



Universidad de Concepción del Uruguay.

Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Bartolomé Vassallo”.

Licenciatura en Nutrición.

“CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO
NUTRICIONAL EN NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS QUE CONCURREN AL MERENDERO –
NUBECITAS- DEL BARRIO CANTERA 25 DE LA CIUDAD DE CONCEPCIÓN DEL
URUGUAY – ENTRE RÍOS DURANTE LOS MESES DICIEMBRE DEL AÑO 2020 –
ENERO DEL AÑO 2021”

Alumna: DA SILVA, ARIANA AYLÉN

Directora: PULIDO, MARÍA JULIANA; Licenciada en Nutrición

Concepción del Uruguay, 22/03/2021

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, a mis padres por alentarme y confiar siempre en mí. Un agradecimiento especial a mi mamá, quien además de darme la vida, también supo orientarme y acompañarme durante los 23 años que compartimos juntas.

A mis familiares y amigas/os, quienes a la distancia supieron acompañarme a lo largo de todo este camino. A mi compañero por su amor, paciencia y comprensión.

Gracias a mi tutora de tesis, Juliana Pulido por su entrega y profesionalidad brindada tanto dentro como fuera de la Universidad de Concepción del Uruguay.

A mis evaluadoras por su tiempo y dedicación.

Al merendero “Nubecitas” por el espacio, la oportunidad, respeto y amabilidad con la que siempre fui tratada.

También agradezco a mi tutora de prácticas hospitalarias, Luciana Guionet, a quien siempre tengo presente por todo su amor, tiempo y respeto brindado durante el tiempo compartido.

Por último, y no menos importante, a mi perro “Oso”, por ser quien más me vio estudiar, mi mejor compañero y oyente.

De corazón, muchas gracias por formar parte.

ÍNDICE

RESUMEN.....	4
INTRODUCCIÓN.....	6
JUSTIFICACIÓN.....	9
PALABRAS CLAVES.....	12
ANTECEDENTES	13
LUGAR DE REALIZACIÓN DE TRABAJO DE CAMPO	20
PLANTEO DEL PROBLEMA	22
OBJETIVOS	24
- Objetivo general.....	24
- Objetivos específicos	24
HIPÓTESIS	25
MARCO TEÓRICO.....	26
1- Edad escolar.....	26
2- Nutrición y alimentación saludable	28
3- Bebidas azucaradas.....	34
a- Definiciones	34
b- Rotulado nutricional y nutrientes críticos	35
c- Bebidas edulcoradas.....	39
4- Factores que predisponen al consumo de bebidas azucaradas.....	41
5- Frecuencia de consumo y preferencias alimentarias	42
6- Enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT)	44
MATERIAL Y MÉTODOS.....	53
- Tipo de estudio.....	53
- Universo	53
- Muestra	53
- Criterios de inclusión.....	54
- Criterios de exclusión.....	54
- Variables	54
- Recolección y análisis de datos	59

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

RESULTADOS ALCANZADOS.....	60
DISCUSIÓN.....	73
CONCLUSIÓN	75
BIBLIOGRAFÍA.....	78
ANEXO I: FRECUENCIA DE CONSUMO.....	84
ANEXO II: VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL.....	85
ANEXO III: AUTORIZACIÓN.....	86

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	20
Figura 2.....	33
Figura 3.....	36
Figura 4.....	50
Figura 5.....	51
Figura 6.....	58
Figura 7.....	58

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1.....	61
Gráfico 2:	61
Gráfico 3:	62
Gráfico 4:	63
Gráfico 5:	64
Gráfico 6:	64
Gráfico 7:	65
Gráfico 8:	66
Gráfico 9:	66
Gráfico 10:	67

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	68
Tabla 2:	69
Tabla 3:	70
Tabla 4:	71
Tabla 5:	71

RESUMEN

Se llevó a cabo un trabajo de investigación cuantitativo, prospectivo, transversal y de carácter descriptivo / analítico, el cual tuvo como principal objetivo evaluar el consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del año 2020 y enero del 2021.

Para abordar dicho objetivo, se elaboró una encuesta a 32 niños ubicados dentro del rango etario mencionado, con la cual se pudo registrar cuáles son las bebidas azucaradas más consumidas dentro del merendero, así como también saber en qué comidas los niños tienen acceso a las mismas, en qué cantidades y con qué frecuencia.

En cuanto al estado nutricional, para poder evaluarlos se utilizaron las tablas de IMC/edad propuestas por la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP). El cálculo del IMC surgió de la toma de mediciones antropométricas de peso y talla para luego evaluar el estado nutricional de cada niño según la SAP.

En lo que respecta a las bebidas azucaradas, se realizó un análisis del rotulado nutricional de cada una de las más elegidas por la población encuestada. Dicho análisis se basó en las recomendaciones diarias de azúcares y sodio que propone la Organización Mundial de la Salud.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

En base a los resultados, de los 32 niños encuestados el 28% tiene sobrepeso y el 22% obesidad confirmando así la primera hipótesis planteada de que la mayoría de los niños en estudio padecen dichas alteraciones del estado nutricional. En segundo lugar, se determinó que el 31% de la población consume bebidas azucaradas diariamente, ya sea gaseosas o jugos, refutando así la segunda hipótesis propuesta por la tesista.

INTRODUCCIÓN

Durante los primeros años de vida, el niño aprende diferentes hábitos y conductas que desempeñará a lo largo de toda su vida; entre los cuales se encuentra el patrón alimentario; definido como “el conjunto de alimentos que, un individuo o grupo de individuos, consume de forma habitual por lo menos una vez a la semana” (Torres. F, 2002, p. 131).

La Licenciada en Nutrición María Eugenia Lestingi (2015) señala que la población infantil, es un grupo especialmente vulnerable a desequilibrios nutricionales, pero también especialmente receptivo a cualquier modificación. Por ello, es importante saber que la edad escolar se caracteriza por traer consigo muchos cambios inherentes al desarrollo del ser humano. Es imprescindible comprender y acompañar esos cambios producidos durante esta etapa desde el punto de vista alimentario, fundamental para la concientización y el establecimiento de los hábitos alimentarios que perdurarán a lo largo de la vida, por lo que resulta esencial incluir los nutrientes necesarios para cubrir las recomendaciones diarias que el organismo necesita para realizar sus funciones biológicas y que puedan aportar mayores beneficios para la salud al fin de prevenir enfermedades a corto y largo plazo.

Es de suma importancia durante este período, que tanto los padres como maestros o encargados promuevan la adquisición de hábitos alimentarios saludables desde

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

edades tempranas, así como también es fundamental que, desde el equipo de salud, principalmente Licenciados en Nutrición, promuevan la salud a través de la concientización, sensibilización y movilización (Lorenzo; et al, 2015).

Los mismos autores, sostienen que en esta etapa se comienza a producir una ruptura de la dependencia familiar. Los niños tienden a comenzar la búsqueda de la propia identidad y el deseo de aceptación por parte de sus pares. Esto conlleva a los mismos, a elegir otros tipos de dietas, muchas veces inadecuadas, las cuales incrementan el riesgo de desarrollo de enfermedades nutricionales.

La Organización Mundial de la Salud (2015) asegura que el consumo excesivo de bebidas azucaradas incrementa el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles, como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares.

Cabe destacar, que la Federación Argentina de graduados en Nutrición (2017), afirma que Argentina se encuentra dentro de los cinco países de mayor consumo de bebidas azucaradas, por ende, es uno de los países de América Latina con mayor mortalidad atribuida al consumo de las mismas. En nuestro país, el consumo diario de azúcar agregado es alrededor de 175 gr, siendo 25 gr lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

Teniendo en cuenta todo lo antes mencionado, se plantea el siguiente trabajo de investigación, el cual pretende investigar el consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses diciembre 2020 – enero 2021.

JUSTIFICACIÓN

El interés de la tesista por realizar la presente investigación se debe al incremento que se ha producido a nivel mundial, en cuanto a la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), siendo uno de sus causantes el consumo de bebidas azucaradas. Resulta de gran importancia realizar una investigación orientada a esta temática en la población de niños en edad escolar ya que es un grupo etario vulnerable que necesita una correcta educación alimentaria para forjar hábitos saludables para toda la vida (Lestingi, 2015).

Hoy en día el consumo de hidratos de carbono simples como el que se encuentra en galletitas, golosinas y especialmente en bebidas azucaradas, por parte de los niños, es muy elevado, ya que el mercado ofrece una amplia oferta sobre éstos, como así también la fuerte relación con los medios de comunicación (televisión, internet, radio y revistas) haciendo promoción del consumo de los mismos. Otro de los puntos a destacar es el entorno familiar, la cultura alimentaria, los malos hábitos de alimentación y la falta de conocimiento sobre las consecuencias que conlleva una elevada ingesta de estas bebidas (Torresani, 2015).

Según un informe publicado por el Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil (CESNI, 2016), elaborado por Zapata, M. E., Rovirosa, A., y Carmuega, E., durante los

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Canteras 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

últimos veinte años el consumo promedio de gaseosas y jugos en polvo se incrementó de medio vaso a uno de gaseosa por día. Esto se ve plasmado, sobre todo, en los hogares de menores ingresos, los cuales antes representaban una tercera parte del consumo general de estas bebidas y hoy en día, su consumo supera ampliamente a los hogares de mayores ingresos.

El último Boletín de Vigilancia Epidemiológica del Ministerio de Salud indica que, en el año 2011, el consumo per cápita de bebidas elaboradas por la compañía más grande de gaseosas fue de 80 litros: 2,5 veces mayor al consumo de 1991 y 1,5 veces mayor al del año 2001.

En América Latina según estadísticas de la OPS/OMS, las ventas de bebidas gaseosas en la región se duplicaron entre el 2000 y el 2013, superando a las de América del Norte.

La tasa de obesidad en la Argentina alcanza al 27 %, la más alta de América Latina, más del 60 % de los habitantes del país tienen sobrepeso, situaciones que representan un grave problema para el sistema sanitario. Esas fueron las cifras aportadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), dejando a nuestro país en el podio entre los que presentan mayor número de personas con sobrepeso, junto con Canadá y Estados Unidos (los tres con más del 60 % de la población).

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

La revista “Conocimientos” de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Córdoba (UNC) publicó un estudio en el año 2018 donde se afirma que entre los productos procesados y ultraprocesados que se consumen dentro de los hogares y/o comedores comunitarios, aparecen las bebidas, en especial, las industriales endulzadas como preferidas: las gaseosas, aguas saborizadas, jugos envasados y para diluir (en polvo o concentrados).

Por todos los estudios mencionados anteriormente, la tesista considera importante llevar a cabo esta investigación en nuestra población, motivo por el cual el presente estudio tiene como objetivo principal, evaluar el consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años de edad que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses diciembre 2020 – enero 2021”.

Se espera que los resultados del presente trabajo puedan aportar información relevante para dicho Instituto acerca del estado nutricional actual de los niños y concientizar acerca del consumo de bebidas azucaradas, logrando su limitación e idealmente reemplazarlas por otras, ya que éstas constituyen una de las principales fuentes de ingesta de azúcar agregada. Y así poder prevenir el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles, entre otras.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

PALABRAS CLAVES

- Bebidas azucaradas
- Obesidad
- Sobrepeso
- Valoración nutricional
- Índice de masa corporal

ANTECEDENTES

Varios estudios realizados abordan la problemática de la obesidad y el sobrepeso infantil relacionada al consumo de bebidas azucaradas y otros factores que también son causantes de la misma, por lo cual es importante destacar el trabajo de investigación llevado a cabo por Romina Leonardo, en el año 2012, quien para obtener su título de Licenciada en Nutrición en la Universidad Abierta Interamericana realizó un estudio titulado “Consumo de bebidas gaseosas en escolares de 10 a 12 años de la ciudad de Rosario”. El mismo se llevó a cabo en 60 escolares entre esas edades, en la escuela primaria N°1275 Fray Luis Beltrán. El objetivo general de la investigación fue analizar los hábitos de consumo de bebidas gaseosas y su relación con el estado nutricional en escolares de 10 a 12 años de la ciudad mencionada. Se seleccionaron 60 alumnos de forma probabilística, donde se les realizó una encuesta de carácter anónima compuesta por 15 preguntas de tipo cerrada, indagando sobre la frecuencia y la cantidad de consumo de bebidas gaseosas, además se les tomó peso y talla para el cálculo de Índice de Masa Corporal necesario para el diagnóstico nutricional. Mediante la investigación se corroboró que el 100 % de los escolares consumen bebidas gaseosas al menos una vez a la semana. Fue positivo saber que de los 60 niños encuestados, solo el 22% consume gaseosas diariamente. El 80% afirmó que sus familiares compran gaseosas en sus hogares, de los cuales solo el 35% tiene un consumo limitado en cantidades. En su totalidad, el estudio arrojó que de los 60 niños, el 10% presenta

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

sobrepeso y el 3% obesidad, dando un total de 8 niños con problemas de exceso de peso, de los cuales 7 de ellos manifestaron que consumen gaseosas diariamente sin límites (más de 3 vasos diarios).

Este antecedente es de interés, debido a que estudia cómo se ve afectado el valor nutricional de los niños encuestados a causa del excesivo y poco controlado consumo de gaseosas. Además, este estudio coincide con los objetivos específicos planteados en el presente trabajo, como la frecuencia de consumo y la valoración nutricional.

En las últimas décadas, y como un fenómeno de escala global, se ha incorporado como hábito el consumo de bebidas que además de agua incluyen otras sustancias que le aportan color, sabor y en muchos casos calorías, por tal motivo, la tesista destaca el trabajo de investigación realizado por Melina Gabbanelli en el año 2015 en la Universidad FASTA – Facultad de Ciencias Médicas, titulado “hidratación saludable en la infancia”. El objetivo del trabajo fue evaluar los conocimientos, actitudes y prácticas en relación a la hidratación, agua y otras bebidas analcohólicas, y el estado nutricional de los niños de sexto grado de un colegio público y un colegio privado de la ciudad de Mar del Plata en el año 2015. Se encuestaron a 150 niños, de los cuales solo 38 fueron evaluados antropométricamente. El 50% de la muestra evaluada presenta un estado nutricional normal, un 29% de los niños presenta sobrepeso, un 13% obesidad y un 3% obesidad grave. El 5% restante, evidencia riesgo de bajo peso. Cerca del 90% de los

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

alumnos encuestados reconoce que el consumo habitual de bebidas azucaradas está vinculado con el desarrollo de enfermedades metabólicas.

En el estudio realizado en 2015 “Hidratación Saludable en la Infancia” (CESNI, 2015) Rosa Labanca expresa que “existe evidencia científica que sostiene que las bebidas edulcoradas con azúcares tienen un papel importante en el desarrollo de obesidad. Este asunto tiene notoria importancia en salud pública, ya que la exposición a estas bebidas, el sedentarismo y la obesidad son altamente prevalentes por la fuerte correlación temporal entre ambas, y hasta con diabetes”. El consumo de alimentos ricos en sodio y condimentos que estimulan la sed lleva a los niños a que ingieran más bebida, y generalmente suelen elegir bebidas azucaradas para satisfacerla, transportando mayor cantidad de calorías vacías.

Estos antecedentes presentan relación con la investigación llevada a cabo debido a que destacan la importancia de que se realicen trabajos que consistan en investigar sobre la hidratación durante la infancia, para lograr mediante la educación alimentaria, concientizar acerca de las enfermedades que conlleva su consumo en exceso y la importancia del consumo de agua como fuente de hidratación. Además, éstos antecedentes, si bien no coinciden con el contexto tanto temporal como geográfico, es pertinente como aporte dado que existe una coincidencia con el objetivo específico planteado acerca de la valoración nutricional de niños en edad escolar.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Canteras 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

En el estado de Tamaulipa – México (2015), Paulina Paredes, Sanjuana Aleman, Octelina Castillo y Adriana Perales, realizaron un trabajo de investigación denominado “Consumo de bebidas azucaradas y su relación con enfermedades crónicas no transmisibles en niños”. El trabajo consistió en realizar una exhaustiva búsqueda en las bases de datos de Pubmed, ISI Web Science, Google Scholar y Elsevier del año 2007-2015 sobre el consumo de bebidas azucaradas; de las bebidas que se encontraron se analizaron sus ingredientes, calorías y el contenido de sodio. Dentro de los resultados obtenidos se supo que algunas de las bebidas comerciales de mayor consumo superan la recomendación de azúcar de la Organización Mundial de la Salud (OMS), además de contener benzoato de sodio como conservador y edulcorantes no calóricos que no son recomendados en niños.

Si bien no es un estudio local, engloba las bebidas azucaradas que mayormente son consumidas a nivel mundial, analizando principalmente el contenido de azúcar y sodio en las mismas. Este estudio coincide con uno de los objetivos planteados, el cual consiste en analizar las características nutricionales de las bebidas azucaradas.

México y la Unión Americana, son países que presentan los más altos índices de obesidad en niños y adultos, asociado también a un elevado consumo de bebidas carbonatadas. Un estudio de la Universidad de Yale en Estados Unidos denominado “Ley orgánica para el equilibrio de las finanzas públicas y el consumo de bebidas

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

azucaradas”, llevado a cabo en el año 2020, reporta que un mexicano promedio bebe 163 litros al año, lo que representa medio litro al día. Entre los datos más relevantes de la investigación, se encontró que el consumo de bebidas azucaradas es la principal fuente de calorías de la dieta. Por lo mencionado anteriormente, la tesista considera importante añadir un estudio que se titula “Consumo de refrescos y riesgo de obesidad en niños de Guadalajara, México”, llevado a cabo en el año 2009, en 210 niños de edad escolar, se evaluó el riesgo de obesidad determinándose: pliegues cutáneos tricipital y subescapular, Índice de Masa Corporal (IMC) y porcentaje de grasa corporal. Se aplicó una encuesta de frecuencia de consumo de refrescos por día y una encuesta por recordatorio de 24 horas de la ocasión de consumo. Los resultados demostraron que el consumo elevado de refrescos con alto contenido de energía representó un elevado riesgo de obesidad en una población de niños mexicanos.

Se les atribuye gran importancia a estos antecedentes provenientes de países extranjeros, debido a que demuestran que la epidemia de la obesidad infantil es un suceso global, siendo el consumo de bebidas azucaradas un factor desencadenante. Además, éste antecedente coincide con los objetivos planteados en el presente trabajo, incorporando frecuencia de consumo y valoración nutricional.

Respecto al impacto publicitario de las bebidas azucaradas, Pérez Salgado y colaboradores realizaron un estudio titulado “Publicidad de alimentos en la programación de la televisión mexicana: ¿los niños están más expuestos?”, para evaluar la publicidad

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

relacionada con alimentos transmitida en los canales gratuitos de televisión de la Ciudad de México. La transmisión se grabó un día entre semana y uno en fin de semana, de los 11 canales gratuitos de televisión, entre julio y octubre de 2007. Se analizó la duración de los comerciales, los productos anunciados, el valor nutricional de los alimentos anunciados, así como las estrategias publicitarias utilizadas. Los resultados revelan que la publicidad de alimentos fue mayor durante los programas infantiles que durante la programación dirigida a la audiencia general (25.8% vs. 15.4%). Los alimentos anunciados con mayor frecuencia fueron bebidas con azúcar añadida y dulces, así como cereales con azúcar añadida. Los alimentos anunciados en programas infantiles tuvieron mayor contenido de calorías, grasa y carbohidratos. Las estrategias publicitarias más utilizadas fueron las promociones y asociar productos con emociones positivas.

Es importante resaltar que el aumento en porcentajes de niños con problemas de exceso de peso no se debe solo al consumo de bebidas azucaradas, sino que también por el reemplazo de la actividad física por tiempo libre otorgado a los videojuegos o a la televisión/celulares, también se encuentran factores de publicidad, y el entorno familiar que muchas veces ofrece bebidas ricas en azúcares como premio por buena conducta (Fundación Interamericana del corazón [FIC], 2018).

Con estos antecedentes, es considerado de gran interés recalcar el rol protagónico que tiene la publicidad sobre la alimentación, además de que el análisis nutricional de los alimentos que se publicitan son en su mayoría ricos en azúcares y sodio, siendo ambos los nutrientes críticos presentes en las bebidas

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

azucaradas, coincidiendo así, con uno de los objetivos específicos del presente trabajo.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

LUGAR DE REALIZACIÓN DE TRABAJO DE CAMPO

El merendero “Nubecitas” se encuentra ubicado dentro del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay sobre la calle Pablo Lorentz a la altura 681, entre las calles Teniente Primero Ibáñez y Lorenzo P. Sartorio.

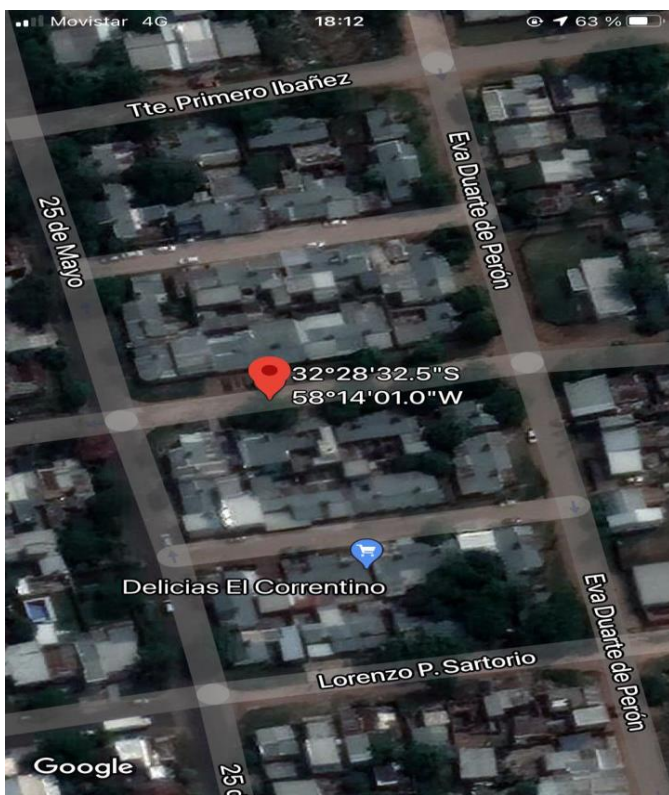


Figura 1

Ubicación geográfica del merendero “Nubecitas”. Fuente: Google Maps. Fecha de consulta: 11 de diciembre del 2020.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

El espacio geográfico que ocupa es la vivienda de una familia, por ende, en algunas ocasiones se distribuyen extensos tabloneros en el comedor de la casa y en otras se les pide que retiren la vianda por el merendero para luego consumirlas en sus hogares.

Nubecitas funciona de lunes a viernes ofreciendo a los niños del barrio dos de las cuatro comidas principales. Diariamente se brinda desayuno - almuerzo y los lunes y miércoles se ofrece la merienda.

Los gastos mensuales que demandan dicho espacio son solventados gracias a la ayuda de agrupaciones y vecinos de la ciudad de Concepción del Uruguay que siempre están dispuestos a colaborar. Esto, por cierto, es uno de los mayores problemas que presenta el merendero, que al no recibir un monto específico destinado a la alimentación de los niños pone en riesgo el acceso a su alimentación y a la continuidad de este.

Durante varios meses del año 2020, debido a la pandemia en combinación con la crisis económica, el merendero se vio obligado a cerrar sus puertas. Hoy día, dicho merendero se encuentra reabriendo sus puertas, alimentando nuevamente a los niños del barrio a quienes se los invita a retirar su porción para poder cumplir con los protocolos de prevención de COVID-19. Por eso, aprovecho este espacio para agradecer a quienes se esfuerzan y trabajan diariamente en hacer cumplir los derechos de todos los niños.

Mi gran amiga, Micaela García, mujer líder y defensora de los derechos de los niños decía: “no vamos a cambiar el mundo si le damos un sueño a un niño de bajos recursos, pero si le vamos a cambiar la visión del mundo a ese niño, y eso ya es cambiar el mundo”.

PLANTEO DEL PROBLEMA

El incremento del consumo de bebidas azucaradas durante las últimas décadas ha derivado en una gran problemática tanto a nivel nacional como también global; las ECNT, principalmente el sobrepeso y la obesidad, las cuales son el foco actual de los principales problemas nutricionales (Organización Mundial de la Salud, 2015).

El consumo de bebidas azucaradas no influye directamente en el desarrollo de estas enfermedades, pero al ser Argentina un país que se encuentra entre los cinco de mayor consumo de estas bebidas, es de gran interés estudiar que las calorías aportadas por estas bebidas contribuyen un factor de riesgo de padecerlas [Fundación Argentina de graduados en nutrición (FAGRAN), 2017].

Los niños que asisten al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay, reciben donaciones semanales y/o mensuales tanto de alimentos como bebidas, dentro de las bebidas se encuentran principalmente los jugos en polvo y las gaseosas de segundas marcas.

En cada comida que se brinda dentro del merendero existe la oferta de estas bebidas, por el mismo motivo surge la siguiente pregunta:

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

¿Existe relación entre el consumo de bebidas azucaradas y el desarrollo de sobrepeso u obesidad en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses diciembre 2020-enero 2021?

OBJETIVOS

- Objetivo general

Evaluar el consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años de edad que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses diciembre 2020– enero 2021”.

- Objetivos específicos

- Analizar las características nutricionales de las bebidas azucaradas que se consumen con frecuencia dentro del merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses diciembre 2020 – enero 2021.
- Conocer la frecuencia de consumo de bebidas azucaradas en la población alcanzada por esta investigación.
- Evaluar el estado nutricional de los niños de 6 a 12 años de edad que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay - Entre Ríos durante los meses diciembre 2020 – enero 2021 a través de las tablas de IMC/edad de la Sociedad Argentina de pediatría (SAP).

HIPÓTESIS

- La mayoría de los niños de 6 a 12 años de edad que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre 2020 – enero 2021 presentan sobrepeso u obesidad.
- Todos los niños del rango etario mencionado que asisten al merendero en estudio consumen bebidas azucaradas diariamente.

MARCO TEÓRICO

1- Edad escolar

La Licenciada en Nutrición Lestingi (2015) señala que la edad escolar es la que abarca desde los 6 años a los 10 años de edad en la mujer y a los 12 en el hombre. Durante esta etapa, es fundamental una correcta alimentación, ya que estos hábitos son los que van a perdurar por el resto de sus vidas.

Una forma de concientizar acerca de hábitos saludables, es realizando educación alimentaria, ya que es la mejor herramienta para lograr las modificaciones necesarias en el estilo de vida a fin de evitar la aparición de enfermedades nutricionales tanto a corto como a largo plazo.

A la edad escolar se la denomina como la fase de crecimiento latente, ya que en ella son muy estables las tasas de crecimiento somático y los cambios corporales se efectúan de manera gradual. Además, en este período se acentúa el dimorfismo sexual y las modificaciones en la composición corporal son evidentes; se almacenan recursos en preparación para el segundo brote de crecimiento y los índices de crecimiento varían significativamente (Lorenzo; et al, 2015).

La misma autora sostiene que se trata de una etapa marcada por el aprendizaje de la vida social; disciplina escolar, horarios estrictos, esfuerzo intelectual e iniciación al deporte. A su vez, es importante destacar que, al ingresar al sistema escolar formal, se produce la ruptura de la dependencia familiar.

La edad escolar es aquella en la que se adquieren los hábitos alimentarios y en este proceso interviene todo lo relacionado a la educación, tanto en el seno familiar como en la escuela y/o espacio donde se realizan las comidas. En la formación del gusto por ciertos alimentos, y por lo tanto, de los hábitos alimentarios, intervienen factores genéticos y ambientales o culturales que en determinadas ocasiones son difíciles de distinguir entre sí. Dentro de los factores ambientales, la influencia de los compañeros y la importancia de la imitación desempeñan un rol esencial. Además, en el proceso de sociabilización el niño consigue incorporar nuevos hábitos alimentarios que interfieren en las prácticas alimentarias familiares (Ministerio de Salud, 2009).

A medida que los niños crecen se incrementan tanto las fuentes de alimentos y bebidas como las influencias sobre la conducta alimentaria. Algunos hábitos que se desarrollan fuertemente a esta edad y que conllevan un potencial riesgo para la salud son el aumento en el consumo de comidas rápidas, el salteo del desayuno y la elección inadecuada de colaciones. A esto debe sumarse el aumento en el consumo de bebidas azucaradas como las gaseosas y los jugos (Lorenzo; et al, 2015).

2- Nutrición y alimentación saludable

En la actualidad se suele utilizar como términos similares las palabras nutrición y alimentación, cuando en realidad son conceptos diferentes por lo que se torna necesario diferenciarlos.

El Consejo de Alimentación y Nutrición de la Asociación Médica Americana (1963) afirma:

Que la *nutrición* es la ciencia que estudia los alimentos, los nutrientes; la interacción en relación con la salud y la enfermedad; los procesos de digestión, absorción, utilización y excreción de las sustancias alimenticias y también los aspectos económicos, culturales, sociales y psicológicos relacionados con los alimentos y la alimentación. (p.12)

En cambio, cuando hablamos de *alimentación*, hacemos referencia al “acto de proporcionar al cuerpo alimentos e ingerirlos. Es un proceso consciente y voluntario”. (Organización Mundial de la Salud, 2018). La misma es un fenómeno complejo ya que según Domínguez, Olivares, y Santos (2012) está basado en las siguientes premisas:

- a) Es una necesidad biológica, que impulsa la búsqueda de alimento en respuesta a un conjunto de señales hormonales periféricas, reguladas por el sistema nervioso central.

- b) Es una fuente de placer, que orienta la selección de alimentos y su consumo según sus características organolépticas.
- c) Está basada en pautas socioculturales, que determinan el patrón de consumo de alimentos superponiéndose a los impulsos fisiológicos.
- d) Es un hecho social, que funciona como medio de relación e interacción entre las personas dentro de la cultura.
- e) Es producto del entorno social y constituye un rasgo característico de la cultura local.
- f) Es una interacción de influencias ambientales, cognitivas, fisiológicas y socioculturales.

A la relación que existe entre el ser humano y la alimentación se la conoce como conducta alimentaria, siendo ésta un factor que determina en gran parte la alimentación debido a que el hecho de alimentarse no cumple solamente una función fisiológica, sino que también entra en juego todo lo aprendido mediante la experiencia directa con la comida dentro del entorno familiar, social y cultural, la imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el estatus social y los simbolismos afectivos (Oyarce Merino, Valladares Vega, Elizondo Vega y Obregón, 2016).

La conducta alimentaria del hombre no es tan solo comer diferentes preparaciones. El acto de comer, para el ser humano, es algo más que nutrirse. No comemos solo para

mantener nuestras funciones vitales, sino también para proporcionarnos placer, facilitar la convivencia y luchar contra determinadas ansiedades. La alimentación es, por tanto, un proceso complejo que trasciende la necesidad puramente biológica y que se ve influenciado por toda una serie de factores sociales, culturales, geográficos, religiosos o afectivos. Para el recién nacido, por ejemplo, alimentarse es un acto sumamente placentero que no solo satisface sus necesidades primarias, sino que le permite relacionarse con el medio exterior y, sobre todo, con la madre. Encina, Gallegos, Espinoza, Arredondo y Palacios (2019, diciembre, 27) Revista Chilena de Nutrición.

Toda alimentación para ser considerada saludable, debe ser variada y equilibrada, la cual se podrá llevar a cabo solo si se cumplen las cuatro Leyes Fundamentales de la Nutrición que según López y Suárez (2008) son:

- 1- Primer ley es la de la *cantidad*, es decir, la alimentación debe ser suficiente para cubrir con las necesidades y lograr un balance en el organismo.
- 2- La segunda ley habla de la *calidad* de la alimentación, la misma debe ser completa en nutrientes.
- 3- En la tercer ley, se tienen en cuenta los principios nutritivos, es decir, hidratos de carbono, proteínas y lípidos, los cuales deben mantener una relación *armónica*.

- 4- La cuarta ley, toda alimentación debe ser *adecuada* al organismo de cada individuo. La misma es la más importante, ya que sin ella, la dieta no es correcta, hay que adaptarse a los gustos, hábitos, horarios, costumbres y religión de la persona, para que ésta pueda llevar y cumplir una alimentación óptima.

Torresani y Somoza (2000) sostienen que la importancia de llevar a cabo una alimentación saludable, es para prevenir una malnutrición. El término malnutrición es un concepto que abarca tanto déficit (bajo peso, desnutrición, déficit de vitaminas/minerales) como por exceso (sobrepeso, obesidad, hipertensión, diabetes, aterosclerosis, enfermedades coronarias).

Dentro de una alimentación saludable, la hidratación es un componente clave, ya que el agua, además de ser un nutriente esencial, es el principal componente del organismo humano porque constituye más del 60% de la composición corporal total (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO], 2017).

La Asociación Española de Pediatría (2016) establece que “dentro del marco de una alimentación saludable son tan importantes los alimentos que la conforman como sus raciones diarias recomendadas y las bebidas a incluir” (p.32). Por ende, afirma que el agua constituye una bebida esencial desde la infancia para mantener un óptimo estado

de salud ya que es fundamental para el correcto desarrollo de la regulación de la temperatura corporal, la eliminación de metabolitos por los riñones, y el normal desarrollo de las diversas funciones físicas y cognitivas.

El agua no proviene únicamente de la ingesta diaria, sino que también de la que se encuentra naturalmente en los alimentos y del agua metabólica resultante del metabolismo de carbohidratos, proteínas y grasas (Carmuega, 2015).

El mismo autor asegura que de estas tres fuentes, la primera no sólo es la que representa la mayor proporción de la ingesta, sino que también es la que fácilmente puede ser objeto de modificación a través de la conformación de hábitos saludables.

Una hidratación saludable, al igual que la alimentación, es un hábito que se aprende durante los primeros años de vida, por ende, la incorporación de los mismos va a depender del entorno familiar y social en el que se desarrolle el niño, ya que el agua no se trata solamente de un nutriente necesario para subsistir, sino que su bajo consumo o su reemplazo por otros líquidos hipercalóricos, se relaciona con diversas enfermedades nutricionales por exceso.

Respecto al consumo de agua, las Guías Alimentarias para la población Argentina (GAPA, 2016), incorporan tanto en sus mensajes como en su gráfica la importancia y recomendación diaria (8 vasos diarios), así como también, el Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil (CESNI, 2014), diseñó el Decálogo sobre Hidratación Saludable en la

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
 Da Silva, Ariana Aylén

Infancia, como herramienta para difundir la importancia de una correcta hidratación, fundamentalmente en la edad escolar.

HIDRATACIÓN SALUDABLE EN LA INFANCIA

La etapa ideal de la vida para generar y consolidar buenos hábitos





- 1**

Recordar que siempre el agua es la mejor opción:
se recomienda limitar el consumo de bebidas azucaradas y no endulzar en exceso las infusiones.
- 2**

No esperar a que el niño tenga sed:
en la escuela y en casa debemos asegurarnos de que el niño beba suficiente agua a lo largo del día.
- 3**

Poner siempre una jarra de agua en la mesa:
enseñar a los niños a preferir el agua, sobre todo al comer.
- 4**

Como adulto, dar el ejemplo:
no se olvide de la importancia de la imitación.
- 5**

Prevenir la deshidratación en el deporte:
beber agua antes, durante y después de hacer deportes es importante para tener un buen rendimiento.

Consejos resultantes de un taller de Profesionales de la Salud expertos en el tema convocados por el CESNI.

- 6**

Facilitar el acceso al agua en la escuela:
un libre acceso al agua puede tener efectos positivos en el rendimiento cognitivo de los niños y su estado de vitalidad.
- 7**

Mantener una fuente de agua cerca cuando están activos:
(plazas, juegos, cumpleaños), en épocas de calor o cuando se encuentran en ambientes climatizados, recordar que la calefacción y el aire acondicionado aumentan las pérdidas insensibles de agua corporal.
- 8**

Prevenir las caries:
al comer entre horas, tomar agua al final para enjuagar la boca y prevenir las caries, ya que el agua no ataca la estructura del esmalte dental.
- 9**

Comenzar el día con un vaso de agua:
agregar un vaso de agua al desayuno es una buena práctica para comenzar el día bien hidratado.
- 10**

Mirar el color de la orina:
es un test simple de realizar; si el color es claro y transparente el niño está bien hidratado.

! El Estudio HidratAR mostró que el 63% de los niños tiene a lo largo de la semana un patrón de ingesta de bebidas e infusiones con azúcar exclusivamente.

Figura 2

Decálogo de hidratación saludable. Fuente: CESNI (2014). Fecha de consulta: 13 de abril de 2020.

3- Bebidas azucaradas

a- Definiciones

En 2009, CESNI llevó a cabo un estudio denominado HIDRATAR, con el cual se pudo establecer el patrón de consumo de bebidas en general dentro del territorio argentino. De los resultados obtenidos, se supo que el consumo promedio de agua, bebidas e infusiones era de 2050 ml/día, de los cuales el 50% correspondían a bebidas con sabor e infusiones con azúcar, un 29% a bebidas o infusiones sin azúcar y solo el 21% agua pura.

Dentro de la industria alimentaria, los azúcares pueden encontrarse con diferentes denominaciones, pudiendo ser: azúcar, sacarosa, glucosa, fructosa, dextrosa, jarabe de maíz de alta fructosa; también llamados azúcares libres, que proporcionan calorías vacías. De todas ellas, la más empleada en las bebidas azucaradas es la sacarosa (Jereda, 2015).

En lo que respecta a bebidas azucaradas se encuentran: las gaseosas, los jugos envasados tanto en polvo como líquido concentrado, las bebidas energéticas, toda infusión a la que se le adicione azúcar (te, café, leche, licuados) o cualquier otra bebida que dentro de sus ingredientes contenga azúcar.

El Código Alimentario Argentino (CAA, 2019) establece que:

Se entiende por bebidas sin alcohol o bebidas analcohólicas, las bebidas gasificadas o no, listas para consumir, preparadas a base de uno o más de los siguientes componentes: jugo, jugo y pulpa, jugos concentrados de frutas u hortalizas, leche, extractos, infusiones, maceraciones, percolaciones de sustancias vegetales contempladas en el presente Código, así como aromatizantes y saborizantes autorizados. Y referido a los jugos en polvo: se entiende por polvo para preparar bebidas sin alcohol, el producto en polvo que por la dilución indicada en el rótulo permita obtener una bebida sin alcohol que cumpla con las exigencias de los Artículos 996, 998, 999, 1000 o 1005, según corresponda. (p.47)

b- Rotulado nutricional y nutrientes críticos

Se entiende por rotulado nutricional a toda descripción destinada a informar al consumidor sobre las propiedades de un alimento. Dentro del mismo podemos encontrar la siguiente información (figura 3).

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
 Da Silva, Ariana Aylén

**¿COMO VEREMOS LA INFORMACIÓN NUTRICIONAL EN LOS RÓTULOS?
 ¿COMO INTERPRETARLA?**

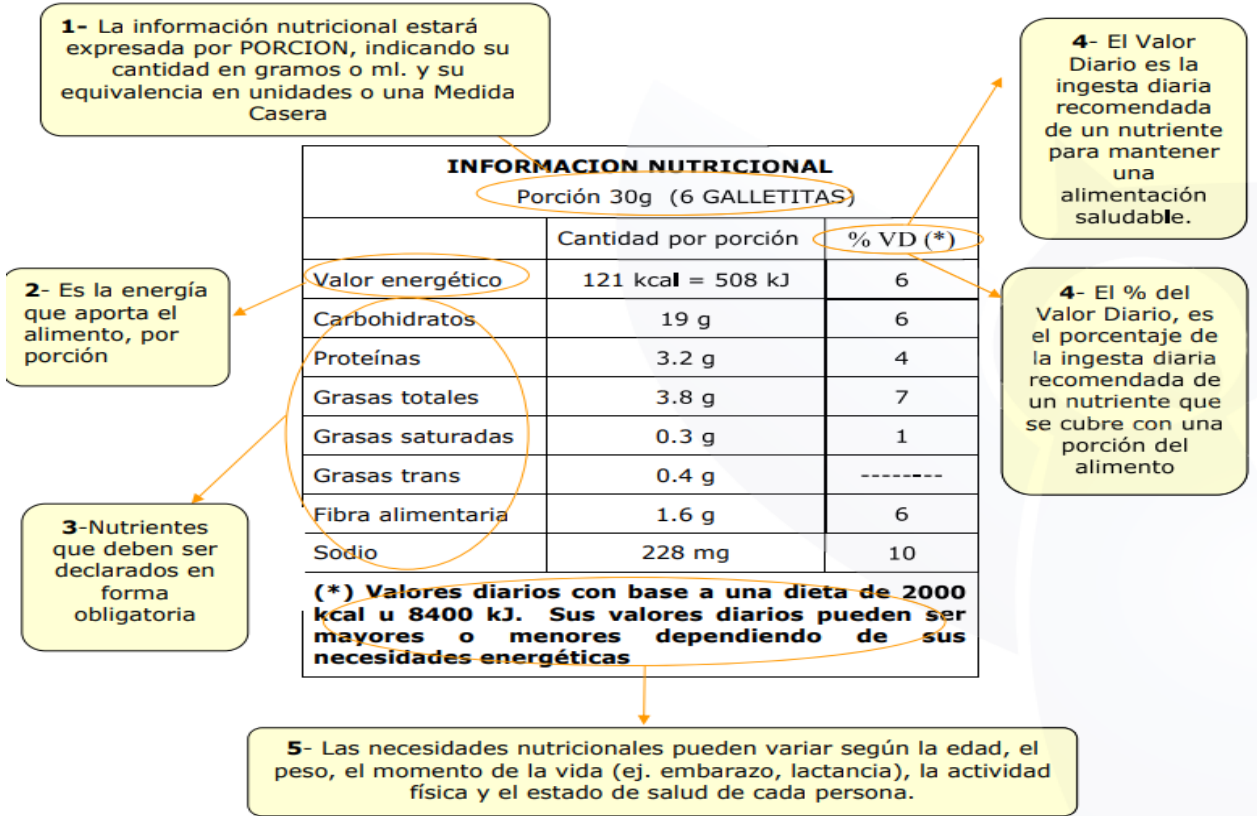


Figura 3

¿Cómo vemos la información nutricional en los rótulos? ¿Cómo interpretarla? Fuente: Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT). Fecha de consulta: 13 de enero 2020.

Dentro del rotulado vigente, aparece una columna que se denomina como %VD (porcentaje de valor diario), el cual determina el porcentaje de la ingesta diaria recomendada (IDR) de un nutriente que se cubre con una porción de alimento, mientras que la IDR establece la cantidad que hay que consumir de un determinado nutriente a lo largo de un día (ANMAT, 2006).

El Reglamento Técnico Mercosur - resolución n° 46/03 del CAA (2017), establece que dentro del rotulado nutricional, los ingredientes deberán estar dispuestos en orden decreciente, dependiendo de la cantidad que contenga.

Por lo mencionado anteriormente, cabe destacar que, dentro del rotulado de todas las bebidas azucaradas, el primer y principal ingrediente es la sacarosa, que según la OMS (2018) la IDR es de 25 gr diarios y en segundo lugar se encuentra el sodio, cuya IDR es de 2400 mg al día (OMS, 2019). Otros ingredientes que forman parte de estas bebidas son los aditivos, que según la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT, 2019): cuando hablamos de aditivos, nos referimos a “ingredientes agregados intencionalmente, sin el propósito de nutrir, con el objeto de modificar las características físicas, químicas, biológicas o sensoriales, durante el proceso de elaboración y/o envasado y/o acondicionado, almacenado, transporte o manipulación de un alimento” (p.6).

De todos los ingredientes ya nombrados, la presente investigación se enfoca principalmente en los *nutrientes críticos* que componen las bebidas azucaradas, por ende, ante todo hay que definir nutriente, que según Torresani (2000), son sustancias que integran nuestro organismo y cuya ausencia o déficit, produce luego de cierto tiempo una enfermedad carencial. El mismo autor, señala que éstos se clasifican de acuerdo a sus necesidades diarias en:

- Macronutrientes: se requieren a diario en grandes cantidades y son los encargados de brindar la mayor parte de la energía metabólica del organismo.
 - Hidratos de carbono
 - Proteínas
 - Grasas

- Micronutrientes: son aquellos que se consumen en pequeñas cantidades, pero que son imprescindibles para las funciones orgánicas.
 - Minerales
 - Oligoelementos
 - Elementos ultratrazas
 - Vitaminas liposolubles
 - Vitaminas hidrosolubles

Como primer nutriente a estudiar, se encuentra la sacarosa, la cual es un hidrato de carbono que según López y Suárez (2003): “son los compuestos orgánicos más abundantes (...) que sirven como fuente de energía para las actividades celulares vitales” (p.71), a su vez, la sacarosa es un nutriente que posee una alta densidad energética, es decir un elevado aporte calórico, la cual puede producir alteraciones en el estado nutricional de los niños en estudio. El segundo nutriente crítico es el sodio, el cual es un mineral que no aporta calorías pero que su consumo en exceso predispone al desarrollo de enfermedades cardiovasculares. A este mineral, lo podemos encontrar

en la sal de mesa común, en diferentes aditivos, en refrescos y también como conservante natural en los alimentos procesados y ultraprocesados (Torresani, 2015).

c- Bebidas edulcoradas

El aporte calórico de un gramo de azúcar según López y Suárez (2003) es de 4 calorías (4 Kcal/g) y es por eso por lo que en la actualidad existe una tendencia hacia el consumo de productos con bajas calorías que contienen endulzantes alternativos al azúcar, a los cuales se los conoce como edulcorantes.

Se llama edulcorante a cualquier sustancia, natural o artificial, que edulcora, que sirve para dotar de sabor dulce a un alimento o producto que de otra forma tiene sabor amargo o desagradable, dentro de los edulcorantes encontramos los de alto valor calórico, como el azúcar o la miel, y los de bajo o nulo valor calórico, como el ciclamato y la sacarina, que se emplean como sustitutos del azúcar. En ambos tipos encontramos edulcorantes naturales y artificiales pero la mayoría de los edulcorantes bajos en calorías son de origen artificial (Navarro, 2012).

El ciclamato es un aditivo que se encuentra dentro del grupo de los edulcorantes artificiales no calóricos, se presenta como un polvo blanco, cristalino, inodoro, de sabor dulce (aproximadamente 30 veces más dulce que el azúcar). Es muy soluble en agua y es estable en calor y/o frío. La estabilidad y solubilidad en agua facilita su uso en los

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

productos alimenticios y bebidas. Debido a que el ciclamato tiene el poder endulzante más bajo de los edulcorantes, se usa en combinación con otros edulcorantes intensos, para producir un efecto sinérgico que intensifica su sabor. Se lo usa en alimentos procesados o productos terminados y por sus características fisicoquímicas se puede utilizar en forma de tabletas o líquida como endulzante de mesa. También tiene gran uso en bebidas carbonatadas como las gaseosas (Pérez, 2008).

En 1967, el comité mixto FAO/OMS de expertos en aditivos alimentarios estableció una IDA de 11mg/kg/día, aunque se considera temporal, ya que cada persona metaboliza esta sustancia en diferentes formas; algunas la eliminan sin ninguna modificación, mientras que otras la hidrolizan el éster liberando ciclohexamida, que es un conocido carcinógeno (compuesto que puede actuar sobre los tejidos vivos de tal forma que produce cáncer), es por eso que se le relaciona con la aparición de cáncer en dosis elevadas por lo que muchos países lo tienen prohibido. La principal ruta de eliminación de los ciclamatos y de la ciclohexamina absorbida es la orina.

A modo de conclusión respecto a los edulcorantes presentes en las bebidas azucaradas como lo son la sacarina y el ciclamato sódico, resulta necesario destacar un estudio que se titula como: “consumo de bebidas endulzadas artificialmente con edulcorantes no nutritivos y su relación con el desarrollo de Síndrome Metabólico y Diabetes Tipo 2”, publicado por la Asociación Argentina de dietistas y nutricionistas

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

dietistas (2017), se mencionan los porcentajes que arrojaron las últimas encuestas Nacionales de factores de riesgo, los cuales indican que en la población Argentina hay un 57,9% de personas con exceso de peso, de los cuales el 37,1% presentan sobrepeso y un 20,8% obesidad. Dichos porcentajes obligaron a que los profesionales de salud planificaran estrategias con la finalidad de disminuir el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles; una de ellas fue reemplazar las bebidas azucaradas por las bebidas endulzadas artificialmente, la cual fue desestimada por un estudio llevado a cabo en Argentina durante el XIX Congreso Argentino de Diabetes (2014), el cual demostró que el consumo de bebidas dietéticas aumenta el riesgo de padecer ECNT.

4- Factores que predisponen al consumo de bebidas azucaradas

Existen diversos factores sociales y ambientales que se relacionan con la compra y el consumo de estas clases de bebidas. El principal es el entorno familiar, ya que los padres son los encargados de permitir el acceso a las mismas durante esta etapa, y la frecuencia de consumo dentro del hogar, es la que va a determinar los hábitos alimentarios del niño. Otro factor que predispone a que los niños deseen consumirlas, son los medios de comunicación social, ya que los mismos se encargan de publicitar, en su mayoría, alimentos pocos nutritivos en forma lúdica con la finalidad de intentar confundir a la población a la que va destinada, como por ejemplo en las publicidades de los jugos industriales en polvo, los cuales resaltan en su envasado diciendo que es jugo

de fruta natural, siendo que, en la parte posterior del envase, en el listado de ingredientes figuran los ya mencionados anteriormente. Por tal motivo, (Lestingi, 2015) certifica que:

Si bien se piensa que se tiene poder de decisión sobre lo que se come o se da a los hijos, es la industria la que está decidiendo qué es lo que quiere vender, y su producción está en función de aquello que presente mayor demanda. En este contexto, resulta importante discutir el rol de los medios de comunicación en los patrones alimentarios de la población, en especial el impacto que ocasionan en los niños y por otro lado la toma de conciencia de la influencia que tienen los niños en la decisión de compra y en el consumo familiar de determinados productos. (p.151)

5- Frecuencia de consumo y preferencias alimentarias

Para determinar si el consumo de bebidas azucaradas provoca alteraciones negativas en el estado nutricional de los niños, en primer lugar, se debe conocer la frecuencia de consumo de estas bebidas para luego indagar si dicha alteración es provocada por una hidratación poco saludable o por otros motivos ajenos a la misma.

La frecuencia de consumo es un método de tipo retrospectivo, que permite conocer con qué frecuencia es consumido cierto alimento o grupo de ellos, en un tiempo determinado ya sea diariamente, semanalmente, quincenal o esporádicamente (Torresani y Somoza, 2000).

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

Las preferencias alimentarias se adquieren, fundamentalmente, por medio del aprendizaje, a través de la experiencia con los alimentos y la comida, por ende, pueden ser modificables. (Serra Majem y Araceta, 2006, p. 41)

Las principales preferencias, especialmente en niños, se dan por alimentos hipercalóricos que contienen elevados niveles de azúcares y grasas, que según Smith y Greenberg (1992), dicha elección se debe a que estos alimentos, además de ser muy bien aceptados por esta población debido al sabor que aportan, también se los elige porque producen a nivel fisiológico sensaciones de placer. Por el contrario, en los últimos puestos se destacan, entre otros, alimentos como las verduras que, en general, son buenas fuentes de micronutrientes, pero con bajo contenido calórico. El problema es que, con frecuencia, las preferencias alimentarias se convierten en conductas y pueden determinar, en gran parte, la alimentación, motivo por el cual se hace hincapié en la necesidad de aplicar una correcta educación alimentaria desde edades tempranas, haciendo énfasis en el seno familiar para poder determinar qué tipo y cantidad de alimentos se recomienda, así como también los horarios y edad de introducción de los mismos.

Se debe prestar mucha atención sobre estas preferencias, principalmente en los niños, ya que juegan un papel muy importante en sus hábitos alimentarios presentes o futuros, afectando o no el estado nutricional de los mismos, y es por esto por lo que United Nations International Children’s Emergency Fund (UNICEF, 2019) afirma:

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

El proceso de formación de hábitos, se basa en la construcción de rutinas, los mismos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamientos que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten favorable o desfavorablemente, en el estado de salud, nutrición y el bienestar. (p. 9)

La adquisición de las preferencias alimentarias es compleja, por lo que Letarte, Dubé y Troche (1997) establecen que las preferencias alimentarias vienen determinadas por el interjuego dialéctico de un amplio abanico de factores. Algunos de los factores comprenden las preferencias alimentarias de los amigos, los efectos de la publicidad, la invasión de multinacionales de comidas rápidas, influencias culturales y la incidencia de la información.

6- Enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT)

Como la sigla lo indica, las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) son enfermedades crónicas, lo cual significa que son de larga duración y de evolución lenta. Las mismas, representan una verdadera epidemia que va en aumento, la cual se debe principalmente a los modos de vida actuales que acentúan el sedentarismo y la mala alimentación. Las principales ECNT relacionadas a la nutrición son: sobrepeso y obesidad, diabetes, y enfermedades cardiovasculares (OMS, 2018).

Las ECNT asociadas al elevado consumo de bebidas azucaradas en niños escolares, son en primera instancia: obesidad y sobrepeso. La OMS (2018) considera que los niños que padecen cualquiera de las dos patologías mencionadas anteriormente, tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer a edades más tempranas otras ECNT como la diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares.

Según Torresani (1999), “la obesidad, es una enfermedad caracterizada por presentar un exceso de grasa corporal. En diferencia, el sobrepeso, se define como un aumento de peso en relación a la talla” (p. 221).

La frecuencia de padecer obesidad durante la niñez y/o adolescencia oscila entre el 5% y 25% en los países desarrollados. Además, la obesidad infantil es un factor que predispone a que la misma perdure en el futuro, por ello se estima que existe un riesgo del 14% si el niño es obeso a los 6 meses de vida, 41% si lo es a los 7 años, 70% a los 10 años y 80% si lo es en la adolescencia (Roggiero, 2015).

Debido al constante incremento poblacional que presenta dicha patología, la OMS (2013) calificó a la obesidad como la epidemia del siglo XXI, que se encuentra en constante avance y afecta tanto a niños y adolescentes como también a los adultos.

Haciendo referencia al consumo de bebidas azucaradas, principalmente gaseosas y jugos en polvo concentrados, se debe tener en cuenta que existe una sumatoria de

diferentes factores que predisponen, tanto al sobrepeso como a la obesidad. Uno de ellos es la industria alimentaria, como se mencionó anteriormente, es la industria la que está decidiendo qué es lo que se quiere vender y su producción está en función de aquello que presente mayor demanda. Otro factor que engloba dicha problemática, es el sedentarismo, factor que se debe principalmente al constante uso de pantallas (televisión, celular, videojuegos) y a la baja o nula realización de actividad física. El último y no menos importante factor a mencionar, es el rol que cumplen las personas que se encuentren a cargo del niño, en el caso del presente trabajo, más específicamente de su hidratación, ya que es acá donde entra en juego lo que se conoce como “herencia ambiental”, la cual refiere a que son los padres y/o tutores los que según gustos y costumbres van a determinar la cantidad, calidad y tipo de alimentos que debe consumir el niño.

La obesidad, es una patología crónica de origen multicausal, donde entran en juego factores hereditarios, ambientales (social y cultural) y psicológicos.

El factor hereditario no es modificable, lo cual hace que dependa únicamente del estado nutricional de los padres, por lo que Roggiero (2015) afirma que “el riesgo de obesidad durante la infancia oscila en el 40% cuando uno de los padres es obeso y en el 80% cuando ambos lo son” (p.593).

Como cualquier ser humano, vivimos dentro de una sociedad y dentro de la misma, nos encontramos constantemente estimulados por la publicidad alimentaria, que

incentiva la compra de comidas rápidas y bebidas hipercalóricas; también entran en juego las creencias que se relacionan con la alimentación, como por ejemplo, dar a entender que un niño con sobrepeso u obesidad es sinónimo de saludable, considerando normal una enfermedad que carga con grandes desventajas para la salud. Tanto lo social como lo cultural, son factores posibles de modificar mediante la aplicación de una correcta educación alimentaria desde edades tempranas.

La obesidad, no es solamente una afección orgánica, también trae consigo problemas psicológicos (depresión y ansiedad), tendencia a la frustración y baja autoestima, los cuales afectan directamente sobre las formas de relacionarse con el medio. A raíz de esto Roggiero (2015), refiere que el rechazo provocado por sus pares genera soledad, preferencia por el aislamiento social e inactividad, logrando así la perpetuación de la obesidad.

En toda patología metabólica existen modificaciones hormonales, en el caso de la obesidad se produce un incremento en la producción de leptina, hormona liberada por el tejido adiposo, que provoca una resistencia hipotalámica que como producto final aumenta el apetito y disminuye el gasto energético. (Ministerio de Salud [MSAL], 2013)

El hambre y el apetito, son dos elementos que funcionan en conjunto regulando la ingesta alimentaria. El apetito, es un fenómeno que se relaciona más a lo emocional que a lo fisiológico, donde la ingesta de alimentos resulta placentera. A diferencia del

hambre, que es un proceso únicamente fisiológico e innato que tiene por finalidad saciar al comensal (Torresani y Somoza, 1999).

Para diagnosticar sobrepeso u obesidad o cualquier otra patología nutricional, se utiliza lo que se conoce como valoración del estado nutricional, la cual según Girolami (2003), es una metodología ampliamente utilizada. Para su evaluación, la misma comprende diversos métodos: anamnesis alimentaria, cálculos de ingesta, examen físico – clínico – nutricional, antropométrico, laboratorio y complementarios.

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2003), define al estado nutricional, como un estado fisiológico que deriva de la relación entre la ingesta, las necesidades y la capacidad del organismo para digerir, absorber y utilizar los nutrientes. (p.34)

Carmuega y Durán (2000), hacen referencia a que uno de los métodos menos costoso y más ampliamente utilizado para evaluar la composición corporal en el humano, es la antropometría, y sirve además para evaluar el grado de desnutrición, sobrepeso u obesidad en poblaciones.

En antropometría, para conocer el estado nutricional en niños mayores de un año de edad, se utiliza un índice que relaciona la masa corporal total con el crecimiento lineal, es decir la relación que existe entre el índice de masa corporal (IMC) y la edad del niño.

El IMC, representa el método más práctico en la evaluación antropométrica, además permite relacionar el peso actual del individuo con su talla, la misma se basa en la relación del peso (en kilogramos) con la altura (en metros) elevada al cuadrado (Torresani y Somoza, 2000).

Estas mismas autoras, afirman que “éste índice es considerado una de las herramientas diagnósticas y pronósticas más sencillas y efectivas en el campo de la nutrición, siendo independiente del sexo, de la edad y de la contextura física” (Torresani y Somoza, 2000, p, 42). Sin embargo, una de las desventajas o limitaciones que presenta este indicador, es que no permite diagnosticar la distribución de la masa grasa a nivel corporal.

Para clasificar el estado nutricional según el IMC/edad, la Sociedad Argentina de Pediatría (2013) diseñó una serie de tablas que arrojan la siguiente interpretación: si hay IMC/E menor al percentil 3, es indicador de bajo peso, un IMC/E entre 3-10 es indicador de riesgo de bajo peso, un IMC/E entre 10-85 indica normopeso, un IMC/E entre 85-97 indica de sobrepeso y si hay un IMC/E mayor al percentil 97 es indicador de obesidad.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

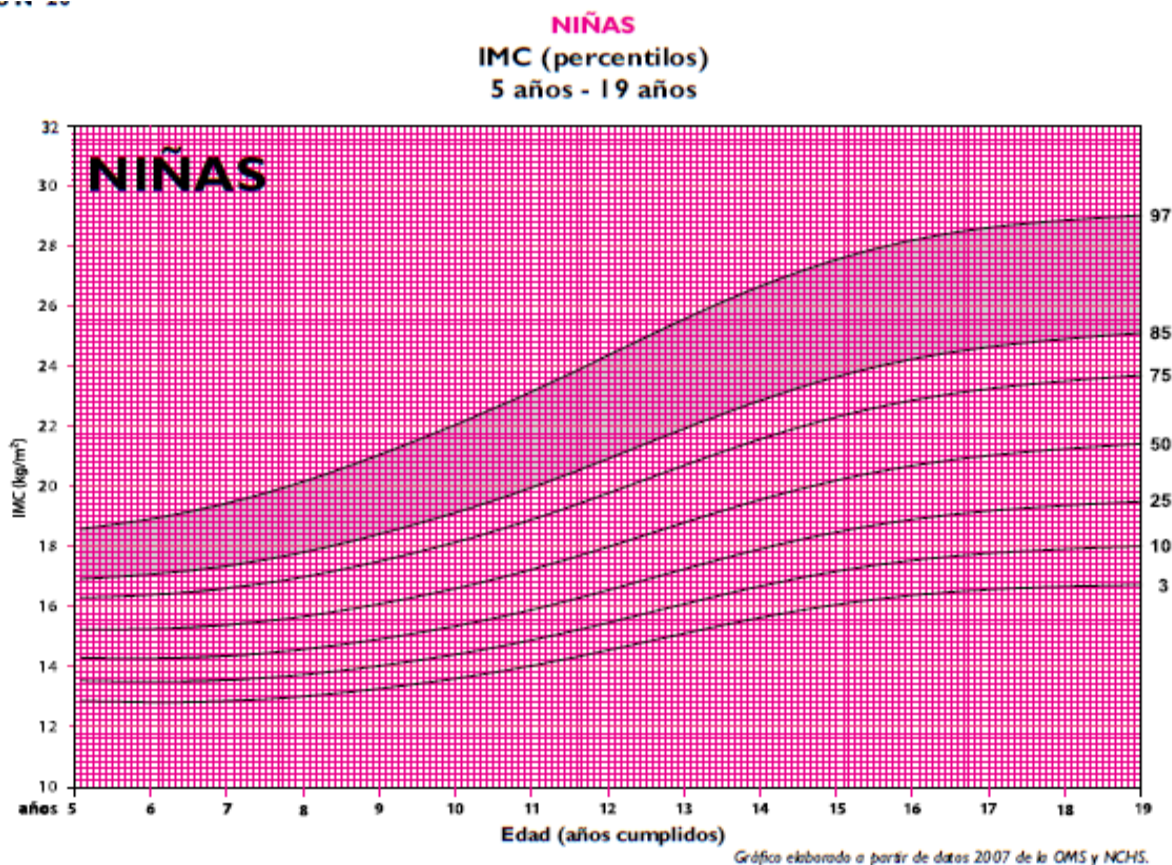


Figura 4

Tabla de índice de masa corporal/edad en niñas desde los 5 a los 19 años de edad.

Fuente: Sociedad Argentina de Pediatría (SAP). Fecha de consulta: 18 de abril de 2020.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

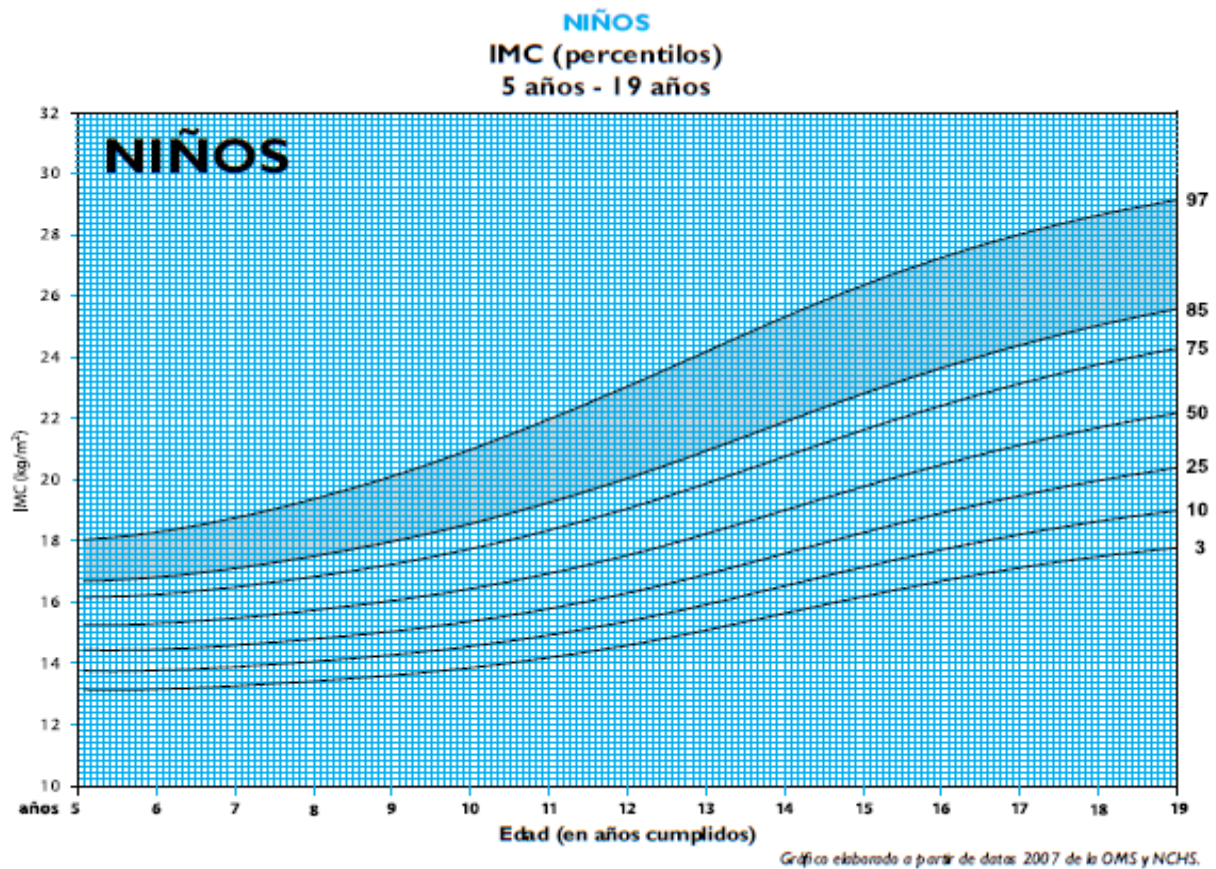


Figura 5

Tabla de índice de masa corporal/edad en niños desde los 5 a los 19 años de edad.

Fuente: Sociedad Argentina de Pediatría (SAP). Fecha de consulta: 18 de abril de 2020.

“Los percentilos son puntos estimativos de una distribución de frecuencias (de individuos ordenados de menor a mayor) que ubican a un porcentaje dado de individuos por debajo o por encima de ellos” (Ministerio de la Salud, 2009, p. 16).

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

Para concluir, Roggiero (2015) afirma que:

La gran cantidad de factores que intervienen en el origen de la obesidad, determinan en líneas generales, un mal pronóstico a largo plazo. La reducción de peso que se logra en la mayoría de las veces es transitoria en tanto no se modifiquen los hábitos alimentarios y el estilo de vida. Por tal motivo, el éxito de los tratamientos no debería ser exclusivamente valorado por la disminución del peso corporal, sino que además por las modificaciones logradas en la conducta y por la disminución de la morbilidad asociada (p, 603).

MATERIAL Y MÉTODOS

- Tipo de estudio

En esta investigación se llevará a cabo un estudio cuantitativo; según el tiempo de ocurrencia de los hechos y registros de la información dicho estudio adquiere el carácter de prospectivo; por su alcance temporal es de tipo transversal, dado que se realizará en un período determinado; y descriptivo/analítico, según el análisis y alcance de los resultados.

La investigación se va a realizar en la ciudad de Concepción del Uruguay, Entre Ríos, durante los meses de diciembre 2020 – enero 2021, en el merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25.

- Universo

La investigación va a estar conformada por todos los niños de 6 a 12 años de edad que asisten al merendero.

- Muestra

Se va a trabajar con una muestra representativa de entre 30 - 40 niños de ambos sexos y con una edad comprendida entre 6 y 12 años.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

- **Criterios de inclusión**

- Niños que concurren al merendero.
- Niños que deseen participar y responder la encuesta.
- Niños de ambos sexos que asistan al merendero los días de recolección de datos.

- **Criterios de exclusión**

- Niños que no asistan al merendero los días de recolección de datos.
- Niños que no se encuentren dentro del rango de edad a estudiar.
- Niños que no deseen participar y responder la encuesta.

- **Variables**

Variables de control:

- 1- Sexo: indicado por el Documento Nacional de Identidad (DNI) del individuo.

Categorización:

- Femenino.
- Masculino.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

- 2-** Edad: años y meses que tiene un individuo según su fecha de nacimiento al momento de realizar la entrevista.

Indicador: años y meses cumplidos al momento de la entrevista.

Categorización: rangos de edad

- 6 a 7 años.
- 8 a 10 años.
- 11 a 12 años.

Variables de estudio:

- 1-** Análisis de las características nutricionales

Indicador: nutrientes críticos de las bebidas azucaradas

Categorización:

- Azúcares
- Sodio

- 2-** Frecuencia de consumo

Indicador: cantidad de veces al día / semana que se consume esa bebida

Categorización:

- Cantidad en ml / cm³
 - o 1 vez a la semana
 - o Más de dos veces a la semana
 - o Todos los días

3- Estado nutricional

Es la situación en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta y adaptaciones fisiológicas que tienen lugar tras el ingreso de nutrientes. Evaluación del estado nutricional, será, por tanto, la acción y efecto de estimar, apreciar y calcular la condición en la que se halle un individuo según las modificaciones nutricionales que hayan podido afectar. En niños, se puede determinar a través del índice de masa corporal (IMC) combinado con la edad: IMC/edad.

Indicador: índice de masa corporal, es un indicador que permite relacionar el peso actual (kilogramos) del individuo con su talla (metros) elevada al cuadrado.

- Peso
 - o Instrumento: balanza de pesas deslizantes. (Figura 6).

- Técnica: el niño debe estar con ropa liviana y descalzo. La posición consta en ubicar al niño en el centro de la balanza con los brazos relajados hacia los costados, la espalda derecha y la mirada al frente. (Figura 6).
- Talla
- Instrumento: tallímetro de la balanza de pesas deslizantes. (Figura 7)
 - Técnica: los talones, nalgas y cabeza del niño deben estar en contacto con una superficie vertical, en este caso al cuerpo de la balanza, debe tener las piernas bien extendidas, hombros relajados y ambos brazos al costado del cuerpo. La cabeza debe estar con la mirada al frente en ángulo recto. Se le pide al niño que haga una inspiración profunda y se estire para luego realizar la medición. (Figura 7)

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén



Figura 6

Técnica de medición del peso corporal en posición de pie. Fuente: Sociedad Argentina de Pediatría (SAP). Fecha de consulta: 27 de diciembre de 2020.



Figura 7

Técnica de medición de la estatura. Fuente: Sociedad Argentina de Pediatría (SAP). Fecha de consulta: 27 de diciembre del 2020.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

Categorización: clasificación según la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) para establecer un diagnóstico nutricional.

- Bajo peso
- Riesgo de bajo peso
- Normopeso
- Sobrepeso
- Obesidad

- **Recolección y análisis de datos**

En primer lugar, se contactó con el merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay para informar acerca del trabajo de investigación y pedir autorización para poder realizar las encuestas.

El método que se utilizará para la recolección de datos va a ser una encuesta diseñada por la tesista, a responder de manera individual y anónima, para dar respuesta a los objetivos planteados en la presente investigación.

Una vez obtenido los datos de las encuestas, se van a recolectar, agrupar y analizar para luego realizar un procesamiento electrónico a través del programa Microsoft Excel 2010.

Los resultados obtenidos se van a presentar en porcentajes a través de gráficos, para una mejor interpretación.

RESULTADOS ALCANZADOS

Los datos que se pueden observar a continuación fueron recopilados a través de encuestas presenciales, previamente diseñadas por la tesista, realizadas a los niños que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos, durante los meses diciembre 2020 y enero 2021.

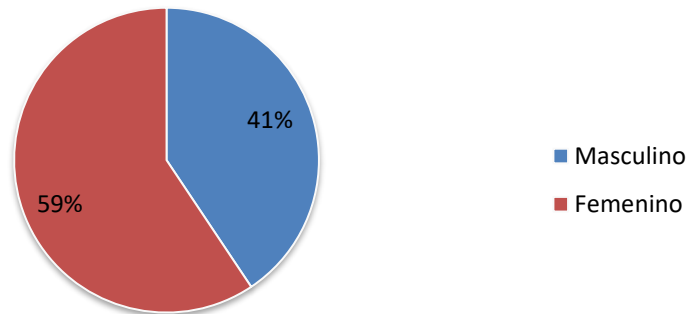
Los datos fueron procesados y presentados en gráficos para facilitar su análisis e interpretación.

Debido a la presente pandemia, algunos establecimientos, como lo es en este caso comedores y merenderos comunitarios, se vieron afectados principalmente en la economía, por lo cual debieron reducir tanto el personal de trabajo como su capacidad de atención, por el mismo motivo, la tesista llevo a cabo el presente trabajo de investigación con una muestra de 32 niños.

Gráfico 1

Distribución según el sexo de los niños encuestados que asisten al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos.

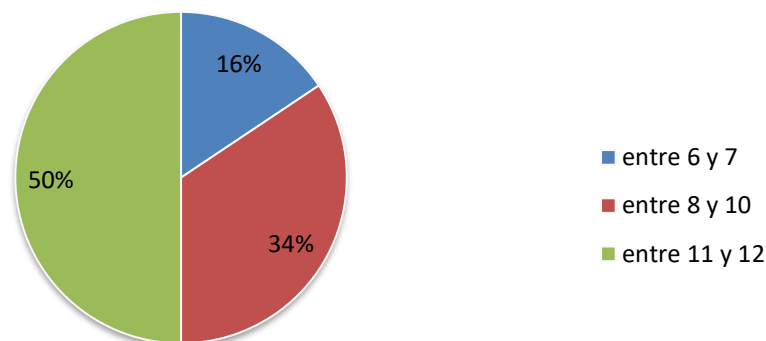
SEXO DE LOS NIÑOS ENCUESTADOS



Según lo que se puede observar en el Grafico N°1, de un total de 32 niños encuestados, predomina el sexo femenino con un 59% sobre el masculino con un 41%. El 59% femenino corresponde a 19 niñas y el 41% masculino a 13 niños encuestados.

Gráfico 2:

EDAD (años)

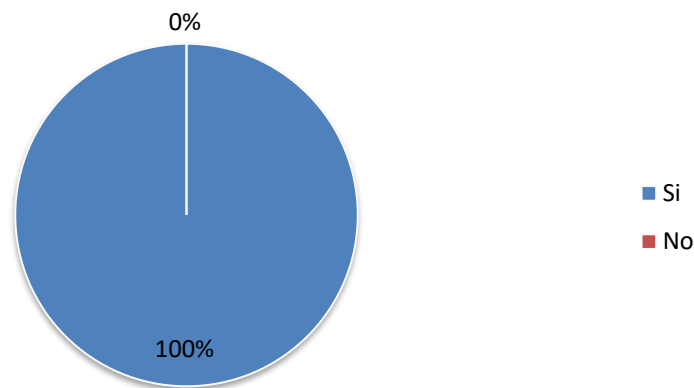


“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

El gráfico N°2 representa que un 50% de los niños encuestados tienen entre 11 y 12 años, un 34% entre 8 y 10 años y un 16% entre 6 y 7 años de edad.

Gráfico 3:

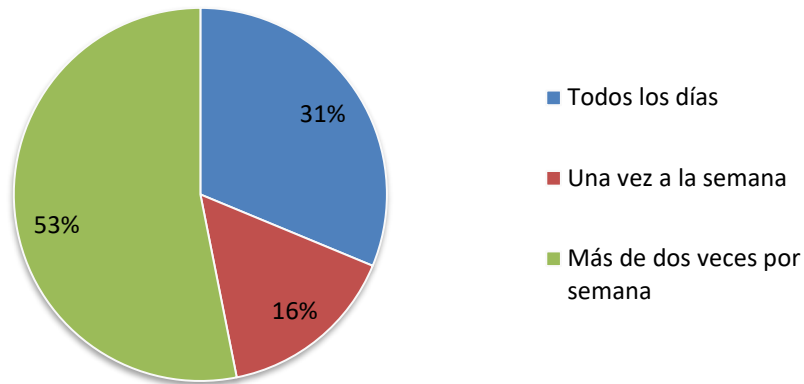
TODOS CONSUMEN BEBIDAS AZUCARADAS



El gráfico N°3 indica que todos los niños encuestados consumen bebidas azucaradas dentro del merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay.

Gráfico 4:

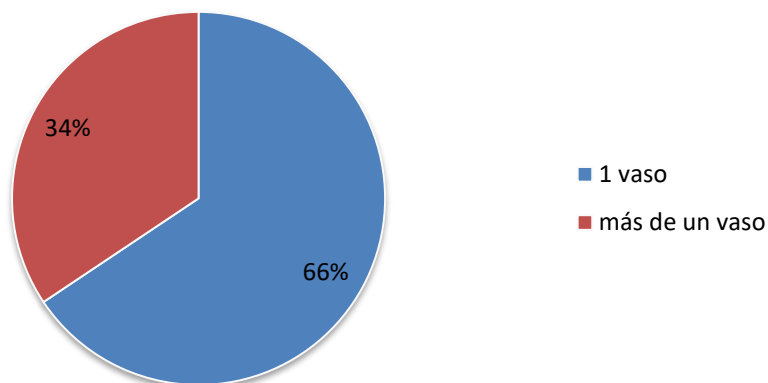
FRECUENCIA DE CONSUMO



Para ampliar aún más el análisis y también responder a uno de los objetivos específicos, en el gráfico N°4 se observa cuál es la frecuencia de consumo de estas bebidas dentro del merendero. Los resultados arrojados fueron: el 53% consume bebidas azucaradas más de dos veces a la semana, el 31% lo hace diariamente y el 16% las consumen una vez a la semana.

Gráfico 5:

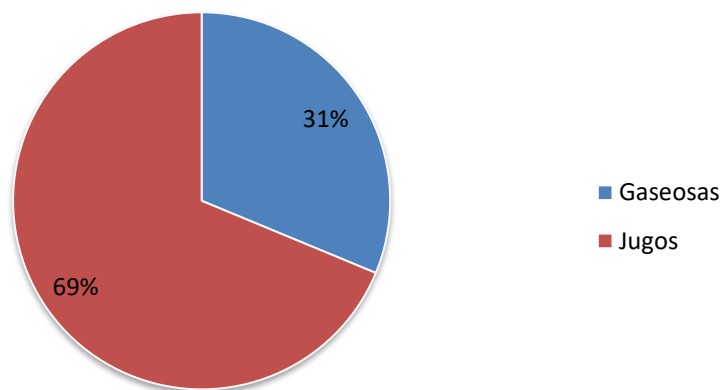
CANTIDAD DE CONSUMO



Dentro del gráfico N°5 se observa que el 66% de la población encuestada consume al menos un vaso de bebidas azucaradas al día y que el 34% consume más de un vaso diario.

Gráfico 6:

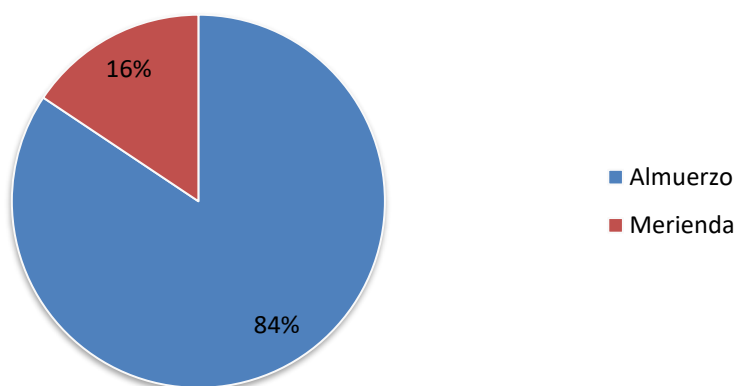
JUGOS VS GASEOSAS



En el gráfico N°6 se observa que la población encuestada manifiesta que dentro del merendero se consumen más jugos (69%) que gaseosas (31%). Uno de los motivos por los cuales se eligen los jugos sobre las gaseosas es por el costo y rendimiento de los mismos.

Gráfico 7:

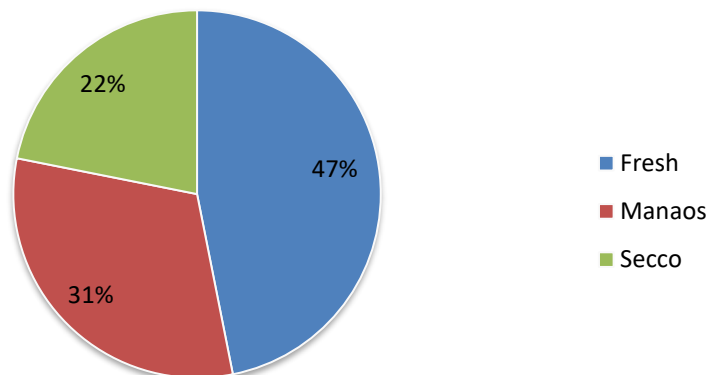
COMIDAS DONDE LAS CONSUMEN



En el merendero “Nubecitas” se ofrece tres de las cuatro comidas principales. El gráfico N°7 muestra que el mayor consumo de bebidas azucaradas se da en el almuerzo (84%), en menor medida en la merienda (16%).

Gráfico 8:

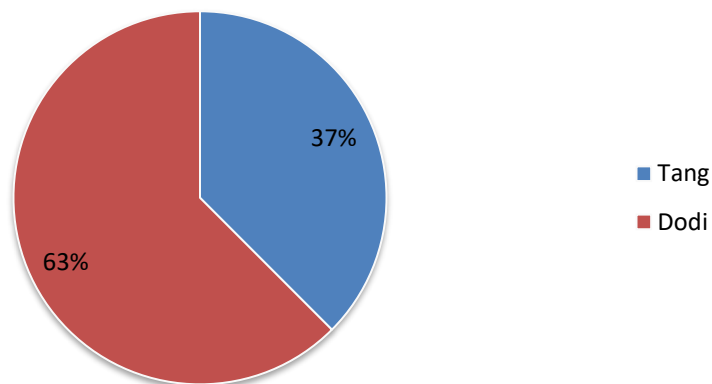
MARCAS DE GASEOSAS



La encuesta realizada arrojó que la marca más consumida de gaseosas dentro del merendero “Nubecitas” es la New Beach con el 48%, en segundo lugar Manaos con el 30% y en tercer lugar la marca Secco con el 22%.

Gráfico 9:

MARCAS DE JUGOS



“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

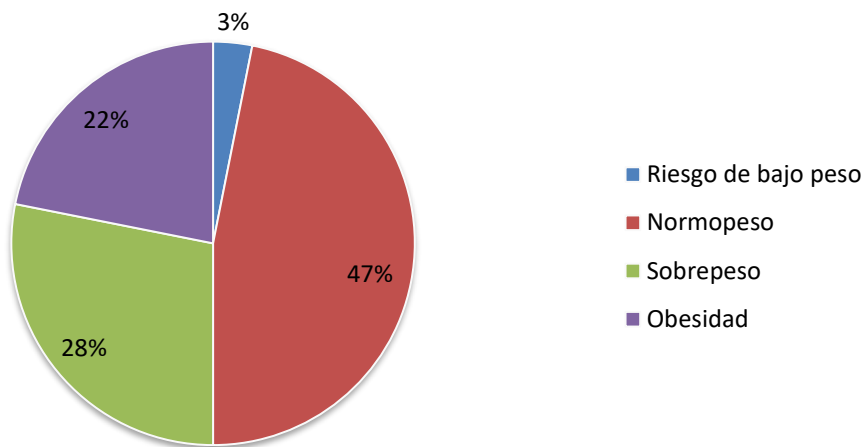
Da Silva, Ariana Aylén

Al igual que con las gaseosas, la encuesta realizada arrojó que la marca más consumida de jugos dentro del merendero “Nubecitas” es Dodi con el 63% y en segundo lugar Tang con el 37%.

Gráfico 10:

Valoración del estado nutricional según tablas de IMC/edad de la Sociedad Argentina de Pediatría.

VALORCIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL



Análisis de los nutrientes críticos presentes en las bebidas azucaradas

Para poder analizar el contenido de azúcares y sodio de las bebidas en estudio se utilizaron las recomendaciones diarias propuestas por la Organización Mundial de la Salud (2018), en las cuales menciona que:

- IDR de azúcares es de 25 gramos diarios.
- IDR de sodio es de 2400 miligramos diarios.

Gaseosas

En el gráfico N° 8 se observan las marcas de las gaseosas que se consumen con mayor frecuencia dentro del merendero “Nubecitas”.

- Baggio Fresh (48%)
- Manaos (30%)
- Secco (22%)

Tabla 1

Análisis de la gaseosa Baggio Fresh

GASEOSA FRESH			
	Recomendación diaria (OMS)	Una porción (200 ml) aporta	% que cubre la porción
AZUCARES	25 gramos	16 gramos	64%
SODIO	2400 miligramos	41 miligramos	2%

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

La tabla N°1 indica que con la toma de 200 ml (1 vaso), según lo recomendado por la OMS, se cubre el 64% de la ingesta diaria de azúcares y el 2% de sodio.

Éste cuadro arroja el porcentaje de la recomendación diaria que cubre una sola porción de gaseosa Manaos, por ende, los niños que consumen más de un vaso al día (el 34% = 11 niños), estarían consumiendo 7 gramos por encima de lo recomendado en solamente dos vasos de esta gaseosa, sin tener en cuenta lo que consumen en otras comidas a lo largo del día. Respecto al sodio, la cantidad que aporta no es significativa.

Tabla 2:

Análisis de la gaseosa Manaos

GASEOSA MANAOS			
	Recomendación diaria (OMS)	una porción (200 ml) aporta	% que cubre la porción
AZUCARES	25 gramos	22 gramos	88%
SODIO	2400 miligramos	26 miligramos	1%

La tabla N°2 indica que con la toma de 200 ml (1 vaso), según lo recomendado por la OMS, se cubre el 88% de la ingesta diaria de azúcares y el 1% de sodio.

Éste cuadro arroja el porcentaje de la recomendación diaria que cubre una sola porción de gaseosa Manaos, por ende, los niños que consumen más de un vaso al día (el 34% = 11 niños), estarían consumiendo 19 gramos por encima de lo recomendado en solamente dos vasos de esta gaseosa, sin tener en cuenta lo que consumen en otras comidas a lo largo del día. Respecto al sodio, la cantidad que aporta no es significativa.

Tabla 3:

Análisis de la gaseosa Secco

GASEOSA SECCO			
	Recomendación diaria (OMS)	una porción (200 ml) aporta	% que cubre la porción
AZUCARES	25 gramos	25 gramos	100%
SODIO	2400 miligramos	.	.

La tabla N°3 indica que con la toma de 200 ml (1 vaso), según lo recomendado por la OMS, se cubre el 100% de la ingesta diaria de azúcares y el sodio no figura por su escaso contenido.

Éste cuadro arroja el porcentaje de la recomendación diaria que cubre una sola porción de gaseosa Secco, por ende, los niños que consumen más de un vaso al día (el 34% = 11 niños), estarían consumiendo el doble de lo recomendado (50 gr/día) en solamente dos vasos de esta gaseosa, sin tener en cuenta lo que consumen en otras comidas a lo largo del día.

Jugos

En el gráfico N° 9 se observan las marcas de los jugos que se consumen con mayor frecuencia dentro del merendero “Nubecitas”.

- Dodi (63%)
- Tang (37%)

Tabla 4:

Análisis del jugo Dodi

JUGO DODI			
	Recomendación diaria (OMS)	Una porción (200 ml) aporta	% que cubre la porción
AZUCARES	25 gramos	2,5 gramos	10%
SODIO	2400 miligramos	57 miligramos	2%

La tabla N°4 indica que con la toma de 200 ml (1 vaso), según lo recomendado por la OMS, se cubre el 10% de la ingesta diaria de azúcares y el 2% de sodio.

Éste cuadro arroja el porcentaje de la recomendación diaria que cubre una sola porción de jugo Dodi, por ende, los niños que consumen más de un vaso al día (el 34% = 11 niños), estarían consumiendo 5 gramos de azúcar y 114 miligramos de sodio en dos vasos de éste jugo.

Tabla 5:

Análisis del jugo Tang

JUGO TANG			
	Recomendación diaria (OMS)	una porción (200 ml) aporta	% que cubre la porción
AZUCARES	25 gramos	2 gramos	8%
SODIO	2400 miligramos	53 miligramos	2%

La tabla N°5 indica que con la toma de 200 ml (1 vaso), según lo recomendado por la OMS, se cubre el 8% de la ingesta diaria de azúcares y el 2% de sodio.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

Éste cuadro arroja el porcentaje de la recomendación diaria que cubre una sola porción de jugo Tang, por ende, los niños que consumen más de un vaso al día (el 34% = 11 niños), estarían consumiendo 4 gramos de azúcar y 106 miligramos de sodio en dos vasos de éste jugo.

DISCUSIÓN

Según la encuesta realizada a los niños de entre 6 y 12 años de edad que asisten al merendero “Nubecitas” de la ciudad de Concepción del Uruguay, los resultados obtenidos, en lo que respecta a la frecuencia de consumo, coinciden con el primer antecedente citado en el presente trabajo, el cual determina que los 60 niños encuestados consumen bebidas azucaradas al menos una vez a la semana de los cuales 13 lo hacen diariamente.

En cuanto al estado nutricional, la población encuestada arrojó que según las tablas de IMC/edad de la Sociedad Argentina de Pediatría, el 47% presenta normopeso, el 28% sobrepeso, el 22% obesidad y el 3% riesgo de bajo peso. Con estos datos se confirma una de las hipótesis citadas, la cual plantea que la mayoría de la población encuestada presenta sobrepeso u obesidad, siendo en este caso el 50% (28% sobrepeso + 22% obesidad). Otro aporte importante es destacar el estudio citado en los antecedentes del presente trabajo, llevado a cabo por Melina Gabbanelli en el año 2013 titulado como “hidratación saludable en la infancia”, en el cual los resultados obtenidos son similares a los de la presente investigación, donde de los 38 niños que se le tomaron mediciones antropométricas, el 50% presentaba normopeso, el 29% tenía sobrepeso, el 13% obesidad, el 3% obesidad grave y el 5% riesgo de bajo peso.

Para finalizar, durante el análisis de las características nutricionales de las bebidas azucaradas se pudo observar que las gaseosas estudiadas contienen más azúcar que

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

los jugos, 200 ml de gaseosa puede llegar a aportar el doble de lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud; y con respecto al sodio, son los jugos los que lo presentan en mayor concentración, sin embargo, el porcentaje de la recomendación diaria que cubre un vaso de jugo es del 2% de sodio versus 10% de azúcares. Los mismos resultados los obtuvieron Paulina Paredes, Sanjuana Alemán, Octelina Castillo y Adriana Perales en su estudio de las características nutricionales (ingredientes, calorías y sodio) de las bebidas azucaradas en Tamaulipa – México.

CONCLUSIÓN

A partir del análisis de los datos obtenidos en la encuesta; puede concluirse que, de los 32 niños encuestados, todos consumen bebidas azucaradas, con un predominio de jugos en polvo (69%) sobre las gaseosas (31%).

La frecuencia de consumo de las mismas arrojó que 17 (53%) de ellos lo hacen más de dos veces a la semana, 10 (31%) las consumen diariamente y 5 (16%) manifestaron consumirlas una vez a la semana. Estos resultados refutan la segunda hipótesis planteada en el presente trabajo.

Por cada vez que las consumen se observó que el 66% opta por ingerir 1 vaso (200 ml), mientras que el 34% restante señaló que prefieren beber más de uno.

De lunes a viernes, todos los niños que asisten al merendero “Nubecitas” reciben desayuno y almuerzo, de esos cinco días semanales solamente se brinda la merienda los días lunes y miércoles. Por ende, dentro de la encuesta se indagó acerca de los momentos en los cuales los niños en estudio tienen acceso a dichas bebidas, de lo cual se supo que el mayor consumo de gaseosas y jugos se ve reflejado durante el almuerzo (84%), en el cual se colocan las botellas y/o jarras a disposición de los niños.

Resulta muy amplio hablar sobre bebidas azucaradas, es por eso que se llevó a cabo un análisis del contenido de azúcares y sodio de aquellas que mayormente son

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

consumidas dentro del merendero, de las cuales se supo que en el rubro gaseosas se encuentran la Baggio Fresh – Manaos - Secco y de los jugos la marca Dodi - Tang.

En base a las cantidades diarias recomendadas por la Organización Mundial de la Salud, se supo que las gaseosas en estudio aportan significativas cantidades de azúcares, principalmente la marca Secco que con un vaso (200 ml) cubre el 100% de la recomendación diaria, mientras que los jugos, por ejemplo, la marca Dodi, un vaso (200ml) cubre el 10% de la recomendación diaria, es decir que aporta 2,5 gramos por porción.

Con respecto al sodio que se encuentra en las bebidas azucaradas, se pudo identificar que son los jugos los que presentan mayores concentraciones de este mineral. Por ejemplo, los jugos en estudio cubren un 2% de la recomendación diaria de sodio, mientras que en el caso de las gaseosas de marca Manaos y Secco es el 1%.

Resulta importante destacar que la gaseosa Baggio Fresh, si bien es la que menos azúcares contiene, dentro de las tres gaseosas estudiadas es la que mayor cantidad de sodio presenta, igualando a los jugos que cubren el 2% de la recomendación diaria de sodio.

Por otra parte, se utilizaron las tablas de IMC/edad de la Sociedad Argentina de Pediatría para realizar una evaluación del estado nutricional de los 32 niños que participaron de la encuesta, los resultados obtenidos fueron que 15 niños presentan un estado nutricional normal (percentil entre 10 y 85), 9 de ellos tienen sobrepeso (percentil

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

entre 85 y 97), 7 niños se encuentran en un percentil mayor a 97, es decir que son obesos y que solamente un niño presenta riesgo de bajo peso.

A modo de cierre, los resultados obtenidos confirman la primera hipótesis planteada, de que la mayoría de los niños en estudio presentan sobrepeso y obesidad, siendo que justamente el 50% de la población estudiada presenta dichas ECNT.

BIBLIOGRAFÍA

1. Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica. (2019). *Aditivos en los alimentos*. Recuperado de: <http://www.anmat.gov.ar>.
2. Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas. (2017). *Consumo de bebidas endulzadas artificialmente con edulcorantes no nutritivos y su relación con el desarrollo de Síndrome Metabólico y Diabetes tipo 2*. Recuperado de: <http://www.aadynd.org.ar>.
3. Bach, E. (2014). *Efecto de la ingesta de sacarina, ciclamato de sodio y sacarosa “azúcar rubia” en los niveles de glucosa, colesterol, triglicéridos y calcio en RattusNorvegicus Var* (tesis de pregrado). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Tacna, Perú.
4. Carmuega, E; Durán, P. (2000). *Valoración del estado nutricional en niños y adolescentes*. Buenos Aires, Argentina: CESNI.
5. Castaño Gómez, V; Cormick, M. (2018). *Alimentación y salud: aportes para la construcción de estrategias de nutrición comunitaria en grupos en situación de vulnerabilidad*. Recuperado de: <http://www.sociales.unc.edu.ar>.
6. Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil. (2014). *Decálogo “hidratación saludable en la infancia”*. Recuperado de: <https://cesni.org.ar>.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

7. Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil. (2016). *La mesa Argentina en las últimas dos décadas. Cambios en el patrón de consumo de alimentos y nutrientes*. Recuperado de: <http://www.cesni.org.ar>.
8. Chichetru, M. (2013). *Las calorías vacías, un peligro*. Recuperado de: <http://www.fundaciondiabetes.org>.
9. Código Alimentario Argentino. (2017). *Normas para la rotulación y publicidad de alimentos*. Recuperado de: <http://www.alimentosargentinos.gob.ar>.
10. Código Alimentario Argentino. (2019). *Bebidas hídricas, agua y agua gasificada*. Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar>.
11. Díaz Jereda, L. (2015). *Patrón de consumo de bebidas azucaradas en niños de primaria que asisten a escuelas públicas del municipio de Amatitlán* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Amatitlán, Guatemala.
12. Domínguez, P; Olivares, S; Santos, J. (2012). *Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil* (tesis de pregrado). Universidad de Chile, Santiago de Chile, Chile.
13. Encina, C; Gallegos, D; Espinoza, P; Arredondo, D; Palacios, K. (2019). *Comparación de la conducta alimentaria en niños de diferentes establecimientos educacionales y estado nutricional*. *Revista chilena de nutrición*, 46(3), 254-263. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl>.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

14. Federación Argentina de Graduados en Nutrición. (FAGRAN, 2017). *Posición de la FAGRAN respecto a los impuestos de las bebidas azucaradas*. Recuperado de: <http://www.colegionutricionsf.org.ar>.
15. Fundación Interamericana del Corazón. (2018). *Obesidad Infantil*. Recuperado de: <https://www.ficargentina.org>.
16. Fundación Interamericana del Corazón. (2018). *Publicidad de alimentos dirigida a niños y niñas de la Argentina*. Recuperado de: <http://www.ficargentina.org>.
17. Gabbanelli, M. (2016). *Hidratación Saludable en la Infancia* (tesis de pregrado). Universidad Fasta, Mar del Plata, Argentina.
18. García, E; Bach, L. (1999). Preferencias y aversiones alimentarias. *Anuario de Psicología*, 30(2), 55-77. Recuperado de: <https://revistes.ub.edu>.
19. Girolami, D. (2003). *Fundamentos de valoración nutricional y composición corporal*. Buenos Aires, Argentina: El Ateneo.
20. Gutiérrez, C; Garibay, E; Veraldte, E; Sanromán, R; Piraval, C; Magaña, O. (2009). Consumo de refrescos y riesgos de obesidad en adolescentes de Guadalajara, México. *Medigraphic*, 66(1), 523-525. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx>.
21. Labanca, R. (2015). Ingesta de bebidas y su posible papel en la epidemia de la obesidad. En E. Carmuega (Ed.), *Hidratación Saludable en la Infancia* (pp. 57-69). Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: CESNI.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

22. Leonardo, R. (2012). *Consumo de bebidas gaseosas en escolares de 10 a 12 años de la ciudad de Rosario* (tesis de pregrado). Universidad abierta interamericana, Rosario, Argentina.
23. Lestingi, M. (2015). Pautas de alimentación en el niño preescolar, escolar y adolescente. En J. Lorenzo (Ed.), *Nutrición del niño sano* (pp. 141-167). Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: CORPUS.
24. Lombardi, V. (2017, junio, 08). Bebidas que enferman. *TSS, Universidad Nacional de San Martín*. Recuperado de: <http://www.unsam.edu.ar>.
25. López, B; Suárez, M. (2008). *Fundamentos de la nutrición normal*. Buenos Aires, Argentina: El Ateneo.
26. Ministerio de la Salud. (2009). *Evaluación del estado nutricional de niñas, niños y embarazadas mediante antropometría*. Recuperado de: <http://www.msal.gob.ar>.
27. Ministerio de la Salud. (2009). *Guías alimentarias para la población infantil*. recuperado de: <http://www.argentina.gob.ar>.
28. Ministerio de Salud y Desarrollo Social. (2013). *Tercera encuesta nacional de factores de riesgo para enfermedades no transmisibles*. Recuperado de: <http://www.msal.gob.ar>.
29. Ministerio de Salud. (2013). *Sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes. Orientaciones para su prevención, diagnóstico y tratamiento en Atención Primaria de la Salud*. Recuperado de: <http://www.msal.gob.ar/>

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

30. Ministerio de Salud. (2016). *Guías alimentarias para la población Argentina*. Recuperado de: <http://www.msal.gob.ar>.
31. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2003). *Nutrición y salud*. recuperado de: <http://www.fao.org/>
32. Organización Mundial de la Salud. (2015). *Reducir el consumo de bebidas azucaradas para reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad infantil*. Recuperado de: <http://www.who.int>.
33. Organización Mundial de la Salud. (2018). *Aditivos alimentarios*. Recuperado de: <https://www.who.int>.
34. Organización Mundial de la salud. (2018). *Alimentación sana*. Recuperado de: <http://www.who.int>.
35. Organización Mundial de la Salud. (2018). *Enfermedades no transmisibles*. Recuperado de: <https://www.who.int>.
36. Organización Panamericana de la Salud. (2015). *La OPS y la OMS instan a reducir el consumo de azúcares en adultos y niños*. Recuperado de: <https://www.paho.org>.
37. Oyarce, K; Valladares, M; Elizondo, R, Obregon, A. (2016). Conducta alimentaria en niños. *Nutricion hospitalaria*, 33(6), 1461-1469. Recuperado de: <http://scielo.isciii.es>.

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

38. Pérez, D; Rivera, J; Ortiz, L. (2010). Publicidad de alimentos en la programación de la televisión mexicana: ¿los niños están más expuestos? *Salud Pública de México*, 52(2), 119-126. Recuperado de: <https://www.redalyc.org>.
39. Rodríguez, M; Avalos, M; López, C. (2014). Consumo de bebidas de alto contenido calórico en México: un reto para la salud pública. *Salud en Tabasco*, 20(1), 28-33. Recuperado de: <https://www.redalyc.org>.
40. Serra Majem, L; Aranceta, J. (2006). *Nutrición y salud pública. métodos, bases científicas y aplicaciones*. Barcelona, España: ELSEVIER.
41. Sociedad Argentina de Nutrición. (2019). *La hidratación en el verano*. Recuperado de: <http://www.sanutricion.org.ar>.
42. Sociedad Argentina de Pediatría. (2013). *Guía para la evaluación del crecimiento físico*. Buenos Aires, Argentina: IDEOGRÁFICA.
43. Torresani, M. (2015). *Cuidado nutricional pediátrico*. Buenos Aires, Argentina: EUDEBA.
44. Torresani, M; Somoza, M. (2000). *Lineamientos para el cuidado nutricional*. Buenos Aires, Argentina: EUDEBA.
45. United Nations International Children’s Emergency Fund. (2019). *Niños, alimentos y nutrición. Crecer bien en un mundo en transformación*. Recuperado de: <https://www.unicef.es>.










“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
 Da Silva, Ariana Aylén

ANEXO I: FRECUENCIA DE CONSUMO

ENCUESTA

Edad	
------	--

Sexo	
------	--

¿Consumís gaseosas o jugos en polvo para diluir dentro del merendero?	SI	NO				
¿Con qué frecuencia las consumís en el merendero?	TODOS LOS DIAS	UNA VEZ A LA SEMANA	MAS DE DOS VECES A LA SEMANA			
¿Cuándo las consumís, que cantidad soles tomar?	1 vaso	más de 1 vaso				
Dentro del merendero, ¿Cuáles se consumen más?	JUGOS EN POLVO	GASEOSAS				
De las comdas que ofrecen en el merendero, ¿en cuál de ellas las soles consumir?	DESAYUNO	ALMUERZO	MERIENDA			
Si te acordás, marca con una cruz (X) cuál o cuáles gaseosas consumís mas.						OTROS
	MANAOS	FRESH	SECCO	COCA COLA	PEPSI	
Si te acordás, marca con una cruz (X) cuál o cuáles jugos consumís mas.					OTROS	
	TANG	CLIGHT	DODI	RINDE 2		

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”

Da Silva, Ariana Aylén

ANEXO II: VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

VALORACION DEL ESTADO NUTRICIONAL (IMC/edad) SAP						
Nombre	Sexo	DNI	Edad	Peso (kilogramos)	Talla (metros)	Diagnóstico

“Consumo de bebidas azucaradas y su relación con el estado nutricional en niños de 6 a 12 años que concurren al merendero “Nubecitas” del barrio Cantera 25 de la ciudad de Concepción del Uruguay – Entre Ríos durante los meses de diciembre del 2020 - enero 2021”
Da Silva, Ariana Aylén

ANEXO III: AUTORIZACIÓN

Concepción del Uruguay; diciembre de 2021.

Mediante la firma del presente documento, doy mi consentimiento para que mi hijo/a responda la encuesta con la ayuda de quien se encuentra a cargo del merendero “NUBECITAS”, la cual será utilizada con el fin de recabar datos, para el proyecto de Tesina llevado a cabo por DA SILVA, ARIANA AYLÉN, estudiante de la Licenciatura en Nutrición, dictada en la Universidad de Concepción del Uruguay (UCU). Accedo también a que se le realicen las mediciones de peso y talla las veces que sean necesarias.

Firma y aclaración