



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Académico Profesional de Nutrición

**Patrón dietético e ingesta de energía y nutrientes en
niños de 6 a 59 meses, distrito Baños del Inca,
Cajamarca**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición

AUTOR

Stefany PILLACA LOAYZA

ASESOR

Doris Hilda DELGADO PÉREZ

Lima, Perú

2013

RESUMEN

Introducción: La ingesta adecuada de energía, macronutrientes y micronutrientes es de importancia en los primeros años de vida del niño(a), debido a que representa una etapa de crecimiento y desarrollo acelerado. Esta ingesta en el tiempo forma el patrón dietético del niño(a) que determina la presencia o ausencia de enfermedades en la etapa adulta y está influenciada por diversos factores. **Objetivo:** Determinar el patrón dietético e ingesta de energía y algunos nutrientes en niños(as) de 6 a 59 meses de edad de diez caseríos del distrito Los Baños del Inca, Cajamarca – Perú 2012. **Diseño:** Enfoque cuantitativo, descriptivo, observacional y transversal. Lugar: Diez caseríos del distrito Los Baños del Inca, Cajamarca. **Participantes:** 44 niños(as) de 6 a 59 meses agrupados por edad y sexo. **Intervenciones:** La selección de la muestra fue no probabilística y por conveniencia. Previo consentimiento informado al padre y/o madre de cada niño(a), se aplicó el método de encuesta Pesada Directa de los Alimentos y Cuestionario de Frecuencia de Consumo de Alimentos por un período de cuatro meses. Para el análisis de datos se empleó las recomendaciones establecidas por la FAO/OMS y CENAN. **Principales medidas de resultados:** Registro del número de veces y el peso de los alimentos (g/día) ingeridos, y el porcentaje de adecuación de energía y algunos nutrientes. **Resultados:** Los grupos de alimentos como tubérculos-raíces, cereales-derivados y productos azucarados fueron consumidos con similar frecuencia en ambos grupos de edad. El consumo de alimentos de origen animal fue poco frecuente en ambos grupos de edad, destacando el grupo de huevos, pescados, leches y derivados. Los niños(as) mayores consumieron más cantidad de alimentos que menores. El grupo de alimentos consumido en mayor cantidad por ambos grupos de edad y sexo fueron las frutas. La mediana del porcentaje de adecuación de consumo de energía, carbohidratos y proteína total en ambos grupos de edad y sexo superó el 95%. La mediana de adecuación para las grasas fue adecuado sólo para los niños(as) menores. La mediana de adecuación de hierro total y de zinc superó el 85% en niños(as) mayores y en ambos sexos, mientras que la ingesta de sólo zinc fue adecuada para los niños(as) menores; la mediana de adecuación de consumo de vitamina A fue deficiente para ambos grupos de edad y sexo. **Conclusiones:** El patrón dietético de los niños(as) de ambos grupos de edad se caracterizó por el consumo de tubérculos-raíces, cereales-derivados y productos azucarados, principalmente en niños y un consumo poco frecuente de alimentos de

origen animal en ambos grupos de edad y sexo. La ingesta de energía, carbohidratos y proteína total fue adecuada para ambos grupos de edad y sexo, mas no para las grasas en niños(as) mayores y ambos sexos. La ingesta de hierro total y de zinc fue adecuada en niños(as) mayores y ambos sexos, mientras que la ingesta de sólo el zinc fue adecuada en niños(as) menores. Para ambos grupos de edad y sexo la ingesta de vitamina A fue deficiente.

Palabras claves: Patrón dietético, ingesta de energía y nutrientes, niños de 6 a 59 meses.

ABSTRACT

Introduction : Adequate intake of energy , macronutrients and micronutrients is important in the early years of the child (a) , because it represents a stage of accelerated growth and development. This intake over time as the child's dietary pattern (a) determining the presence or absence of disease in adulthood and is influenced by various factors . **Objective:** To determine the dietary pattern and intake of energy and some nutrients of children (as) of 6-59 months of age ten villages of the district of Los Baños del Inca , Cajamarca - Peru 2012. **Design :** Focus quantitative, descriptive , observational and transversal . **Location:** Ten villages in the district Los Baños del Inca, Cajamarca . **Participants:** 44 children (as) from 6 to 59 months grouped by age and sex . **Interventions:** The selection of the sample was not random and convenience. Informed consent to the father and / or mother of each child (a) was applied survey method Direct Weighing and Food Frequency Questionnaire Food Consumption for a period of four months. For data analysis we used the recommendations established by FAO / WHO and CENAN . **Main outcome measures :** Record the number of times and the weight of food (g / day) intake, and the percentage of adequacy of energy and some nutrients. **Results :** The food groups as root tubers , cereals , derivatives and sugar products were consumed with similar frequency in both age groups . The consumption of animal foods was uncommon in both age groups , highlighting the group of eggs , fish, milk and dairy products . Children (as) over consumed more food to children. The food group consumed most by both age and sex were the median percentage frutas.La adequacy of energy , carbohydrates and total protein in both age and sex groups exceeded 95 % . Median fitness for fat was suitable only for children (as) children. The median total iron adequacy and zinc exceeded 85 % in children (as) older and in both sexes , while zinc intake was only suitable for children (as) lower , the median intake of vitamin adequacy A was deficient for both age groups and sex. **Conclusions :** The dietary pattern of children (as) in both age groups was characterized by eating root tubers , cereals , derivatives and sugar products , mainly in children and infrequent consumption of food of animal origin in both groups of age and sex . Energy intake , carbohydrates and total protein was suitable for both age groups and sex , but not fat in children (as) older and both sexes. The total iron intake was adequate zinc in children

(as) major and both sexes , while the zinc intake was adequate only in children (as) children. For both age groups and sex vitamin intake was poor.

Keywords: dietary pattern, energy and nutrient intake, children 6 to 59 months.