultados que 55% de los niños consumen vegetales harinosos algunas veces a la semana, 28% siempre o casi siempre y un 16% los consumen algunas veces al mes lo cual se relaciona con la teoría descrita por (Molestina, 2012) en un estudio realizado por la UNICEF en la población aborígen ngöbe en Coto Brus como esta menciona *“ellos no comen adecuadamente sino que, por ejemplo, comen arroz sancochado, yuca sancochada, plátano sancochado y de vez en cuando un pedacito de carne.”*

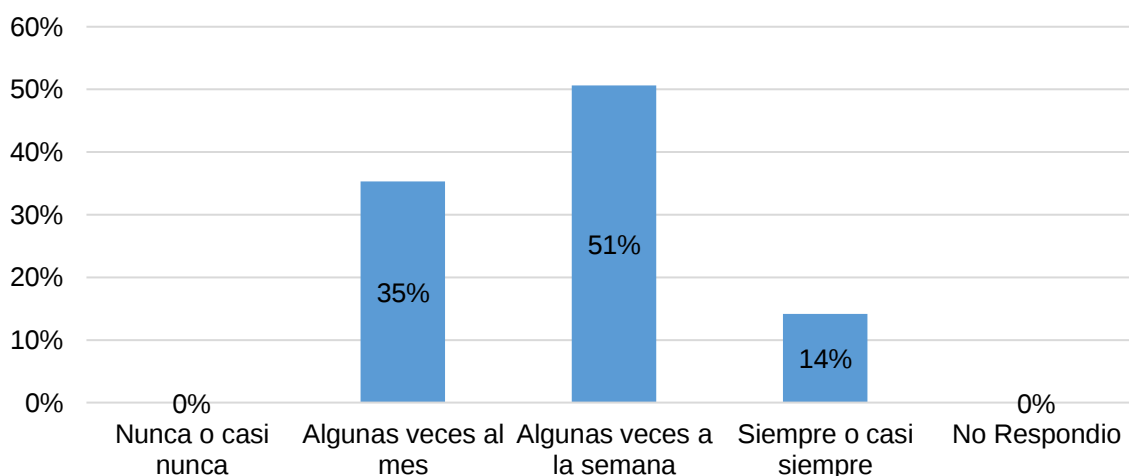


Figura N°22. Frecuencia de consumo de frutas en los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Con respecto a los resultados de la figura N°22 el consumo de frutas es del 51% de los niños los cuales las consumen algunas veces a la semana, 35% algunas veces al mes y en menor cantidad un 14% las consume siempre o casi siempre. Un estudio realizado en Costa Rica a escolares indica que los escolares tienen preferencia por las frutas que por los vegetales, refieren que la principal razón de

consumo de frutas y vegetales, son las características físicas, para el caso de los vegetales estas características son también motivo de rechazo. Entre las razones de no consumo están la poca disponibilidad tanto en el hogar como en las sodas y comedores escolares, los inadecuados hábitos alimentarios familiares, el desconocimiento de la importancia del consumo de estos alimentos y un poder de compra restringido, este estudio también indica que la porción debe de ser de 3 a 5 porciones diarias de fruta y no se llega ni a las 3 en los escolares (Ureña, 2009). Se observa en esta figura que el consumo en los niños y niñas aborígenes es muy bajo pudiendo tener relación con las razones de no consumo mencionadas por Ureña y si se compara con los vegetales (Figura No.20), el consumo de estas es aún más bajo siendo el más frecuente la ingesta semanal.

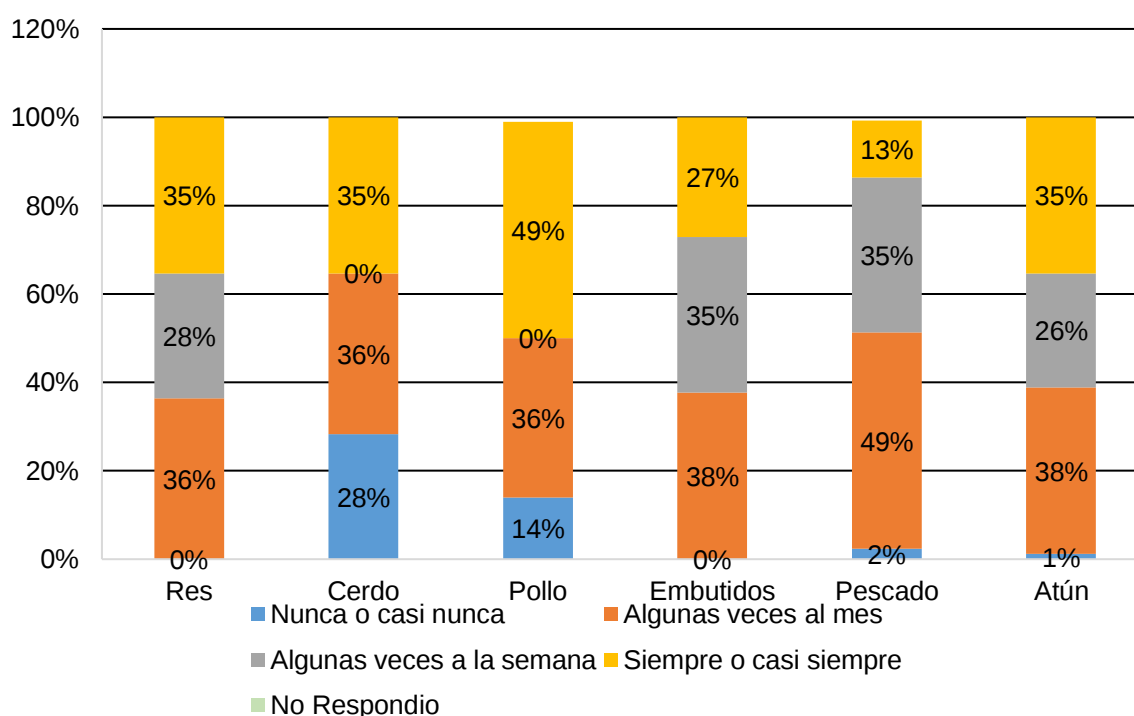


Figura N°23. Frecuencia de consumo de carnes en los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

El gráfico N°23 hace referencia al consumo de carnes en los niños y niñas aborígenes, con un consumo de nunca o casi nunca se encuentra en primer lugar el cerdo con 28%, luego está el pollo con un 14%, el pescado con 2% y el atún con 1%, en cuanto al consumo de carne algunas veces al mes en igual cantidad se encuentran la res, el cerdo y el pollo con un 36% cada uno, siguiendo el consumo de embutidos y atún con un 38% cada uno y por último el pescado que su consumo es de 49%, con respecto al consumo por semana se encuentra el pescado y los embutidos con un 35% cada uno, luego está la res con un 28% y el atún con un 26%, y por último el consumo de siempre o casi siempre es en primer lugar con un 49% el pollo, en segundo lugar con un 35% cada uno están la res, el cerdo y el atún, con un 27% sigue el consumo de embutidos y por último el pescado con un 13, este análisis tiene relación con el estudio de (Flores, 2012) donde esta dice que el consumo de carne de la población aborígen Cabécar de Alto Chirripó en Costa Rica esta dado en su mayoría por la carne de pollo, carne de res, enlatados como atún, sardina, o embutidos, lo que confirma la relación con los resultados de esta figura. Las guías alimentarias de Costa Rica recomiendan que sea mayor el consumo de carnes blancas y esta debería consumirse 3 veces por semana entre ellas están el pescado, el pollo y el pavo, también se recomendando 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 (Cerde, 2011). En comparación con este estudio se observa que es mayor la ingesta de carne blanca como el pollo y en segundo lugar el consumo de res.

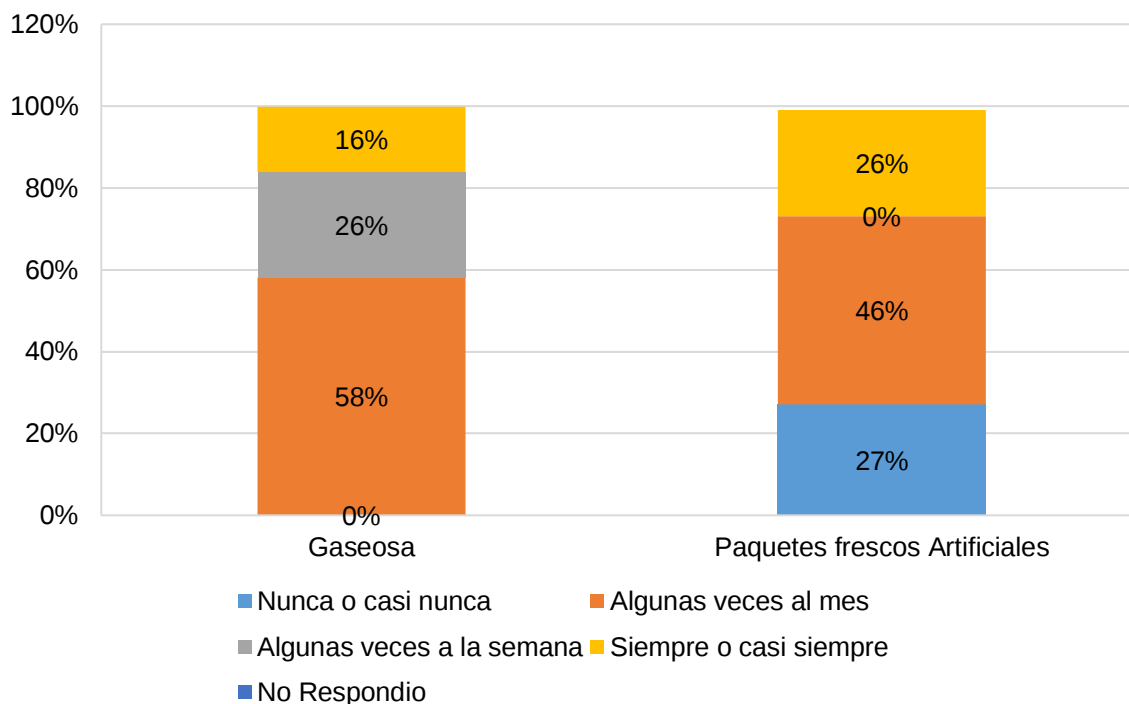


Figura N°25. Frecuencia de consumo de bebidas en los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En cuanto a los resultados obtenidos en la figura N°25 se evidencia que el consumo de bebidas nunca o casi nunca con un 27% se encuentra el consumo de paquetes de frescos artificiales, también respondieron que algunas veces a la semana los niños consumen gaseosa con un 26% y en mayor cantidad consumen siempre o casi siempre frescos artificiales con un 26% y gaseosa en menor cantidad con un 16%. El estudio de Flores (2012) menciona que el consumo de frescos naturales de frutas es limitado pese a su disponibilidad, el indígena ha optado por consumir refrescos de paquete porque son de fácil preparación. La evidencia señala que las bebidas azucaradas están ligadas al aumento de peso y

un mayor índice de masa corporal en niños y adolescentes; sin embargo, el patrón de consumo de bebidas carbonatadas, jugos y aguas de fruta con azúcar añadida, leche entera y otras bebidas endulzadas, es demasiado alto en relación con la ingesta diaria de energía (Acevedo, 2015).

En cuanto al consumo de huevo, las Guías Alimentarias para Costa Rica promueven el consumo de huevo 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 (Cerde, 2011). En este estudio se obtuvo como resultado que esta población tiene un consumo alto de huevo, de siempre o casi siempre con un 60% y es consumido por los niños algunas veces a la semana un 40%.

4.3 Acceso económico de la población aborígen

Se presentan a continuación los resultados graficados obtenidos en la escala latinoamericana y caribeña de seguridad alimentaria en las familias aborígenes encuestadas en el presente estudio.

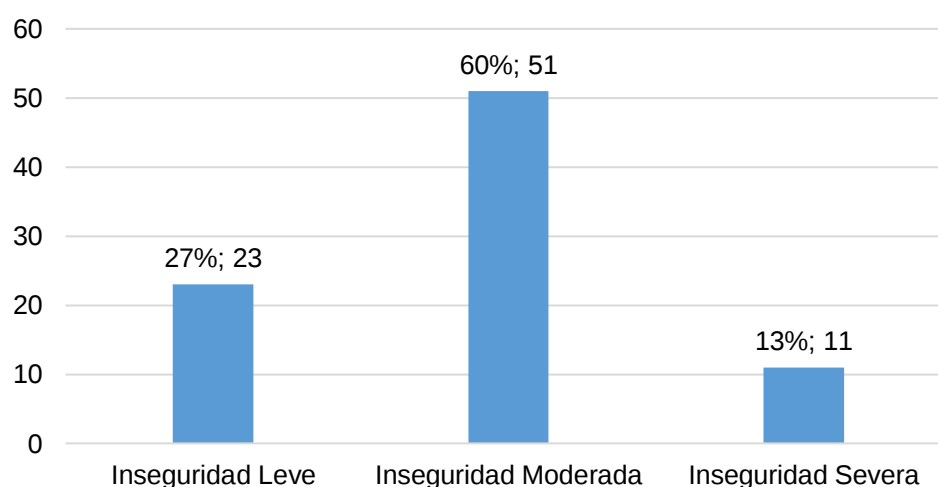


Figura N°26. Inseguridad alimentaria de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se presenta la figura N°26 la cual refleja que 60% de las personas viven en un estado de inseguridad alimentaria moderada, 27% se encuentran en inseguridad leve y 13% presentan una inseguridad alimentaria severa, la teoría en un estudio nacional demuestra que la inseguridad alimentaria y nutricional se relaciona con diferentes factores como: la pobreza, cambios en las prácticas de consumo, descuido de políticas estatales en la producción de alimentos, pérdida de valores culturales relacionados con los usos de alimentos y el desempleo. (Flores, 2012).

4.4 Resultados de hábitos alimentarios en los niños/as aborígenes de cuarto, quinto y sexto grado de la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

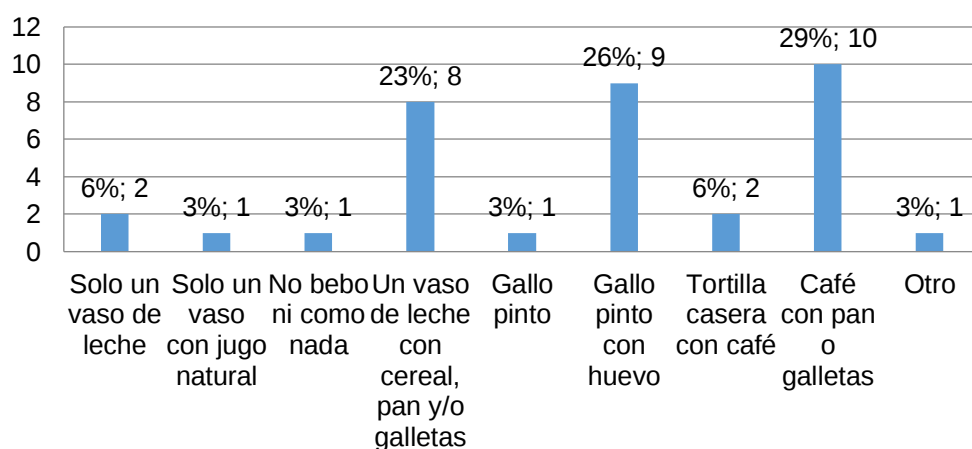


Figura N°27. Desayuno de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se puede observar en la figura N°27 que los niños sí realizan el desayuno. Con respecto a sus preferencias para este, el 29% de los niños(as) desayunan café con pan o galletas, 26% prefieren el gallo pinto con huevo, 23% un vaso de leche con cereal, pan y o galletas, 6% de los niños(as) desayunan tortilla casera con café, otro 6% solo un vaso con leche y, por último, un 3% dijo preferir solo un vaso con jugo natural, 1 desayuna gallo pinto, 1 indicó no beber ni comer nada y 1 indicó otra opción. Así mismo, Flores (2012) en su estudio también menciona que el desayuno se encuentra a cargo de la escuela el cual no se encuentra presupuestado por PANEA pero las escuelas intentan brindar los 2 tiempos de comida (desayuno y almuerzo) siendo estos en su mayoría los únicos tiempos que reciben los niños y niñas. Según un estudio realizado en México en niños y adolescentes, se determinó que no realizar o saltarse el desayuno podría ser un problema alarmante en esta población; pues este mal hábito puede conducir a problemas de deficiencias o de enfermedades crónico degenerativas relacionadas con la nutrición, también se indica que el omitir el desayuno se da con más frecuencia en las familias son más numerosas y con un acceso económico muy limitado. (Quintero, 2014)

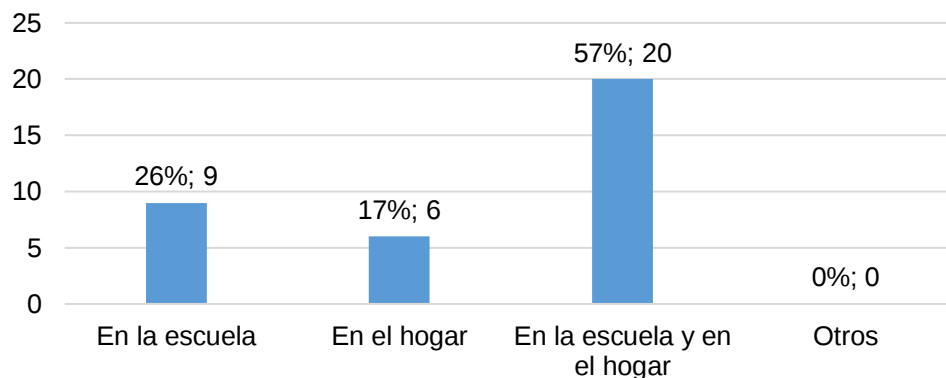


Figura N°28. Lugar en donde almuerzan los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°28 se observa una relación importante en donde el 57% de menores respondieron que almuerzan habitualmente en la escuela y en el hogar, 26% dijeron que solo almuerzan en la escuela y 17% dijeron que únicamente almuerzan en el hogar. En el estudio de Flores (2012) se indica que la escuela brinda 2 tiempos de comida que serían el desayuno y el almuerzo. Un estudio realizado en Argentina en diferentes ciudades constituido por 61 escuelas, indica que merece considerarse el real sentido del almuerzo escolar en un contexto de sobrepeso, obesidad y excesos en la ingesta. Este estudio señala que un 26% de los escolares que almorzaron en las escuelas volvieron a hacerlo en sus hogares (Britos Sergio, 2014).

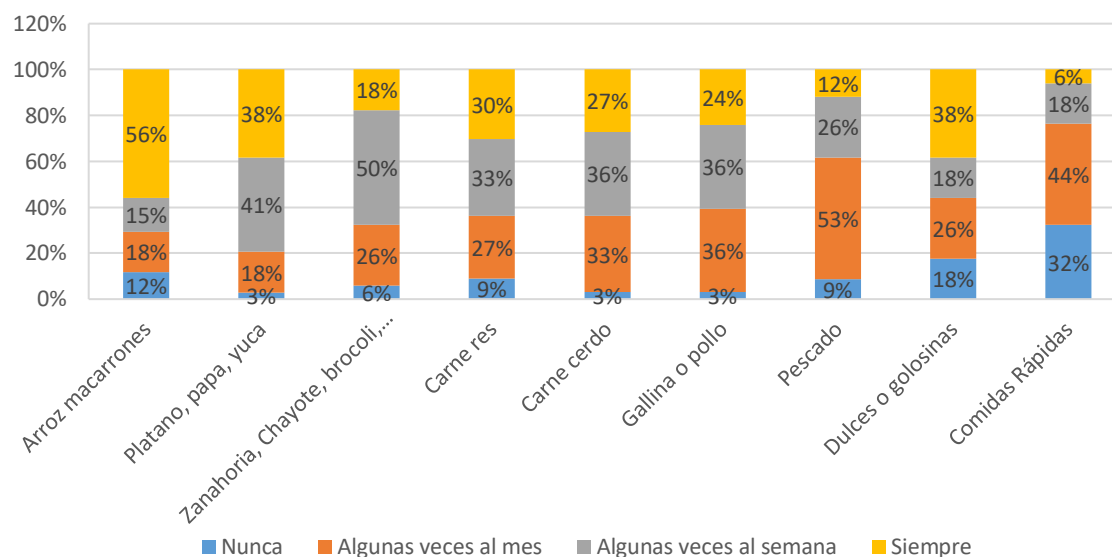


Figura N°29. Frecuencia de consumo de alimentos de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En cuanto a los resultados de la figura N°29 con respecto a la frecuencia de consumo, el alimento que consumen con menor frecuencia es la carne de cerdo, la gallina o pollo y el plátano, papa o yuca con un 3% respectivamente, el consumo mensual es menor para el arroz y/o macarrones, el plátano, papa, yuca con un 18% cada uno y en mayor cantidad el pescado con un 53%, en cuanto al consumo semanal el arroz y/o macarrones se consumen con menor frecuencia con un 15% y con mayor frecuencia los vegetales no harinosos con un 50% y por último siempre consumen arroz o macarrones con un 56%, seguido del plátano, papa, yuca y los dulces o golosinas con un 38% y con menor frecuencia las comidas rápidas con un 6%, se puede decir que los niños tienen una alimentación muy variada y en comparación con el estudio de Guáitara (2012) en niños este

indica que la alimentación en los niños es variada, ya que tiene presente todos los grupos de alimentos (cereales, carnes, lácteos, frutas y verduras) en porcentajes similares, destacando el consumo de cereales con un y de carnes, se ingiere en menor cantidad café y té; snacks y gaseosas. Se puede decir que el patrón alimentario está orientado en mayor medida al consumo de carbohidratos y proteínas y prevalece el consumo de jugos naturales al de la ingesta de gaseosas.

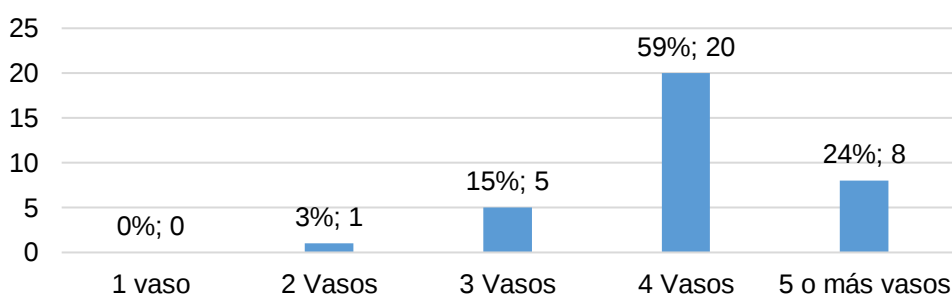


Figura N°30. Consumo de vasos de agua o refrescos diarios en los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En cuanto al consumo de agua o refrescos, 20 de los niños(as) indicaron que consumían 4 vasos diarios, y en menor cantidad 1 dijo consumir solamente 2 vasos al día, las recomendaciones de las Guías alimentarias en Costa Rica promueven que el consumo de agua sea de 6 y 8 vasos en donde al menos 4 sean de agua pura (Cerde, 2011). Los estudios internacionales indican que se debe promocionar el consumo de agua como estrategia para disminuir la ingesta

de bebidas azucaradas, esto debido a que evidencia clínica ha confirmado una relación entre ingerir estas bebidas y un mayor Índice de Masa Corporal, para ello se recomienda incluir en las escuelas el agua potable como parte de los desayunos escolares (Acevedo, 2015).

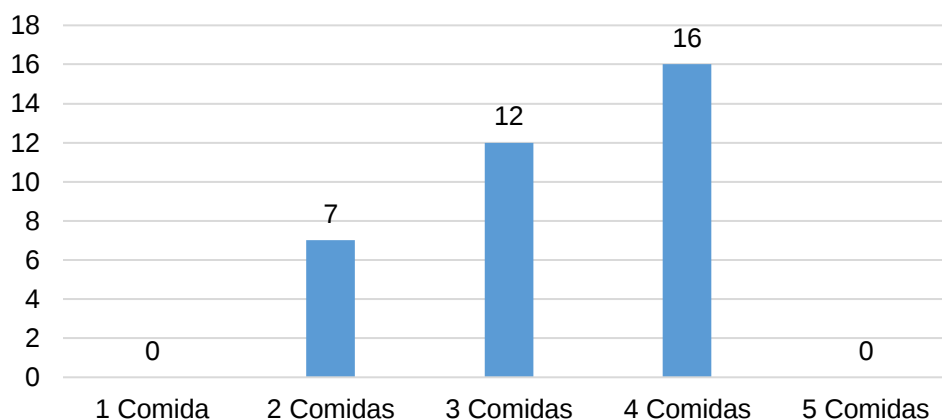


Figura N°31. Tiempos de comidas realizados al día por los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

La figura N°31 muestra que 16 de los niños(as) realizan 4 comidas al día, 12 indicaron realizar 3 comidas diarias y por último 7 solo realizan 2 comidas al día. Un estudio realizado en Colombia en escolares, adolescentes y adultos indica que los escolares son los que realizan más tiempos de comida se menciona que estos desayunan, almuerzan y cenar en su mayoría e indica que el almuerzo lo realizan en la escuela (Hurtado, 2010).

4.5 Relación del estado nutricional de los niños y niñas aborígenes con factores sociodemográficos y hábitos alimentarios

A continuación se presentan diferentes gráficas de chi cuadrado la cual relaciona variables correspondientes a esta investigación.

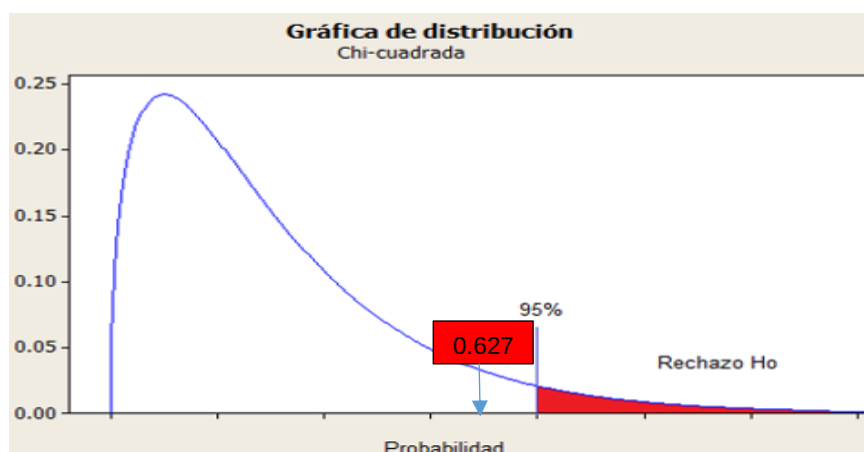


Figura N°32. Relación de las variables estado nutricional e ingresos económicos de la familia de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se observa en la figura N°32 mediante la aplicación del chi cuadrado con un 95% de confianza y un 5% de error que se acepta la hipótesis nula en donde la variable del estado nutricional de sobrepeso y obesidad en los niños y niñas aborígenes no está relacionada con la variable ingresos económicos; si se comparan estos resultados con el estudio de la FAO “2006” realizado en Costa Rica este menciona que el estado nutricional depende de factores que no son estrictamente sanitarios, como la disponibilidad de alimentos en la familia, de la pobreza lo que determina la

posibilidad de poder comprar o no esos alimentos. El estado nutricional por tanto es un buen indicador de salud, pero también de la capacidad de la organización social para resolver los problemas socioeconómicos. Por su parte, en el estudio internacional de Villalobos (2012), se demuestra que en la comunidad indígena persisten determinantes sociales que afectan negativamente el estado nutricional y la alimentación de estos niños durante el periodo de crecimiento, la cual, es reflejo de la estratificación social en que viven la mayoría de los niños indígenas, estos pertenecen al estrato socioeconómico bajo. Si bien es cierto lo que indica Villalobos (2012) en el presente estudio no existe relación entre el sobrepeso y la obesidad con los ingresos económicos familiares.

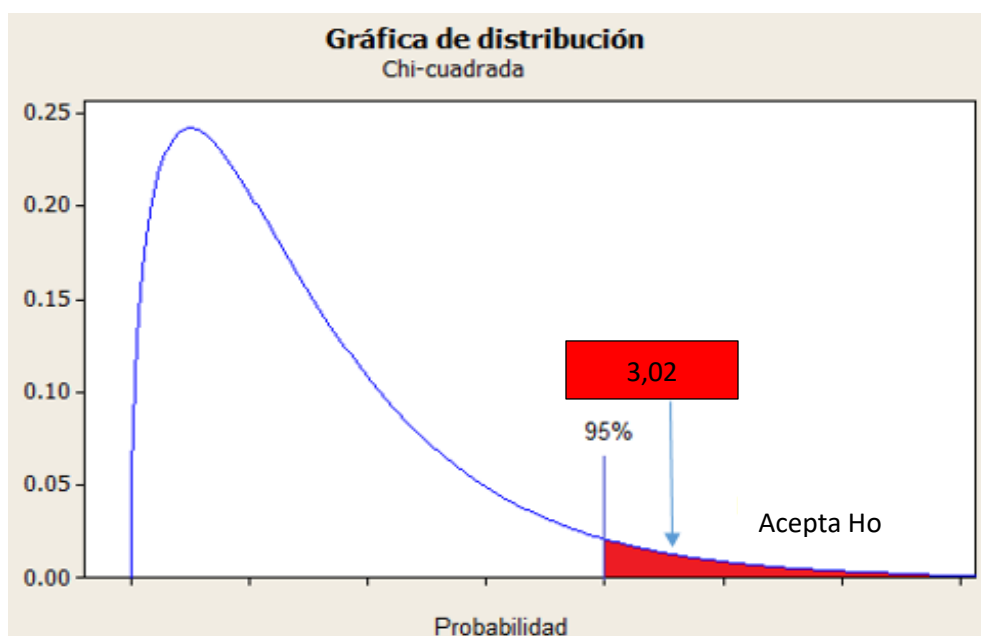


Figura N°33. Relación de las variables estado nutricional y nivel académico de la madre de los niños o niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se comprueba mediante la aplicación del chi cuadrado en la figura N°33 que se acepta la hipótesis nula y a su vez se demuestra con un 95% de confianza que no existe relación entre el estado nutricional de sobrepeso y obesidad con el nivel académico de la madre. Un estudio realizado en Venezuela en niños y niñas escolares logra evidenciar que según la relación con la escolaridad de los progenitores se encontró que el mayor porcentaje de niños desnutridos correspondió a los que tenían madres y/o padres con nivel educacional primario o inferior y los que presentaban sobrepeso y obesidad se relacionaban a su vez con madres y/o padres con un estudio más alto señalando que fue por falta de tiempo en la alimentación de los niños. (Rodríguez Melián, 2012). Por el contrario al estudio de Rodríguez (2012), en este no se pudo establecer relación entre ambas variables.

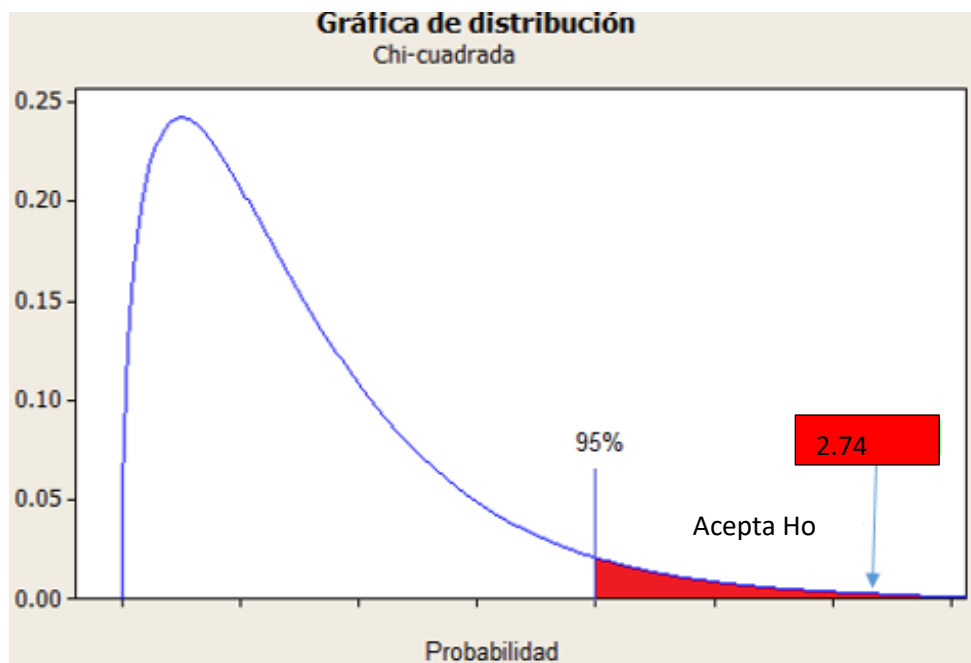


Figura N°34. Relación de las variables estado nutricional y situación laboral de la persona encargada de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura anterior N°34 se observa mediante la aplicación del chi cuadrado que se acepta la hipótesis nula reconociendo que no hay relación entre la situación laboral y el estado nutricional de los niños y niñas con sobrepeso y obesidad, en donde las madres se dedican en su mayoría a ser amas de casa indiferentemente del estado nutricional de los niños, no siendo suficiente otra situación laboral para crear relación con el sobrepeso y la obesidad, en comparación con el estudio de Flores (2012), este menciona que la mayoría de las madres de los niños aborígenes en su estudio se dedican al cuidado de la casa, los hijos pequeños y la preparación de alimentos.

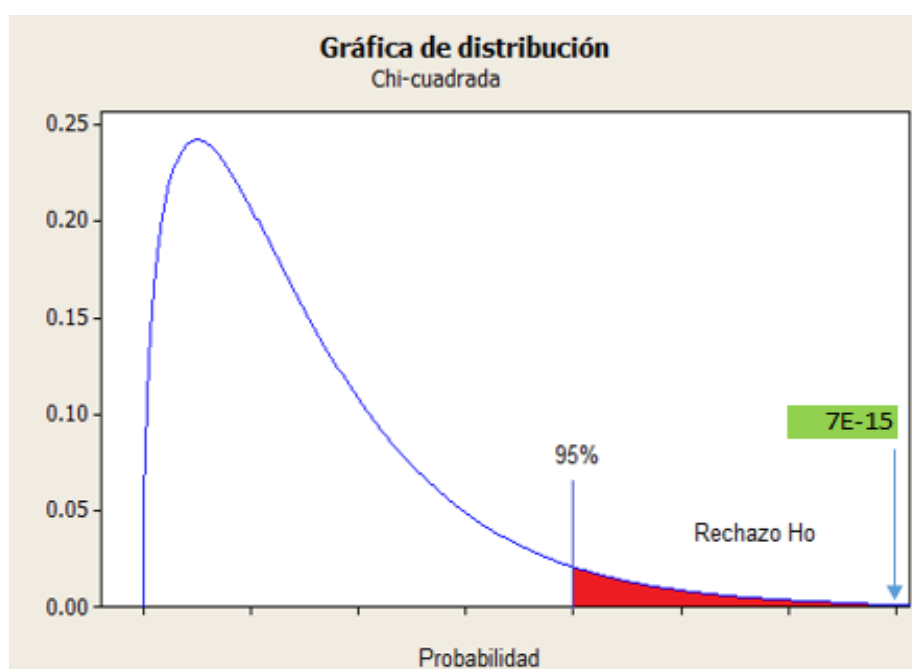


Figura N°35. Relación del estado nutricional con el género de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En resultados de la figura N°35 se puede observar mediante la realización del chi cuadrado que se rechaza la hipótesis nula y se acepta que sí existe relación entre el estado nutricional con el género de los niños y niñas, el estado nutricional normal está compuesto por 44% que corresponden al género femenino y un 32% al género masculino por lo que se puede decir que la relación se presenta en un 12% más de niñas con un estado nutricional normal; en cuanto al sobrepeso el mayor porcentaje lo presentan las niñas con un 12% y un 3% correspondiente a los niños y en donde el 9% más también corresponde al género femenino que presenta sobrepeso en mayor cantidad que el género masculino y, por último, la obesidad se presenta también en mayor porcentaje en el género femenino con un 6% y un 2% para el género masculino. En comparación con los resultados obtenidos en la Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009, esta demuestra que el estado nutricional que predomina en los niños y niñas es el estado nutricional normal haciendo distinción por género en los niños con un 73.5% y en las niñas con un 71.3% y en total un 72.4%. Estos resultados coinciden con los obtenidos en este estudio ya que en su mayoría la población presenta un estado nutricional normal con un 76% al igual que lo demuestra la Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009; en cuanto al sobrepeso y la obesidad estos se presentan en mayor

cantidad en la encuesta al igual que en este estudio en el género femenino con un 21,5% y en el género masculino un 21,3%.

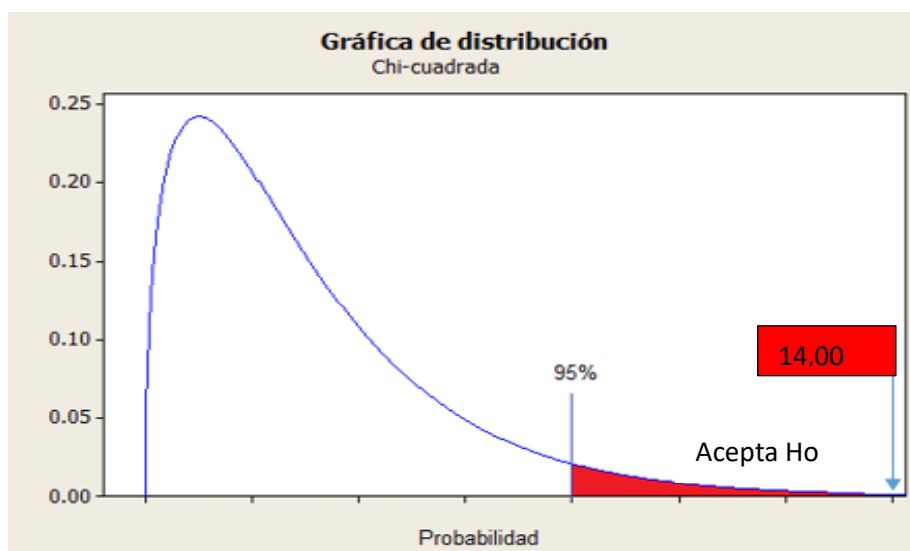


Figura N°36. Relación del estado nutricional con la edad de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°36 se puede observar mediante la aplicación del chi cuadrado que se acepta la hipótesis nula indicando que no existe relación entre el estado nutricional de sobrepeso y obesidad con la edad de los niños y niñas aborígenes, en donde el estado nutricional se va a presentar en los diferentes grupos de edad que van desde los 5 años hasta los 13. La Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009 establece que en los niños y niñas con edades de 5 a 12 años predomina el estado nutricional normal y no se establece asociación entre el sobrepeso y la obesidad por edad ya que al igual que el estado nutricional normal este da resultados en conjunto con los niños de edades de 5 a 12 años.

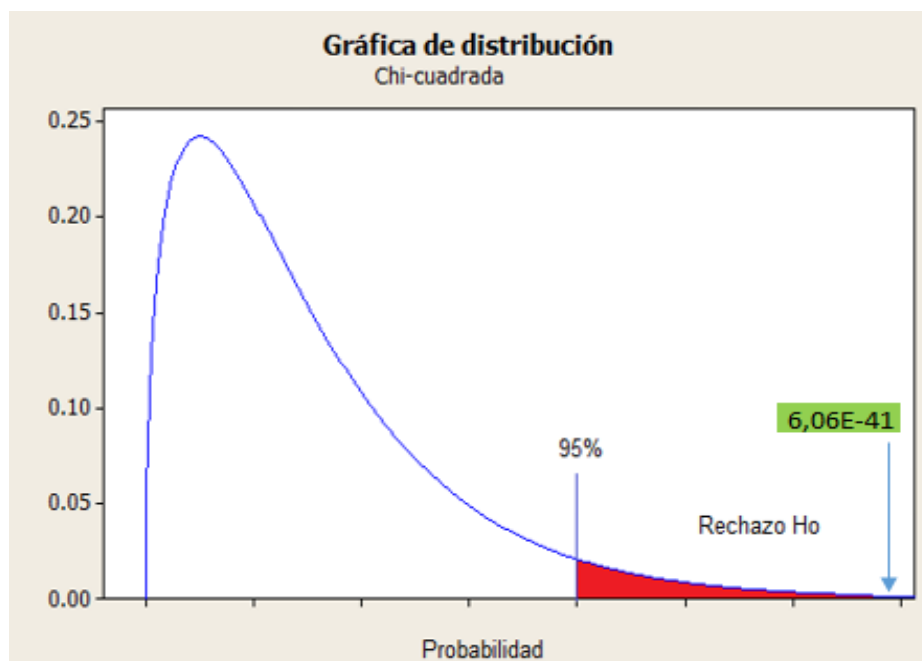


Figura N°37. Relación del estado nutricional con el consumo en el comedor escolar de los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

En la figura N°37 se observa mediante la aplicación del chi cuadrado que sí existe relación entre el estado nutricional de sobrepeso y obesidad con el no consumo en el comedor escolar, por lo que se comprueba que el hecho de que los niños(as) que no comen en el comedor escolar se relacionan con los niños(as) que presentan un estado nutricional de sobrepeso y obesidad, caso contrario a los niños(as) que sí comen en el comedor escolar los cuales presentan un estado nutricional normal y en comparación con la teoría nacional esta refiere que en Costa Rica existe el apoyo de programas para solventar los insumos del comedor escolar, entre ellos se encuentra el PANEA en donde se designan recursos por

prioridad, según aquellas instituciones con altos índices de rezago social y económico o en riesgo social entre los cuales tienen prioridad los centros educativos indígenas, su prioridad también se basa en estudiantes con problemas en los indicadores estado nutricional y nivel socio-económico. En esta ayuda solo se contempla el almuerzo con ¢659 por día (Fonseca K, 2013). Pero como ya se explicó por la directora de la institución, ellos brindan 2 tiempos de comida: el desayuno y el almuerzo, con el fin de contribuir a satisfacer las necesidades alimentarias del niño en mayor porcentaje y mejorar su estado nutricional, acción que se ha comprobado en esta investigación causando beneficio en el estado nutricional en los escolares que sí comen en el comedor escolar y perjudicando a los que no comen en el comedor escolar.

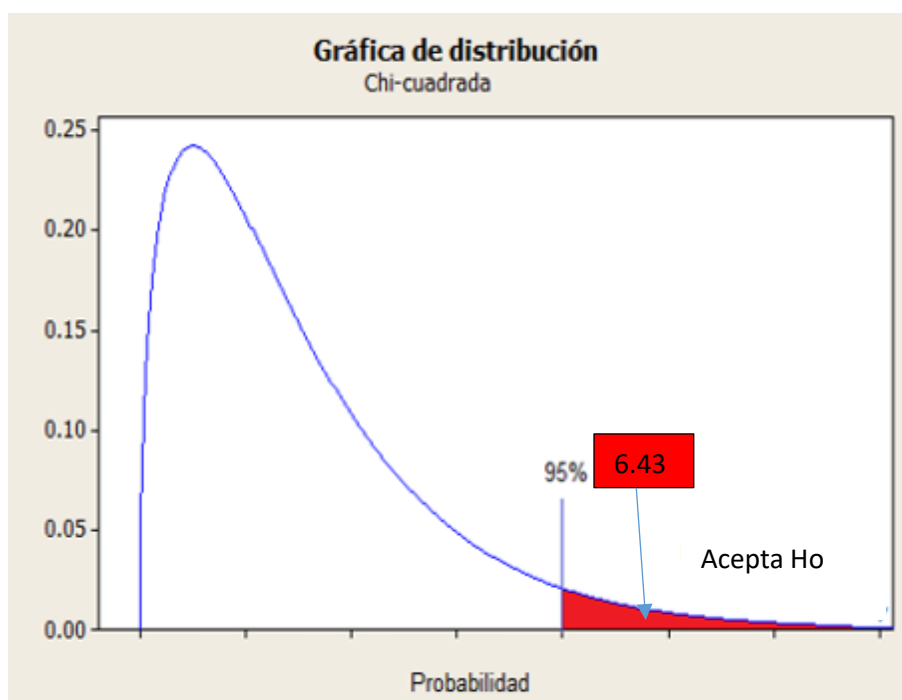


Figura N°38. Relación del estado nutricional con los tiempos de comida que realizan los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se confirma mediante la aplicación del chi cuadrado en la figura N°38 la aceptación de la hipótesis nula con un 95% de confianza y consecuentemente se confirma que no existe relación entre el estado nutricional de sobrepeso y obesidad con los tiempos de comida que realizan los niños y niñas. Las Guías Alimentarias en Costa Rica (2011) promueven la realización de 5 tiempos de comida con el fin de mantener un estado nutricional adecuado; sin embargo, en este estudio no se logra establecer una relación entre estas variables.

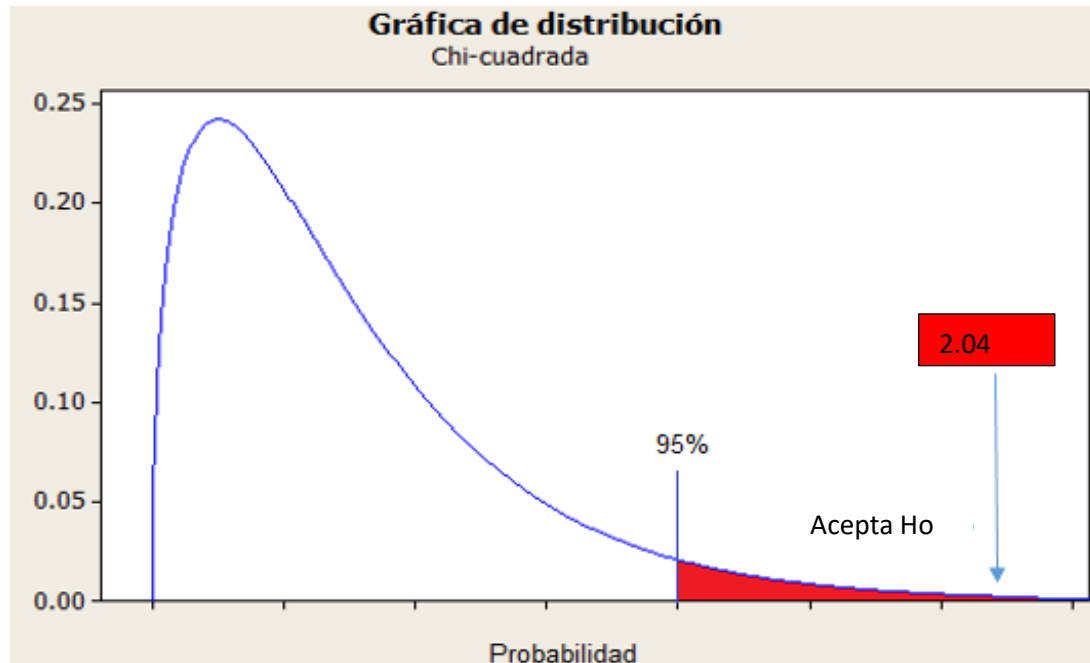


Figura N°39. Relación del estado nutricional con el nivel de inseguridad alimentaria presente en la familia del niño o niña que asiste a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Se comprobó mediante la aplicación del chi cuadrado en la figura N°39 la aceptación de la hipótesis nula demostrando con un 95% de confianza que no existe relación entre el estado nutricional de sobrepeso y obesidad con el nivel de inseguridad alimentaria. El estudio de Flores (2012), en comunidades Cabécar del Alto Chirripó indica que los niveles de inseguridad alimentaria en comunidades indígenas son altos, esto debido a que son grupos sociales excluidos de la sociedad y además vulnerables a constantes cambios; en comparación con este estudio, los resultados no pueden relacionar los niveles de inseguridad alimentaria en aborígenes con el estado nutricional de sobrepeso y obesidad.

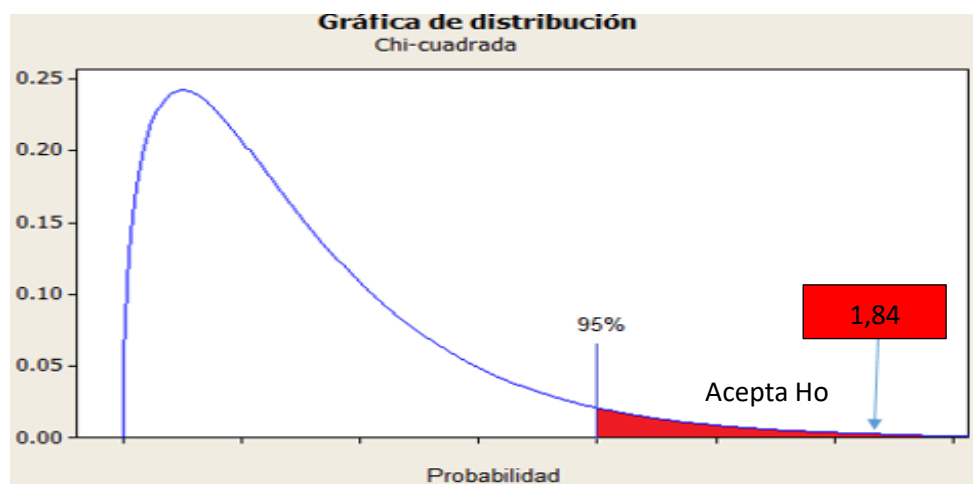


Figura N°40. Relación del estado nutricional con la frecuencia de consumo de arroz que realizan los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se observa en la figura N° 40 que se acepta la hipótesis nula entendiéndose que no existe relación entre la frecuencia de consumo de arroz realizada por los niños(as) y el estado nutricional de sobrepeso y obesidad.

En relación con la teoría el estudio de Flores (2012), menciona en el estudio que del grupo de entrevistados la mayoría mencionó consumir diariamente arroz. Flores encontró en este estudio que la presencia de problemas de obesidad y sobrepeso es el reflejo de las transformaciones socioculturales, demográficas, tecnológicas y económicas, que han traído como consecuencia cambios en los hábitos alimenticios tradicionales de los pueblos indígenas con lo cual se ha visto afectado el estado nutricional de la población; sin embargo, en el estudio realizado en los escolares de la comunidad de Ujarrás no fue posible generar relación entre la frecuencia de consumo de arroz y el estado nutricional de sobrepeso y obesidad presente en los niños(as).

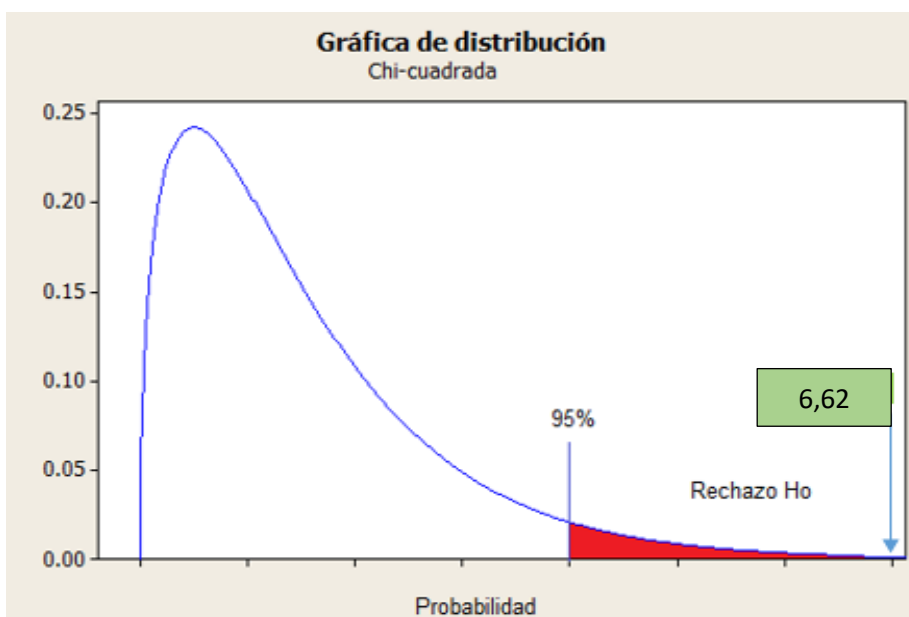


Figura N°40. Relación del estado nutricional con la frecuencia de consumo de natilla que realizan los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se observa en la figura N°40 mediante la aplicación del chi cuadrado que se rechaza la hipótesis nula demostrando que sí existe relación entre la frecuencia de consumo de natilla y el estado nutricional de los niños que tienen sobrepeso y obesidad, generándose la relación pues estos niños tienen una frecuencia de consumo de siempre o semanalmente, influyendo de esta manera en su estado nutricional de sobrepeso y obesidad.

En relación con la teoría, se menciona que el exceso de peso se empeora aún más en la población pobre y vulnerable por falta de acceso a alimentos de alta calidad nutricional. Habitualmente, los alimentos procesados altos en grasas, azúcares y sal son más baratos, los cuales aportan muchas calorías y son bajos en nutrientes, causando un aumento en el sobrepeso y obesidad. (Mora, 2010)

La teoría anterior se relaciona con el presente estudio en donde el alto consumo de natilla ha influido negativamente en el estado nutricional de los niños con sobrepeso y obesidad.

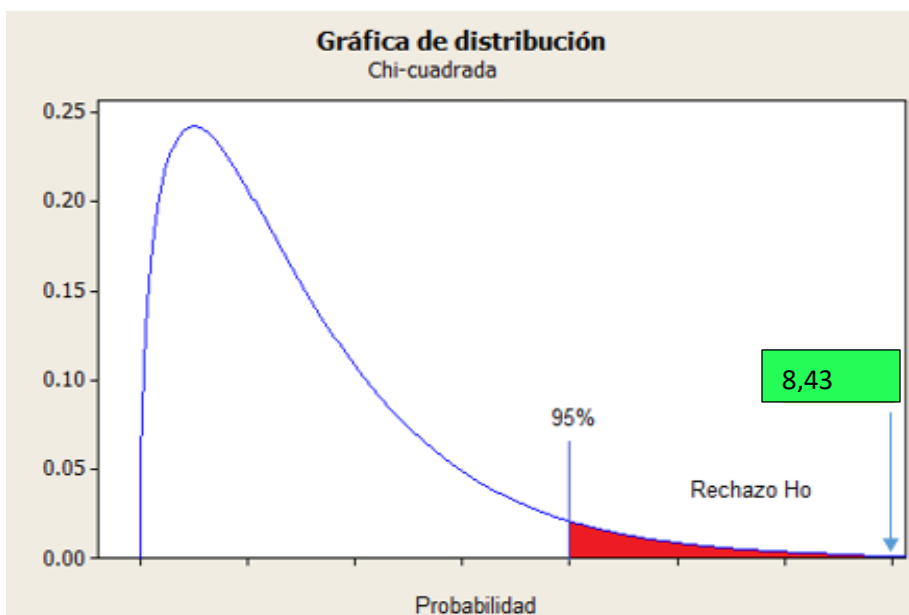


Figura N°41. Relación del estado nutricional con la frecuencia de consumo vegetales harinosos que realizan los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se observa en la figura N° 40 que se rechaza la hipótesis nula de esta manera se demuestra que sí existe relación entre la frecuencia de consumo de vegetales harinosos realizada por los niños(as) y el estado nutricional de sobrepeso y obesidad.

La relación se presenta en que los niños que presentan sobrepeso y obesidad tienen un consumo muy frecuente de estos vegetales harinosos, siendo el consumo de siempre o semanalmente el que predomina en este grupo. En comparación con la teoría nacional, Flores (2012) menciona que la población aborígen del Alto del Chirripó indicó consumir diariamente vegetales harinosos como la yuca, el plátano, banano y maíz, al igual que en este estudio, estas

prácticas podrían ser la razón de la aparición del sobrepeso y obesidad en las comunidades aborígenes.

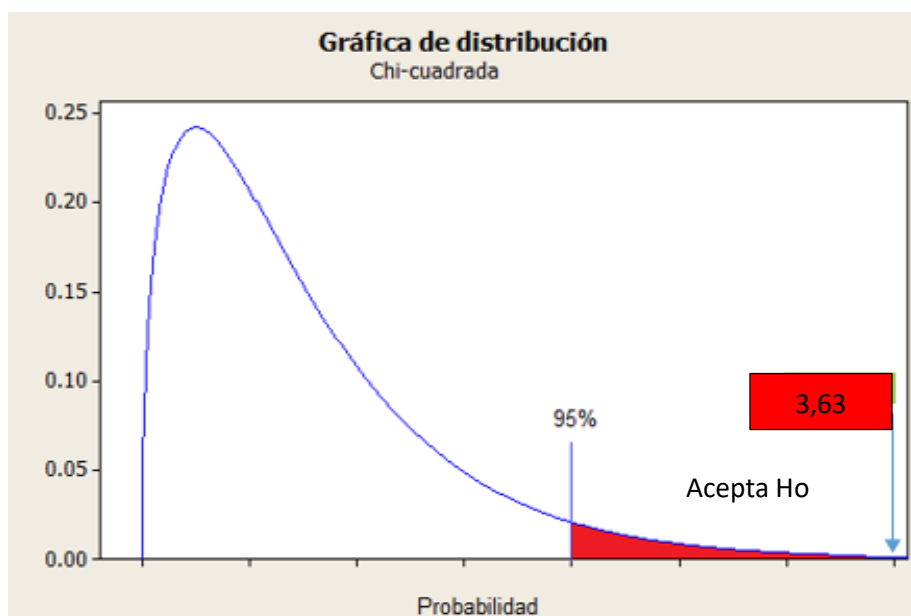


Figura N°42. Relación del estado nutricional con la frecuencia de consumo de frutas que realizan los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se puede observar en la figura N° 42 mediante la aplicación del chi cuadrado que se acepta la hipótesis nula quedando demostrado que no existe relación entre el sobrepeso y la obesidad con el consumo de frutas.

Entre las razones de no consumo Ureña (2009) menciona que están la poca disponibilidad tanto en el hogar como en las sodas y comedores escolares, los inadecuados hábitos alimentarios familiares, el desconocimiento de la importancia del consumo de estos alimentos y un poder de compra restringido, también se

menciona que la porción debe ser de 3 a 5 porciones diarias de fruta y no se llega ni a las 3 en los escolares; sin embargo, en el presente estudio no se logra relacionar el sobrepeso y la obesidad presente en los niños(as) con la frecuencia de consumo de frutas.

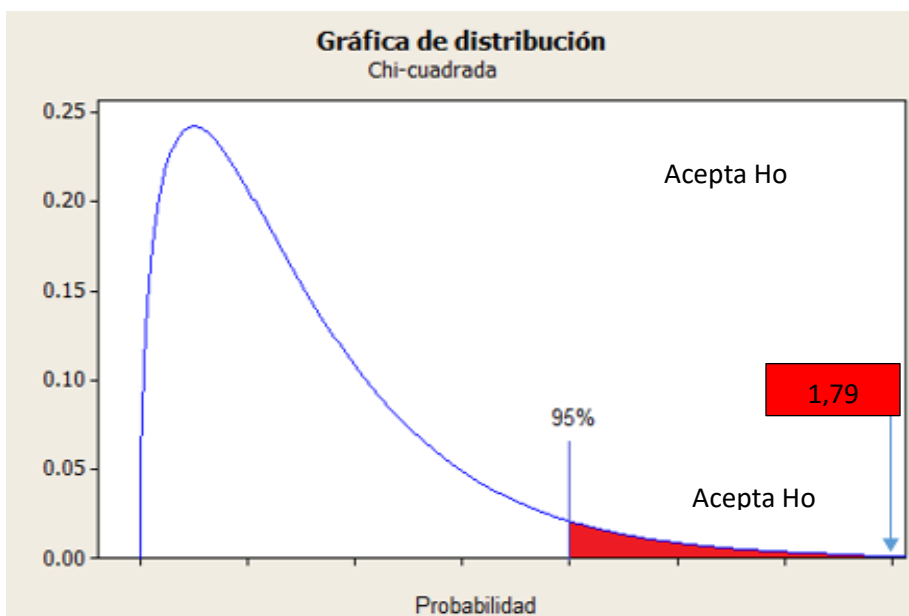


Figura N°43. Relación del estado nutricional con la frecuencia de consumo de embutidos que realizan los niños y niñas aborígenes que asisten a la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Fuente: (Castillo, 2016)

Se puede observar en la figura N°43 mediante de la aplicación del chi cuadrado que se acepta la hipótesis nula y a su vez se demuestra que no existe relación entre el estado nutricional de sobrepeso y obesidad con la frecuencia de consumo de embutidos realizada por los niños(as).

En su estudio Flores (2012) dice que el consumo de carne de la población aborigen Cabécar de Alto Chirripó en Costa Rica está dado en su mayoría por la carne de pollo, carne de res, enlatados como atún, sardina, o embutidos, al igual que en este estudio la población en su mayoría tienen la misma preferencia hacia esas carnes; sin embargo, no se logra crear una relación entre el sobrepeso y la obesidad con la frecuencia de consumo de embutidos.

CAPÍTULO V. 5. CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

En cuanto a la relación existente entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional y de igual manera el acceso económico con el estado nutricional de las niñas y los niños aborígenes, se logró demostrar la relación con los niños que no comían en el comedor escolar los cuales presentaban sobrepeso y obesidad en relación con los que sí comían que se encontraban con un estado nutricional normal. Al relacionar la frecuencia de consumo de los vegetales harinosos con el sobrepeso y la obesidad, se logró generar relación entre estas variables teniendo un consumo muy frecuente de siempre o semanalmente en los niños con sobrepeso y obesidad. Así mismo se logró relacionar que el consumo de natilla de siempre y semanalmente se encuentra relacionado con los niños que presentan sobrepeso y obesidad. En cuanto al acceso económico, no fue posible generar relación con ninguna variable. La teoría recopilada señala como un nuevo problema en la población aborígen la aparición del sobrepeso y la obesidad en la población.

Las diferentes características sociodemográficas que influyeron en este estudio fueron el sexo de los niños donde se utilizó una población de 43 niños y 57 niñas aborígenes, con edades que van desde los 5 años hasta los 15 años; se logró establecer relación con esta variable demostrando que el sexo femenino se encuentra relacionado con el sobrepeso y la obesidad. También se logró identificar la etnia de la población; estos niños y sus familias pertenecen la etnia Cabécar, cabe mencionar que la alimentación de los niños está a cargo de la madre que en su mayoría son amas de casa y tienen una escolaridad que va desde escuela

completa, escuela incompleta y colegio incompleto, también se concluye que mayormente en cada hogar conviven 3 o 4 personas.

En cuanto a los hábitos alimentarios de los niños y niñas aborígenes, se logró conocer que la mayoría de los niños realizan 3 comidas al día tanto los fines de semana como entre semana. Las comidas realizadas serían el desayuno, almuerzo y la cena, de estos tiempos de comida se conoció que el desayuno y el almuerzo son proporcionados por la escuela. En cuanto a los alimentos que son consumidos con mayor frecuencia se encuentran: el arroz y el pan. Los vegetales harinosos como la papa, yuca, camote, tiquizque, ñame, entre otros, son consumidos en su mayoría semanalmente. En cuanto al consumo de frutas y vegetales no harinosos, se logró conocer que es muy bajo en esta población. El tipo de carne que consumen con mayor frecuencia son el pollo, la res, el cerdo y el atún. También es importante mencionar que tienen un alto consumo de huevo. Analizando el consumo de lácteos se logra concluir que la natilla es el más consumido por la población, seguido de la leche semidescremada. El consumo de yogurt es poco. Para el consumo de aceite la madre menciona que utiliza más el aceite vegetal para la preparación de los alimentos. También se logró conocer los hábitos alimentarios de los niños y niñas de cuarto, quinto y sexto de la escuela, en su mayoría dijeron que almorzaban tanto en la escuela como en la casa, realizan 3 o 4 tiempos de comida, los alimentos que consumen con mayor frecuencia serían el arroz y o macarrones, el plátano, la papa y la yuca, estos también consumen dulces o golosinas frecuentemente y con menor frecuencia

comidas rápidas, pescado y verduras, para lo que es la ingesta de agua o refrescos es de 4 vasos diarios.

Se evaluó el estado nutricional de los 100 niños que asistían a la escuela y se logró establecer que la mayoría de los niños tienen un estado nutricional normal esto en un porcentaje de 76%, seguido del sobrepeso con un 15%, la obesidad con un 8% y en menor cantidad la desnutrición con un 1%.

Se investigó diferentes agentes socioculturales que incidieron en la alimentación de los niños y niñas aborígenes y se logró establecer mediante una entrevista a la directora de la escuela que la etnicidad, tanto como culturas y hábitos alimentarios propios de esta etnia, se han ido devaluando así como el idioma cabécar. Ya no se practica mucho la agricultura en los hogares como forma de autoconsumo. La encuesta realizada indicó que el cuidado de los niños está a cargo de la madre que en su mayoría tienen edades que van de los 30 a los 34 años.

Se indagó el acceso económico de los hogares en donde habitan los niños y niñas y se llegó a la conclusión de que las familias en su mayoría viven con un ingreso mensual de menos de 100 000 a los 300 000 colones, conviviendo en su mayoría con 3 o 4 miembros en el hogar. La Escala Latinoamericana y Caribeña de seguridad alimentaria arrojó que la mayoría de los hogares encuestados viven en inseguridad leve y moderada, hogares donde esta se relaciona con el desempleo existente en la comunidad, el cual es subsanado con las ayudas económicas dadas por instituciones estatales como el IMAS, FONABE y la pensión recibida por la CCSS.

Por último, se confrontó los hábitos alimentarios con el estado nutricional y se concluye que el hecho de que el niño o niña realice 2 de los tiempos de comida diarios en la escuela ha sido beneficioso en el estado nutricional de la población debido a que la institución cuenta con menús elaborados por DANEA y se trata de cumplir con las indicaciones de ellos. El poco o casi nulo acceso a restaurantes de comidas rápidas también influye positivamente en el estado nutricional del menor. Es importante mencionar que en la escuela no existen sodas, únicamente está el comedor escolar. Los niños menores de 7 años también cuentan con la ayuda del CEN en donde 12 niños o niñas son beneficiados tanto asistiendo a su comedor como en el recibimiento del DAF, lo cual ha sido de gran ayuda para mantener un óptimo estado nutricional en los niños de hogares con dificultades económicas.

5.2 RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta que cada una de las reservas aborígenes de Costa Rica, presenta condiciones socioeconómicas, ambientales, geográficas y culturales diferentes, es necesario hacer un análisis a profundidad en cada una de las reservas para acercarse a las posibles causas de la situación vivida por estas comunidades que permitirá establecer intervenciones y propuestas.

Se recomienda tener en cuenta la poca información actualizada con la que se cuenta en Costa Rica acerca de estudios en nutrición en aborígenes y específicamente en el tema de esta investigación, son nulos los datos por lo que se hace muy difícil encontrar información a nivel nacional.

También es importante que se realicen más estudios de nutrición en materia de seguridad alimentaria nutricional ya que hace faltan muchos aspectos alimentarios, de disponibilidad, de acceso, entre otros, por conocer de esta etnia, por lo que se promueve a instituciones, profesionales y estudiantes investigar estos tipos de poblaciones.

Es importante que se ampliara geográficamente el estudio realizado en otras comunidades aborígenes o ampliar la población de la misma reserva utilizada para este estudio, abarcando la población en general y no solo la escuela.

BIBLIOGRAFÍA

1. Acevedo, M. (Agosto de 2015). Recomendaciones, estrategias e intervenciones para promover el consumo de agua en niños y adolescentes en américa latina. 5. Recuperado el 05 de 01 de 2017, de http://www.inspvirtual.mx/banco_tesis/Acevedo%20Tena%20Martha%20_%202015.pdf
2. Andrade, M. A. (2011). *Estado nutricional y determinantes asociados en salud asociados a niños menores de 5 años de edad de una población Arhuaca como marco para la orientación de una estrategia de seguridad alimentaria*. Obtenido de http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/3179/M%C3%B3nica%20Viviana%20Arias%20Andrade_152654.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Barrantes W, Q. L. (2012). Influencia publicitaria en los hábitos alimentarios de la población costarricense. *Producciones e Imagen S.A.*, 1-2.
4. Barrial A. (8 de diciembre de 2012). *La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional*. Obtenido de http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/red-icean/docs/Colombia;Iceanenla%20familia;EAN%20sociocultural%20para%20SAN;2012.pdf
5. Britos Sergio, A. S. (Junio de 2014). *Estudio inicial de CEPEA sobre alimentación escolar en 61 escuelas y 1100 escolares de seis jurisdicciones*

- en 5 provincias. Recuperado el 26 de 01 de 2017, de <http://cepea.com.ar/cepea/wp-content/uploads/2014/09/s%C3%ADntesis-estudio-NES.pdf>
6. Bustos P, M. S. (2009). Pobreza y procedencia indígena como factores de riesgo de problemas nutricionales de los niños que ingresan a la escuela. *Scielo*, 188.
7. CAESPA. (abril de 2012). *Situación de la seguridad alimentaria en las Américas*. Recuperado el 06 de enero de 2017, de http://www.oas.org/es/sre/dai/sociedad_civil/docs/oea%20seguridad%20alimentaria%20april%2017%202012.pdf
8. Campos, R. B. (5 de 10 de 2016). Solicitud de estudios nutricionales en el área de Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas. (R. A. Castillo, Entrevistador)
9. Castillo Altamirano Rebeca. (7 de noviembre de 2016). Entrevista a Padres y/o Madres de los niños/as aborígenes de la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016. . Ujarrás, Buenos Aires, Puntarenas, Costa Rica.
10. Castro, A. M. (21 de Junio de 2016). Estudiantes fortalecen la salud alimentaria de la población costarricense. (J. J. Córdoba, Entrevistador)
11. Cerda, C. G. (2011). *Guías Alimentarias para Costa Rica*. Ministerio de Salud, San José.
12. Diaz L, C. D. (2013). Hábitos alimentarios y nivel de actividad física de los estudiantes de tercero a séptimo grado de dos colegios de dos colegios de Santiago de Cali: colegio Luis Fernando Caicedo y colegio Colombo Británico.

Recuperado el 01 de 25 de 2017, de
<http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/6753/1/CD-0395376.pdf>

13. Elizondo A ,(2004). Agenda nacional de investigación y desarrollo tecnológico en salud 2005-2010. Obtenido de http://www.inciensa.sa.cr/servicios/centro_informacion/boletines/boletinespdf/20041603.pdf.

14. FAO. (2006). *Estado de la seguridad alimentaria y nutricional en Costa Rica*. Obtenido de <http://www.oda-alc.org/documentos/1340501136.pdf>

15. FAO. (2006). *Seguridad alimentaria y nutricional, conceptos básicos*. Obtenido de <http://www.fao.org/in-action/pesa-centroamerica/temas/conceptos-basicos/es/>

16. Ferrari, M. (2013). Estimación de la Ingesta por Recordatorio de 24 Horas. *Scielo*, 20.

17. Fius, F. (7 de noviembre de 2011). *Reseña de los CEN CINAI*. Recuperado el 26 de 01 de 2017, de <http://florita-fius.blogspot.com/2011/11/resena-de-los-cen-cinai.html>

18. Flores S, K. M. (2008). La escuela primaria como ámbito de oportunidad para prevenir el sobrepeso y la obesidad en los niños. *Scielo*, 628.

19. Flores, D. S. (2012). *Seguridad alimentaria en comunidades indígenas de Costa Rica: el caso de comunidades Cabécar de Alto Chirripó*. Recuperado el 16 de 07 de 2016, de

http://216.224.175.122:8080/bitstream/handle/11554/3939/Seguridad_alimentaria_en_comunidades_indigenas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

20. Fonseca K, F. (octubre de 2013). *Alimentación escolar y las posibilidades de compra directa de la agricultura familiar, estudio nacional de Costa Rica*. Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-au438s.pdf>
21. Girona, M. (Abril de 2015). Significados y usos de los alimentos en la niñez en madres de bajos ingresos. *Colibri*, 9.
22. GobiernoCR. (2010). *Programa Cen-Cinai*. Obtenido de <http://www.sipi.siteal.org/politicas/540/programa-cen-cinai>
23. González A, D. J. (2010). Estado nutricional en niños escolares. Valoración clínica, antropométrica y alimentaria. *Revista Electrónica de las Ciencias Médicas en Cienfuegos*, 16-19.
24. Guáitara, D. (Noviembre de 2012). Hábitos alimentarios en niños y niñas de 12 a 60 meses de edad de los centros infantiles del buen vivir de la parroquia conocotodmq y su relación con el estado nutricional en el primer semestre de 2011. Recuperado el 25 de 01 de 2017, de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/7501/8.29.001115.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
25. Gutiérrez, T. (19 de abril de 2015). Costa Rica reprobó en desnutrición y obesidad al compararse con 133 países en el índice de progreso social. *Crhoy*, págs. 1-2.

26. Hurtado, L. R. (9 de Julio de 2010). Caracterización del estado nutricional, hábitos alimentarios y percepción de seguridad alimentaria de la población vinculada al programa vidas-móviles localidad ciudad bolívar. Obtenido de <http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis516.pdf>
27. INCAP. (Junio de 2012). *Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Centroamérica y República Dominicana*. Recuperado el 05 de 01 de 2017, de http://www.incap.int/index.php/es/publicaciones/publicaciones-conjuntas-con-otras-instituciones/doc_view/429-politica-de-seguridad-alimentaria-y-nutricional-de-ca-y-rd-2012-2032
28. INEC. (2011). *Territorios Indígenas principales indicadores demográficos y socioeconómicos*. Obtenido de http://www.inec.go.cr/sites/default/files/documentos/inec_institucional/estadisticas/resultados/repoblacenso2011-02.pdf.pdf
29. Infante, D. R. (Junio de 2011). Percepción de alimentación saludable, hábitos alimentarios, estado nutricional y práctica de actividad física en población de 9-11 años del colegio cecid ciudad bolívar, bogotá. Recuperado el 25 de 01 de 2017, de <http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis704.pdf>
30. Jiménez Ana, P. G. (2012). Escalas para medir la seguridad alimentaria en colombia. ¿son válidas? *Scielo*, 8-9.
31. Jiménez-Benítez, D. (2010). Análisis de determinantes sociales de la desnutrición en Latinoamérica. *Scielo*.

32. Kammi K Schmeer, B. P. (2015). Maternal resources and household food security: evidence from Nicaragua. *Public Health Nutrition.*, 2916.
33. Macias A, G. L. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Scielo*, 40-43.
34. Mamani T, Q. M. (2012). Relación talla - peso en los niños del kínder garden “Benicio Montero Mallo” de la ciudad de Potosí, gestión 2012. *ECORFAN-Bolivia*, 334. Recuperado el 21 de 08 de 2016, de <http://www.ecorfan.org/bolivia/handbooks/ciencias%20de%20la%20salud%20I/Articulo%2028.pdf>
35. Mediavilla, G. (2013). Los hábitos alimenticios y su incidencia en la atención de los niños y niñas del centro infantil del buen vivir “caritas de àngel”, provincia de pichincha, cantón quito, parroquia de san josé de minas, barrio morascocha. Recuperado el 25 de 01 de 2017, de http://redi.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6391/1/FCHE_LEP_451.pdf
36. Medina O, V. S. (2012). Estado nutricional antropométrico de los niños y adolescentes escolares de 17 escuelas del área rural del municipio de La Mesa, Cundinamarca, en 2012. *Revista de Salud Bosque*, 19-28. Recuperado el 21 de 08 de 2016, de <http://revistas.unbosque.edu.co/index.php/RSB/article/view/28/14>
37. Ministerio de Salud. (Marzo de 2014). *Análisis de situación de Salud en Costa Rica*. Obtenido de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/vigilancia->

de-la-salud/analisis-de-situacion-de-salud/2618-analisis-de-situacion-de-salud-en-costa-rica/file

38. Molestina, M. G. (octubre de 2012). *Sistematización de buenas prácticas desarrolladas para la promoción de estilos de vida saludables y la atención de la salud materno-infantil en la población indígena Ngöbe*. (UNICEF, Productor) Recuperado el 16 de 12 de 2016, de https://www.unicef.org/costarica/docs/cr_pub_Sistematizacion_Salud_Ngobe.pdf
39. Mora, A. S. (2010). *Ley general de los programas estatales de alimentación y nutrición d ela niñez y adolescencia*. Recuperado el 07 de 09 de 2016, de http://coin.fao.org/coin-static/cms/media/18/13818708126180/proyecto_ley_marco_de_alimentacin_escolar.pdf
40. Moreno, R. M. (2013). Relación entre el consumo de frutas, vegetales y alimentos altos en grasa, con el nivel de actividad física, en niñas y niños costarricenses en edad escolar, pertenecientes a la provincia de Sann José. *Repositorio UNA*, 14-16.
41. Nava M, P. A. (09 de 2011). Hábitos alimentarios, actividad física y su relación con el estado nutricional- antropométrico de preescolares. *Scielo*, 38, 301-302. Recuperado el 16 de 08 de 2016, de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182011000300006

42. Navarrete C, C. R. (2011). Estado nutricional de preescolares de la comuna alto biobio y su relación con características etnodemográficas. *Scielo*, 52,57.
43. Ortiz Gómez Ana, V. V. (2005). La alimentación en México enfoques y visión a futuro. *Dialnet*.
44. Oseguera D, L. E. (2009). Significados de la seguridad y el riesgo alimentarios entre indígenas purhépechas de México. *Scielo*, 123.
45. Oyhenart, E. E. (2007). Estado nutricional y composición corporal de niños pobres residentes en barrios periféricos de La Plata, Argentina. *Scielo*.
46. Palma, G. M. (2013). *Obesidad y malnutrición en Costa Rica*. Recuperado el 14 de 05 de 2016, de <http://www.vidaoptima.com/uploads/biblioteca/1.%20Sobrepeso%20y%20obesidad/ENSAYO%20OBESIDAD%20Y%20MALNUTRICION%20EN%20COSTA%20RICA%20DR%20GREIVIN%20MORALES%20PALMA.pdf>
47. Pérez, R. (2015). Cuestionarios de frecuencia alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 49.
48. Quintero Gutiérrez Adrián, G. R. (Febrero de 2014). *Omisión del desayuno, estado nutricional y hábitos alimentarios de niños y adolescentes de escuelas públicas de Morelos, México*. Obtenido de <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/19476337.2013.839006>
49. Ravasco P, A. H. (2010). Métodos de valoración del estado nutricional. *Scielo*, 59-60.

50. Restrepo B, R. M. (2006). Estado nutricional de niños y niñas indígenas de hasta seis años de edad en el resguardo Embera-Katío, Tierralta, Córdoba, Colombia. *Scielo*, 518. Recuperado el 21 de 08 de 2016, de <http://www.scielo.org.co/pdf/bio/v26n4/v26n4a06.pdf>
51. Restrepo Sandra M, M. M. (2005). La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia*, 127-148.
52. Richmond K Anderson, J. C. (2009). Estudio del estado de nutrición y los hábitos alimentarios de comunidades otomíes en el Valle del Mezquital de México. *Scielo*, 660.
53. Rodríguez Melián, A. Á. (2012). Evaluación del estado nutricional en niños de la comunidad "Los Naranjos", Carabobo, Venezuela. *Revista Cubana de Higiene y Epidemiología*, 273. Recuperado el 27 de 01 de 2017, de <http://www.redalyc.org/pdf/2232/223225493007.pdf>
54. Rodriguez, E. (2016). Guía de capacitación en alimentación y nutrición para docentes y comités de alimentación escolar. Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-i5208s.pdf>
55. Rojas Maroto D, E. P. (2010). *"Así vivimos los pueblos indígenas.."*. Recuperado el 16 de 12 de 2016, de https://www.unicef.org/costarica/docs/cr_pub_Asi_vivimos_los_pueblos_indigenas.pdf

56. Rojas, F. (Marzo de 2009). La ocupación de la madre como factor determinante del estado nutricional de niños menores de 7 años de Ciudad Juárez. 22. Recuperado el 8 de enero de 2017, de <http://www.uacj.mx/ICB/redcib/Publicaciones/Tesis%20Licenciatura/Nutrici%C3%B3n/La%20ocupaci%C3%B3n%20de%20la%20madre%20como%20factor%20determinante%20del%20estado%20nutrici%C3%B3n%20de%20ni%C3%B1os%20menores%20de%207%20a%C3%B1os%20de%20Ciudad%20Ju%C3%A1rez.pdf>
57. Rosique, J. (2010). ESTADO NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN INDÍGENAS EMBERA DE COLOMBIA. *Scielo*, 277. Obtenido de 1.3.1 Objetivo General
58. Serafin, P. (Diciembre de 2012). *Hábitos alimentarios para crecer sanos y aprender con salud*. Recuperado el 05 de 01 de 2017, de <http://www.fao.org/docrep/field/009/as234s/as234s.pdf>
59. Shriqui K, F. D. (08 de 04 de 2016). Efecto de un programa de intervención educativa sobre los conocimientos de nutrición y hábitos de los niños de una escuela de bajo nivel socioeconómico en Israel. *PubMed*, 3- 4. Recuperado el 16 de 08 de 2016, de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4848702/>
60. Solórzano, D. M. (15 de 07 de 2014). *Análisis de Situación de salud en Costa Rica*. Obtenido de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/vigilancia->

de-la-salud/analisis-de-situacion-de-salud/2618-analisis-de-situacion-de-salud-en-costa-rica/file

61. Soto Ingrid, O. F. (2006). Seguridad alimentaria en los hogares de niños atendidos en una consulta de nutrición, crecimiento y desarrollo. *Scielo*.
62. Ureña, M. (2009). Razones del consumo y no consumo de frutas y vegetales por parte de los escolares de una zona urbana. *Scielo*, 15.
63. Urquia, N. (2014). La seguridad alimentaria en Mexico. *Scielo*, 97.
64. Van Deer Laat C, S. C. (2006). Niñez y Adolescencia Indígena en Costa Rica: Su derecho a la Salud y a la Educación. *UNICEF*, 19-52.
65. Vasquez Carvajal, A. (07 de Noviembre de 2016). PEI. Buenos Aires, Puntarenas, Costa Rica.
66. Villalobos D, T. L. (2012). Situación nutricional y patrones alimentarios de niños indígenas en edad escolar de la etnia Wayuú. *Dialnet.Vol*, 28, 87-95.

ANEXOS

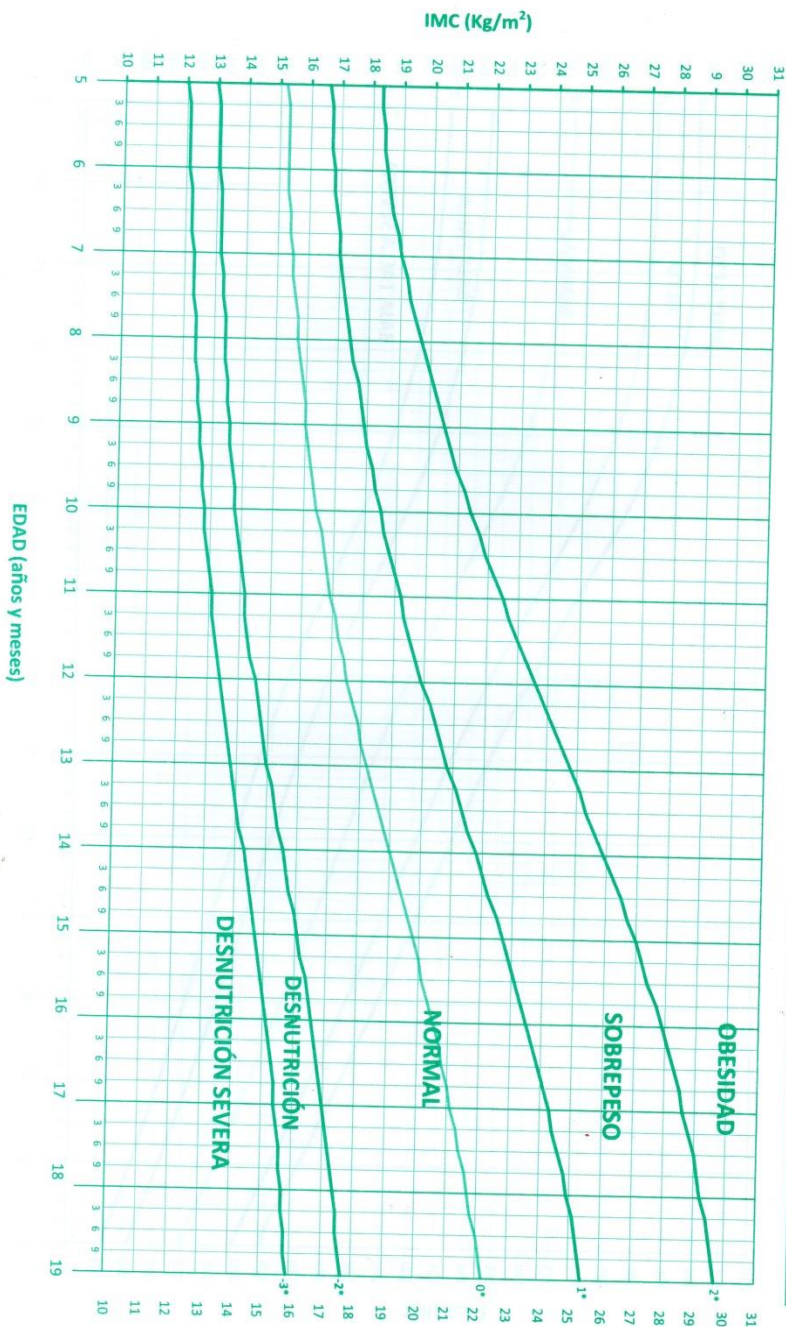
Anexo N.1



GRÁFICA ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC)-EDAD¹ NIÑOS Y ADOLESCENTES DE 5 A 19 AÑOS



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



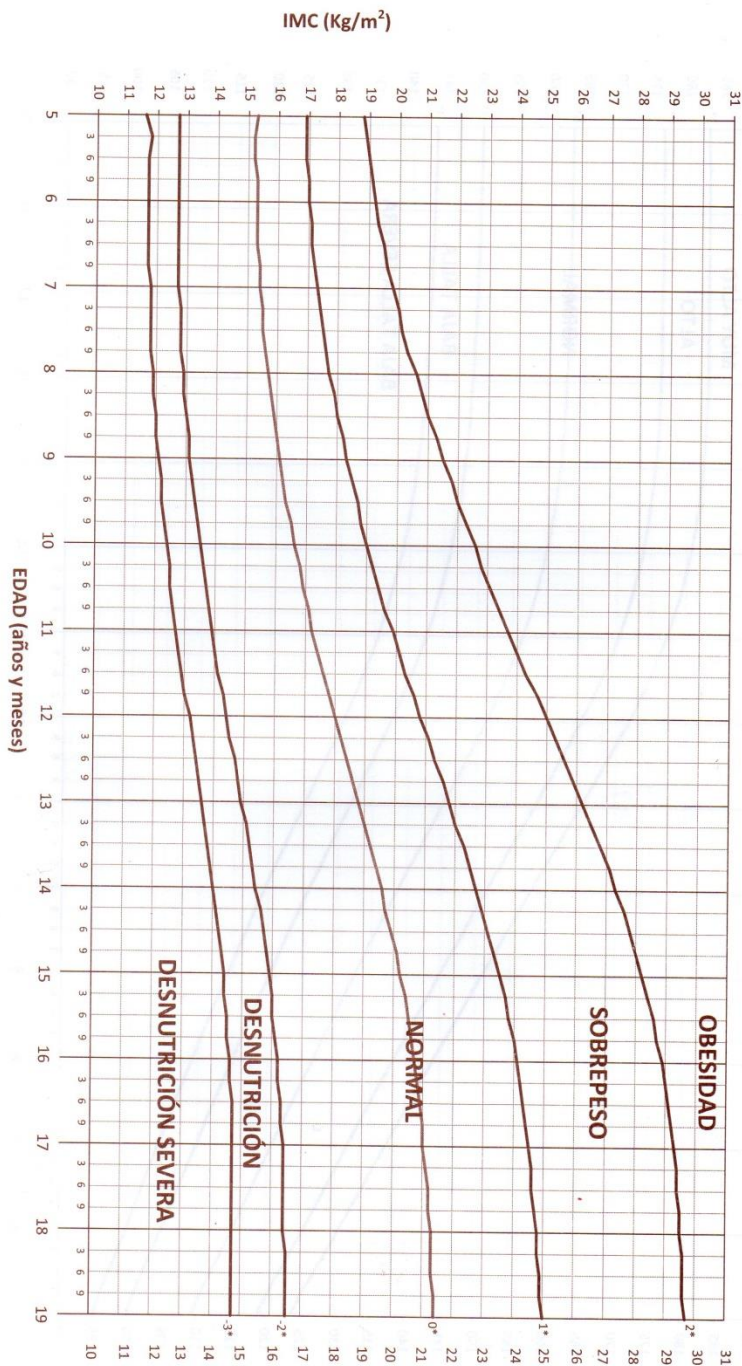
¹ Patrones de Crecimiento Infantil OMS, 2007. Construcción con base en tabla Puntos Z



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



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



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

Cód. 4-70-03-3062

Anexo N.2

Evaluación del perfil antropométrico

Sexo		Edad		Grado	Peso(Kg)	Talla(cm)	IMC(Kg/m ²)	Interpretación
M	F	Años	Meses					

Anexo N.3

Entrevista a Padres y/o Madres de los niños/as aborígenes de la Escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Estudiante a cargo de la investigación: Rebeca Altamirano Castillo.

Favor marcar con (x) NC*= No contesta.

1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE LA POBLACIÓN ESTUDIADA

1.1 Según el parentesco con el niño:

Madre _____ Padre _____

Otro representante legal _____

Según la responsabilidad en la alimentación del niño(a):

Persona encargada habitualmente de su alimentación _____ Otras _____

a. Edad y estado civil de la persona que responde a la entrevista.

Edad (años)

16-29 _____ 30-34 _____ 35-39 _____ 40-49 _____ 50 o más _____

Estado civil

Soltera/o _____ Casada/o o en pareja _____ Viuda/o _____ Separada/o _____

Divorciada/o _____ NC* _____

b. ¿Cuál es el ingreso económico mensual y total de todos los miembros que viven en el hogar con el niño(a)?

() Menos de \$100.000 () \$100.000 a \$199.999 () \$200.000 a \$299.999

() \$300.000 a \$399.999 () \$400.000 a \$ 499.999 () Más de \$ 500.000

1.4 Sexo y edad de la población infantil estudiada.

Sexo

Niños _____ Niñas _____

Edad (años)

5 _____ 6 _____ 7 _____ 8 _____ 9 _____ 10 _____ 11 _____ 12 _____ 13 _____

1.4 Tamaño del grupo familiar: número de personas que viven en el hogar habitualmente (incluyendo el niño/a).

2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____ 6 _____ 7 _____ 8 o más _____ NC* _____

1.5 Nivel de estudios y situación la persona que responde la entrevista.

Sin estudios _____ Escuela incompleta _____ Escuela completa _____ Colegio incompleto _____

Colegio completo _____ Universidad incompleta _____ Universidad completa _____ Técnico o Diplomado _____

1.6 Situación laboral actual de la persona que responde la entrevista.

Trabaja _____ Desempleado _____ Estudiante _____ Ama de casa _____ Jubilado/Pensionado _____

Otro _____

HÁBITOS ALIMENTARIOS Y CARACTERÍSTICAS DE LA DIETA DEL NIÑO/A

2.1 Utilización habitual del comedor escolar y el comedor del CEN.

2.1.1 El niño/a, ¿come habitualmente en el comedor escolar?

No _____ Sí _____

2.1.2 El niño/a recibe el DAF?

Sí _____ No _____

2.1.3 El niño/a asiste al comedor del CEN?

Sí _____ No _____

2.2 Tipo de aceite que utiliza con mayor frecuencia para cocinar en el hogar. (Marcar solo una opción)

Aceite

Manteca (CLOVER, CORONA o EN SU PUNTO) _____ Manteca de cerdo _____ Aceite vegetal (Girasol, maíz, soya) _____ NC _____

2. ¿Cuántos tiempos de comida acostumbra realizar el niño la mayoría de los días?

Tiempo de comida	Días entre semana	Fines de semana
Desayuno		
Merienda de la mañana		
Almuerzo		
Merienda de la tarde		
Cena		

3. FRECUENCIA DE ALIMENTOS DEL NIÑO/A.

Alimento	Nunca o casi nunca	Algunas veces al mes	Algunas veces a la semana	Siempre o casi siempre
CEREALES Y DERIVADOS				
Arroz o pasta				
Pan				
Cereales para el desayuno. (CORN FLAKES, FROOT LOOPS etc.)				
Galletas				
LÁCTEOS Y DERIVADOS				
Leche entera(caja roja)				
Leche semidescremada(caja azul)				
Leche descremada(caja blanca)				
Yogures				
Natilla				
VEGETALES NO HARINOSOS.				
Lechuga, Zanahoria, Brócoli, tomate, pepino, coliflor, chayote; etc.				
VEGETALES HARINOSOS				
Yuca, papa, camote, tiquizque, ñame, plátano; etc.				
FRUTAS				
Frutas (naranja, sandía, piña, papaya; etc.)				
CARNES				
Res				
Cerdo				
Gallina o pollo				
Embutidos(salchichón, salchichas, mortadela)				
Pescado				
Atún enlatado				
ACEITES				
Aceite vegetal(Soya, maíz, girasol)				
Manteca (Clover, En su Punto, Corona; etc.)				
Manteca de cerdo				
DULCES				
Azúcar				
Confites				
Chocolates				
Paquetitos salados comerciales (Picaritas, meneíto; etc.)				
BEBIDAS COMERCIALES DE ELABORACIÓN INDUSTRIAL				
Gaseosas (Coca-Cola, Pepsi, Fanta Naranja, Colita o Uva etc.)				
Paquetitos de frescos artificiales (TANG, Lipton; Fresqui- Top; etc.)				
OTROS				
Huevos				

4. Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA)			
1	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted se preocupó de que los alimentos se acabaran en su hogar?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
2	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿En su hogar se quedaron sin alimentos?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
3	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿En su hogar dejaron de tener una alimentación saludable y balanceada?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
4	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar tuvo una alimentación basada en poca variedad de alimentos?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
5	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar dejó de desayunar, almorzar o cenar?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
6	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar comió menos de lo que debía comer?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
7	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar sintió hambre pero no comió?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
8	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Usted o algún adulto en su hogar solo comió una vez al día o dejó de comer todo un día?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
¿En su hogar viven personas menores de 18 años? Sí1 →Continuar ☐ CUESTIONARIO No 0 →Finalizar cuestionario ☐			
9	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar dejó de	Sí ☐ 1	NS ☐ 9

	tener una alimentación saludable y balanceada?	No ☐ 0	NR ☐ 99
10	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar tuvo una alimentación basada en poca variedad de alimentos?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
11	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar dejó de desayunar, almorzar o cenar?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
12	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar comió menos de lo que debía?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
13	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Tuvieron que disminuir la cantidad servida en las comidas a algún menor de 18 años en su hogar?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
14	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar sintió hambre pero no comió?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99
15	En los últimos 3 meses, por falta de dinero u otros recursos, alguna vez ¿Algún menor de 18 años en su hogar solo comió una vez al día o dejó de comer todo un día?	Sí ☐ 1 No ☐ 0	NS ☐ 9 NR ☐ 99

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo No.4

Encuesta de hábitos alimentarios en los niños/as aborígenes de cuarto, quinto y sexto grado de la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 2016.

Marcar con (x)

1. ¿Antes de ir a la escuela que desayuna?
- () Sólo un vaso con leche. () Un vaso con jugo de fruta natural. () No bebo ni como nada.
() Un vaso de leche con cereal (CORN FLAKES, FROOT LOOPS etc.), pan y/o galletas.
() Gallo pinto. () Gallo pinto con huevo. () Tortilla casera con café. () Café con pan o galletas. () Otro.
2. ¿Lugar donde habitualmente almuerza?
- () En la escuela. () En el hogar. () En la escuela y el hogar. () Otros.
3. Frecuencia de consumo de diferentes alimentos.

ALIMENTO	NUNCA O CASI NUNCA	ALGUNAS VECES AL MES	ALGUNAS VECES A LA SEMANA	SIEMPRE O CASI SIEMPRE
Arroz o macarrones				
Plátano, papa, yuca.				
Zanahoria, chayote, brócoli, lechuga, tomate, pepino; etc.				
Carne de res (vaca)				
Carne de cerdo				
Gallina o pollo				
Pescado				
Dulces o golosinas (Confites, azúcar, chocolates).				
Comidas rápidas (Hamburguesas, papas fritas, pollo frito; etc.)				

4. ¿Cuántos vasos de agua o refrescos tomas diariamente?
- () 1 vaso al día. () 2 vasos al día. () 3 vasos al día. () 4 vasos al día. () Más de 5 vasos al día.
5. ¿Cuántas comidas realizas al día?
- 1 () 2 () 3 () 4 () 5 ()

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

San José, 21 de febrero de 2017

Señores
Comisión de Revisión de Tesis
Universidad Hispanoamericana

Estimados señores:

La estudiante Rebeca Altamirano Castillo, cédula de identidad número 1 1554 0033, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado "RELACIÓN DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ACCESO ECONÓMICO CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE NIÑOS Y NIÑAS ABORÍGENES DE LA ESCUELA UJARRÁS, BUENOS AIRES DE PUNTARENAS, 2016", 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 el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINALIDAD DEL TEMA	10%	10
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	15
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	28
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20
	TOTAL		93

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.

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Rebeca Altamirano Castillo, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 1-1554-0033 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 juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: Relación de los hábitos alimentarios y acceso económico con el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas, 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 veintiún días del mes de febrero del año dos mil diecisiete.



Firma del estudiante
Rebeca Altamirano Castillo.
Cédula 1-1554-0033

CARTA DEL LECTOR

06 de abril de 2017

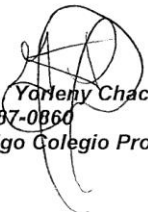
Sres.
Departamento de Registro
Universidad Hispanoamericana

Estimado señores:

La estudiante Rebeca Altamirano Castillo cédula de identidad número 115540033, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de Tesis "Relación de los hábitos alimentarios y acceso económico con el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la escuela Ujarrás en Buenos Aires de Puntarenas 2016" 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, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

Por lo tanto se avala el traslado al siguiente proceso.

Atentamente,



MBA Yoremy Chacón Sandí
1-1087-0860
Código Colegio Profesional 251-10



Certificación de Filólogo



San Isidro de El General
Lunes 17 de abril de 2017

Señores
Universidad Hispanoamericana
San José

Estimados señores:

La estudiante Rebeca Altamirano Castillo, cédula de identidad número 1-1554-0033, me ha presentado para la revisión de estilo la tesis denominada: *"Relación de los hábitos alimentarios y acceso económico con el estado nutricional de los niños y niñas aborígenes de la escuela Ujarrás, en Buenos Aires de Puntarenas"*, proyecto de Graduación presentado como parte de los requisitos para optar por el grado de Licenciatura en Nutrición.

He revisado y corregido los aspectos referentes a estructura, gramática, acentuación, ortografía, puntuación y vicios de dicción que se trasladan al escrito. Además, he comprobado que se han incorporado las correcciones al presente documento.

Atentamente,



Lic. Carlos Bermúdez Vargas
Cédula 1 - 582 - 831
Colegiatura número 8757 (COLYPRO)



Lic. Carlos Bermúdez Vargas
Revisión de estilo de todo tipo de documentos
Tels. 2770-9060 / 83727341
elbermu09@gmail.com

