

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA
RECINTO UNIVERSITARIO RUBÉN DARÍO
UNAN-MANAGUA
INSTITUTO POLITECNICO DE LA SALUD
LUIS FELIPE MONCADA**



**SEMINARIO DE GRADUACIÓN PARA OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN**

TEMA:
NUTRICIÓN COMUNITARIA

SUBTEMA:

“ Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN- MANAGUA. Septiembre a Noviembre 2015.”

AUTORES:
Br. Richard David Arana Blas.
Bra. Arelys de Jesús Aguilar Jiménez
Bra. Francis Carolina Sánchez Pérez

TUTORA:
□ Msc. Ana María Gutiérrez Carcáche.
Lic. En Nutrición y Maestra en Investigación Educativa.

Managua, Nicaragua Marzo de 2016

***¡Que vivan los estudiantes jardín de nuestra alegría, caramba y zamba con emoción,
que viva la nutrición!***

Richard Arana



***¡Que vivan los estudiantes porque son la levadura, del pan que saldrá del horno con
toda su sabrosura!***

Violeta Parra

INDICE

DEDICATORIA.....	i
AGRADECIMIENTO CONJUNTO.....	iv
VALORACIÓN DEL DOCENTE	v
RESUMEN	vi
INTRODUCCION:.....	1
JUSTIFICACIÓN.....	3
OBJETIVOS.....	4
Objetivo General.....	4
Objetivos Específicos	4
DISEÑO METODOLÓGICO	5
MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLES	11
DESARROLLO:.....	15
I. DEMOGRAFIA DE NICARAGUA.	15
1. Estado Nutricional de la Población Nicaraguense.....	16
2.Situacion economica de Nicaragua.....	16
II. BREVE HISTORIA DE LA CARRERA DE NUTRICION.....	17
III. NUTRICION	19
1.Estado Nutricional	19
1.1 Métodos para evaluar estado nutricional.....	19
1.1.1 Dietéticos.....	20
1.1.2 Bioquimicos.....	20

1.1.3 Antropométricos.....	21
1.1.4 Clínicos.....	22
IV. HABITOS ALIMENTARIOS.....	22
1. Hábitos del pacífico.....	23
2. Hábitos del Atlántico.....	23
3. Hábitos de la zona Central.....	24
V. PATRON DE CONSUMO DE ALIMENTOS.....	24
1. Determinación del patrón de consumo de alimentos.....	24
ANALISIS Y DISCUSION DE LOS RESULTADOS	25
CONCLUSIONES.....	64
BIBLIOGRAFIA	66
ANEXOS.....	68

DEDICATORIA

Primeramente citare el Primer mandamiento que es amar a **Dios** sobre todas las cosas, gracias a el por sus múltiples e infinitas bendiciones en mi vida, por darme la oportunidad de aprender y tener tantas experiencias durante mis años de estudios y porque con sus bendiciones ilumina mi camino para poder así cumplir mis metas.

A mi Madre **María Esperanza Blass Tonge** por ser una mujer luchadora y esforzada que con muchos sacrificios y dedicación me ha apoyado en el trascurso de toda mi vida, brindándome ánimos y motivaciones para seguir adelante y ser un hombre de bien.

A mi Padre **Ramón Esteban Arana Jara** por ser ese ejemplo a seguir de fortaleza, perseverancia y cambios.

A mis hermanos: Pedro Ramón Arana Blass, Miguel Basilio Arana Blass, Mario Esteban Arana Blass y a mi amada hermana **María Isabel Arana** porque me han apoyado durante todos mis años de vida y me han animado en mis estudios, porque siempre están ahí en unión familiar.

A mi madrina **Sra. Mimí Porros**, por apoyar a mi madre y a mi directamente desde mi secundaria hasta mi tiempo en universidad, que Dios la bendiga por ser una persona con espíritu altruista y humanitaria.

A todas las personas que de alguna forma incidieron en mis años de preparación y estudios. El cielo es el límite...

Richard David Arana Blas

DEDICATORIA

Primeramente, a Dios por haberme regalado la oportunidad de seguir adelante por brindarme salud, sabiduría, dedicación y esfuerzo, por darme fortaleza y permitirme en estos cinco años poder trabajar y estudiar, lo cual es un gran sacrificio y esfuerzo que solo él es el único que nos da la fortaleza para poder lograr nuestras metas. Gracias mi señor Jesús cristo.

A mi hija **Sharis de Jesús Ampíe Aguilar** por ser mi inspiración, mi motivo de seguir adelante para poder brindarle una mejor condición de vida, para servirle de ejemplo, también a todas aquellas personas que me apoyaron todos estos años, a doña **Cándida Ampíe**, a mi suegra **Lorena Galán**, a mi madrecita **María Jesús Jiménez** que aun estando largo de mi me apoyo de diversas formas.

A mi esposo **Moisés Ampíe** por apoyarme incondicionalmente por su comprensión y ayuda en todo momento.

Arelys de Jesús Aguilar Jiménez

DEDICATORIA

Primeramente a Dios por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud, Este logro está dirigido primeramente al creador de todas las cosas **DIOS** por darme la oportunidad de vivir y estar conmigo en cada paso que doy por regalar su presencia en mi vida, por iluminar mi mente, darme sabiduría y entendimiento también por haber puesto en el camino a aquellas personas que han sido compañía durante los 5 años de estudio, gracias a él he logrado culminar mis estudios y alcanzar un objetivo importante en mi vida.

A mis Padres: **Carla Pérez López y Walter Sánchez** porque creyeron en mí, gracias a su amor, comprensión, por transmitirme principios morales y éticos, por sus apoyos incondicional en mis estudios gracias a ellos hoy he logrado culminar mi carrera.

A mi hijo y sobrina: **Cristian González Sánchez y María Huete Sánchez** por ser mis fuentes de motivación para seguir adelante.

A mis hermanos: **Vilma Adriana Sánchez Pérez, Howard Alejandro Sánchez Pérez** quien de alguna u otra manera me han apoyado cuando los he necesitado.

A mi amor: **Cristian Gonzales Alemán**, quien con su amor y paciencia ha estado conmigo en momentos difíciles,

Este logro es también de todos ustedes los que creyeron en mí sin importar que dijeran los demás, Hoy junto a todos ustedes puedo decir que: **“Lo hemos logrado.”**

¡Gracias a todos!

Francis Carolina Sánchez Pérez

AGRADECIMIENTO CONJUNTO:

A Dios quien ha sido fuente de sabiduría e inteligencia para poder lograr concluir estos cinco años de estudio.

A nuestras familias, quienes además de su amor nos apoyaron económicamente para poder suplir los que nos hiciera falta y poder ver nuestra carrera coronada.

A nuestra directora del Departamento de Nutrición Msc. Lucrecia Arias y a todas las docentes quienes nos brindaron su apoyo, conocimientos, paciencia, tiempo, que han compartido con nosotras parte de sus experiencias durante estos cinco años

A nuestra tutora Msc. Ana María Gutiérrez Carcáche por su tiempo, apoyo y su paciencia durante el desarrollo de nuestro seminario de graduación.

A las personas que nos brindaron su ayuda en la realización de nuestro trabajo de graduación, ya que sin ellas no habiéramos podido concluir con éxito.

Infinitas gracias!

VALORACIÓN DEL TUTOR

Es imposible realizar un trabajo de esta naturaleza sin el compromiso de varios individuos, debido a todo lo que significa en tiempo y esfuerzo, en este caso: Richard David Arana Blas, Arellys de Jesús Aguilar Jiménez, Francis Carolina Sánchez Pérez; quienes han luchado con ahínco hasta lograr la culminación de esta tesis.

Trabajos de este tipo son de relevancia para nuestro país y es por ello que debemos dar todo.

Finalmente, doy mis sinceras felicitaciones a las nuevas colegas a quienes les deseo muchos éxitos en su vida futura como profesionales de la nutrición.

¡Qué dios las bendiga ¡

MSC: ANA MARÍA GUTIÉRREZ CARCACHE
DOCENTE DEL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

RESUMEN

El presente estudio es de tipo Descriptivo, prospectivo de corte Transversal, tiene como Objetivo Evaluar el Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN-MANAGUA. Septiembre a Noviembre del 2015. El método para recoger la información fue la encuesta donde se entrevistó a cada uno de los participantes, y para esto se diseñó un formulario con preguntas en correspondencia a los objetivos del estudio, siendo los principales hallazgos de este estudio que la edad más predominante entre los estudiantes de primero y segundo año es entre 17 a 21 años, la región de procedencia de los estudiantes tanto del sexo masculino como femenino provienen de la región del pacifico; en cuanto a la situación socio economica los estudiantes de segundo año son los que mayormente reciben beca con un porcentaje del 10% (6 estudiantes), los estudiantes de segundo año son los que mayor ingreso económico poseen, tomando en cuenta que estos provienen de una familia de origen nuclear y este tipo de familia es el que mayor ingreso económico aportan en el hogar debido a que los padres de familia son los que trabajan para mejorar la economía familiar. La frecuencia con la que los alumnos compran alimentos en la universidad es diariamente con 11 estudiantes con un porcentaje de (18%), y en relación al gasto de dinero con la compra de alimentos es de más de cien córdobas a la semana.

En relación al estado nutricional de los estudiantes 26 estudiantes de segundo año y 21 de primer año se encuentra en normo peso, sin embargo 6 estudiantes de primer año son los que mayor problema presentan de sobre peso y un 1% de los estudiante se encuentra en obesidad. Y en cuanto a hábitos alimentarios , la relación entre el tiempo de comida que realizan los estudiante al día con el tiempo de comida que consume más alimento, 21 estudiantes realizan tres de comida al día y mayormente consumen alimentos en el almuerzo, 18 estudiantes consumen más alimentos en el almuerzo pero realizan más de tres tiempos de comida. 10 estudiantes correspondientes a (17%) realizan dos tiempos de comida y el tiempo que consumen más alimentos es en el almuerzo. 28 Estudiantes de primero y 26 de segundo año consumen más alimento en el hogar que en la universidad.

En relación entre el consumo de comidas rápidas con el año que cursa el estudiante, los alumnos de primer año con un (45%) son los que más consumen comidas rápidas debido a que aún no tienen el conocimiento sobre el daño que provoca el consumo de este tipo de comidas y así mismo un 40% de los alumnos de segundo año.

INTRODUCCIÓN

En nuestro país durante los últimos años se han impuesto factores que inciden en el estado nutricional y el estilo de vida de los jóvenes universitarios los cuales han experimentado grandes modificaciones en la alimentación, la disminución del trabajo físico, el aumento del sedentarismo, consumo de alcohol y tabaco, el estrés y el aislamiento individual dentro de una sociedad en crecimiento de igual forma se han dado cambios de hábitos que están provocando el aumento de ciertas enfermedades.

El estado nutricional y los hábitos alimentarios en los estudiantes universitarios, es importante de cara a identificar potenciales grupos de riesgo. Hoy es posible con la modificación de la dieta y educación nutricional, retrasar la aparición de enfermedades causadas tanto por deficiencia como sobre todo por exceso, en los estudiantes universitarios las repercusiones de un estado nutricional y hábitos alimentarios delimita la situación de salud y nutrición que estos desarrollaran en el futuro, siendo un factor importante para un óptimo estilo de vida, por lo general los estudiantes universitarios no cuidan mucho de los alimentos que consumen y son muy pocos los que se toman la tarea de averiguar y atender los componentes de los alimentos y abordar realmente los nutrientes contenidos en lo que consumen tanto en la estancia en su entorno social como también dentro de la universidad.

Un Estado Nutricional óptimo favorece el crecimiento y el desarrollo, mantiene la salud general, brinda apoyo a las actividades cotidianas y protege a los jóvenes universitarios de las enfermedades y trastornos a los que pueden estar predispuestos. Muchos adolescentes y jóvenes en ciertos casos debidos a la presión del estudio más los problemas personales y familiares, por lo que optan a una mala alimentación donde adquieren comidas rápidas de bajo contenido nutricional, de alto uso de preservantes, colorantes, grasas saturadas, azúcares y sal. También van a influir en su alimentación los conocimientos que tengan de cómo alimentarse sanamente; una mejor manera de alimentarse mejor sería que los estudiantes trajeran de sus casas sus alimentos y de esta forma esto contribuiría a evitar enfermedades, tener un mejor estado nutricional, se ahorrarían el gasto por comprar comidas y les ayudaría a alcanzar un mejor rendimiento académico.

Por tanto se plantea la siguiente pregunta:

¿Cómo se encuentra el Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN-MANAGUA. Septiembre a Noviembre del año 2015.

JUSTIFICACIÓN

Los estudiantes universitarios pertenecen a la población potencialmente activa que sostendrá en un futuro a la sociedad, siendo de mucha importancia cuidar de la salud nutricional durante esta etapa de aprendizaje. En este periodo los jóvenes tienden a pasar más tiempo dentro de la universidad, adaptándose a nuevos hábitos alimentarios y definiendo sus estilos de vida para el futuro.

Los factores de riesgo de las enfermedades son múltiples, de tipo conductuales, biológicos y sociales, donde la supresión de la influencia de los mismos, no solo puede moderar o detener la evolución de una enfermedad, sino que, bajo determinadas circunstancias, puede revertir su historia natural. Además, vigilar el estado de nutrición y hábitos alimentarios ayudara al perfeccionamiento de la salud y el control de los factores de riesgos para prevenir enfermedades.

El presente estudio será de mucha utilidad para los estudiantes de la carrera de nutrición que se interesen en un futuro en retomar o dar seguimiento a este tema además beneficiara a la población en estudio ya que se les realizara evaluación nutricional lo cual se les dará a conocer.

Los factores de riesgo hoy predicen las enfermedades de mañana, por tanto, es de suma importancia conocer el Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN-MANAGUA Septiembre a Noviembre 2015.

OBJETIVOS

Objetivo General.

Evaluar el Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN-MANAGUA. Septiembre a Noviembre 2015.

Objetivos Específicos

1. Describir las características sociodemográficas y económicas de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición.
2. Clasificar el estado nutricional de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición a través del índice de masa corporal.
3. Identificar hábitos alimentarios de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición.
4. Comparar los patrones de consumo entre los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición.

DISEÑO METODOLOGICO

1) Tipo de Estudio

El presente es un estudio Descriptivo, prospectivo de corte transversal, en el que se recolectó información para determinar estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN-MANAGUA. Septiembre a Noviembre 2015.

2) Área de Estudio

El área de estudio fue en el Instituto Politécnico de la Salud Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, en las aulas de primero y segundo año de la carrera de nutrición ubicadas en el pabellón 5812.

3) Universo

El universo son los dos grupos de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición del año 2015 del turno matutino, siendo un total de 68 estudiantes.

4) Muestra

La muestra del estudio es por conveniencia, tomando como muestra a 68 estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición del año 2015, de los cuáles 33 estudiantes pertenecen a primer año y 35 a segundo año, solamente 60 estudiantes formaron parte del estudio 30 estudiantes de primer año y 30 de segundo año, ya que los 8 estudiantes restantes no aceptaron participar siendo 3 estudiantes de primer año y 5 de segundo año que no participaron en el estudio .

5) Criterios de Inclusión

- Estudiantes de la carrera de Nutrición de primero y segundo año que asistieron a clase en la semana de levantamiento de la información.
- Estudiantes de la carrera de Nutrición de primero y segundo año que aceptaron participar en el estudio.

6) Criterios de Exclusión

- Estudiantes de la carrera de nutrición de primero y segundo año que no asistieron a clase en la semana del levantamiento de la información.
- Estudiantes de la carrera de Nutrición de primero y segundo año que no aceptaron participar en el estudio.

7) Técnicas y Procedimientos

El método para recoger la información fue la encuesta dirigida a cada uno de los participantes, y esta constituye el instrumento del estudio y la recolección de la información se realizó a través de las siguientes fases:

I. FASE: Autorización

- ✚ En principio se solicitó el permiso a la dirección del Departamento de Nutrición para desarrollar la investigación con los estudiantes de primero y segundo año.
- ✚ Se coordinó con los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición un espacio (Lugar y Tiempo) para permitir realizar la entrevista y tomar el peso y la talla de los estudiantes.
- ✚ Consentimiento informado: Se les presento un consentimiento informado a los estudiantes que fueron parte del estudio en donde se les informo la importancia y relevancia que este tiene además de los beneficios que se estos tendrán.

II. FASE: Método e Instrumento para recolección de los datos

- ✚ Fuente y obtención de la información: La fuente de información fue primaria aplicando la encuesta a los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición.
- ✚ Instrumentos que se utilizaron: Para la recolección de la información se elaboró una encuesta que incluyeron los siguientes acápite.
 - a. Datos Generales.
 - b. Situación Socioeconómica.
 - c. Estado Nutricional.
 - d. Hábitos alimentarios (Frecuencia de Consumo de alimentos).

III. FASE: Evaluación de las Medidas Antropométricas

- ✚ Para la evaluación de las medidas antropométricas se realizó a través del peso y la talla y luego se clasifico el IMC.
 - a. Recursos humanos:**
 - 3 Nutricionistas encargados del estudio
 - 1 Licenciada en Nutrición como asesora que nos apoyó en el procesamiento de los datos con el Programa SPSS.
 - b. Recursos Materiales:**
 - Balanza con tallimetro, marca Barys Plus con una capacidad de (200 Kg)
 - Computadora
 - Tabla de Clasificación Nutricional de la Organización Mundial de la Salud.
 - Papelería, lápiz, lapicero, borrador.
 - Calculadora

c. Recursos financieros:

El costo total para realizar esta investigación está calculado en \$ 362. 00 (*Ver anexo # 3 la tabla donde se presentan los detalles de los costos*).

8) Procesamiento de datos y el análisis.

 **Tabulación y procesamiento de la información:**

Se creó una base de datos en el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences SPSS versión 21.0 donde se introdujeron los datos obtenidos de cada encuesta. Todas las variables de interés para satisfacer el cumplimiento de los objetivos y los datos fueron digitados por duplicado y validados en este programa para garantizar la calidad y consistencia de los mismos. Este mismo programa fue utilizado para obtener tablas y gráficos que permitieron el análisis de la información.

La introducción de las variables al programa se realizó utilizando un orden de respuestas obtenidas en cada entrevista en las que se identificaron aquellos aspectos relacionados con los objetivos del estudio.

Los datos de los resultados se presentan en cuadros y gráficos según las características de las variables y los objetivos del estudio. Para el levantamiento del texto se utilizó Microsoft Office Word 2010. Los gráficos fueron elaborados en Microsoft Office PowerPoint 2010.

 **El análisis de la información:**

Para obtener datos sobre hábitos alimentarios se aplicó la encuesta en donde se realizaron preguntas que permitían conocer los tiempos de comida que realizaban en el día, en qué tiempo consumían más alimentos, los alimentos preferidos y si consumen comida chatarra.

VARIABLES DEL ESTUDIO

Características Sociodemográficas

- Edad
- Sexo
- Estado Civil
- Ocupación
- Religión
- Año que cursa
- Región donde proviene
- Zona donde vive

Situación Socioeconómica

- Recibe beca
- Tipo de beca que recibe
- Tipo de familia
- Número de miembros de la familia
- Ingreso mensual aproximado en el hogar
- Cantidad de dinero que dispone para la compra de alimentos
- Frecuencia con que compra alimentos en la universidad

Estado Nutricional

- Datos antropométricos
- Peso actual
- Talla
- IMC
- Clasificación nutricional

Hábitos Alimentarios

- Tiempos de comidas que realiza en el día
- Lugar donde consume más alimentos
- Alimentos preferidos
- Frecuencia de consumo

Prueba Piloto

Se aplicó el instrumento para realizar la validación del mismo seleccionándose a 5 estudiantes de la carrera de nutrición de los cuales 2 pertenecen a primer año y 3 pertenecen a segundo año de la carrera de nutrición.

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

OBJETIVO GENERAL: Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición de la UNAN-MANAGUA Septiembre a Noviembre 2015.						
OBJETIVO ESPECÍFICO	VARIABLE CONCEPTUAL	SUBVARIABLE	VARIABLE OPERATIVA O INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍA	TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS
1. Describir las características sociodemográficas y económicas de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición.	Comprende el conjunto de características que revelan la situación económica y social en la cual viven los jóvenes que cursan una carrera universitaria de Nutrición. (proncaragua, 2015)	Datos Generales	Edad	Años cumplidos	17-21 22-26 27 a mas	Encuesta
			Sexo	Masculino Femenino	Sí No	
			Estado civil	Casado Soltero Unión libre	Sí No Sí No Sí No	
			Ocupación	Estudiante Estudia y Trabaja	Sí No Sí No	
			Religión	Católica Evangélica Otras	Sí No Sí No Sí No	
			Escolaridad	Universidad	Primer año Segundo Año	
		Demográfica	Procedencia	Región pacifica Región central Región atlántica	Departamento	

			Zona donde vive	Urbana Rural	Si No Si No	
		Situación Socioeconómica	¿Recibe Beca?	Universidad	Si No Si No	
			¿Qué tipo de beca recibe?	Externa Interna	Si No Sí No	
			Tipo de familia	Nuclear Monoparental Extendida	Libre	
			Número de miembros en la familia	3 a 5 Más de 5	Libre	
			¿Cuántos miembros de su familia trabajan?	1 a 2 3 a 5 Más de 5	Libre	
			¿Cuál es el ingreso mensual aproximado en su hogar?	Menos de 1000 1000-2000 3000 a mas	Sí No	
			¿Recibe Remesas?	Quincenal Mensual	Sí No	
			Cantidad de dinero semanal que dispone para la compra de alimentos dentro de la universidad	Menos de 10 10-20 21-50 51-100 100 a mas	Libre	

			¿Con que frecuencia compra los alimentos en la universidad?	Diario frecuentemente semanal	Si No	
2. Clasificar el Estado Nutricional de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición a través del índice de masa corporal.	El estado nutricional es la condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutritivas individuales, la ingestión, la absorción y la utilización biológica de los nutrientes contenidos en los alimentos. (Michael,2004)	IMC	Peso kg Talla cm	Delgadez Normo peso Sobrepeso Obesidad I Obesidad II Obesidad III	<18.5 18.5- 24.9 25.0-29.9 30-34.5 35-39.9 >40	Encuesta
3. Identificar Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición	Los hábitos alimentarios comprenden el conjunto de hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en la nutrición y	Tiempos de Comida	¿Cuántos tiempos de Comida realiza en el día?	2 tiempos 3 tiempos Más de 3 tiempos		Encuesta
			¿En qué tiempo consume más alimentos?	Desayuno Almuerzo Cena		
			¿En qué lugar consume más alimentos?	Casa Universidad Otras	Libre	

	alimentación.(Hernandez,2016)		¿Cuáles son sus alimentos preferidos? Especifique.	Libre	Libre	
			¿Consume comidas chatarra/rápidas?	Sí No Mucho poco	Sí No Sí No Sí No Si No	
	Frecuencia de consumo de alimentos: Consiste en una lista de alimentos en la cual se enmarcan aquellos alimentos que se consumen con mayor frecuencia por ser los más preferidos	grupos de alimentos	Lácteos Carnes Cereales Verduras y hortalizas Frutas Energía Concentrada Misceláneos y comidas rápidas	Frecuencia por grupo de alimentos: < 3 veces/semana 3-5 v/semana 6-7 v/semana	Si No Si No Si No	
4.Comparar los patrones de consumo entre los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición	Patrón de consumo: Es el conjunto de alimentos usados con más frecuencia por la mayoría de la población.(MAGFOR,2004)	Grupo de alimentos	Lácteos Carnes Cereales Vegetales Frutas Energía concentrada Misceláneos y comidas rápidas	Que sean consumido los alimentos por lo menos un 50% o más por la población	3-5 v/semana 6-7 v/semana	

DESARROLLO

I. Demografía de Nicaragua.

Nicaragua es el país más grande de América central, aunque también es el menos poblado, De acuerdo al Instituto Nacional de Información de Desarrollo (INIDE), la población estimada de Nicaragua para el 2015 es de 6.17 millones de personas, 51 por ciento de género femenino y 49 de género masculino. (INIDE, 2015)

Nicaragua se divide en 3 grandes regiones donde se agrupan los departamentos que conforman al país dichas regiones son: Región Pacífica, Región Central y Región Atlántica (a su vez se subdivide en 2 grandes regiones: Región Autónoma del Atlántico Norte y Región Autónoma del Atlántico Sur). El país tiene una densidad poblacional moderada: de 46 habitantes por Km²según datos macros.

- Composición étnica de la población: Mestizos (80%), blancos (15%), e indígenas y negros (5%).

El 70.4% de los nicaragüenses son considerados no pobres, según los resultados de la última Encuesta de Medición del Nivel de Vida 2014, realizada por el Instituto Nacional de Información de Desarrollo (INIDE). se ha reducido en más de 12 puntos porcentuales en los últimos cinco años al pasar de 42.5% en 2009 al 29.6% en 2014, también la pobreza extrema ha disminuido al pasar de 14.6 al 8.3% en el mismo periodo.

- La Esperanza de vida de la población total: 74.5 años
- Mortalidad infantil: 18.1 por cada mil nacidos
- Nicaragua cerró 2014 con una población de 6.013.913 personas, lo que supone un descenso de 120.087 personas 34.113 mujeres y 34.154 hombres, respecto a 2013, en el que la población fue de 6.134.000 personas. (pronicaragua, 2015)
- Estado Nutricional de la población Nicaragüense

1. Estado Nutricional de la población Nicaragüense

Según datos de la FAO, en Nicaragua el 19% de la población está sub nutrida, es decir, que se encuentran en un estado de desnutrición leve, lo cual se relaciona con los niveles de pobreza y advierte sobre las condiciones de inseguridad alimentaria. Esto a la vez está relacionado con el comportamiento de los mercados de alimentos y con la producción de los mismos, ya que estos mercados determinan el acceso que las personas tienen a la alimentación. Por otro lado, las condiciones de seguridad alimentaria inciden en la capacidad productiva de las personas y por ende en las posibilidades de crecimiento y desarrollo económico de largo plazo. (www.Confidencial.com.ni, 2015)

2. Situación económica de Nicaragua

En el año 2014 la pobreza general afectó al 29.6% de los nicaragüenses. Este estrato de Pobres está formado por 8.3% de la población en situación de pobreza extrema y 21.3% en Condición de pobreza no extrema. Es decir que las personas en situación de pobreza extrema tienen un gasto anual inferior al costo de una canasta de alimentos, fijada en C\$ 10,523.92 anual de acuerdo al valor de la línea de pobreza extrema mientras que, los nicaragüenses ubicados en el conjunto de los pobres no extremos, superan el costo alimentario pero su consumo anual es inferior al de una canasta compuesta por alimentos y no alimentos, cuyo costo es de C\$17,011.47 Córdobas al año, de acuerdo al valor de la línea de pobreza general.

El 59.0% de los alimentos que ingieren los pobres extremos, está compuesto por cuatro Productos: maíz, arroz, leche y azúcar. El maíz constituye la cuarta parte de su ingesta total, Esto se debe al consumo alto de sus derivados, además de estar influenciado por la producción propia en las zonas rurales del país, conformando así la dieta principal de los pobres extremos.

En los últimos cinco años se ha dado un aumento en el consumo per cápita de C\$8,006 al pasar de C\$23,669 en 2009 a C\$31,674 el año pasado, eso equivale a 33.8% de incremento en los niveles de consumo de cada nicaragüense, también los niveles de hacinamiento de la población nicaragüense han disminuido hasta en un 61% en los últimos nueve años.

El Producto Interno Bruto (PIB) per cápita también ha evolucionado de manera positiva en los últimos cinco años y según los resultados de la encuesta ha aumentado en casi un 20%. Las remesas también han aumentado en un 34.8% en los últimos cinco años, automóviles en un 18.5% y las motocicletas más del doble. (INIDE, 2014)

Según el BM los factores que más han incidido en el aumento de los niveles de consumo per cápita de los nicaragüenses son la reducción del número de miembros por hogar que contribuyó a una tercera parte del aumento del consumo, seguido del aumento de las remesas que contribuyó con un 12% en el consumo y los programas sociales del Gobierno, como la merienda y la mochila escolar, además de los ingresos laborales de los trabajadores.

II. Breve historia de la carrera de Nutrición.

Hasta inicio de la década de los sesenta, la formación del recurso humano nutricionista en la región centroamericana estaba ausente; para esa época América del Sur tenía liderazgo de formación. Otras unidades académicas empiezan a crearse en Latinoamérica, principalmente en México y Colombia. En el año 1965, surgió en la Sede del Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá, la Escuela Regional de Nutrición para Centro América, cuyos egresados promovieron iniciativas para la formación de nutricionistas en cada uno de sus países. Fue así como a partir de la década de los ochenta empiezan a surgir las escuelas en El Salvador, Costa Rica, Nicaragua, Guatemala y Panamá.

Las primeras Escuelas de Nutrición se establecieron en las principales universidades estatales y, posteriormente, otras universidades estatales y privadas han desarrollado programas similares, creándose espacios académicos en la región centroamericana para la formación de nutricionistas, con un perfil de formación amplio en el campo de la nutrición y la salud pública.

En Nicaragua la formación de recursos humanos en alimentación y nutrición, ha pasado por varios procesos:

1. De 1976 – 1979, en la Universidad Centroamericana: Formación de Dietista con carácter técnico por un espacio de tres años, modificándose el pensum académico en carrera profesional con duración de cuatro años.
2. De 1980 – 1995, en la Universidad Centroamericana: Formación de nutricionistas en el grado de licenciatura
3. De 1982 -1998, en el Instituto Politécnico de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua: Formación de Auxiliares de Dietética y Técnicos Superiores en Alimentación Institucional y Administración de Servicios de Alimentación
4. 1999 – 2000 en el Instituto Politécnico de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua: Carrera de Nutrición con dos niveles académicos, el nivel técnico superior y el nivel de licenciatura
5. 2003 a la fecha: en el Instituto Politécnico de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN – Managua, readecuación del plan de estudios únicamente para el nivel de licenciatura.

A partir de los procesos mencionados, los recursos humanos formados en alimentación y nutrición, se estiman en:

- 25 Dietistas
- 266 Nutricionistas UCA
- 145 Técnicos Superiores en Alimentación Institucional y Administración de Servicios de Alimentación.
- 153 Nutricionistas formados en la UNAN- MANAGUA. (Gutierrez, Carvajal, & Arias, 2011)

III. Nutrición

Nutrición es el proceso a través del cual el organismo absorbe y asimila las sustancias necesarias para el funcionamiento del cuerpo. Este proceso biológico es uno de los más importantes determinantes para el óptimo funcionamiento y salud de nuestro cuerpo. Muchas enfermedades comunes y sus síntomas frecuentemente pueden ser prevenidas o aliviadas con una buena nutrición; por esto, la ciencia de la nutrición intenta entender cómo y cuáles son los aspectos dietéticos específicos que influyen en la salud. (MINSA, 2010)

1. Estado nutricional

El estado nutricional es la condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutritivas individuales, la ingestión, la absorción y la utilización biológica de los nutrientes contenidos en los alimentos, además es uno de los componentes más importantes de la salud, ya que cuando se encuentra alterado afecta el rendimiento físico, mental y social de los seres humanos.

Las alteraciones del estado de nutrición más frecuentes en nuestro medio van de la mano con un hábito alimentario incorrecto, sumándose a este la crisis económica que atraviesa nuestro país, lo cual tiene graves repercusiones sobre la salud y nutrición. (Michael, 2004)

1.1. Métodos para evaluar estado nutricional

La valoración del estado nutricional permite proporcionar una asistencia sanitaria de alta calidad e identificar a aquellos individuos en situaciones de riesgos nutricionales.

Las metas de la valoración nutricional son:

- Identificar a individuos que requieren apoyo nutricional.
- Restablecer o mantener un estado nutricional individual.
- Identificar terapias nutricionales médicas apropiadas.
- Vigilar la eficiencia de estos tratamientos.

1.1.1. Dietéticos

El estudio del consumo de alimentos es uno de los aspectos más importantes de la ciencia de la nutrición, pues hoy día hay suficiente evidencia de la relación entre el modelo de consumo alimentario y enfermedades crónico-degenerativas. La cantidad y el tipo de alimentos consumidos, proporciona importantes antecedentes que pueden relacionarse con el desarrollo, prevención y tratamiento de diversas enfermedades, incluyendo la desnutrición en sus diferentes grados. Una vez evaluado el consumo de alimentos, se estima la ingesta de energía y nutrientes mediante la bases de datos de composición de alimentos y, posteriormente, se determina y analiza el porcentaje de adecuación de la dieta. Por otra parte, el cálculo de diferentes índices de calidad permite tener una idea global del estado de nutrición, evaluado a través de la dieta. Es por ello que el conocimiento del consumo de alimentos, así como de los hábitos, frecuencias y preferencias alimentarias de un individuo, es imprescindible frente a cualquier intervención nutricional en un paciente desnutrido. Este proceso, llamado entrevista dietética (historia dietética), debe proporcionar la información básica, que junto con la obtenida en la evaluación bioquímica, la exploración física y antropométrica, permita al profesional diseñar una estrategia o plan de alimentación apropiado a la severidad de la desnutrición.

1.1.2. Bioquímicos

Actualmente se considera que los parámetros bioquímicos son indicadores de la severidad de la enfermedad y probablemente indicadores pronósticos, que parámetros diagnósticos del estado nutricional. Pero se considera importante en el contexto de este artículo mencionar algo sobre ellos: a) suero/plasma, su concentración refleja la ingestión dietética reciente; b) el contenido de un nutriente refleja un estado crónico del mismo (eritrocitos); c) los leucocitos se utilizan para monitorear cambios cortos del estado del nutriente. Para el paciente quirúrgico se han establecidos dimensiones específicas.

1.1.3 Antropométricos

Los indicadores antropométricos y de composición corporal que más se utilizan actualmente en la práctica clínica en personas adultas de 18 a 65 años son:

- Peso
- Talla
- Índice de masa corporal
- Circunferencia de cintura

a) **Peso corporal**

Es la fuerza con la que el cuerpo actúa sobre un punto de apoyo a causa de la atracción de la fuerza de la gravedad. Debe medirse preferiblemente con una balanza digital calibrada, con el sujeto de pie, nivelado en ambos pies, con el mínimo de ropa posible o con bata clínica, después de evacuar vejiga y recto. Para efectos clínicos, el peso corporal se puede clasificar en:

- **Peso actual:** Peso real del individuo al momento de la realizar la medición.
- **Peso ideal:** Peso definido por tablas de peso ideal según talla como las de Metropolitan Life Insurance Company de 1956, o definido por el método de Hamwi:

Hombres: $\text{Peso Ideal (Kg)} = (\text{Talla (cm)} - 152) / 2.5 \times 2.7 + 48.2$

Mujeres: $\text{Peso Ideal (Kg)} = (\text{Talla (cm)} - 152) / 2.5 \times 2.3 + 45.5$

- **Peso usual:** Es el peso habitual reportado por el paciente.
- b) **Talla:** Es la medida en centímetros entre el Vértex y el plano de apoyo del individuo. La talla ideal corresponde al percentil 50 para la edad y género.
- c) **Índice de Masa Corporal:** El índice de masa corporal (IMC) o índice de Quetelet se calcula con la siguiente fórmula: $\text{IMC} = \text{Peso (Kg)} / \text{Talla}$
- d) **Circunferencia de cintura:** Es la medición del perímetro abdominal que se realiza con el sujeto de pie, con el abdomen relajado, al final de una espiración normal, en el punto medio entre las crestas ilíacas y el reborde costal.

Es un indicador clínico válido para determinar: Obesidad abdominal o central, la cual es uno de los componentes del Síndrome Metabólico. Es importante medirla debido a que la acumulación de grasa a nivel abdominal está asociada a insulinoresistencia y a las alteraciones del Síndrome Metabólico como hipertensión arterial, hipertrigliceridemia, HDL-colesterol bajo e hiperglicemia en ayunas. Para definir Obesidad Abdominal en poblaciones latinoamericanas se ha recomendado usar como punto de corte una circunferencia de cintura mayor a 96 cm en hombres y 88 cm en mujeres. (Mahan, 2000)

1.1.4 Clínicos

La valoración nutricional por signos físicos se basa en la exploración u observación de cambios clínicos relacionados con ingesta dietética inadecuada, escasa o excesiva, mantenida en el tiempo y que pueden detectarse en tejidos epiteliales superficiales, especialmente en piel, pelo y uñas; en la boca, en la mucosa, lengua y dientes o en órganos y sistemas fácilmente asequibles a la exploración física, todos son el reflejo de varias deficiencias nutricionales. No es frecuente que un único nutriente origine signos específicos. (Ulibarri J, 2004).

IV. Hábitos alimentarios.

Los hábitos alimentarios son la expresión de las creencias y tradiciones alimentarias de una población y están ligados al medio geográfico y a la disponibilidad de alimentos. (Hernández, 2016)

Los Hábitos alimentarios implican un rol significativo en la salud y enfermedad de un joven universitario, los cuales están condicionados por diversos factores (el estado de salud, la situación económica, la sociedad, la cultura y la religión).

Los hábitos alimentarios y estilos de vida se desarrollan desde la infancia y comienzan a afianzarse en la adolescencia y la juventud.

El acceso a la universidad puede suponer cambios importantes en el estilo de vida de los jóvenes estudiantes, por todo es muy importante conocer los hábitos de alimentación del alumnado universitario.

Es imprescindible tomar en cuenta que los alimentos son los únicos que proporcionan energía y diversos nutrimentos necesarios para crecer sanos y fuertes y poder realizar las actividades diarias. Ninguna persona logra sobrevivir sin alimento y la falta de alguno de los nutrimentos ocasiona diversos problemas en la salud. Sin embargo, no se trata de comer por comer, con el único fin de saciar el hambre o los deseos, sino de obtener por medio de los alimentos, los nutrimentos necesarios para poder realizar todas las actividades según la actividad física que se desarrolle, el sexo, la edad y el estado de salud. Para mantenernos sanos y fuertes es muy importante tener una alimentación adecuada. No sólo interesa la cantidad o porción de los alimentos que ingerimos, sino también su calidad, ya que ambas influyen en el mantenimiento adecuado de nuestra salud. (INTUR, 2014)

1. Hábitos del Pacífico.

La región pacífica de Nicaragua es considerada como parte principal del centro económico del país, en dicha región se encuentra la capital del país y departamentos importantes en los cuales los hábitos alimentarios son variados por tener acceso y acopia de todos los demás departamentos o las otras regiones del país, pero también se ha caracterizado por ser partícipe del aumento en el consumo de alimentos procesados. Entre los alimentos que se consumen podemos citar cereales básicos (Arroz, Frijoles, azúcares), Vegetales y frutas según las temporadas en que se producen; entre los alimentos que han acaparado mucha atención y que se han convertido en muy populares de consumo se encuentra las comidas rápidas, las frituras, las bebidas gaseosas, las bebidas alcohólicas. (INTUR, 2014)

2. Hábitos del atlántico.

La población de la zona atlántica del país se caracteriza mucho por sus tradiciones y costumbres únicas en el país y que han mantenido esas raíces por muchas generaciones; entre sus hábitos alimentarios se destacan alimentos exóticos tales como: Tortuga y aletas, Pescado, con coco, frito en salsa, Bolitas de carne de tortuga y pescado, Aleta licuada (ponche de aleta), Pollo en coco, Camarones con arroz en coco, Gallo pinto con coco, Rondón de res, con variado bastimento (yuca, banano, quequisque, fruta de pan), Horneado de pollo, res, cerdo, Espagueti horneado, Sopa de res, usualmente para año

nuevo otros platos dulces y bebidas que fueron hábitos alimentarios usuales como que se van perdiendo: el toto, la guisada, queque de quequisque, de yuca, pate, gingerbeer, vino de jengibre, rootbeer, sorel, coconut cake, el Duff (harina, levadura, pasas, leche con huevo, vino, mantequilla). (INTUR, 2013)

3. Hábitos de la zona central.

La región Central de Nicaragua es considerada como el Granero del País ya que la mayoría de las actividades agrícolas y ganaderas se llevan a cabo en esta zona, se encuentra favorecido con un clima bastante agradable apto para el cultivo de café. Sus habitantes son muy hospitalarias y entre sus hábitos alimentarios se destacan productos muy propios de la zona y que han sido generacionales tal es el caso de la producción del café, sin embargo el cambio que se ha producido a nivel mundial, derivado de la globalización, en las industrias alimentarias ha aumentado la preocupación sobre la seguridad alimentaria. Al querer aumentar la producción de algunos productos hay lugares dónde se ha optado por el cultivo de alimentos transgénicos, afortunadamente prohibidos en algunos países. El consumo de estos productos no es aconsejable pues pueden tener repercusiones negativas sobre la salud de los consumidores. (Nicatour, 2013)

V. Patrón de Consumo de Alimentos

El patrón de consumo alimentario de una población se refiere al conjunto de alimentos usados con más frecuencia por la mayoría de la población. (MAGFOR, 2004).

1. Determinación del Patrón de consumo de alimentos

Como ya fue señalado el patrón de consumo de alimentos se refiere al grupo de alimentos usados por la mayoría de los hogares y con mayor frecuencia. Para el establecimiento del patrón de consumo de alimentos se usó como criterio que el producto fuera consumido por lo menos un 50% o más por la población en estudio y que la frecuencia en que fueran consumidos se encontrara en rangos de 3 a 5 veces durante la semana y en rangos mayores a 5 veces durante la semana. (MAGFOR, 2004)

ANALISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.

Los datos que se presentan y describen a continuación corresponden a una muestra de 68 estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición del año 2015 (33 estudiantes pertenecen a primer año y 35 a segundo año), de los cuáles solamente 60 estudiantes de ambos grupos participaron, ya que los 8 estudiantes restantes no quisieron participar en el estudio.

Los resultados y análisis están distribuidos de acuerdo al orden de las variables, correspondiente a los objetivos planteados en el estudio, siendo las siguientes.

- Características socio demográficas.
- Situación Socioeconómica.
- Estado Nutricional.
- Hábitos alimentarios.

Características socio demográficas

De acuerdo a los datos obtenidos se observó que la edad más predominante entre los estudiantes de primero y segundo año es entre 17 a 21 años, tenemos que 49 estudiantes correspondiente a un (82%) solo estudian, sin embargo 5 estudiantes en menor porcentaje equivalente a (8%), se dedican a estudiar y trabajar y también sus edades oscilan entre 17 a 21 años quizás tengan que trabajar y estudiar para apoyar en sus gastos de la universidad. Según el dato de CISAS (Centro de Información y Servicios de Asesoría en Salud) dice que Nicaragua es un país con una población estimada de 5.4 millones de habitantes donde la mayor parte de la población son jóvenes. Alrededor del 60 % de la población es menor de 25 años de edad, y cerca del 51% está constituido por mujeres.

Tabla 1 Relación rango de edades versus ocupación de los estudiantes en estudio.

Edad de los estudiantes	Ocupación de los estudiantes				Total	
	Estudiante		Estudia y trabaja			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
17 a 21	49	82%	5	8%	54	90%
22 a 26	2	3%	3	5%	5	8%
27 a más	1	2%	0	0	1	2%
Total	52	87%	8	13%	60	100%

Fuente: Encuesta

A través de la siguiente tabla se puede observar que 27 estudiantes (45%) de los cuales pertenecen al sexo femenino son de religión católica y 18 equivalente al (30%) estudiantes son evangélica y en menor porcentaje los del sexo masculino son de otras religiones.

A nivel nacional la religión de mayor predominio es la religión católica, seguida de la religión evangélica, siendo ambas religiones las que más se practican en Nicaragua. Según los resultados del Sistema de Monitoreo de Opinión Pública, realizado por la firma M&R Consultores, donde la mayoría de los nicaragüenses siguen declarándose católicos con el (46%).

Tabla núm. 2 Relación sexo de los estudiantes versus religión de los estudiantes en estudio.

Sexo de los estudiantes	Religión de los estudiantes						Total	
	Católica		Evangélica		Ninguna		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Masculino	3	5%	3	5%	2	3%	8	13%
Femenino	27	45%	18	11%	7	12%	52	87%
Total	30	50%	21	16%	9	15%	60	100%

Fuente: Encuesta

Se puede observar que tanto los estudiantes de primero y segundo año oscilan entre las edades de 17 a 21 años, siendo la siguiente representación 28 alumnos (47%) estudiantes de primer año tienen las edades antes mencionadas y 26 jóvenes representando un (43%) estudiantes de segundo año (17 a 21 años), tomando en cuenta que una vez terminada la secundaria e iniciar el ciclo universitario aún los estudiantes se encuentran en la adolescencia y es en la universidad donde van adquiriendo su personalidad y su deseo de superación. Investigaciones señalan a la escolaridad como un factor básico para definir estilos de vida y comportamientos humanos más sanos y remarca la necesidad de incrementar el nivel educativo y cultural en salud de la población.

Tabla núm. 3 Relación edad de los estudiantes versus año que cursan los estudiantes en estudio.

Edad de las estudiantes	Año que cursan los estudiantes				Total	
	Primer año		Segundo año		N°	%
	N°	%	N°	%		
17 a 21	28	47%	26	43%	54	90%
22 a26	2	3%	3	5%	5	8%
27 a más	0	0%	1	2%	1	2%
Total	30	50%	30	50%	60	100%

Fuente: Encuesta

Los resultados que se obtuvieron demuestran que la región de procedencia de los estudiantes tanto del sexo masculino como femenino provienen de la región del pacifico (50) estudiantes lo que representa 83% y en menor porcentaje solo 2 estudiantes representando el (3%)provienen de la región central, La región pacifica de Nicaragua es considerada como parte principal del centro económico del país, en dicha región se encuentra la capital del país y departamentos importantes en los cuales los hábitos alimentarios son variados por tener acceso a todos los demás departamentos o las otras regiones del país.

Grafico núm. 4 Relación sexo de los estudiantes versus región de procedencia de los estudiantes en estudio.

Sexo de los estudiantes	Región de procedencia				Total	
	Región del pacifico		Región central			
	N°	%	N°	%	N°	%
Masculino	8	13%	0	0%	8	13%
Femenino	50	83%	2	3%	52	87%
Total	58	96%	2	3%	60	100%

Fuente: Encuesta

La relación entre la zona donde viven los estudiantes y el sexo de estos, se puede observar que 46 estudiantes equivalente a (77%) habitan en la zona urbana y pertenecen al sexo femenino y 8 jóvenes equivalente a un (13%) son del sexo masculino.

El Instituto Nacional de Información de Desarrollo (INIDE), muestra que en el 2005 el 52.0 por ciento de la población del departamento de Managua son mujeres para una Relación de Masculinidad (RM) de 92.3 hombres por cada 100 mujeres.

Tabla núm. 5 Relación sexo de los estudiantes versus zona donde viven los estudiantes en estudio.

Sexo de los estudiantes	Zona donde vive				Total	
	Urbana		Rural			
	N°	%	N°	%	N°	%
Masculino	8	13%	0		8	13%
Femenino	46	77%	6	10%	52	87%
Total	54	90%	6	10%	60	100%

Fuente: Encuesta

- **Situación Socioeconómica**

Los resultados obtenidos muestran que 27 estudiantes correspondiente a (45%), son de primero año y no reciben beca seguido de 24 estudiantes de segundo que corresponden al (40%) también no reciben beca, sin embargo la relación entre los estudiantes que si reciben beca se puede observar que 6 jóvenes equivalente al (10%) de segundo año si reciben beca y solo 3 estudiantes de primero que equivalen a (5%) , esto se debe a que al momento de ingresar a primer año los estudiantes no tienen el conocimiento sobre el procedimiento de solicitud de beca sin embargo los estudiantes de segundo año cuentan con el conocimiento para el procedimiento de solicitud de beca tomando en cuenta que ya no necesitan incluir todos los documentos como la primera vez siendo estos, recibo de luz , agua.

Tabla núm. 6 Relación año que cursan los estudiantes versus reciben beca.

Año que cursan los estudiantes	Recibe beca				Total	
	si		no			
	N°	%	N°	%	N°	%
Primer año	3	5%	27	45%	30	50%
Segundo año	6	10%	24	40%	30	50%
Total	9	15%	51	85%	60	100%

Fuente: Encuesta

La relación entre el año que cursan los estudiantes y el tipo de beca que reciben, se puede ver que de los estudiantes que reciben beca 5 jóvenes equivalentes a un (8%) pertenecen a segundo año y reciben beca externa seguido de 3 estudiantes de primero correspondiente al (5%) y solo un estudiante equivalente a 2% recibe beca interna. Siendo los estudiantes de segundo año los que mayormente reciben beca externa, tomando en cuenta que los estudiantes de segundo año son los que más experiencia tienen para la solicitud de becas, principalmente de becas externas debido a estos becados son procedentes de Managua.

Tabla núm. 7 Relación año que cursan los estudiantes con el tipo de beca que recibe

Año que cursan los estudiantes	Tipo de beca que recibe						Total	
	Externa		Interna		Ninguna			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Primer año	3	5%	0		27	45%	30	50%
Segundo año	5	8%	1	2%	24	40%	30	50%
Total	8	13%	1	2%	51	85%	60	100%

Fuente: Encuesta

Los datos obtenidos demuestran que el tipo de familia de mayor predominio es la familia nuclear con 29 estudiantes equivalentes a (48%) que están conformadas de 3 a 5 miembros , seguida de la familia mono parenteral con 9 estudiantes correspondiente a (15%) conformada de 3 a 5 miembros y en relación al número de familia, se observa que la familia nuclear tiene un número de miembros entre 3 a 5 integrantes tomando en cuenta que la familia de tipo nuclear por lo general sus número de miembros es de 3 a 5 integrantes lo que incluye al papá la mamá y los hijos.

Tabla núm. 8 Relación número de miembros de la familia versus el tipo de familia

Número de miembros en la familia	Tipo de familia						Total	
	Nuclear		Mono Parenteral		Extendida			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
3 a 5	29	48%	9	15%	2	3%	40	67%
6 a mas	9	15%	4	7%	7	12%	20	33%
Total	38	63%	13	22%	9	15%	60	100%

Fuente: Encuesta

De los datos obtenidos se observa que del tipo de familia que mayormente trabajan y en dependencia al número de miembros, son la familia nuclear con una representación de 25 estudiantes equivalente a (42%) de los cuáles de 1 a 2 miembros son los que trabajan. Seguido de 11 estudiantes equivalentes a (18%) y trabajan de 3 a 5 miembros en la familia. La familia de tipo nuclear es el tipo de familia en el cuál se integra solamente al Padre, La Madre y los hijos. Y es este tipo de familia la que mayormente predomina en los hogares nicaragüenses y la que mayor ingreso económico aporta al hogar debido a que las cabezas de hogar (padre, madre) son los que trabajan.

Tabla núm. 9 Relación miembros de la familia que trabajan versus el tipo de familia

Miembros de la familia que trabajan	Tipo de familia						Total	
	Nuclear		Mono Parenteral		Extendida			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1 a 2	25	42%	9	15%	7	12%	41	68%
3 a 5	11	18%	3	5%	2	3%	16	27%
más de 5	2	3%	1	2%	0	0	3	5%
Total	38	63%	13	22%	9	15%	60	100%

Fuente: Encuesta

De los datos obtenidos se observa que la relación entre el año que cursan los estudiantes con el ingreso mensual en el hogar, los estudiantes de segundo año son los que mayor ingreso económico poseen, tomando en cuenta que estos provienen de una familia de origen nuclear y este tipo de familia es el que mayor ingreso económico aportan en el hogar debido a que los padres de familia son los que trabajan para mejorar la economía familiar.

Tabla núm. 10. Relación año que cursan los estudiantes con el ingreso mensual aproximado en el hogar.

Año que cursan los estudiantes	Ingreso mensual aproximado en el hogar						Total	
	Menos de 1000		1000 a 2000		3000 a mas			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Primer año	0		9	15%	21	35%	30	50%
Segundo año	1	2%	3	10%	26	43%	30	50%
Total	1	2%	12	20%	47	78%	60	100%

Fuente: Encuesta

Los datos obtenidos demuestran que de los estudiantes que reciben remesas con una representación de 12%, equivalente a (7) estudiantes de ambas secciones, las reciben con una frecuencia mensual, tomando en cuenta que la situación socioeconómica en Nicaragua es preocupante debido al bajo costo del salario básico y a la poca accesibilidad a los servicios públicos en aquellas zonas rurales.

Tabla núm. 11 Relación recibe remesas versus frecuencia con la que reciben remesas

Recibe remesas	Frecuencia con la que recibe remesas						Total	
	Quincenal		Mensual		No recibe			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Si	5	8%	7	12%	0	20%	12	20%
No	0		0		48	80%	48	80%
Total	5	8%	7	12%	48	80%	60	100%

Fuente: Encuesta

Se observa que la frecuencia con la que los alumnos compran alimentos en la universidad es diariamente con 11 estudiantes con un porcentaje de (18%) , y en relación al gasto de dinero con la compra de alimentos es de más de cien córdobas a la semana, tomando en cuenta que los estudiantes asisten diariamente a clase tienen mayor gasto económico y más aún cuando salen de sus hogares sin desayunar o sin probar ningún alimento, quizás porque a la hora que salen de sus casa no hay alimento que comer.

Tabla núm. 12. Relación cantidad de dinero semanal destinado para la compra de alimentos en la universidad versus la frecuencia con que compra los alimentos en la universidad.

Dinero semanal para la compra de alimentos en la Universidad	Frecuencia con que compra alimentos en la Universidad						Total	
	Diario		Frecuentemente		Semanal		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
menos de 10	1	2%	3	5%	0		4	7%
10 a 20	2	3%	8	13%	8	13%	18	30%
21 a 50	3	5%	6	10%	5	8%	14	23%
51 a 100	1	2%	0		2	3%	3	5%
más de 100	11	18%	6	10%	4	7%	21	35%
Total	18	30%	23	38%	19	32%	60	100%

Fuente: Encuesta

Estado Nutricional.

Los datos obtenidos demuestran que el estado nutricional de los estudiantes se encuentra en normo peso 26 estudiantes de segundo año equivalente a (43%) seguido 21 estudiantes de primero correspondiente al (35%) sin embargo 6 estudiantes de primer año son los que mayor problema presentan de sobre peso con una representación del (10%) y un 1% de los estudiantes de primer año se encuentra en obesidad. Entre las principales causas de la obesidad en adolescentes están el mayor consumo de alimentos hipercalóricos (con alto contenido de grasas y azúcares) y la menor actividad física. Grandes cambios en las últimas décadas han repercutido drásticamente en la manera de alimentarse de nuestros jóvenes. Las dietas tradicionales han sido reemplazadas rápidamente por otras con una mayor densidad energética, lo que significa más grasa, principalmente de origen animal, y más azúcar añadido en los alimentos, unido a una disminución de la ingesta de carbohidratos complejos y de fibra. Estos cambios alimentarios se combinan con cambios de conductas que suponen una reducción de la actividad física en el trabajo y durante el tiempo de ocio.

Tabla núm. 13 Relación año que cursan los estudiantes versus el estado nutricional de los estudiantes en estudio.

Año que cursan los estudiantes	Estado Nutricional de los Estudiantes								Total	
	Delgadez		Normopeso		Sobrepeso		Obesidad I			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Primer año	2	3%	21	35%	6	10%	1	2%	30	50%
Segundo año	4	7%	26	43%	0	0	0	0	30	50%
Total	6	10%	47	78%	6	10%	1	2%	60	100%

Fuente: Encuesta

Los datos siguientes dan a conocer las edades de los estudiantes y su estado nutricional, 42 estudiantes equivalente a (70%) oscilan entre las edades de 17 a 21 años y presentan un estado nutricional normal, seguido de 6 estudiantes (10%) presentan sobrepeso, Esto quiere decir que la mayoría de los estudiantes se encuentran en estado nutricional normal y entre las edades de 17 a 21 años lo cual es satisfactorio ya que esto disminuye los riesgos de obesidad y sobre peso tomando en cuenta que a esta edad es donde mayormente los adolescentes cuidan su apariencia personal para verse bien.

Tabla núm. 14 Relación edad de los estudiantes versus el estado nutricional de los estudiantes en estudio.

Edad de las estudiantes	Estado Nutricional de los Estudiantes								Total	
	Delgadez		Normopeso		Sobrepeso		Obesidad I			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
17 a 21	5	8%	42	70%	6	10%	1	2%	54	90%
22 a26	0		5	8%	0		0	0	5	8%
27 a más	1	2%	0		0		0	0	1	2%
Total	6	10%	47	78%	6	10%	1	2%	60	100%

Fuente: Encuesta

Hábitos alimentarios

De los datos obtenidos se observa que la relación entre el tiempo de comida que realizan los estudiante al día con el tiempo de comida que consume más alimento, 21 estudiantes equivalente a (35%) realizan tres de comida al día y mayormente consumen alimentos en el almuerzo, 18 estudiantes equivalente a (30%) consumen más alimentos en el almuerzo pero realizan más de tres tiempos de comida. 10 estudiantes correspondientes a (17%) realizan dos tiempos de comida y el tiempo que consumen más alimentos es en el almuerzo.

Tabla núm. 15 Relación tiempo de comida que realiza al día versus tiempo que consume más alimento.

Tiempos de comida que realiza al día	Tiempo que consume más alimentos						Total	
	Desayuno		Almuerzo		Cena			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
2 tiempos	2	3%	10	17%	2	3%	14	23%
3 tiempos	2	3%	21	35%	2	3%	25	42%
más de 3 tiempos	1	2%	18	30%	2	3%	21	35%
Total	5	8%	49	82%	6	10%	60	100%

Fuente: Encuesta

Se observa que 28 estudiantes que representan (46%) de primer año consumen más alimento en el hogar que en la universidad, seguido por 26 de los estudiantes de segundo año que representan el (43%), luego 4 estudiantes que representan el (7%) de segundo año consumen más alimentos en la universidad y solo 2 estudiantes equivalen a (3%) de primero también consumen en la universidad. Estos datos reflejan que la mayoría de los estudiantes de primer año consumen más alimentos en sus casas tomando en cuenta que los estudiantes no tienen los mismos horarios de clases.

Tabla núm. 16 Relación año que cursan los estudiantes versus lugar donde consume más alimento.

Año que cursan los estudiantes	Lugar donde consume más alimentos				Total	
	Casa		Universidad			
	N°	%	N°	%	N°	%
Primer año	28	47%	2	3%	30	50%
Segundo año	26	43%	4	7%	30	50%
Total	54	90%	6	10%	60	100%

Fuente: Encuesta

Se observa que de la relación entre el consumo de comidas rápidas con el año que cursa el estudiante, los alumnos de primer año con un (45%) son los que más consumen comidas rápidas debido a que aún no tienen el conocimiento sobre el daño que provoca el consumo de este tipo de comidas y así mismo un 40% de los alumnos de segundo año,

Las comidas rápidas se ha expandido muy fácilmente gracias al fenómeno actual llamado globalización (proceso económico, físico y social en el que todo el mundo se conecta gracias a la tecnología) esto ocurre ya que al estar el mundo conectado, es más fácil para las empresas presentar su publicidad y de esta forma cautivar a los clientes, además gracias a la globalización el comercio se ha facilitado y por esto la comida ha podido llegar a distintas partes del mundo y expandirse con facilidad a lo largo de los países y el mundo.

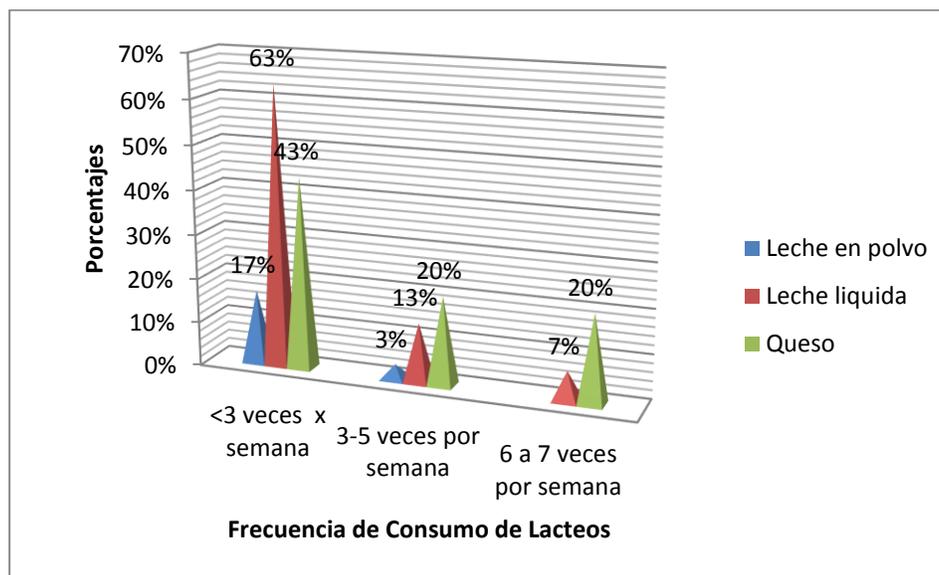
Tabla núm. 17 Relación consumo de comidas rápidas versus año que cursan los estudiantes.

Consumo comidas rápidas	Año que cursan los estudiantes				Total	
	Primer año		Segundo año			
	N°	%	N°	%	N°	%
No	3	5%	0		3	5%
Si	27	45%	24	40%	51	85%
No	0		6	10%	6	10%
Total	30	50%	30	50%	60	100%

Fuente: Encuesta

Frecuencia de Consumo de Alimentos

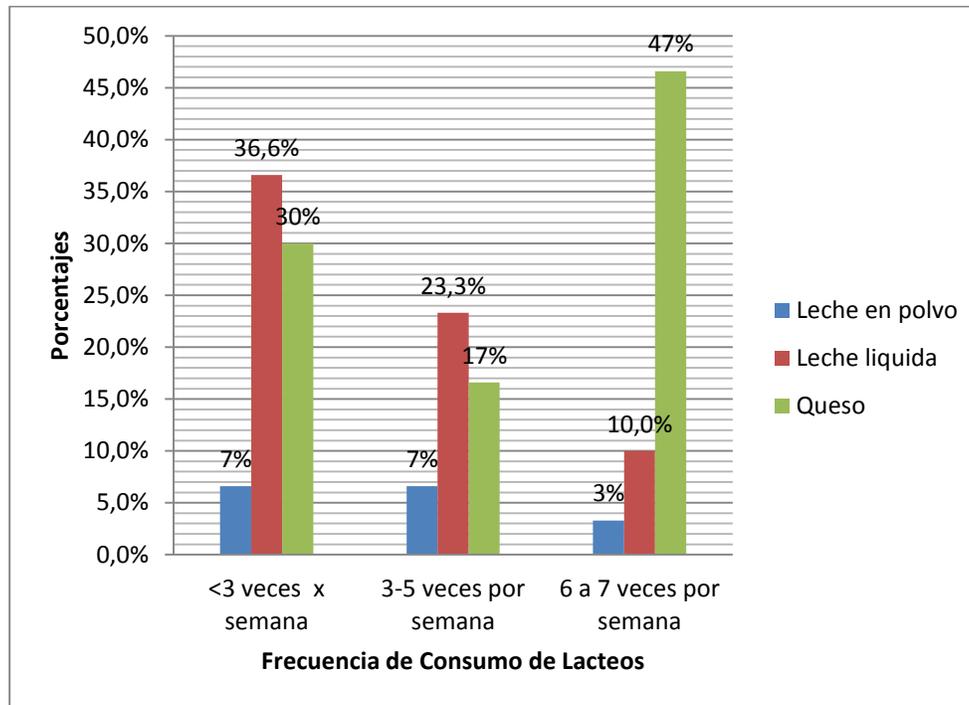
Gráfica N° 1: Frecuencia de Consumo de Lácteos (Estudiantes de primer año)



Fuente: Encuesta

En la frecuencia de consumo de alimentos la gráfica N°1, en el grupo de lácteos el alimento que más consumen los estudiantes de primer año es la leche líquida siendo consumida por 19 de ellos que equivale al (63%) y la frecuencia con que lo consumen es menor de tres veces por semana, también podemos notar que el queso es consumido por 13 estudiantes los cuales representan el (43%) y la frecuencia de consumo es menor de tres veces por semana, luego tenemos los que consumen queso de 3-5 veces por semana que son 6 estudiantes representando un (20%) y solo 4 que representan el (13%) consume leche líquida, seguido tenemos la frecuencia de los que consumen de 6 a 7 veces por semana en el cual 6 estudiantes (20%) consumen el queso. Estos datos demuestran que los alimentos lácteos no tienen un consumo regular por parte de los estudiantes de primer año por lo cual no forman parte del patrón alimentario; hay que tomar en cuenta que sería necesario brindar conocimientos sobre este grupo de alimentos por ser ricos en proteínas, vitaminas, calcio y minerales muy beneficiosos para el estado nutricional.

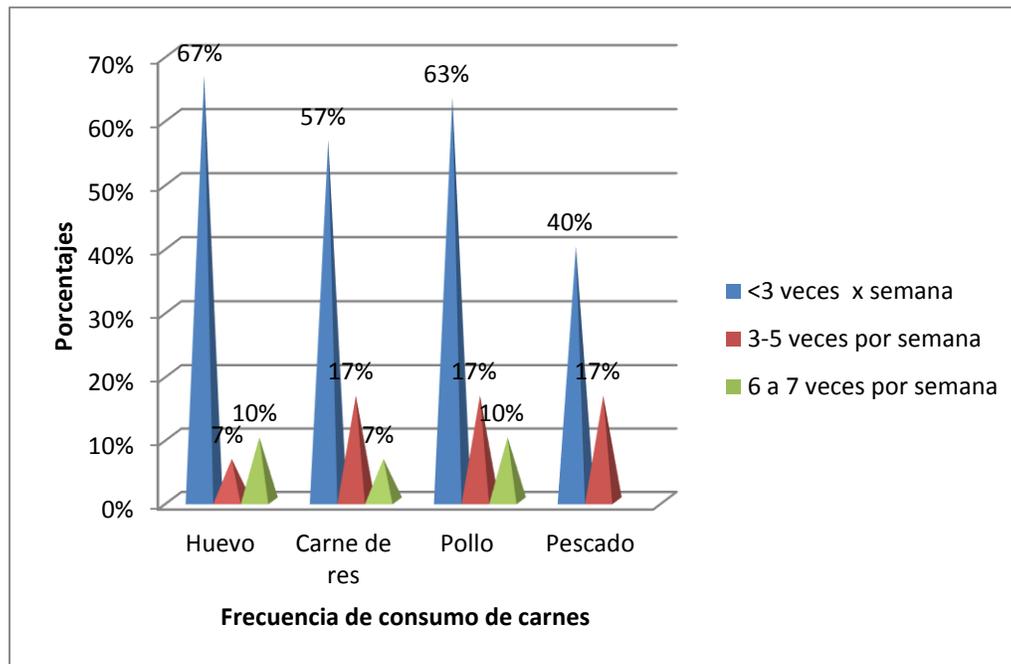
Grafica N° 2. Frecuencia de consumo de lácteos (Estudiantes de segundo año)



Fuente: Encuesta

La grafica N° 2, muestra que 14 estudiantes de segundo año con el (47%) consumen queso con una frecuencia de 6 a 7 veces por semana, seguido de leche líquida que es consumida por 11 estudiantes siendo del (37%) menor de tres veces por semana, luego tenemos 9 estudiantes (30%) que consumen el queso menor de tres veces por semana, luego tenemos que 7 estudiantes (23%) consumen leche líquida de 3 a 5 veces por semana. Los estudiantes no incluyen el consumo de lácteos en su patrón alimentario y se puede evidenciar en esta gráfica. Se debe tomar en cuenta que los alimentos derivados de los lácteos son muy importantes para la óptima nutrición por su contenido en proteínas, calcio, vitaminas y minerales además comprenden parte fundamental de los alimentos recomendados en una dieta equilibrada.

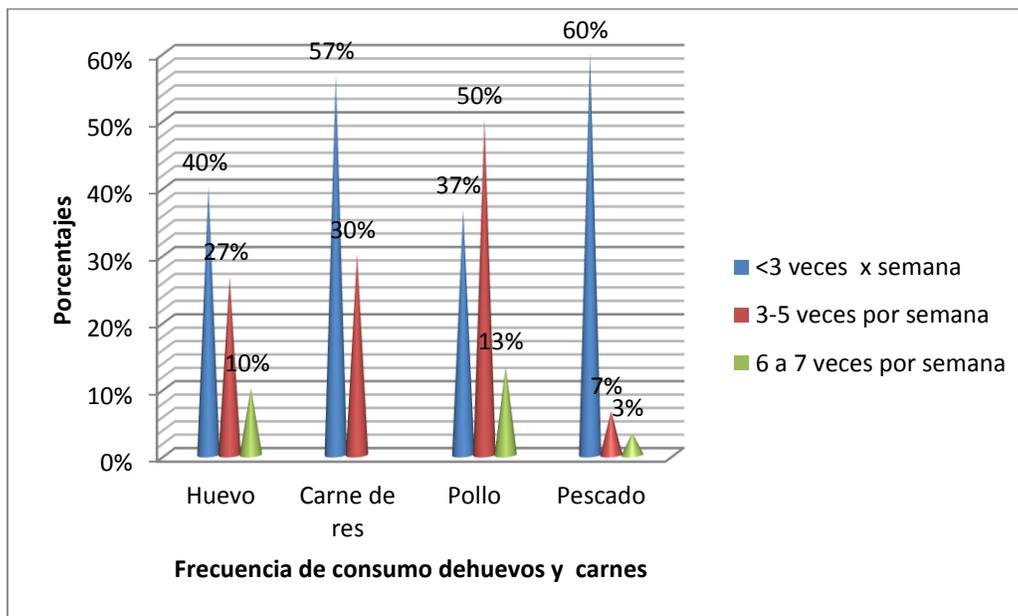
Grafica N° 3. Frecuencia de consumo de huevos y Carnes (Estudiantes de primer año).



Fuente: Encuesta

En la gráfica N°3, Frecuencia de consumo del grupo huevos y carnes, los alimentos de los cuales los de mayor consumo por parte de los estudiantes de primer año son el huevo siendo consumido por 20 estudiantes (67%) con una frecuencia menor de 3 veces por semana, seguido por 19 estudiantes (63%) que consumen el pollo, y solo 12 estudiantes (40%) consumen el pescado menos de tres veces por semana. Esto revela que los alimentos más consumidos son el huevo y el pollo pero no pueden ser considerados parte del patrón de consumo ya que la frecuencia en que se consumen es muy baja. Estos alimentos son fuentes importantes de proteínas de alto valor biológico, siendo un macronutriente imprescindible en la dieta; necesario para el crecimiento y desarrollo corporal, mantener y recuperar el cuerpo.

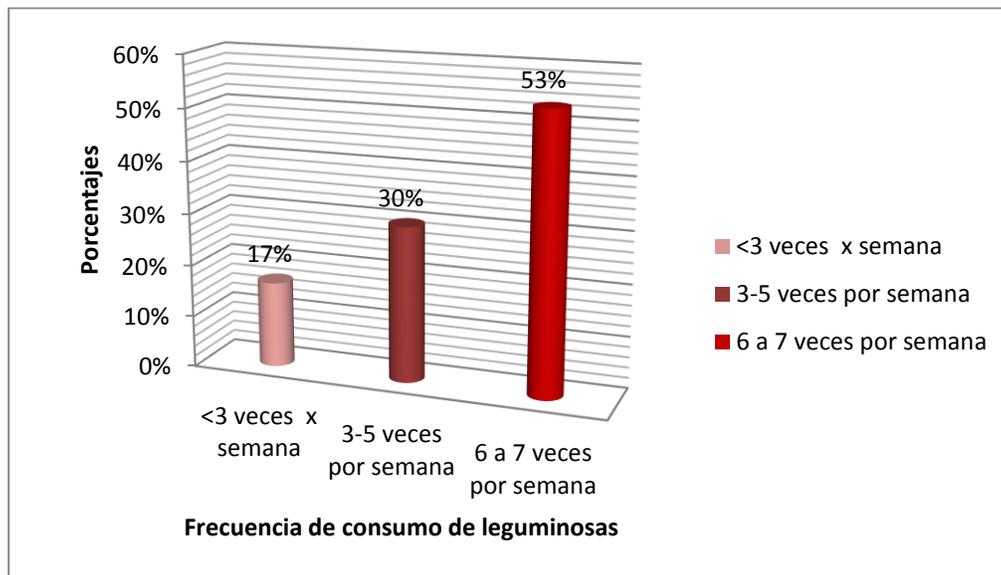
Grafica N°4, Frecuencia de consumo de huevos y carnes (Estudiantes de Segundo año)



Fuente: Encuesta

La grafica N°4, muestra la frecuencia de consumo de huevos y carnes por los estudiantes de segundo año donde refleja que 18 estudiantes (60%) consumen el pescado menor de tres veces por semana así también 17 estudiantes con el (57%) consumen la carne de res; 15 estudiantes (50%) consume la carne de pollo de 3 a 5 veces por semana, 12 estudiantes (40%) consumen huevo con una frecuencia menor de 3 veces a la semana, y 11 estudiantes siendo un (37%) consume el huevo de 6 a 7 veces por semana, de acuerdo a estos datos el pollo si se encuentra entre los alimentos incluidos en el patrón de consumo. El consumo de los alimentos que forman este grupo debería ser más frecuente para aprovechar las cantidades de proteínas, vitaminas B12 y minerales que se encuentra en ellos incluyendo el hierro.

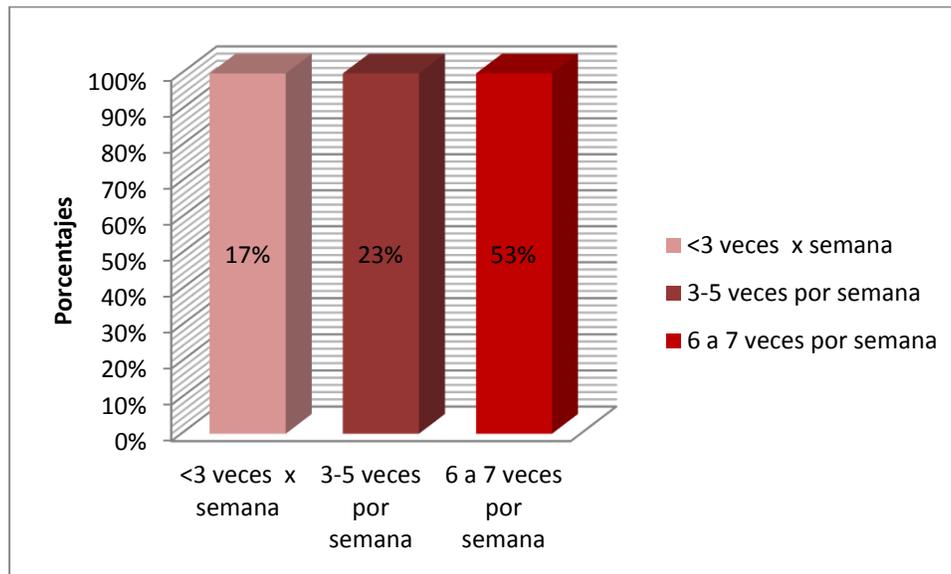
Grafica N° 5, Frecuencia de consumo de Leguminosas (estudiantes de primer año)



Fuente: Encuesta

En esta grafica N° 5, se muestra la frecuencia de consumo de leguminosas en donde 16 estudiantes de primer año (53%) consumen frijoles con una frecuencia de 6 a 7 veces, seguido por 9 estudiantes que representan (30%) lo consumen de 3 a 5 veces por semana, y solo 5 estudiantes siendo (17%) consumen los frijoles menor de 3 veces por semana. Con estos resultados se demuestra que en su mayoría los alumnos de primer año consumen leguminosas muy frecuentes durante la semana, por lo cual si se pueden considerar parte del patrón alimentario. El consumo de frijoles por ser una fuente rica en Hierro, mineral es muy importante para prevenir anemia y desnutrición.

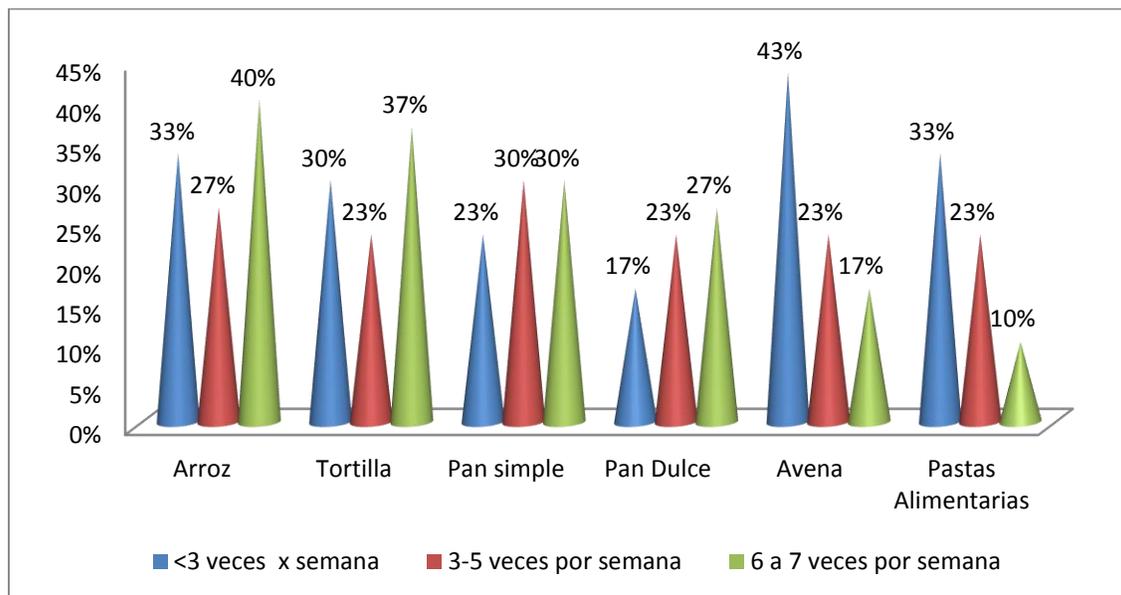
Gráfica N°6, Frecuencia de consumo de leguminosas (estudiantes de segundo año)



Fuente: Encuesta

Se observa en la gráfica N° 6 de la frecuencia de consumo de leguminosas en los estudiantes de segundo año que 16 estudiantes (53%) consumen frijoles de 6 a 7 veces por semana, seguido por 7 estudiantes (23%) que lo consumen de 3-5 veces por semana, y solo 5 de ellos (17%) los consumen menor de tres veces por semana. Este alimento si forma parte del patrón de consumo en los estudiantes de segundo año. Los frijoles pueden reemplazar a la carne aportando menor grasa, aportando suficientes cantidades de hierro; además de proteínas, minerales y vitaminas muy beneficiosos para un óptimo estado nutricional.

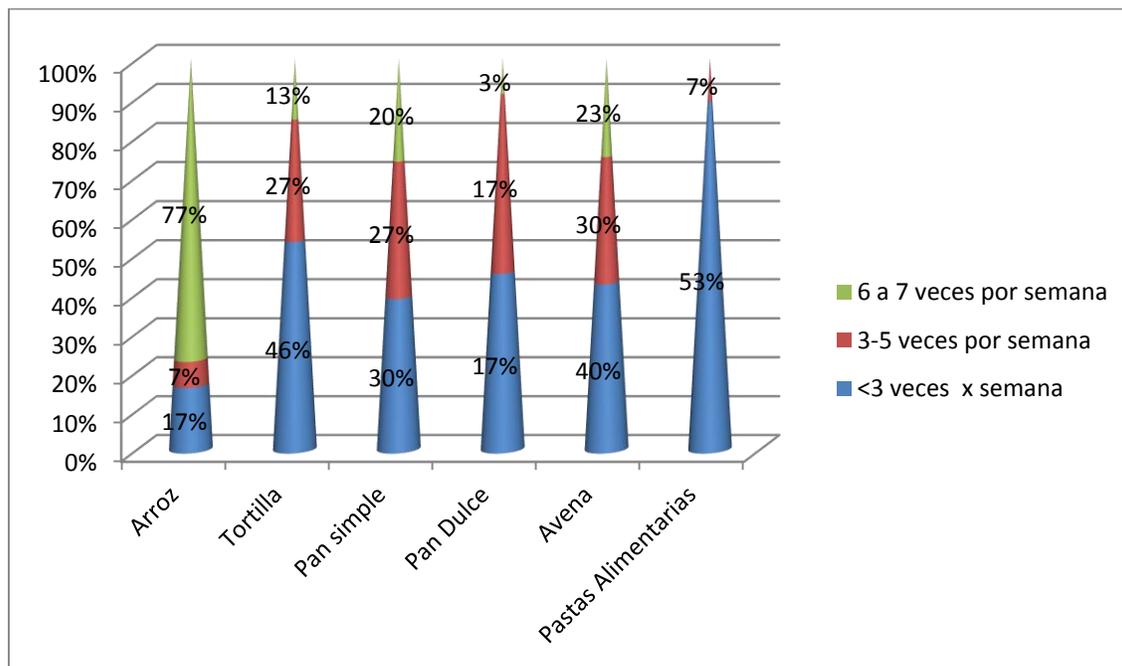
GraficaN°7, Frecuencia de consumo de cereales (Estudiantes de primer año)



Fuente: Encuesta

En esta gráfica se observa la frecuencia con la que se consumen los cereales por parte de los estudiantes de primer año de nutrición en la cual sobresale que 13 estudiantes (43%) consumen avena con una frecuencia menor de 3 veces a la semana, 12 estudiantes (40%) consumen arroz con una frecuencia de 6 a 7 veces a la semana, 11 estudiantes (37%) consumen las tortillas con una frecuencia de 6 a 7 veces a la semana y el pan simple es consumido por tan solo 9 estudiantes representando el (30%), según estos datos se nota que los cereales tienen una buena aceptación y consumido por parte de los estudiantes, y es un muy buen hábito alimentario que promueve tener un correcto estado nutricional; cabe recalcar que los cereales son ricos en almidones, vitaminas y minerales que forman parte de los alimentos que proveen energías al organismo, además son de fácil acceso en el país y forman parte del patrón alimentario.

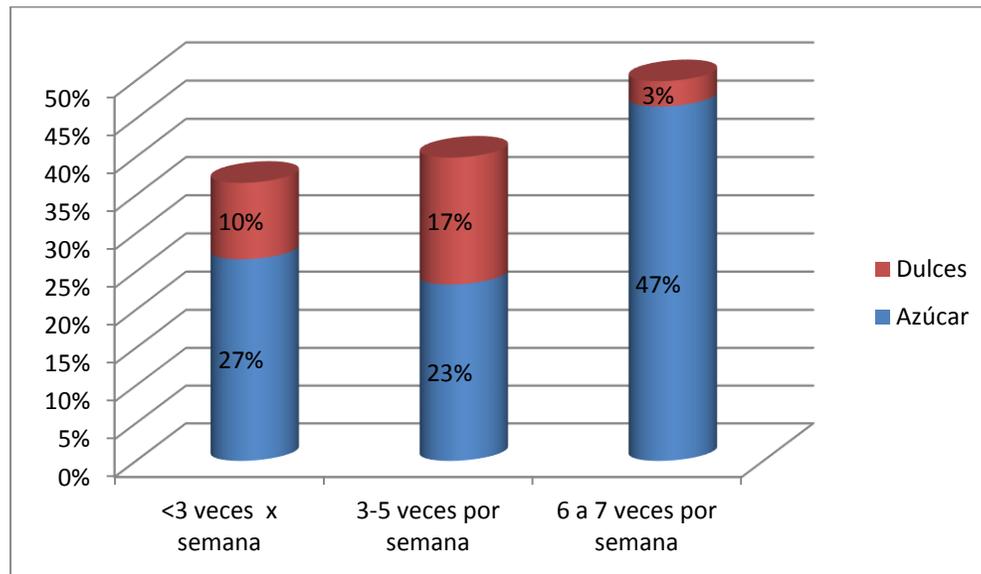
Grafica N°8, Frecuencia de consumo de cereales (estudiantes de segundo año)



Fuente: Encuesta

Como se nota en la gráfica N°8 El arroz es consumido por 23 estudiantes (77%) que lo consumen de 6 a 7 veces por semana y forma parte de su patrón alimentario, las pastas alimentarias son consumidas por 16 estudiantes que representan el (53%); 14 estudiantes (46%) consumen tortillas con una frecuencia menor a 3 veces por semana y la avena es consumida por 12 estudiantes representando un (40%). Estos datos revelan que tienen mayor preferencia por consumir el arroz esto puede deberse a sus costumbres de sus familias. Los cereales son una fuente rica en carbohidratos (almidones), vitaminas y minerales esenciales para complementar el estado nutricional participando en muchas de las funciones metabólicas y nutritivas del organismo.

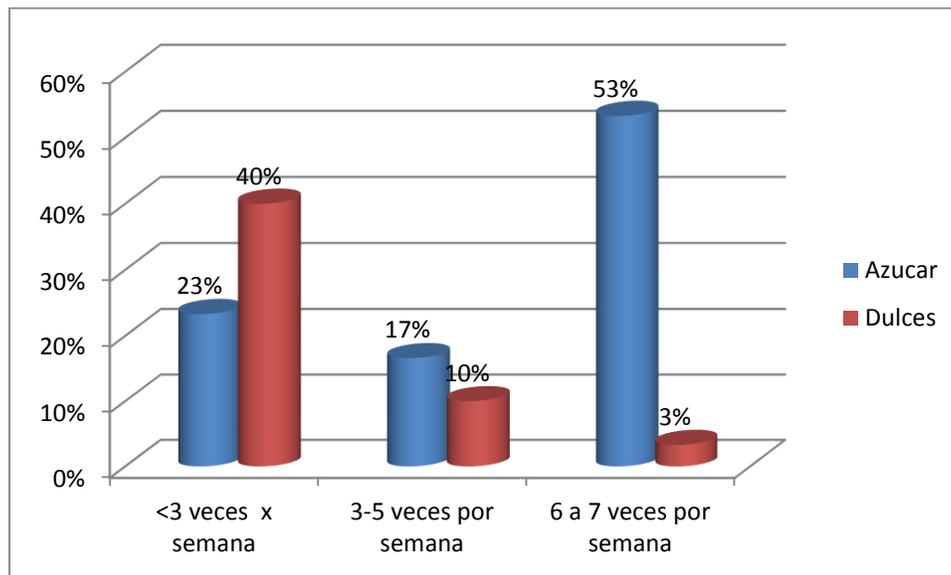
Grafica N°9, Frecuencia de consumo de azúcares (estudiantes de primer año)



Fuente: Encuesta

Los datos siguientes demuestran que 14 estudiantes de primer año consumen el azúcar con una frecuencia de 6 a 7 veces por semana representando un (47%), esto nos indica que este alimento es muy popular en su consumo y forma parte del patrón alimentario. El azúcar es un alimento de consumo universal, necesario en la preparación de bebidas, está enriquecida con vitamina A y se recomienda que su consumo sea moderado para evitar excesos que a largo plazo se acumulen en el organismo y se conviertan en grasas.

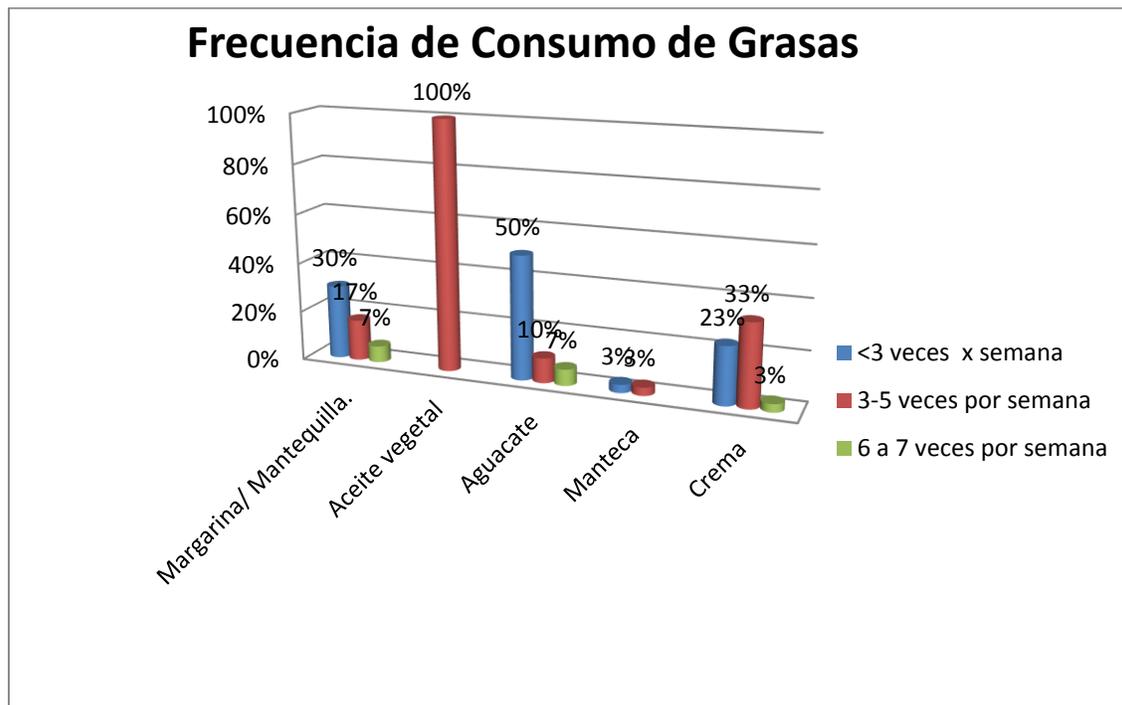
Grafica N° 10. Frecuencia de consumo de azúcares (estudiantes de segundo año)



Fuente: Encuesta

En la gráfica N°10 se observa que 16 estudiantes de segundo año consumen el azúcar siendo el (53%) con una frecuencia de 6 a 7 veces por semana, formando parte de su alimentación habitual y del patrón alimentario; luego obtenemos datos que nos reflejan que los dulces son consumidos por 12 estudiantes siendo un (40%). Tomando en cuenta que los azúcares proveen energía al organismo además de contar con la fortificación de vitamina a y que es un alimento de consumo universal.

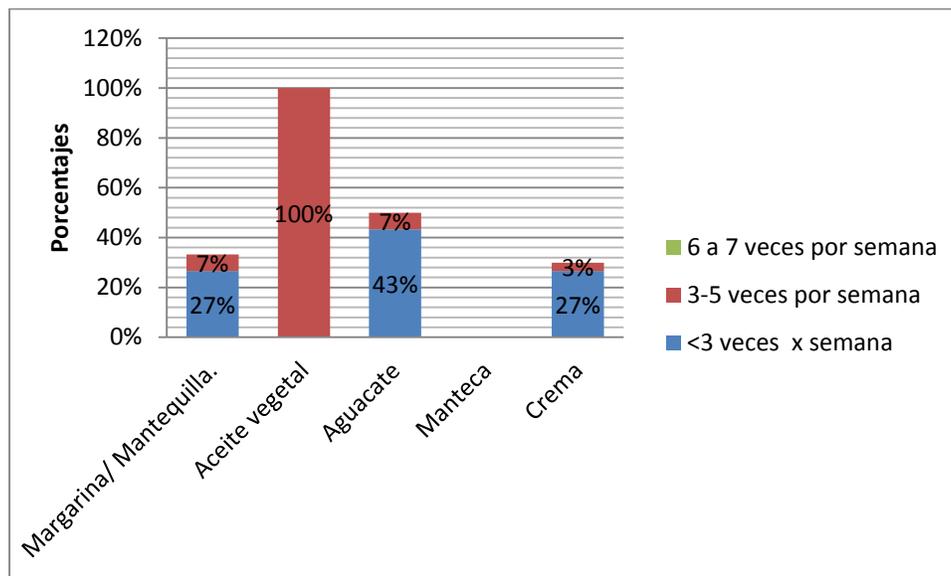
Grafica N°11. Frecuencia de consumo de grasas (estudiantes de Primer año)



Fuente: Encuesta

En esta grafica sobre se observa el consumo de grasas en alumnos de primer año muestra que el aceite vegetal es el tipo de grasa que es más consumido por los 30 estudiantes (100%) con una frecuencia de 3 a 5 veces por semana; 15 de los estudiantes (50%) consumen el aguacate menor de tres veces a la semana y solo 10 estudiantes un (33%) consumen la crema de 3 a 5 veces por semana, estos datos que se obtuvieron revelan que este grupo de estudiantes utilizan en sus hogares el aceite vegetal ya que es un producto necesario para elaborar las comidas, conforma parte del patrón alimentario y es esencial en la dieta porque es excelente fuente de energía, de la grasa se obtienen ácidos grasos esenciales que el cuerpo no es capaz de sintetizar, también las grasas transportan a través del cuerpo las vitaminas A,D y E.

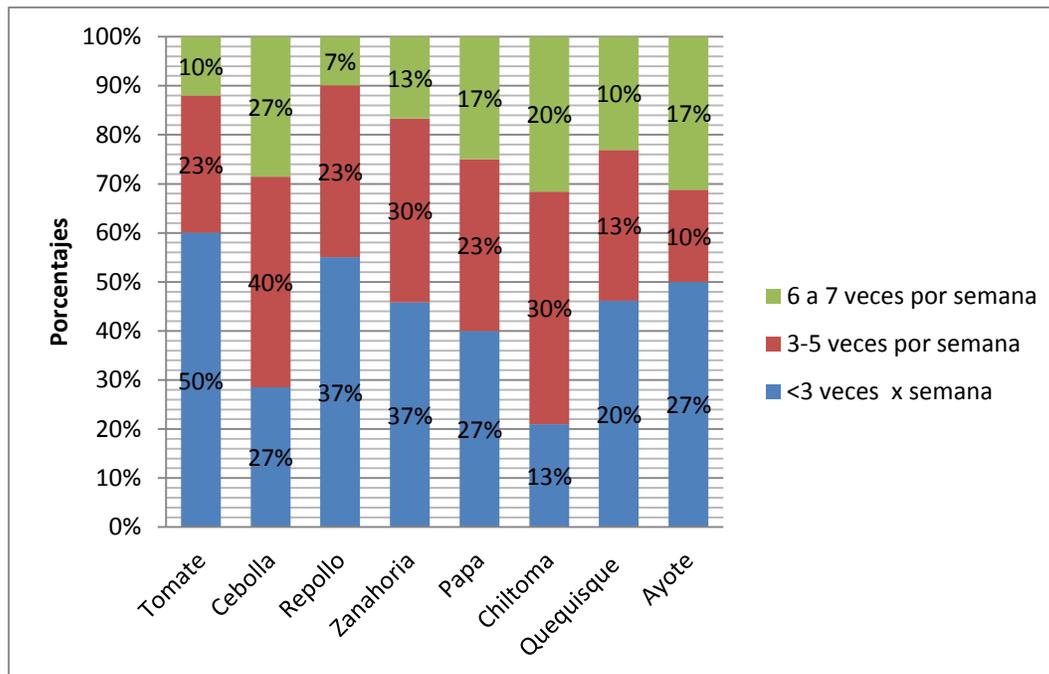
Grafica N° 12. Frecuencia de consumo de grasas. (Estudiantes de segundo año)



Fuente: Encuesta

Los siguientes datos demuestran que el aceite vegetal es consumido por 30 de los estudiantes de segundo año con una representación del 100% y con una frecuencia de 3 a 5 veces durante la semana, esto indica que el aceite es fundamental en los hogares nicaragüense debido a su consumo forma parte de su patrón alimentario, también porque las grasas son esenciales porque realizan diferentes funciones como contribuir al buen sabor de los alimentos son fuentes de energía pero su consumo debe ser moderado para conservar la salud.

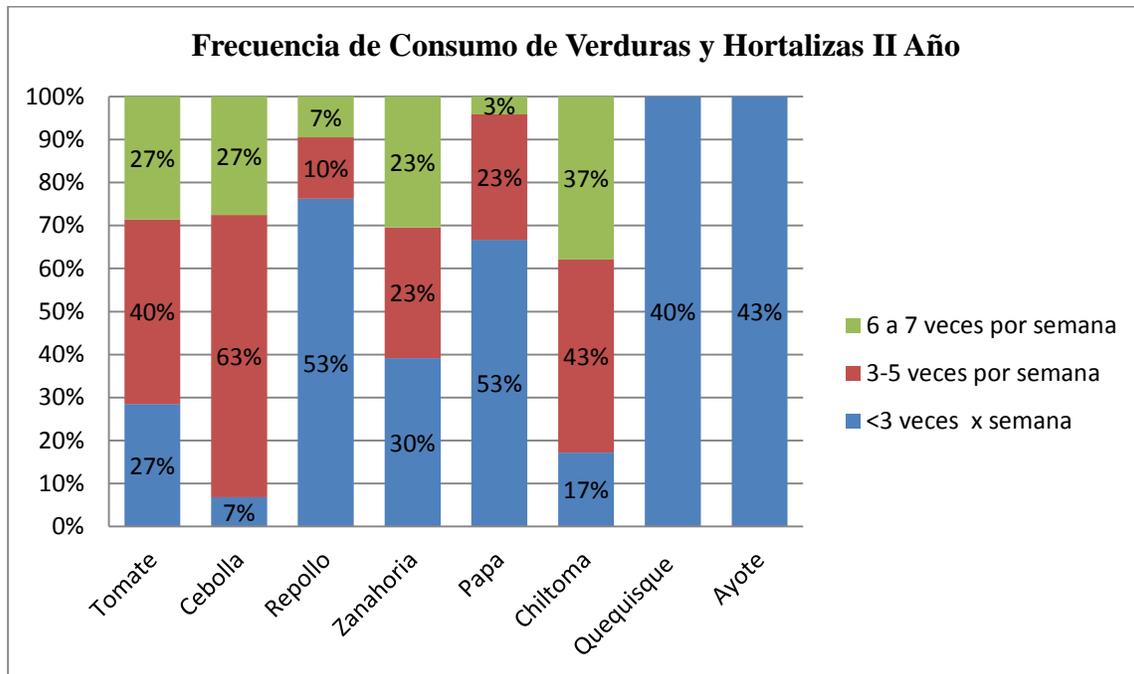
Grafica N° 13. Frecuencia de consumo de Verduras y Hortalizas. (Estudiantes de Primer año)



Fuente: Encuesta

En la siguiente frecuencia de consumo de verduras y hortalizas se observa en esta grafica que el consumo de tomate sobresale siendo consumido por 15 estudiantes (50%) con una frecuencia menor de 3 veces a la semana, la cebolla es consumida por 12 estudiantes (40%) con una frecuencia de 3 a 5 veces en la semana, así notamos que las verduras no son muy consumidas por los estudiantes desaprovechando los micronutrientes, vitaminas y minerales que estos contienen y que serían muy útiles para el óptimo estado nutricional de los estudiantes; se recomienda que su consumo sea con una mayor frecuencia para aprovechar todos los beneficios a reflejar en el estado nutricional.

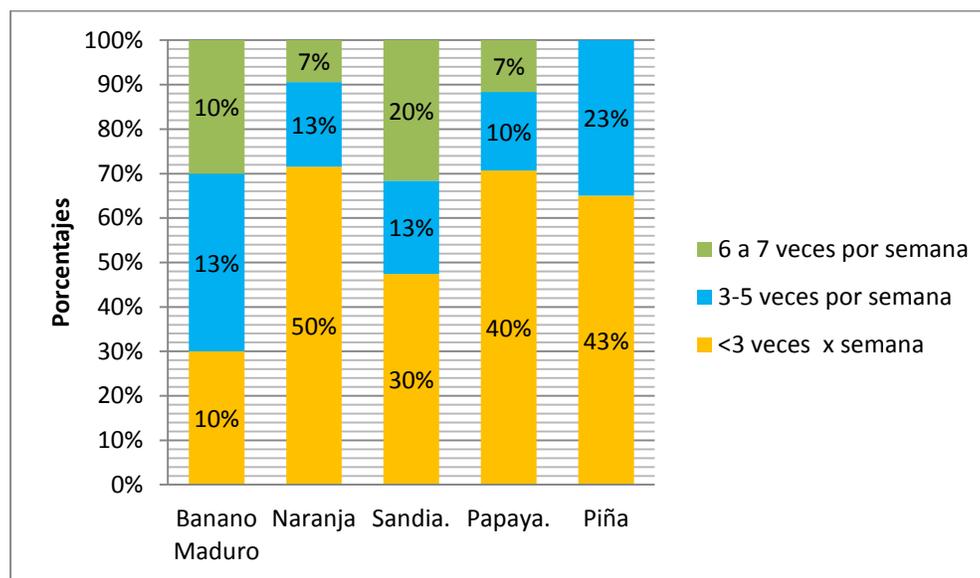
Grafica N° 14. Frecuencia de consumo de Verduras y Hortalizas. (Estudiantes de Segundo año)



Fuente: Encuesta

En la frecuencia de consumo del grupo de verduras y hortalizas se observa en esta grafica que las cebollas son consumidas por 19 estudiantes (63%) con una frecuencia menor de 3 veces a la semana, en segundo lugar los repollos y las papas son consumidas por 16 estudiantes (53%) con una frecuencia menor a 3 veces a la semana, de modo que las verduras y hortalizas si son consumidas pero en forma variada; siendo la chiltoma y la cebolla parte del patrón, debería ser más frecuente su consumo para así aprovechar los nutrientes contenidos en estos.

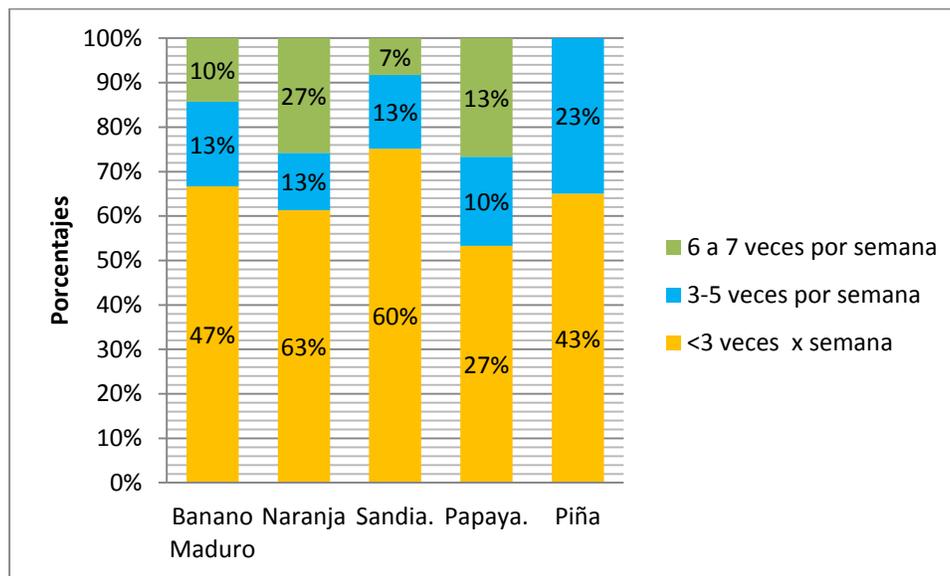
Grafica N° 15. Frecuencia de consumo de Frutas. (Estudiantes de Primer año)



Fuente: Encuesta

En la siguiente frecuencia de consumo de frutas en estudiantes de primer año encontramos que 15 estudiantes representando el (50%) consumen las naranjas con una frecuencia menor a 3 veces en la semana, 12 estudiantes (40%) consumen papaya con una frecuencia menor de 3 veces a la semana siendo las dos frutas más consumidas, pero hay que notar que las demás frutas son consumidas pero en pequeños porcentajes y con frecuencias bajas. Las frutas son fuentes de vitaminas que participan en muchas funciones importantes de organismo y suplen necesidades diarias; su consumo puede variar según el gusto, el sabor de las frutas, los colores, los costos, el acceso y la temporada en la que se producen.

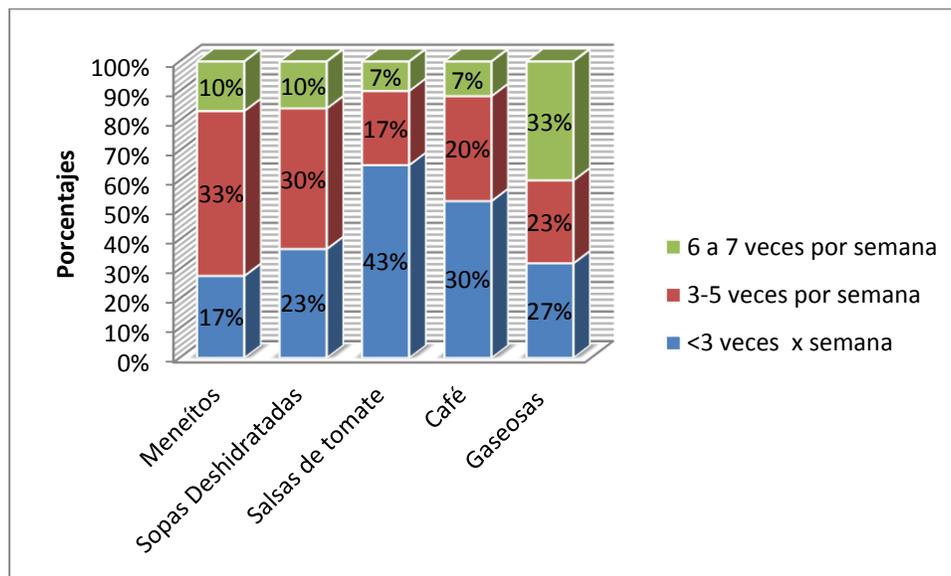
Grafica N° 16. Frecuencia de consumo de Frutas. (Estudiantes de Segundo año)



Fuente: Encuesta

En esta grafica se observa la siguiente frecuencia de consumo de frutas en estudiantes de segundo año y se encontró que hay mayor consumo de naranjas por 19 estudiantes (63%) con una frecuencia menor a 3 veces a la semana, 18 estudiantes (60%) consumen la sandía con una frecuencia menor a 3 veces a la semana (forman parte del patrón alimentario) y solo 14 estudiantes (47%) consumen bananos menos de 3 veces a la semana. Siendo las frutas consumidas pero con pocas frecuencias en la semana pero muy variadas. Se recomienda que al menos se consuman de 2 a 3 porciones de frutas al día para aprovechar las vitaminas y azucars contenidos en estas los cuales son importantes para contar con un óptimo estado nutricional. El consumo puede variar según la temporada del año en que se cosecha, el acceso y el costo que conlleva adquirirlas.

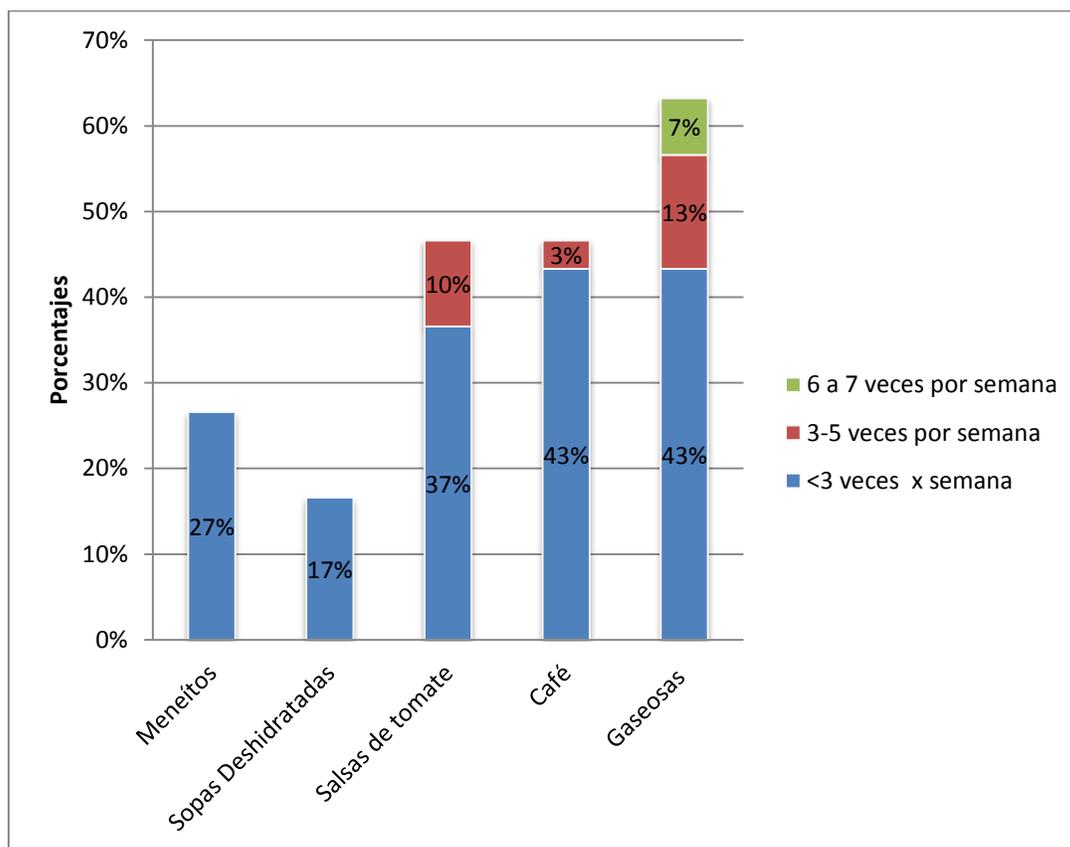
Grafica N° 17. Frecuencia de consumo de Misceláneos. (Estudiantes de Primer año)



Fuente: Encuesta

En la frecuencia de consumo de Misceláneos en estudiantes de primer año se encontró que 13 estudiantes (43%) consumen las salsas de tomate con una frecuencia menor de 3 veces a la semana; 10 estudiantes consumen meneitos representando un (33%) y con una frecuencia de 3 a 5 veces en la semana, otro alimento misceláneo que se consume por 10 estudiantes (33%) es la gaseosa y con frecuencia de 6 a 7 veces a la semana; el único de estos alimentos que forma parte del patrón alimentario es la gaseosa. Los misceláneos son alimentos que contienen preservantes como sales para mantener su período de consumo por mayor tiempo, una alimentación basada en alimentos del grupo de misceláneos no es recomendada y si se consumen deberían ser consumidos en pocas cantidades y no muy frecuentes, como notamos en la gráfica los estudiantes los consumen pero de forma regular por lo cual se aconsejaría disminuir su consumo tomando en cuenta que estos no tienen una vital importancia para tener un estado nutricional adecuado.

Grafica N° 18. Frecuencia de consumo de Misceláneos. (Estudiantes de Segundo año)



Fuente: Encuesta

El consumo de Misceláneos en estudiantes de segundo año muestra que de este grupo los más consumidos son el café y la gaseosa por 13 estudiantes (43%) y en frecuencia menor de 3 veces a la semana y en segundo lugar encontramos que la salsa de tomates es consumida por 11 estudiantes siendo un (37%) en frecuencia menor de 3 veces a la semana. Se recomienda que los misceláneos sean consumidos con poca frecuencia ya que en su mayoría son alimentos manufacturados o industrializados por lo cual no son necesarios para conseguir un estado nutricional óptimo.

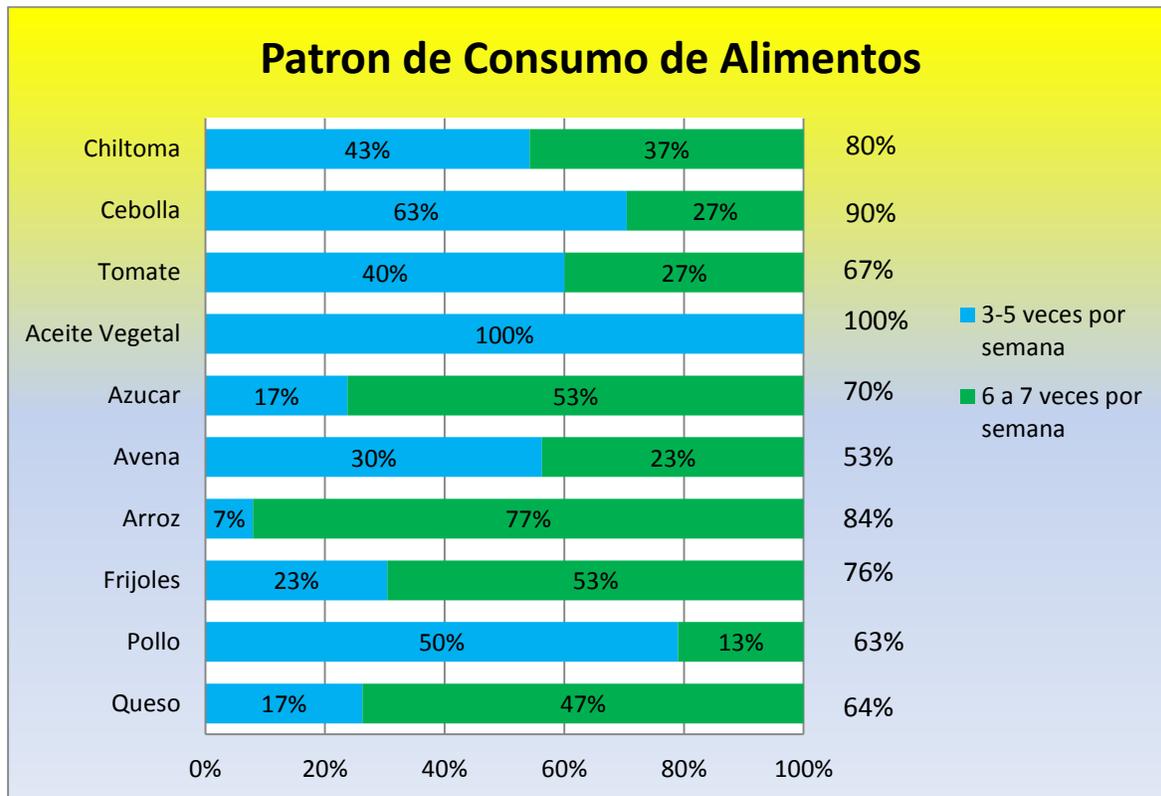
Patrón de Consumo de Alimentos en estudiantes de Primer año



Fuente: Encuesta

En el patrón de consumo de alimentos de los estudiantes de primer año se encuentra conformado por 10 alimentos variados de cada grupo entre los cuales sobresale el grupo de las grasas con el aceite 100% fuente de energía inmediata, luego tenemos los frijoles con un 83% de consumo perteneciente al grupo de las leguminosas fuentes ricas en hierro, del grupo de los azúcares está el azúcar con un 70% que provee energía y esta fortificada con vitamina a, tenemos también el grupo de las verduras y las hortalizas en donde sobresalen alimentos como la cebolla 67% y la chiltoma con un 50% siendo antioxidantes naturales además de contener minerales y vitaminas útiles para el organismo, del grupo de los cereales encontramos el arroz con un 67%, el pan simple y la tortilla con 60% y el pan dulce con 50% dichos alimentos son fuentes de carbohidratos y minerales, por último se encontró la gaseosa con un 56% de consumo siendo un alimento no muy recomendado porque a largo plazo interfiere para obtener un estado nutricional adecuado. De modo que los alimentos consumidos por los estudiantes de segundo año de nutrición son más variados exceptuando el grupo de los huevos y carnes y de los lácteos.

Patrón de Consumo de Alimentos en estudiantes de Segundo año



Fuente: Encuesta

El patrón de consumo de alimentos en los estudiantes de Segundo año de la carrera de Nutrición está conformado por 10 alimentos en el cual se comprende a un alimentos de cada grupo de alimentos; cabe recalcar que solo se plasman aquellos alimentos que fueron consumidos en frecuencias de 3 a 5 veces a la semana y de 6 a 7 veces a la semana, y que la sumatoria de esto debe ser como mínimo de un 50 %. De modo que entre los más sobresalientes en el grafico están: El aceite vegetal con un 100% siendo fuente de energía, del grupo de las verduras y las hortalizas tenemos la cebolla con un 90%, la chiltoma con 80%, el tomate con 67% ricas en vitaminas y antioxidantes; en el grupo de los cereales encontramos el arroz con un 84%, la avena con un 53% de consumo de los cuales se obtienen carbohidratos en forma de almidones que brindan energías al organismo, otro grupo es el de las leguminosas con un 76% de consumo la cual representa una fuente de hierro, el azúcar con 70%, del grupo de los huevos y las carnes sobresale el pollo con un

63% de consumo siendo una fuente de proteína útiles para el crecimiento y desarrollo y el queso con un 64% perteneciente al grupo de los lácteos. De modo que el patrón de consumo en este grupo de estudiantes es variado con alimentos que componen la dieta de los Nicaragüenses.

Cabe destacar que ambos patrones de alimentos en los dos grupos de estudiantes está compuesto por 10 alimentos con un porcentaje de consumo desde el 50% hasta el 100%; algunos alimentos se repiten en consumo y otros varían tales como: La gaseosa consumida por los estudiantes de primer año y la Avena consumida por los estudiantes de segundo año; el pan dulce y el pan simple son consumidos por los estudiantes de primer año en cambio en los de segundo año no hay consumo de ninguno; el tomate es consumido por los estudiantes de segundo año y no por los de primero; la tortilla es consumida por los estudiantes de primer año, el pollo y el queso son consumidos por los estudiantes de segundo año y no son consumidos por los de primer año. Se hace esta comparación para destacar de qué manera incide el consumo de alimentos en un patrón establecido en cada grupo de estudiantes y notar las posibles razones por las cuales no hay consumo de ciertos alimentos entre los cuales puede ser por los hábitos alimentarios de sus zonas de proveniencia, los hábitos alimentarios en sus familias, el acceso a los alimentos, el gusto que sientan por algunos de estos. El consumo de ciertos alimentos puede hacer la diferencia del estado nutricional en ambos grupos de estudiantes. Se destaca que los estudiantes de segundo año tienen un mejor patrón alimentario con base a los conocimientos ya adquiridos al estar en un segundo año de su carrera a diferencia de los estudiantes de primer año que apenas inician su carrera universitaria.

Conclusiones

Características Sociodemográficas

- La edad más predominante entre los estudiantes de primero y segundo año es entre 17 a 21 años, el 82% correspondiente a 49 estudiantes.
- El 45% de los estudiantes pertenecen al sexo femenino y son de religión católica.
- La mayoría de los estudiantes provienen de la región del pacífico representando el 83%, y habitan en la zona urbana con el 77%.

Situación Socioeconómica

- Los datos obtenidos reflejaron que el 45% de los estudiantes de primer año y 40% de los estudiantes de segundo no reciben beca.
- Los hogares de los estudiantes pertenecen a familias nucleares en donde el 42% tienen de 3 a 5 miembros que trabajan, 67% de los cuales de 3 a 5 miembros son los que trabajan.
- El ingreso mensual aproximado en sus hogares es más de C\$ 3000.
- Los estudiantes de primero como de segundo año reciben remesas mensual representado en 12%.
- Los alumnos compran alimentos en la universidad diariamente con un porcentaje de 18%, y en relación al gasto de dinero con la compra de alimentos es de más de cien córdobas.

Estado Nutricional

- Los alumnos de primero y de segundo año se encuentran en Normopeso con 43% (26 estudiantes de segundo año) y 35% (21 estudiantes de primero).

Hábitos alimentarios

- Ambos grupos de estudiantes realizan tres tiempos de comida al día.
- El grupo de primer año consume más alimento en la universidad y el de segundo año refieren consumir más alimento en el hogar
- En cuanto a los alimentos preferidos el grupo de primer año consume más comida chatarra ya que su mayor consumo de alimentos es en la universidad

BIBLIOGRAFÍA

- Gutierrez, A.-M., Carvajal, V., & Arias, L. (2011). *Ultimo documento de lineas de investigacion 291111*. UNAN-Managua, Managua. Managua: Unan-Managua.
- Hábitos de alimentación y actividad física en estudiantes universitarios. (s.f.). *Hábitos de alimentación y actividad física en estudiantes universitarios*.
- Hernández. (2016). *Definicion de Habitros*. Obtenido de www.isalud.edu.ar/biblioteca/pdf/tf-hernaez-pdf
- INIDE. (2014). Encuesta Nacional de Medicion del Nivel de vida 2014. *Encuesta del Inide*, 23,24,26. Obtenido de www.inide.com
- INIDE. (2015). *www.Inide.com*. Obtenido de www.Instituto/nacional/de/desarrollo/poblacion.com
- INTUR. (2013). <http://www.intur.com.ni/hábitos-creoles-puerto-cabezas>. Obtenido de <http://www.intur.com.ni/hábitos-creoles-puerto-cabezas>: <http://www.intur.com.ni/hábitos-creoles-puerto-cabezas>
- INTUR. (marzo de 2014). <http://www.intur.com.ni>. (D. Metro, Editor) Obtenido de <http://www.intur.com.ni>: <http://www.intur.com.ni/jovenes-nicaraguenses-hablan-sobre-los-habitos-alimenticios>
- INTUR. (2014). *www.intur.com.ni*. Obtenido de <http://www.intur.com.ni/habitos/alimentarios/nicaragua>
- MAGFOR. (2004). *IV Encuesta de Consumo de Alimentos de Nicaragua*. Magfor, Managua. Managua: Comercial La Prensa.
- MAGFOR. (2004). *IV Encuesta de Consumo de Alimentos de Nicaragua*. Magfor, Managua. Managua: Comercial La Prensa.
- Mahan, L. E.-S. (2000). Evaluacion del estado nutricional en adultos: Antropometricos. *Nutricion y dietoterapia de Krause*, 400-407.
- Michael, J. B. (2004). *Nutricion y Salud Publica*. (ACribia, Ed.) *Nutricion y Salud Publica*.
- MINSA. (2010). *www.minsa.com.ni/salud/nutricion*. Obtenido de www.minsa.com.ni: <http://www.minsa.com.ni>
- Nicatour. (2013). Obtenido de Nicatour: <http://www.nicatour.net/es/nicaragua/centro.cfm>

pronicaragua. (2015). *pronicaragua/poblacion/nicaraguense*. Obtenido de www.pronicaragua/poblacion/nicaraguense

Ulibarri J, G. d. (2004). Indicadores de la desnutricion. En G. d. Ulibarri J, *El libro Blanco de la desnutricion Clinica en España* (pág. 43). Madrid, España: Accion Medica.

www.Confidencial.com.ni. (marzo de 2015). *www.confidencial.com.ni*. Obtenido de www.confidencial.com.ni: www.confidencial.com.ni/articulo2015/FAO-Nicaragua-mejora-indice-de-sub-nutricion

ANEXOS

- 1. Instrumento para la recolección de datos**
- 2. Instructivo para el llenado del instrumento.**
- 3. Presupuesto**
- 4. Formato de consentimiento informado**
- 5. Cronograma**
- 6. Tablas de frecuencia de consumo por grupo de alimentos**
- 7. Gráficos**

ANEXO 1.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA



INSTITUTO POLITECNICO DE LA SALUD

Dr. LUIS FELIPE MONCADA

Encuesta para Evaluar “ Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios de estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición UNAN-Managua Septiembre a Noviembre 2015.”

Facultad: _____ Fecha: ____/____/____

I. Datos generales

- Edad: 17-21 22-26 27 a mas
- Sexo: Masculino Femenino
- Estado civil: Casado Soltero Unión libre
- Ocupación: Estudiante Estudia y trabaja
- Religión: Católica Evangélica Otras Ninguno
- Escolaridad : Universidad: Primero año Segundo año
- Región de donde proviene: Región pacifica Región central
Región Atlántica Departamento: _____
- Zona donde vive: Urbana Rural

II. Situación Socioeconómica

- Recibe beca: Si No
- ¿Qué tipo de beca recibe?: Externa Interna
- Tipo de familia: Nuclear Mono parenteral Extendida

- Número de miembros en la familia : 3-5 6 a mas
- ¿Cuántos miembros de su familia trabajan: 1-2 3 a 5 más de 5
- ¿Cuál es el ingreso mensual aproximado en su hogar?
Menos de 1000 1000-2000 3000 a mas
- ¿Recibe Remesas? Sí No
Quincenal _____ Mensual _____
- ¿Cantidad de dinero semanal que dispone para la compra de alimentos dentro de la universidad?
Menos de 10 10-20 21-50 51-100 100 a mas
- ¿Con que frecuencia compra los alimentos en la universidad?
Diario Frecuentemente Semanal

III. Estado Nutricional.

Datos Antropométricos	
Peso actual =	IMC =
Talla =	Clasificación Nutricional =

IV. Hábitos alimentarios

1. ¿Cuántos tiempos de Comida realiza en el día?
2 tiempos 3 tiempos más de 3 tiempos
2. ¿En qué tiempo consume más alimentos?
Desayuno Almuerzo Cena
3. ¿En qué lugar consume más alimentos?
Casa Universidad Otros
4. ¿Cuáles son sus alimentos preferidos? Especifique.

5. ¿Consumes comidas chatarra/ rápidas? Si su respuesta es sí, especifique cuales
- Sí No Mucho Poco

6. Con base al listado que se le presenta a continuación seleccionar que alimentos consume y con qué frecuencia lo hace.

Frecuencia de Consumo.

Productos	Sí	No	< 3 veces/ semana	3-5 veces/ semana	6-7 veces/ semana
Lácteos					
Leche en polvo					
Leche líquida					
Quesos					
Otros					
Huevos y Carnes					
Huevo de gallina					
Carne de Res					
Carne de Pollo					
Pescado					
Otros					
Leguminosas					
Frijoles					
Cereales					
Arroz					
Tortilla					
Pan simple					
Pan Dulce					
Avena					
Pastas Alimentarias					
Otros					
Azúcares.					
Azúcar					
Dulces					
Grasas					
Margarina/ Mantequilla.					
Aceite vegetal					
Aguacate					
Manteca					
Crema					

Vegetales : Verduras y Hortalizas					
Tomate					
Cebolla					
Repollo					
Zanahoria					
Papa					
Chiltoma					
Quequisque					
Ayote					
Otros					
Frutas					
Banano Maduro					
Naranja					
Sandia.					
Papaya.					
Piña.					
Otros					
Misceláneos					
Meneítos					
Sopas Deshidratadas					
Salsas de tomate					
Café					
Gaseosas					
Otros					

ANEXO 2

Instructivo para el llenado del instrumento.

I. Datos Generales.

Región de donde proviene: En este acápite se le solicita a los estudiantes que especifique el departamento de procedencia y luego seleccionar la región a la cual pertenece el departamento.

II. Situación Socioeconómica.

Se explica a los estudiantes el tipo de familia a que pueden pertenecer. Siendo estas:

Familia Nuclear: Es el tipo de familia en el cual se integra solamente al Padre, La Madre y los hijos.

Familia Monoparental: Es el tipo de familia en el cual se integra a uno solo de los progenitores y los hijos, en algunos casos puede también ser conformado por tíos, abuelos, primos.

Familia Extendida: Es el tipo de familia que incluye a otras personas (Primos, cuñados, tíos, abuelas, abuelos).

III. Estado Nutricional.

Se explica a los estudiantes que este acápite solo será llenado por el encuestador.

IV. Frecuencia de Consumo.

Se solicita a los estudiantes que seleccionen que alimentos consumen y con qué frecuencias lo hacen.

ANEXO 3

PRESUPUESTO

Rubro	Cantidad \$	detalle	Total
Alimentación	\$40	Para comprar las comidas cuando teníamos que estar reunidos trabajando en la universidad	\$ 40
Transporte (viajes) Transporte local (Tarjeta TUC)	\$ 75 \$ 6	Para la prueba de instrumento y recolección de los datos en el Instituto Politécnico de la Salud(UNAN-Managua) y para movilizarse a las tutorías y los pasajes para reunirnos	C\$ 81
Material y Equipos			
Calculadoras (Casio)	\$ 11	Para hacer cálculos de IMC	\$11
Impresiones de instrumento.(prueba piloto) Impresión de borrador. Gasto de teléfono Gasto de fotocopia Reproducción de informe Gasto de cyber	\$5 \$ 15 \$15 \$10 \$150 \$ 5	Las impresiones de borradores para llevarlas a tutorías para revisión, la prueba piloto para la validación, gasto de teléfono en recargas para comunicación entre la tutora y entre los mismos integrantes del grupo, gasto de fotocopias de recolección de datos, y la reproducción del informe final.	\$ 200
Imprevistos (varios)	\$30	Algún gasto cualquiera que se presente	\$30
Gran total	\$362		\$ 362

ANEXO 4



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE NICARAGUA



FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

(Para ser sujeto de investigación)

(Encuesta para Evaluar “ Estado Nutricional y Hábitos de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición UNAN-Managua septiembre a noviembre 2015.”)

Nombre del Investigador Principal: _____

Nombre del participante: _____

A. PROPÓSITO DEL ESTUDIO: Este estudio pretende averiguar Cuál es el Estado nutricional y los hábitos alimentarios de los estudiantes de primero y segundo año de la carrera de nutrición. El estudio está a cargo de: Br. Arelys de Jesús Aguilar Jiménez; Br. Francis Carolina Sánchez Pérez y Br. Richard David Arana Blas, estudiantes del quinto año de la carrera de Nutrición del POLISAL, este estudio se realizará con el fin de realizar nuestro seminario como modalidad de graduación de la carrera.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?: A todos los estudiantes que formen parte del estudio se les realizara una breve encuesta y entrevista para averiguar cómo está su estado nutricional, cuáles son sus hábitos alimentarios para lo cual se realizara lo siguiente:

- Toma de peso y talla. (se utilizara una balanza con tallimetro para realizar este procedimiento).
- Evaluación Nutricional.
- Encuesta para saber hábitos alimentarios identificar patrón de consumo

C. RIESGOS:

1. Dentro de los posibles riesgos están perdida de la información brindada, incomodidad al momento de llenar el cuestionario, impaciencia, pesas que se descalibre rápidamente y la no colaboración de los estudiantes.

- D. BENEFICIOS:** El beneficio será que tanto Investigadores y estudiantes en estudio podrán contar con un mejor conocimiento sobre el estado nutricional en que se encuentran.
- E.** Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con (Br. Arelys de Jesús Aguilar Jiménez; Br. Francis Carolina Sánchez Pérez y Br. Richard David Arana Blas), sobre este estudio y ellos deben haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas y dudas. Si quisiera más información más adelante, puedo obtenerla contactando a (Br. Arelys de Jesús Aguilar Jiménez; Br. Francis Carolina Sánchez Pérez y Br. Richard David Arana Blas) y revisando el trabajo de seminario una vez finalizado.
- F.** Recibirá una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.
- G.** Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de negarse a participar o a discontinuar su participación en cualquier momento, sin que esta decisión afecte la realización del estudio.
- H.** Su participación en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser revisados o consultados en Seminarios de Graduación realizados en 2015.
- I.** No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas, aclarar dudas y éstas han sido contestadas y aclaradas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Nombre, cédula y firma del sujeto (Estudiante de Nutrición)
Fecha

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento
Fecha

ANEXO 5

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividades	Abril	Mayo	junio	julio	agosto	sept	oct	nov	dic	enero	febrero	marzo
1. Selección y planteamiento del tema a investigar.												
2. Planteamiento del problema												
3. Formulación de objetivos												
4. Elaboración del marco teórico												
5. Elaboración del diseño metodológico												
6. Elaboración y validación del instrumento												
7. Entrega del primer borrador del protocolo												
8. Correcciones												
9. Recolección de datos												
10. Procedimiento y análisis												
11. Presentación de resultados												
12. Evaluación Final												
13. Informe Final												
14. Tutorías												
15. Defensa												

ANEXOS 6

TABLAS DE FRECUENCIA DE CONSUMO POR GRUPO DE ALIMENTOS

Frecuencia de Consumo del Grupo Lácteos												
Lácteos	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Leche en polvo												
Leche líquida	19	63%	11	37%			6	20%				
Queso	13	43%	9	30%	6	20%			6	20%	14	47%

Frecuencia de Consumo del Grupo Carnes												
Carnes	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Huevo	20	67%	12	40%								
Carne de res	17	57%	17	57%								
Pollo	19	63%					15	50%				
Pescado	12	40%	18	60%								

Año que cursa y Frecuencia de Consumo												
Cereales	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Arroz	10	33%							12	40%	23	76%
Tortilla			14	47%								
Pan simple			9	30%	9	30%			9	30%		
Pan Dulce												
Avena	13	43%	12	40%								
Pastas Alimentarias	10	33%	16	53%								

Frecuencia de Consumo del Grupo Azucares												
Azucares	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Azucar									14	47%	16	53%
Dulces					5	17%	12	40%				

Frecuencia de Consumo del Grupo Verduras y Hortalizas												
Verduras y Hortalizas	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Tomate	15	50%					12	40%				
Cebolla					12	40%	19	63%				
Repollo	10	33%	16	53%								
Zanahoria	10	33%	9	30%								
Papa	8	27%	16	53%								
Chiltoma					9	30%	13	43%				
Quequisque	6	20%	12	40%								
Ayote	8	27%	13	43%								

Frecuencia de Consumo del Grupo Frutas												
Frutas	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Banano Maduro			14	47%	4	13%						
Naranja	15	50%	19	63%								
Sandia.	9	30%	18	60%								
Papaya.	12	40%	8	26%								
Piña.	13	43%	13	43%								

Frecuencia de Consumo del Grupo Misceláneos												
Misceláneos	<3 veces x semana				3-5 veces por semana				6 a 7 veces por semana			
	Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año		Primer Año		Segundo Año	
	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%	Si	%
Meneítos			8	27%	10	33%						
Sopas Deshidratadas			5	17%	9	30%						
Salsas de tomate	13	43%	11	37%								
Café	9	30%	13	43%								
Gaseosas			13	43%					10	33%		

ANEXO 7

Gráfico 1 Relación rango de edad vs ocupación de los estudiantes en estudio

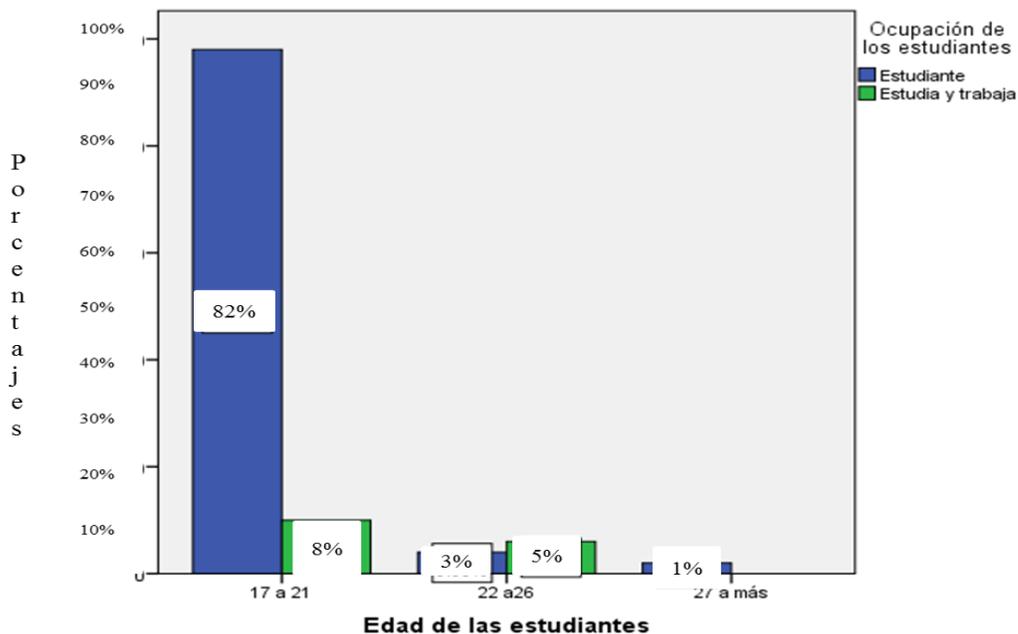


Gráfico 2 Relación sexo de los estudiantes vs religión de los estudiantes en estudio

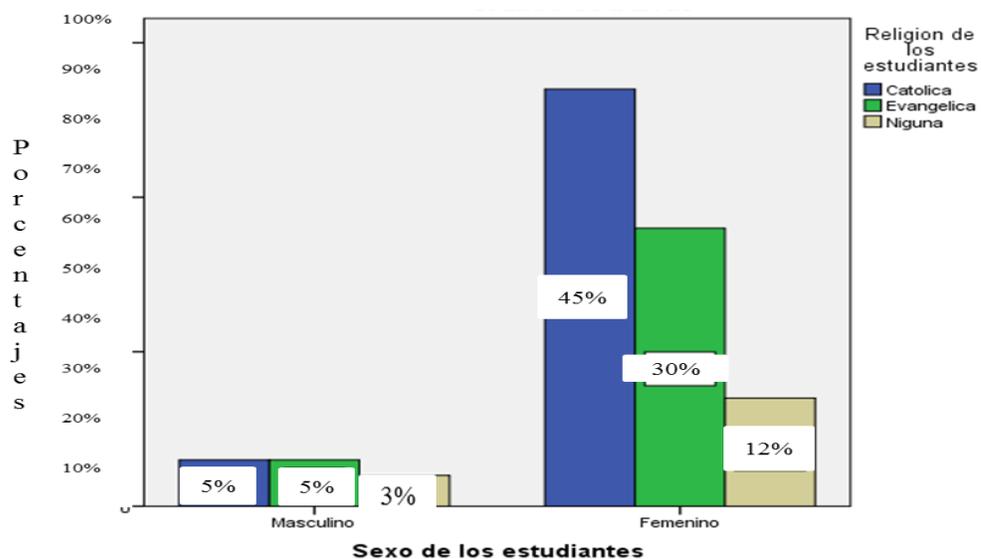


Gráfico 3 Relación edad de los estudiantes vs año que cursan

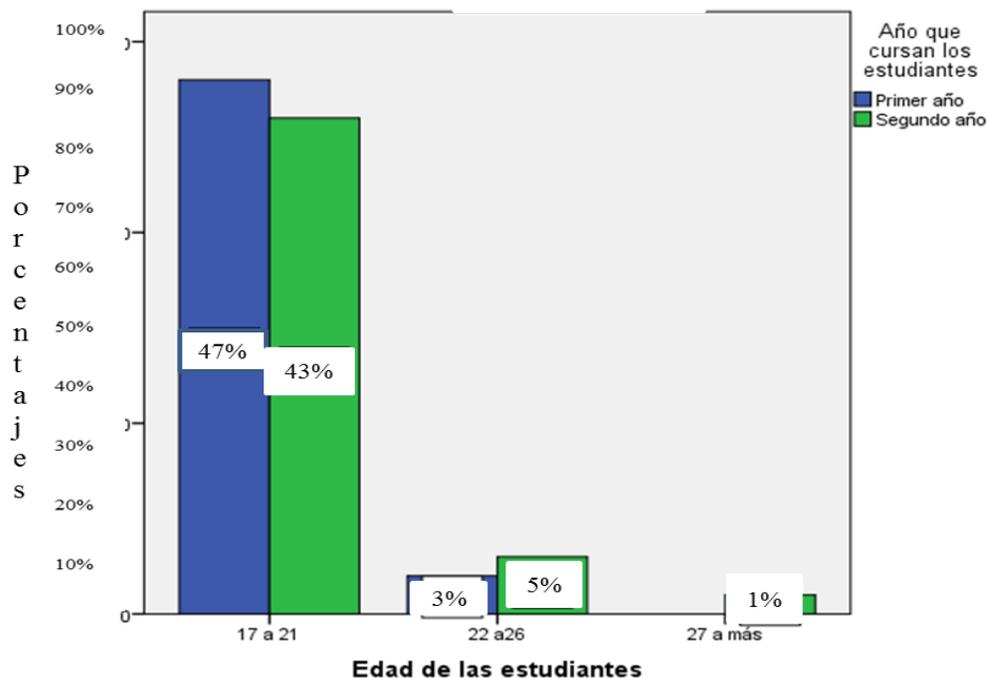


Gráfico 4 Relación sexo de los estudiantes vs región de procedencia

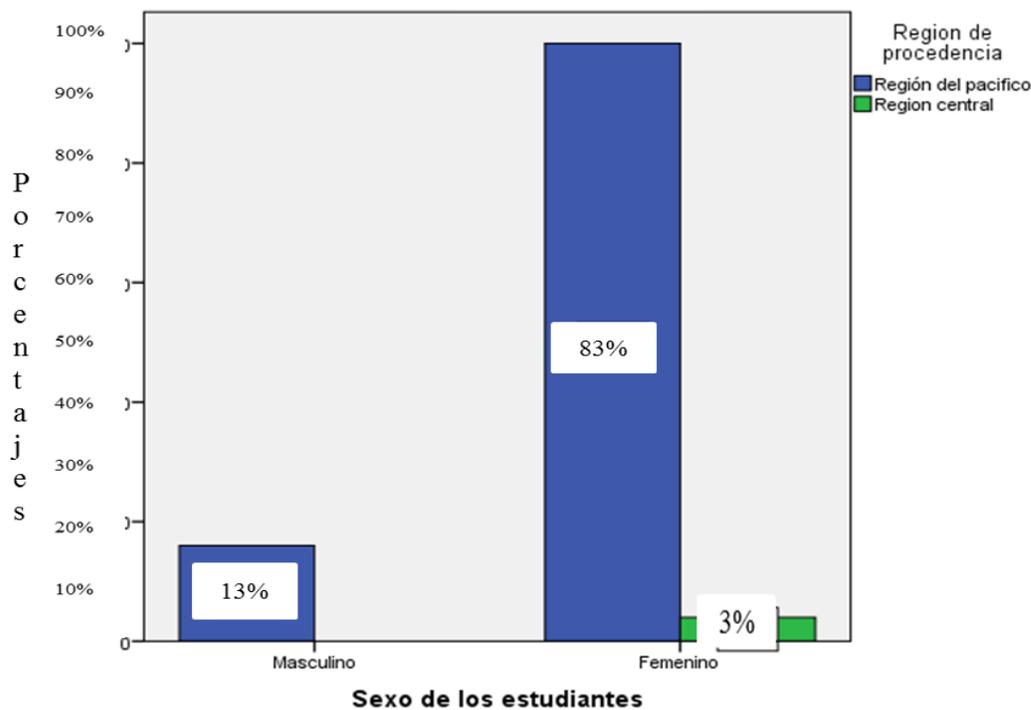


Gráfico5.Relación sexo de los estudiantes vs donde viven los estudiantes en estudio

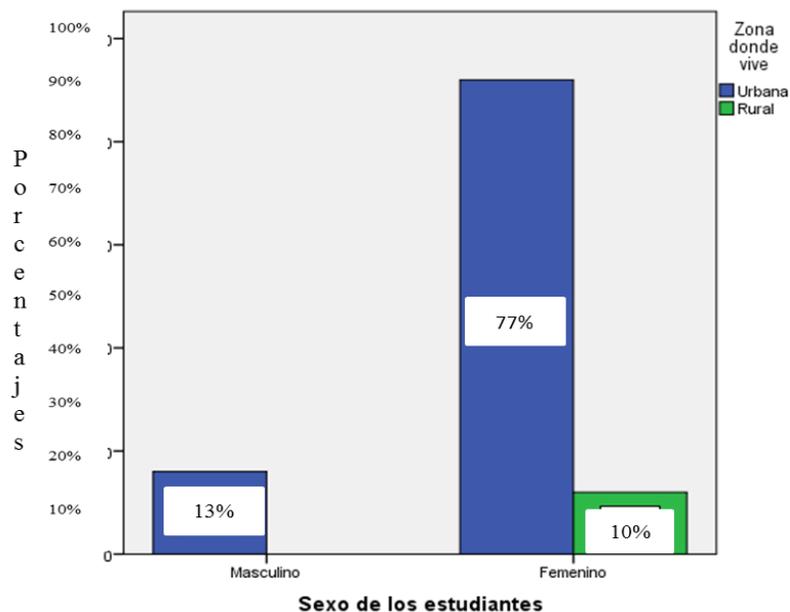


Gráfico 6.Relación año que cursan los estudiantes vs reciben beca

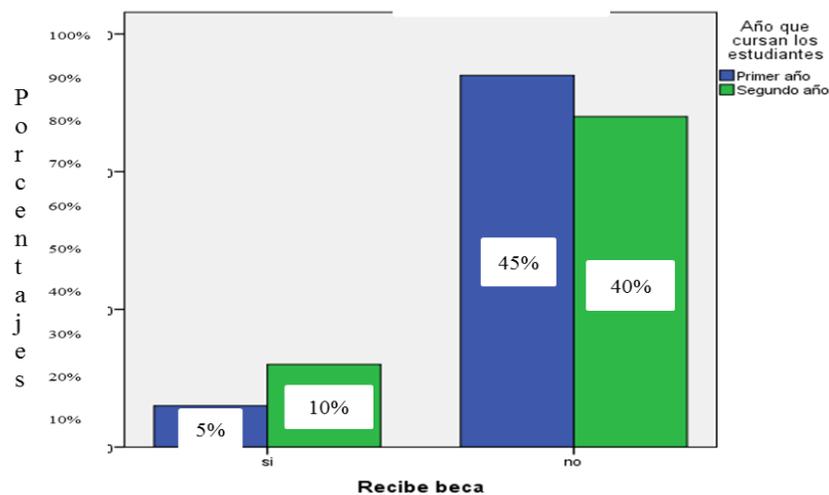


Gráfico 7. Relación año que cursan los estudiantes vs tipo de beca que reciben

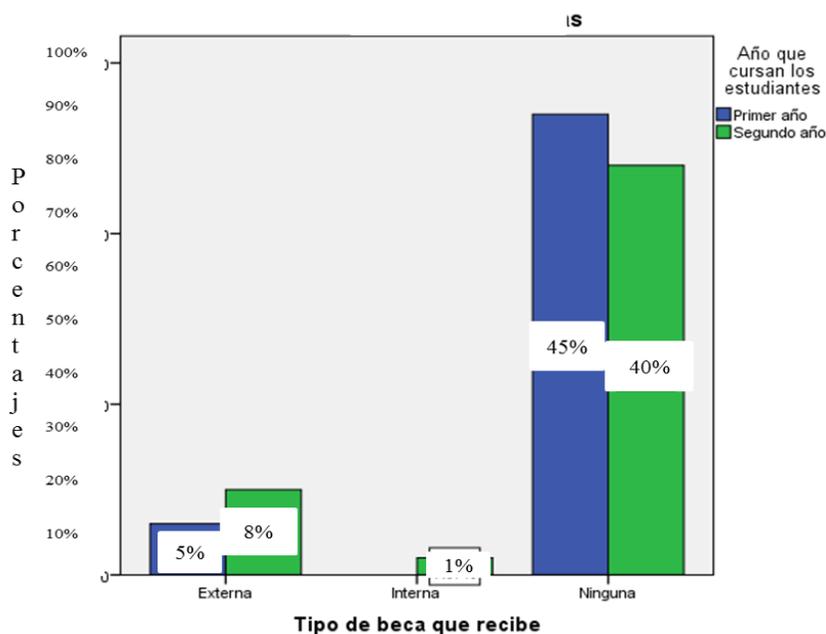


Gráfico 8. Relación n° de miembros de la familia vs tipo de familia

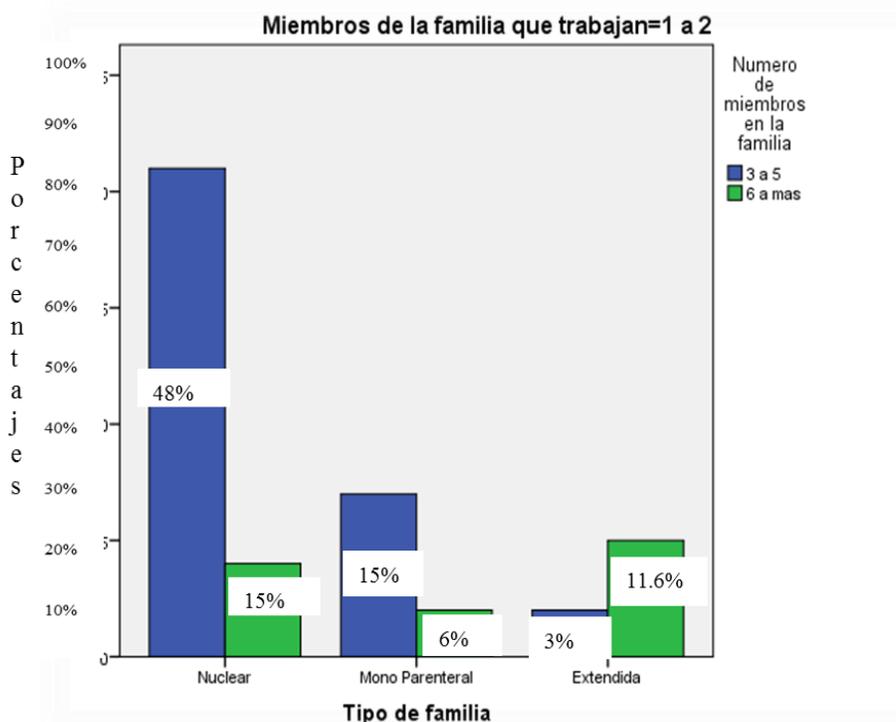


Gráfico 9. Relación miembros de la familia que trabajan vs tipo de familia

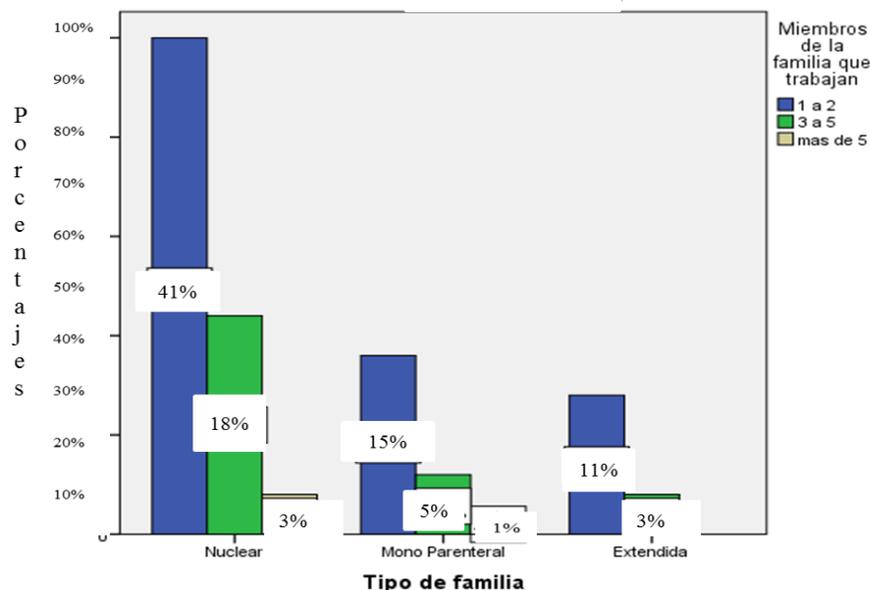


Gráfico 10. Relación año que cursan los estudiantes vs ingreso mensual en su hogar

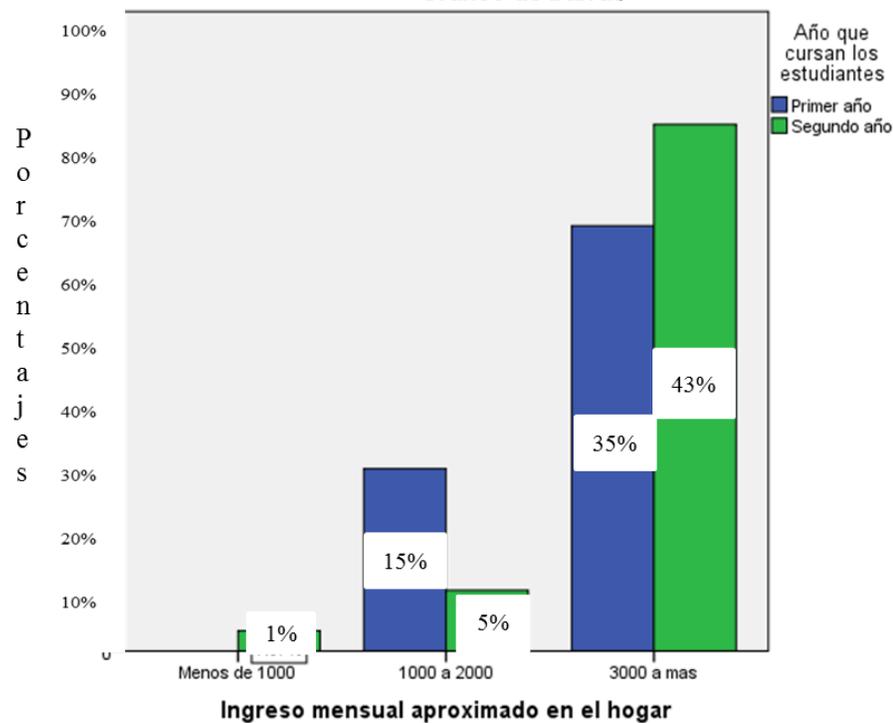


Gráfico 11. Relación recibe remesas vs frecuencia con la que recibe remesas

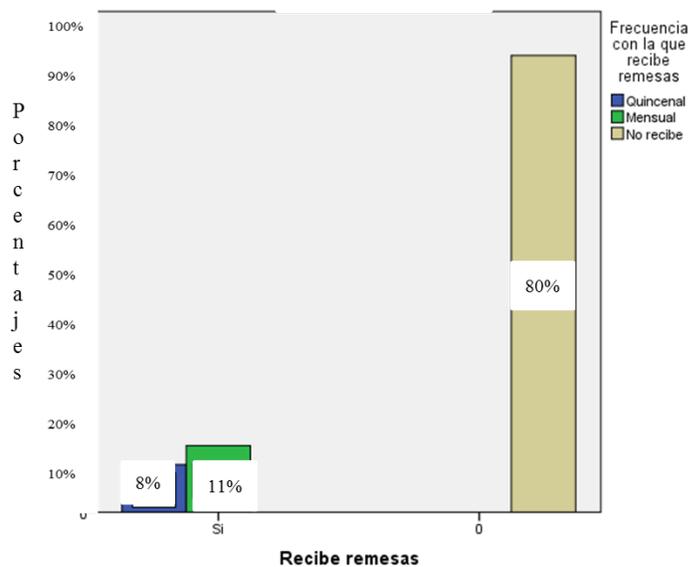


Gráfico 12. Relación cantidad de dinero semanal destinado para la compra de alimentos

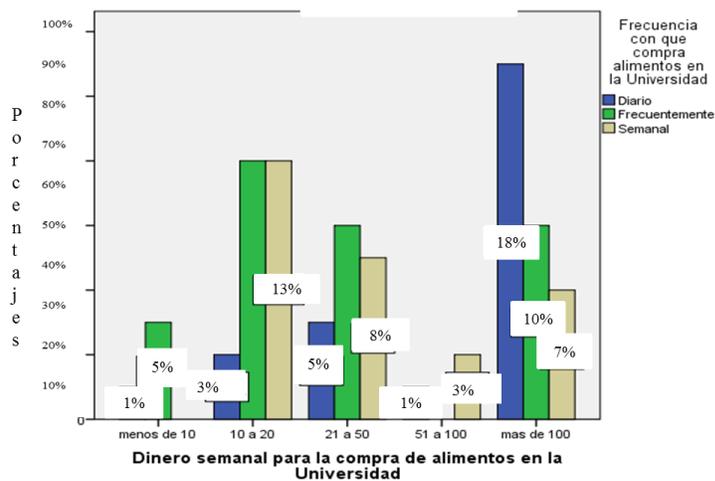


Gráfico 13. Relación año que cursan los estudiantes vs estado nutricional de los estudiantes en estudio

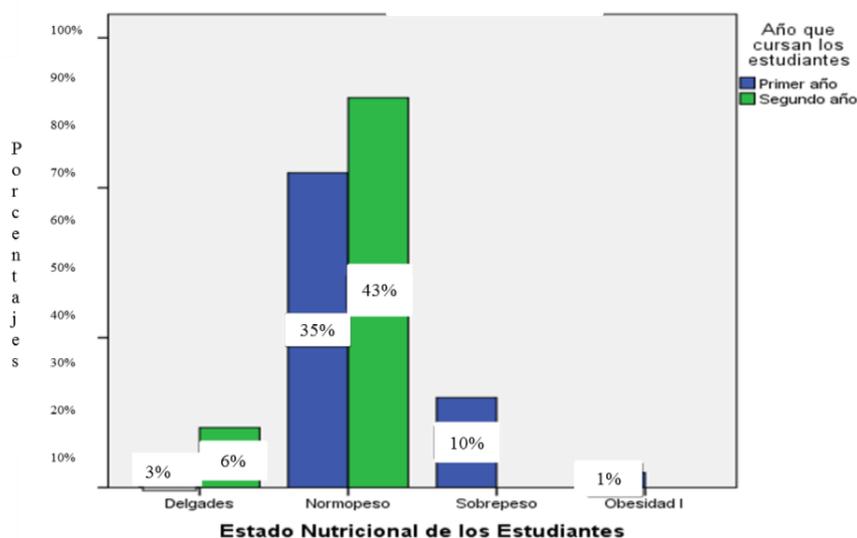


Gráfico 14. Relación edad de los estudiantes vs estado nutricional de los estudiantes en estudio

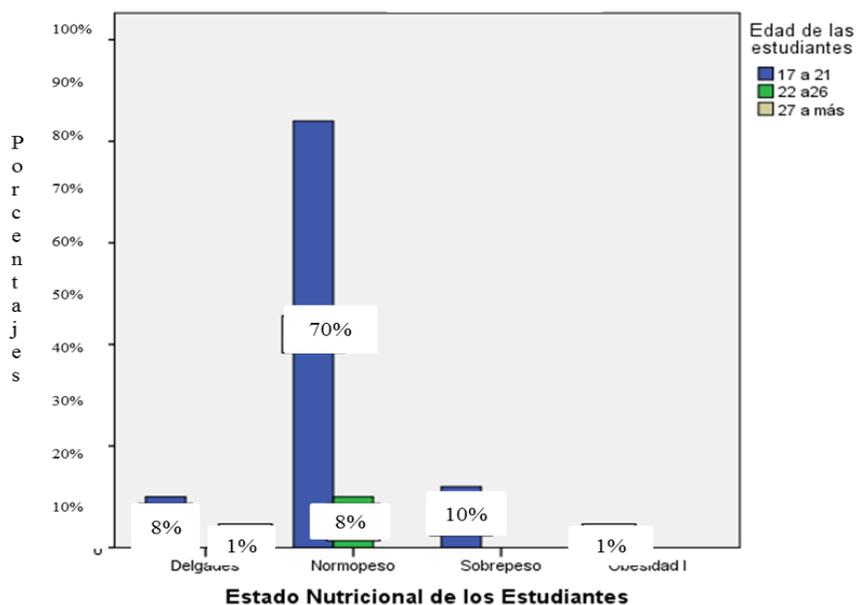


Gráfico 15. Relación tiempo de comida que realiza en el día vs tiempo que consume mas alimentos

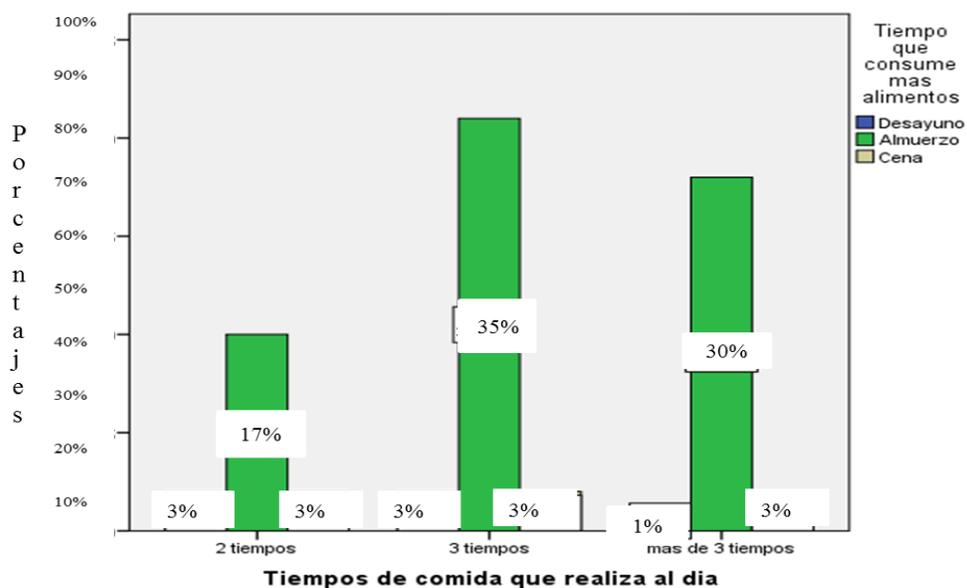


Gráfico 16. Relación año que cursan los estudiantes vs lugar donde consumen más alimentos

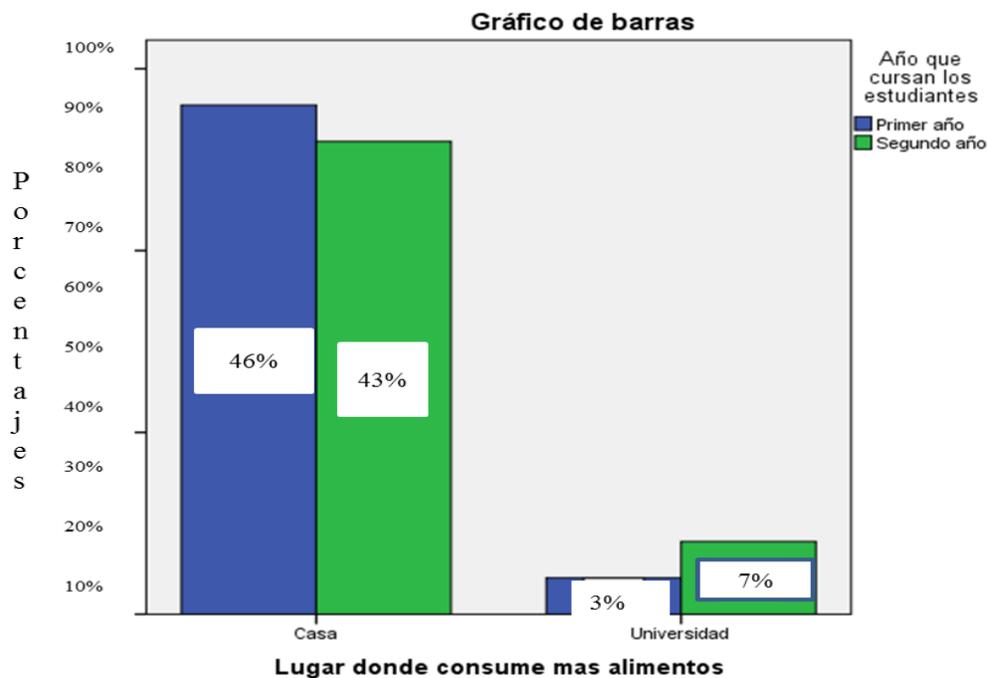


Gráfico 17. Relación consumo de comidas rápidas vs año que cursan

