

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v5i9.1110>

## **Valoración nutricional y características sociodemográficas de adolescentes escolarizados**

### **Nutritional assessment and sociodemographic characteristics of school adolescents**

Doménica Vanesa Posso-López

[dvpossol@utn.edu.ec](mailto:dvpossol@utn.edu.ec)

Universidad Técnica del Norte, Ibarra  
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-6221-1853>

Giovanna Paulina Posso-López

[gposso9410@uta.edu.ec](mailto:gposso9410@uta.edu.ec)

Universidad Técnica de Ambato, Ambato  
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-1639-1715>

Recepción: 01 de octubre 2020  
Revisado: 01 de noviembre 2020  
Aprobación: 20 de diciembre 2020  
Publicación: 01 de enero 2020

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

## RESUMEN

**Objetivo:** Realizar la evaluación del estado nutricional y sus características sociodemográficas de los adolescentes de la Unidad Educativa Alberto Enríquez, Imbabura, Atuntaqui, Ecuador **Método:** Se utilizó el enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y corte transversal, con una población en estudio de 66 adolescentes. **Resultados:** Predominio en el sexo femenino con un 60.6% frente al sexo masculino con el 39,4%, con un predominio en la etnia mestiza con el 71,2%. Con respecto a la evaluación nutricional dietética se evidenció que existe un gran consumo de sal, grasas, cereales y frutas, con un bajo consumo de hortalizas y tubérculos. **Conclusión:** El consumo elevado de grasas y sal puede afectar el normal desarrollo y crecimiento de los adolescentes, el mismo que predispone al desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles.

**Descriptores:** Medicina del adolescente; fenómenos fisiológicos de la nutrición; endocrinología; agentes comunitarios de salud. (Fuente: DeCS, 2020).

## ABSTRACT

**Objective:** To carry out the evaluation of the nutritional status and its sociodemographic characteristics of the adolescents of the Alberto Enríquez Educational Unit, Imbabura, Atuntaqui, Ecuador. **Method:** The quantitative, descriptive and cross-sectional approach was used, with a study population of 66 adolescents. **Results:** Prevalence in the female sex with 60.6% compared to the male sex with 39.4%, with a predominance in the mestizo ethnic group with 71.2%. Regarding the dietary nutritional evaluation, it was evidenced that there is a large consumption of salt, fat, cereals and fruits, with a low consumption of vegetables and tubers. **Conclusion:** The high consumption of fat and salt can affect the normal development and growth of adolescents, the same that predisposes to the development of chronic non-communicable diseases.

**Descriptors:** Adolescent medicine; nutritional physiological phenomena; endocrinology; community health workers. (Source: DeCS, 2020).

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

## **INTRODUCCIÓN**

La adolescencia es un periodo crítico del desarrollo y crecimiento del ser humano, durante el mismo se produce una serie de cambios físicos, fisiológicos, biológicos, psicológicos y sociales. Se establecen y definen ciertas características del adulto, por tal motivo es importante realizar una correcta evaluación nutricional del individuo <sup>(1)</sup>.

La evaluación nutricional en este grupo poblacional es imprescindible ya que son indicadores de crecimiento para poder clasificar su estado nutricional e identificar de manera precoz factores de riesgo que pueden afectar su correcto desarrollo y crecimiento. Las ingestas dietéticas para los adolescentes son creadas en base de su edad y sexo <sup>(2),(3)</sup>.

Los adolescentes tienen necesidades nutricionales elevadas debido a su gran velocidad de crecimiento que es el pico máximo durante el ciclo de vida, donde adquieren el 25% de la talla definitiva y el 50% del peso final. En esta etapa crítica de la adolescencia existe un factor de riesgo para la salud, son los hábitos perniciosos<sup>(4)</sup>. La adolescencia es un ciclo de vida donde se evidencian cambios sociales y psicológicos que pueden verse afectados, es un momento de la vida donde se experimentan diversas actividades que son adictivas y peligrosas para la salud<sup>(5)</sup>.

El consumo de alcohol conlleva a una serie de complicaciones que suelen ser crónica<sup>(6)</sup>. El continente de América ocupa el segundo lugar entre las regiones de la Organización Mundial de la Salud con los niveles más altos en consumo excesivo de alcohol, el promedio de consumo se da a partir de los 15 años en adelante<sup>(7)</sup>.

El consumo de tabaco es un factor de riesgo común de las enfermedades cardiovasculares, cáncer, enfermedades respiratorias. El consumo de tabaco es una gran amenaza que enfrenta la salud a nivel mundial. La mayor parte de personas iniciaron el hábito tabáquico empezaron en la adolescencia, un grupo poblacional vulnerable con gran facilidad de crear dependencia <sup>(8) (9)</sup>.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que existe otro problema de salud pública un a alimentación poca saludable, siendo una problemática social y sanitaria a nivel mundial. La OMS reconoce que existe la mal nutrición, en donde se incluye la subnutrición y las deficiencias nutricionales, siendo una de las principales causas de

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

morbi-mortalidad a nivel mundial<sup>(10)</sup>. El 79% de las causas de mortalidad se encuentran atribuidas a las enfermedades crónicas no transmisibles, sobre todo en los países en vías de desarrollo, siendo las más comunes afecciones cardiovasculares, diabetes mellitus, obesidad, síndrome metabólico, las mismas que pueden ser tratadas de manera eficaz y con intervenciones económicas, en particular las acciones de promoción y prevención de salud, relacionadas con el régimen alimentario, actividad física, intervenciones sobre los hábitos perniciosos y el modo de estilo<sup>(11)</sup>.

### **Objetivo General**

Evaluar el estado nutricional, conocer sus características sociodemográficas y hábitos perniciosos en los adolescentes de la Unidad Educativa “Alberto Enríquez” Atuntaqui, Imbabura, Ecuador.

### **MÉTODO**

#### **Tipo de investigación**

Es un estudio de tipo descriptivo que cuantifica y analiza las diferentes variables, La muestra estará conformada por 60 adolescentes estudiantes de la institución, entre edades de 15 y 18 años.

Para la recolección de datos sociodemográficos se utilizó un cuestionario que constató la edad, sexo, lugar de procedencia y nivel de escolaridad.

La valoración de la evaluación nutricional se realizó a través del patrón de consumo de alimentos y se agruparon alimentos como verduras, frutas, azúcar, grasa y sal, tomando en cuenta la siguiente escala:

1. Al día (Uno, dos a tres veces)
2. Semanal (uno, dos a tres, mayor o igual a cuatro)
3. Mensual (uno a tres veces)
4. Nunca

Para conocer los hábitos perniciosos se tomó en cuenta dos hábitos: Consumo de alcohol y tabaco.

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

1. Para identificar el consumo de alcohol y la frecuencia del mismo de los adolescentes se utilizó una encuesta de opción simple, donde el primer aspecto fue definir si existe o no consumo de alcohol, si la respuesta es positiva se indica a seguir con la siguiente pregunta, donde indica la frecuencia del mismo.
2. Para conocer el consumo de cigarro del estudiante se evaluó por medio de una pregunta cerrada y s frecuencia si la respuesta fuera positiva.
- 3.

**Tabla 1.** Caracterización sociodemográfica de los estudiantes de la Unidad educativa “Alberto Enríquez”, Atuntaqui, Imbabura.

<b>Características sociodemográficas</b>		<b>%</b>
<b>Edad</b>	15	3
	16	33,3
	17	51,5
	18	12,1
	Total	100
<b>Sexo</b>	Hombre	39,4
	Mujer	60,6
	Total	100
<b>Etnia</b>	Blanco	-
	Afrodescendiente	-
	Mestizo	71,2
	Indígena	28,8
	Total	100
<b>Lugar de procedencia</b>	Urbano	48,5
	Rural	51,5
	Total	100

**Fuente:** Cuestionario aplicado.

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

**Tabla 2.** Identificación de los hábitos perniciosos en los adolescentes de la Unidad Educativa “Alberto Enríquez”, Atuntaqui, Imbabura.

<b>Hábitos perniciosos</b>		
<b>Consumo de bebidas alcohólicas</b>	si	22,7%
	no	77,3%
<b>Consumo de cigarrillo</b>	si	6,1%
	no	93,9%

**Fuente:** Cuestionario aplicado.

**Tabla 3.** Identificación de la frecuencia de consumo de alimentos.

<b>Alimento</b>	<b>Frecuencia de consumo</b>				
	<b>1 vez al día %</b>	<b>2-4 veces por semana %</b>	<b>1 vez a la semana %</b>	<b>2 veces por mes %</b>	<b>Nunca o casi nunca %</b>
<b>Leche y derivados</b>	4,54	22,22	35,35	23,73	14,14
<b>Huevo</b>	25,8	43,9	18,2	6,1	6,1
<b>Carnes</b>	1,76	22,97	29,54	28,28	17,42
<b>Leguminosas</b>	0,30	24,24	42,42	20	13,03
<b>Cereales</b>	15,36	28,35	22,29	16,88	15,36
<b>Tubérculos</b>	9,84	15,90	10,60	19,69	43,93
<b>Hortalizas</b>	4,92	25,94	18,56	18,93	31,62
<b>Frutas</b>	9,46	26,89	25,88	19,06	18,68
<b>Azúcares</b>	16,16	20,20	16,66	17,67	29,29
<b>Grasas</b>	7,07	28,78	22,72	12,62	27,77
<b>Sal</b>	47	45,5	3	1,5	3
<b>Comidas rápidas</b>	2,27	6,06	14,01	20,83	56,81

**Fuente:** Cuestionario aplicado.

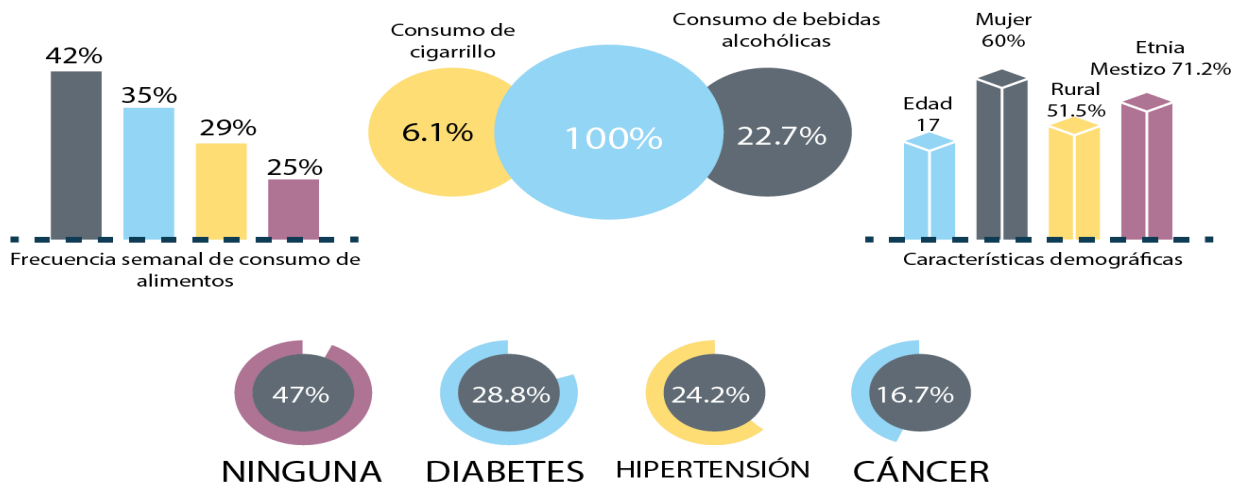
Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

**Tabla 4.** Identificación de Enfermedades Crónicas no Transmisibles, como antecedentes patológicos familiares de los estudiantes de la Unidad Educativa “Alberto Enríquez, Atuntaqui, Imbabura.

<b>Antecedentes patológicos</b>	<b>%</b>
<b>Sobrepeso u obesidad</b>	10,6
<b>Diabetes</b>	<b>28,8</b>
<b>Hipertensión</b>	<b>24,2</b>
<b>Derrame cerebral</b>	6,1
<b>Enfermedad del corazón</b>	15,2
<b>Colesterol o triglicéridos elevados</b>	10,6
<b>Cáncer</b>	16,7
<b>Enfermedades respiratorias crónicas</b>	4,5
<b>Ninguno</b>	<b>47</b>

**Fuente:** Cuestionario aplicado.

A continuación, se presentan en la figura 1 la representación gráfica de los resultados obtenidos de la investigación de campo



**Figura 1.** Representación gráfica de los resultados.

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

## **DISCUSIÓN**

En la tabla 1, se observa que la edad que más predomina en los adolescentes de la Unidad Educativa que participaron fue de 17 años con el 51,5%, la mayor parte de población corresponde al sexo femenino con el 60,6% del total, además, la etnia que sobresale en este estudio fue la mestiza con un 71,2% y la indígena con 28,8%, respecto al lugar de procedencia se obtuvo que el 52,5% pertenecen al sector rural. Los datos obtenidos de hombres y mujeres guardan relación con los registros del INEC 2016 que presentan 50,5% mujeres y el 49,4% hombres<sup>(12)</sup>.

En la tabla 2, sobre los hábitos perniciosos se evidencia que existe bajo consumo de alcohol en los adolescentes, el 77,3% no consumen bebidas alcohólicas; y los que si lo hacen tienen una frecuencia de 1 a 3 veces por año.

Estas cifras son bajas en comparación con las presentadas en ENSANUT 2012, donde el consumo de alcohol en adolescentes de 15 a 18 años es de 71,7% <sup>(13)</sup>.

En un estudio realizado en Brasil en el año 2020 sobre “Asociación entre estilo de vida comportamientos y calidad de vida relacionada con la salud en una muestra de adolescentes brasileños” se evidencia que el consumo de bebidas alcohólicas es del 43,1%. En relación a los datos obtenidos del presente estudio son bajos 22,7% <sup>(14)</sup>.

En cuanto al segundo hábito pernicioso el 93,6 % de adolescentes no consumen cigarrillo, sin embargo, los que si fuman (6,1%) lo hace una a tres veces al año y consume hasta cinco unidades.

En cuanto al consumo de cigarrillos estas cifras son menores a las presentadas en el ENSANUT 2012, en donde el consumo de cigarrillo en adolescentes fue de 26,4%.

En un estudio realizado en Brasil en el año 2020 sobre “Evaluación de la obesidad asociada a factores de riesgo para la salud en la escuela pública brasileña” se evidencia que el 94,4% de adolescentes no fuman. En cuanto a los datos del estudio realizado son bajos el 93,9% <sup>(15)</sup>.

En la tabla 3, Identificación de la frecuencia de consumo de alimentos en los estudiantes de la Unidad Educativa “Alberto Enríquez”, Atuntaqui, Imbabura; se demostró que existe un consumo alto de cereales, grasas, huevos, frutas y sal; consumo moderado de lácteos, carnes y leguminosas; y bajo consumo de tubérculos,



Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

hortalizas, azúcares y comidas rápidas. Los datos relevantes y de riesgo nutricional son consumo alto de grasas 28,78% (dos a cuatro veces por semana), sal 47% (1 vez al día) y un bajo consumo de hortalizas 31,62%.

En un estudio realizado en Paraguay en el año 2020 sobre “Caracterización Alimentaria nutricional de adolescentes de la comunidad campesina del Barrio Ybyraty de Paraguari” se evidencia que el consumo de grasas y aceites es el más consumido a diario con el 100% (16). En relación con el promedio obtenido de consumo de grasas en la Unidad Educativa “Alberto Enríquez” el consumo de grasas es bajo (7,07% al día).

En un estudio realizado en Cuba, en el año 2015 referente a “Estilos de vida, hipertensión arterial y obesidad en adolescentes” el 23,5% agrega sal a los alimentos después de cocinarlos <sup>(16)</sup>.

Según en el estudio realizado en Cuba, en el año 2015 referente a “Estilos de vida, hipertensión arterial y obesidad en adolescentes” se observa el 36,6% consume vegetales 2 a 4 veces a la semana y 12,3% todos los días <sup>(17)</sup>. Estos datos son mayores al presente estudio porque existe un consumo promedio de verduras de 28,35% entre 2 a 4 veces a la semana.

En la tabla 4, sobre la identificación de factores de riesgo como son las Enfermedades crónicas no transmisibles como antecedentes patológicos familiares de los adolescentes, los más relevantes son diabetes el 28,8%, hipertensión 24,2% y cáncer 16,7%; y quienes no presentan antecedentes patológicos familiares son el 47%.

En un estudio realizado en Honduras en el año 2015 sobre “Prevalencia de sobrepeso/obesidad, evolución antropométrica y factores relacionados en adolescentes de institutos de educación media, Tegucigalpa, Honduras” evidencia que no presentan familiares con ECNT el 63,63% <sup>(18)</sup>. En relación con el estudio realizado en la Unidad Educativa estos datos son más elevados.

## **CONFLICTO DE INTERÉS**

Las autoras declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

## **FINANCIAMIENTO**

Autofinanciado.

## **AGRADECIMIENTO**

A todas las autoridades y personal de la Unidad Educativa Alberto Enríquez; por permitir la realización de todo el proceso investigativo dentro del establecimiento educativo.

Asimismo, agradecemos a la Universidad Técnica del Norte y a toda la Carrera de Nutrición y Salud Comunitaria.

## **REFERENCIAS**

1. Gaete V. Adolescent psychosocial development. Rev Chil Pediatr. 2015;86(6):436–43.
2. Ministerio de salud. Valoración Nutricional|Alimentación Saludable [Nutritional Assessment | Healthy Eating] [Internet]. [cited 2020 Aug 18]. Available from <https://n9.cl/713oa>
3. Valderrama S., López M. PG. Valoración del estado nutricional y hábitos alimentarios en niños de 1 a 3 años de edad que acuden a la guardería “Bahía” de la ciudad de Guayaquil en el periodo 2018-2019. 2019;13–5 [Assessment of the nutritional status and eating habits in children between 1 and 3 years of age who attend the “Bahía” nursery in the city of Guayaquil in the period 2018-2019. 2019; 13–5]. Available from <https://n9.cl/x0ws8>
4. Organización Mundial de la Salud. Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones [Adolescents: health risks and solutions] [Internet]. [cited 2020 Aug 18]. Available from <https://n9.cl/ebbm>
5. Organización Mundial de la Salud. Desarrollo en la adolescencia [Development in adolescence]. [Internet]. 2015 [cited 2020 Aug 18]; Available from <https://n9.cl/57eq>
6. Góngora Gómez O, Elizabeth Gómez Vázquez Y, Antonio M, Ojeda R, Leandro J, Guerrero P, et al. Comportamiento del alcoholismo en adolescentes [Behavior of alcoholism in adolescents]. Acta Médica del Cent. 2019;13(3):315–27.

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

7. OPS. Prevención Integral de Enfermedades Crónicas no Transmisibles [Comprehensive Prevention of Chronic Noncommunicable Diseases] [Internet]. 2014 [cited 2020 Aug 18]. Available from <https://n9.cl/ngg90>
8. Gualayin Pablo, Irazola Vilma, Rubinstein Adolfo, Bruno Rodrigo, Días André, Gulayin Miguel UM y BA. Adolescentes Libres de Tabaco. Efectividad de una intervención educativa [Tobacco Free Teens. Effectiveness of an educational intervention]. 2018;116(3):392–400.
9. Metro Ecuador ¿A qué edad los jóvenes comienzan a consumir alcohol? [At what age do young people begin to consume alcohol?] [Internet]. 2017 [cited 2020 Aug 18]. Available from <https://n9.cl/w5zma>
10. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana [Healthy food] [Internet]. 2018 [cited 2020 Aug 18]. Available from <https://n9.cl/ihqu>
11. Rosales Ricardo Y, Peralta L, Yaulema L, Pallo J, Orozco D, Caiza V, et al. Alimentación saludable en docentes [Healthy eating in teachers]. Rev Cuba Med Gen Integr. 2017;33(1):115–28.
12. Instituto nacional de estadística y censos 2016 [Internet]. [cited 2020 Oct 11]. Available from <https://n9.cl/v6r9e>
13. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición ENSANUT-ECU 2012 [Internet]. 2014 [cited 2020 Aug 18]. Available from <https://n9.cl/se8f>
14. Da Costa BGG, Chaput JP, Lopes MVV, da Costa RM, Malheiros LEA, Silva KS. Association between lifestyle behaviors and health-related quality of life in a sample of Brazilian adolescents. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(19):1–11.
15. Corazzini R, Morgado F, Gascón TM, Affonso Fonseca FL. Evaluation of obesity associated with health risk factors in Brazilian public school. Obes Med. 2020;19(January).
16. Costas-Duarte V, Alfonzo-Maciel F, Serafini-Melgarejo M, Flores-Alatorre JF. Caracterización Alimentaria nutricional de adolescentes de la comunidad campesina del Barrio Ybyraty de Paraguarí [Nutritional food characterization of adolescents from the rural community of the Ybyraty neighborhood of Paraguarí]. Memorias del Inst Investig en Ciencias la Salud. 2020;18(1):22–31.
17. González Sánchez R, Llapur Milián R, Díaz Cuesta M, Illa Cos MDR, Yee López E, Pérez Bello D. Estilos de vida, hipertensión arterial y obesidad en adolescentes [Lifestyles, high blood pressure and obesity in adolescents]. Rev Cubana Pediatr. 2015;87(3):273–84.

Doménica Vanesa Posso-López; Giovanna Paulina Posso-López

18. Rodríguez K, Rodas P, Mairena D, Sánchez C. Prevalencia De Sobrepeso/ Obesidad, En Adolescentes De Institutos De Educación Media [Prevalence of Overweight / Obesity in Adolescents from Secondary Education Institutes]. 2015;83:7–9.

2021 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).