

Universidad de Concepción del Uruguay

Facultad de Ciencias Médicas Doctor Bartolomé Vasallo



Informe Final

Licenciatura en Nutrición

“CONSUMO DE GOLOSINAS EN NIÑOS DE TERCER Y CUARTO GRADO QUE ASISTEN A LA ESCUELA JUSTO JOSÉ DE URQUIZA DE LA CIUDAD DE CONCEPCIÓN DEL URUGUAY DURANTE LOS MESES DE AGOSTO Y SEPTIEMBRE DE 2017”

AUTOR: Florencia Castro Mediccis

TUTOR: Licenciada en Nutrición Noelia Euler

Concepción Del Uruguay, Entre Ríos

Noviembre, 2017

“Las opiniones expresadas por el autor de esta Tesina no representan necesariamente los criterios de la Carrera de Licenciatura en Nutrición de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Concepción del Uruguay”

AGRADECIMIENTOS

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

A Dios y María Santísima por ser mi fortaleza, protección y ayuda.

A mis padres Marta y Héctor por brindarme su amor y apoyo incondicional y ser guías y sustento de mi vida.

A mi tutora Noelia Euler por su constante entrega y compromiso.

A los directivos, docentes, alumnos y padres del establecimiento nº3 Justo José de Urquiza por su predisposición, amabilidad e interés en mi investigación.

A mis familiares y amigos que siempre supieron apoyarme y alentarme en las adversidades del camino.

ÍNDICE

RESUMEN	8
PALABRAS CLAVES	9
INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN	10
ANTECEDENTES	11
PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA E HIPÓTESIS	13
Problema	14
Hipótesis	14
OBJETIVOS	15
Objetivo general	16
Objetivos específicos	16
MARCO TEÓRICO	17
1. Las golosinas y sus características	18
2. Sobrepeso y obesidad infantil	21
3. Alimentación y nutrición	23
3.1. Requerimientos nutricionales del niño escolar	24
4.1. Características físicas de crecimiento y composición corporal	26
4.2. Desarrollo cognitivo	26
5. Hábitos y conductas alimenticias	27
5.2. Calorías dispensables o alimentos de consumo opcional	30
6. La escuela y su relación con las elecciones alimentarias del niño	31
6.1. Kiosco saludable	32
7. La publicidad y sus efectos negativos	33
7.1. Técnicas de persuasión	34
DISEÑO METODOLÓGICO	35
Área de estudio	36
Tipo de estudio	38
Objeto de estudio	38
Universo	38
Criterios de inclusión	38
Criterios de exclusión	38
DEFINICIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	39
RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	44
Métodos de recolección de información	45

RESULTADOS ALCANZADOS	48
Gráfico nº1: Alumnos encuestados según sexo	49
Gráfico nº2: Grado al que asisten los alumnos	49
Gráfico nº3: Alumnos encuestados según rango de edad	50
Gráfico nº4: Barrio de residencia de los alumnos encuestados	50
Gráfico nº5: Alumnos encuestados que consumen golosinas en la escuela	51
Gráfico nº6: Tipo de golosina consumida en el ámbito escolar por los alumnos encuestados	51
Gráfico nº7: Cantidad de porciones de golosinas que son consumidas por día en la escuela por los alumnos encuestados	52
Gráfico nº8: Frecuencia de consumo de golosinas en la escuela	53
Gráfico nº9: Factores que influyen en la decisión de consumir golosinas	53
Gráfico nº10: Lugar donde los alumnos compran las golosinas que consumen en el recreo	54
Gráfico nº11: Alumnos encuestados que consumen golosinas fuera del ámbito escolar	54
Gráfico nº12: Tipo de golosina consumida fuera del ámbito escolar según kilocalorías aportadas por porción	55
Gráfico nº13: Cantidad de porciones de golosinas consumidas por día fuera del ámbito escolar	56
Gráfico nº14: Frecuencia de consumo de golosinas fuera del ámbito escolar	56
Gráfico nº15: Porcentaje de calorías dispensables consumidas en un día y que fueron aportadas por golosinas	57
Gráfico nº16: Estado nutricional de los alumnos encuestados de 3º y 4º grado	57
DISCUSIONES	58
CONCLUSIONES	62
RECOMENDACIONES	64
BIBLIOGRAFÍA	66
ANEXOS	71
Anexo I: Consentimiento informado	72
Anexo II: Tabla de calorías por porción de golosina y rotulado nutricional	73
Anexo III: Tabla IMC/Edad para niñas y niños de 5 a 19 años (OMS/2007)	86
Anexo IV: Planilla para el registro de datos personales y antropométricos de los niños partícipes del estudio	88
Anexo V: Encuesta cerrada y frecuencia de consumo	89
Anexo gráfico nº1: Alumnos encuestados según sexo	91
Anexo gráfico nº2: Grado al que asisten los alumnos	91

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Anexo gráfico nº3: Alumnos encuestados según rango de edad	92
Anexo gráfico nº4: Barrio de residencia de los alumnos encuestados	92
Anexo gráfico nº5: Alumnos encuestados que consumen golosinas en la escuela	93
Anexo gráfico nº6: Tipo de golosina consumida en el ámbito escolar por los alumnos encuestados	93
Anexo gráfico nº7: Cantidad de porciones de golosinas que son consumidas por día en la escuela por los alumnos encuestados	97
Anexo gráfico nº8: Frecuencia de consumo de golosinas en la escuela	97
Anexo gráfico nº9: Factores que influyen en la decisión de consumir golosinas	101
Anexo gráfico nº10: Lugar donde los alumnos compran las golosinas que consumen en el recreo	102
Anexo gráfico nº11: Alumnos encuestados que consumen golosinas fuera del ámbito escolar	102
Anexo gráfico nº12: Tipo de golosina consumida fuera del ámbito escolar según kilocalorías aportadas por porción	102
Anexo gráfico nº13: Cantidad de porciones de golosinas consumidas por día fuera del ámbito escolar	103
Anexo gráfico nº14: Frecuencia de consumo de golosinas fuera del ámbito escolar	103
Anexo gráfico nº15: Porcentaje de calorías dispensables consumidas en un día y que fueron aportadas por golosinas	103
Anexo gráfico nº16: Estado nutricional de los alumnos encuestados de 3º y 4º grado	104

RESUMEN

En la siguiente tesina se analizó el consumo de golosinas en la escuela por parte de los alumnos de 3º y 4º grado de la escuela primaria Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay en los meses de agosto y septiembre de 2017. Dicha investigación se realizó a través encuestas para conocer la cantidad, calidad y frecuencia de las golosinas consumidas en los recreos, así como también se determinó la cantidad de calorías dispensables aportadas por golosinas en un día y el estado nutricional de los niños obtenido por medio del indicador Índice de masa corporal/Edad.

El análisis de las encuestas arrojó los siguientes resultados: los alumnos de 3º y 4º grado de la escuela n°3 Justo José de Urquiza presentan un elevado consumo de golosinas, las cuales son principalmente adquiridas en el kiosco escolar. Este consumo elevado de golosinas supera las recomendaciones diarias de calorías dispensables establecido por Las guías alimentarias para la población argentina (2016).

En cuanto al estado nutricional, la mayoría de los alumnos presenta un estado nutricional normal según IMC/E, acompañado por un número significativo de niños con sobrepeso y obesidad.

PALABRAS CLAVES

Nutrición Infantil

Golosinas

Alimentación

Estado Nutricional

Hábitos Saludables

INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

Cuando los niños ingresan al sistema escolar formal se produce la ruptura de la dependencia familiar. Durante este periodo y a medida que el niño va creciendo aumenta su autonomía respecto a sus elecciones alimentarias. Incluso muchos niños, debido al horario laboral de sus padres, están solos en sus hogares y deben prepararse su propia comida (Lorenzo, 2008).

Los niños permanecen largos periodos de tiempo en la escuela, allí no solamente reciben la educación obligatoria sino que en los recreos consumen variedad de alimentos azucarados, con alto contenido de grasa y sodio. Consumir alimentos en los recreos es parte de sociabilizar con los compañeros, y la calidad nutricional de los mismos no es algo que preocupe a esa edad.

El objetivo de este trabajo consistió en conocer el consumo de golosinas de los niños de tercer y cuarto grado de la escuela N°3 “Justo José de Urquiza” de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017, como así también identificar los factores que motivan a los niños a elegir estos alimentos y además de conocer su estado nutricional.

La presente investigación es de importancia ya que la alimentación de los niños impacta de manera directa sobre su salud. La carencia o excesos de nutrientes, en una etapa clave como la infancia, puede predisponer a enfermedades tales como anemia, diabetes, obesidad, hipertensión, dislipemias, entre otras.

Con la información que se obtuvo en la investigación, se pretende generar intervenciones que fomenten hábitos alimentarios saludables en esta población.

ANTECEDENTES

En Argentina, puntualmente en la ciudad de Rosario provincia de Santa Fe, se realizó una tesis con el siguiente título: “Consumo de golosinas, snacks y bebidas carbonatadas en adolescentes de 10 a 12 años en dos colegios de la ciudad de Rosario”. Esta investigación arrojó como resultado que el consumo de los productos antes mencionados es desmesurado y reemplaza a los alimentos saludables, esto se da en ambas escuelas analizadas (gestión pública y privada) indistintamente del nivel socioeconómico.

En uno de los colegios (gestión privada) el 51% de los alumnos encuestados manifestó que siempre consumen productos del kiosco escolar, en cambio en el otro colegio (gestión pública) solo el 31% consumen siempre productos del kiosco escolar. Si realizamos una diferenciación por sexo, el 53% de los varones encuestados declaro que siempre consume productos del kiosco escolar, en cambio solo un 29% de las mujeres lo hace siempre (Fabres, 2011).

En otra tesis realizada en la ciudad de Mar de la Plata, Argentina, titulada “Consumo de productos snacks en niños de 4º, 5º y 6º grado de la Escuela Primaria Básica (EPB)” queda en manifiesto que el consumo promedio de calorías en una escuela de gestión pública es de 669 kcal/día y en la de gestión privada en cambio es de 704 kcal/día esto representa aproximadamente un 34% de las necesidades energéticas diarias para una dieta de 2000 kcal. Cuando se evaluó los factores que determinaban estas elecciones, se pudo observar que un 92% de los niños encuestados refiere hacerlo por su sabor; el 56% por hambre, el 23% por imitar a sus compañeros y el 17% por la publicidad de la televisión (Cristóbal, 2007). Estos datos son coincidentes con el estudio realizado en 2007 por María Elena Torresani y colaboradores sobre el “Consumo en cadenas de comidas rápidas y kioscos; preferencias de escolares y adolescentes de nueve colegios privados de Capital Federal y Gran Buenos Aires”, en el cuál se halló que los motivos de la compra de los productos en los kioscos eran en primer lugar el gusto y en segundo lugar el apetito.

En Colombia una investigación titulada “Descripción del consumo de azúcares y dulces en alumnos de siete a catorce años con obesidad y sobrepeso del Colegio Winchester de Bogotá Colombia” donde se indagaba sobre cómo es el consumo de azúcares y dulces en los estudiantes obesos y con sobrepeso, arrojó como resultado que, de una población de 288 estudiantes conformado por alumnos de escuela primaria y secundaria con un promedio de edad de 11,2 años, 14 tenían obesidad y 57 de ellos sobrepeso. La frecuencia de consumo de azúcares y dulces de los alumnos con obesidad y sobrepeso mostró mayor periodicidad en el consumo de bebidas azucaradas y dulces. En cambio, el grupo que tenía normopeso tuvo una mayor frecuencia en el consumo de azúcares y dulces en comparación con los estudiantes que tenían un exceso en el peso corporal. El porcentaje promedio de las calorías provenientes de los azúcares y dulces sobrepasó el 10% en el grupo de obesos, sobrepeso y normopeso (Arias, 2010).

PLANTEAMIENTO DE
PROBLEMA E
HIPÓTESIS

PROBLEMA

¿Cómo es el consumo de golosinas en los alumnos de tercer y cuarto grado de la escuela N°3 “Justo José de Urquiza” de la ciudad de Concepción del Uruguay en los meses de agosto y septiembre de 2017?

HIPÓTESIS

Los alumnos de tercer y cuarto grado de la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay tienen un consumo de golosinas superior a las recomendaciones que establecen las Guías Alimentarias para la población Argentina, durante los meses de agosto y septiembre de 2017.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Conocer el consumo de golosinas de los niños de tercer y cuarto grado de la escuela N°3 “Justo José de Urquiza” en la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar el tipo de golosinas de mayor elección por parte de los alumnos de tercer y cuarto grado que concurren a la escuela N°3 Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay.
- Determinar la frecuencia semanal de golosinas consumidas en el ámbito escolar de los alumnos de tercer y cuarto grado de la escuela N°3 Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay.
- Cuantificar el porcentaje de calorías dispensables aportadas por golosinas consumidas a lo largo del día, por los niños de tercer y cuarto grado de la escuela N°3 Justo José de Urquiza de Concepción del Uruguay.
- Determinar los factores que influyen en la elección de las golosinas que consumen los alumnos de tercer y cuarto grado que concurren a la escuela N°3 Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay.
- Conocer el estado nutricional de los alumnos de tercer y cuarto grado que concurren a la escuela N°3 Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay.

MARCO TEÓRICO

1. LAS GOLOSINAS Y SUS CARACTERÍSTICAS

En los últimos años el consumo creciente de golosinas en la infancia ha generado inquietud en saber cuál es el papel que éstas juegan en la alimentación de nuestros niños.

Desde el punto de vista antropológico, se define a las golosinas como un alimento preferentemente infantil, que se consume fuera de los horarios de las comidas principales y que no cuenta como alimento. Y nutricionalmente, a modo de unificar criterios se entiende por golosina aquellos alimentos industrializados, nutricionalmente desbalanceados, con un alto contenido de hidratos de carbono, grasa y /o sal (Castillo & Romo, 2006).

Son innumerables las opciones que existen y que pueden encontrarse en los kioscos, sin olvidar las continuas innovaciones de la industria que busca ofrecernos alternativas novedosas a las ya conocidas e instauradas en la sociedad.

Las golosinas aportan “calorías vacías”, con un valor nutritivo casi nulo. A continuación, se detallarán alguno de sus principales componentes:

- Azúcares simples: como la fructosa, glucosa y sacarosa, que el cuerpo asimila de forma rápida, es decir, que se digieren y absorben de manera inmediata, y aportan al organismo, solamente energía (Mollinedo y col, 2014).
- Grasas hidrogenadas: también conocidas como grasas trans. Se obtienen transformando los aceites vegetales en grasas sólidas. La ingesta de grasas hidrogenadas se ha relacionado con un mayor riesgo de padecer cardiopatías coronarias, al contribuir a una acumulación de placa de ateroma en el interior de las arterias que puede provocar un ataque cardiaco. Un informe publicado por el Instituto de Medicina de la Academia Nacional de Ciencias en 2002 (Estados Unidos), develó una correlación directa entre el consumo de grasas trans y niveles más elevados de colesterol ligado a lipoproteínas de baja densidad (LDL) y, por lo tanto, con un riesgo mayor de padecer cardiopatías (Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos, 2015)

- Grasas saturadas: son aquellas que están presentes en los alimentos de origen animal, como las carnes y los lácteos. Ellas son las encargadas de aumentar los niveles de colesterol y al igual que las grasas trans aumentan el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares. En las golosinas se encuentran presentes en aquellas que utilizan leche, manteca, cacao o chocolate en su composición (Llorente, 2015).
- Aditivos: se refiere a cualquier sustancia que, independientemente de su valor nutricional, se añade intencionadamente a un alimento con fines tecnológicos en cantidades controladas. Para que una sustancia sea admitida como aditivo debe estar bien caracterizada químicamente y debe superar los controles toxicológicos establecidos por parte de los correspondientes organismos sanitarios. Asimismo, ha de demostrarse su necesidad de tal modo que su uso suponga ventajas tecnológicas y beneficios para el consumidor. Los motivos por los que deberá establecerse dicha necesidad son: conservar la calidad nutritiva de un alimento, proporcionar alimentos destinados a un grupo de consumidores con necesidades dietéticas especiales, aumentar la estabilidad de un alimento o mejorar sus propiedades organolépticas, favorecer los procesos de fabricación, transformación o almacenado de un alimento, siempre que no se enmascaren materias primas defectuosas o prácticas de fabricación inadecuadas (Código Alimentario Argentino, 2014).
- Colorantes: son un tipo de aditivo alimentario que proporcionan color a los alimentos y éste es la primera sensación percibida, que incluso influye sobre el sabor y el olor. Los alimentos naturales poseen un color que varía tanto con la estacionalidad como con los tratamientos tecnológicos aplicados en su procesado, por lo tanto, para que estos resulten más atractivos deben ser coloreados artificialmente. El coloreado puede condicionar el éxito o fracaso comercial de un producto. Para ello se pueden utilizar sustancias obtenidas de fuentes naturales o preparadas por métodos físicos o químicos

- .

No todas las sustancias colorantes son adecuadas con fines alimentarios y algunas pueden causar daño a la salud (Ibáñez y col, 2003). Estudios recientes en animales experimentales muestran que la grasa y el azúcar son poderosas fuentes de recompensa neurobiológica, es decir, que producen placer a nivel cerebral y generan la necesidad de repetir el acto de consumir dichos alimentos para lograr esta satisfacción. Los alimentos concentrados en energía proveen más goce sensorial y más placer que otros alimentos menos densos de energía. La preferencia humana por el sabor dulce y la grasa es innata y/o adquirida muy tempranamente. Estudios con niños muestran que la familiaridad al sabor dulce y la densidad energética en los primeros años son determinantes en las preferencias de estos alimentos en edades posteriores (Castillo & Romo, 2006).

Por otro lado, es importante destacar las estrategias de marketing que utilizan las empresas para llamar la atención de sus compradores mas pequeños:

- Estímulos visuales: es un factor determinante ya que los colores provocan sensaciones y emociones. Los colores primarios son los que más atraen a los niños pequeños, especialmente los tonos vivos y brillantes. A medida que el niño crece, la predilección por la paleta cromática va cambiando influenciada por las pautas culturales que rigen su entorno. En este momento es donde la televisión y los colores asociados a sus personajes favoritos son los de mayor aceptación, es por eso que los productores cambian los colores para adaptarse a estos cambios.
- Estímulos táctiles: una de las maneras de conocer el mundo para un niño es a través de las formas, texturas y tamaños de los diferentes objetos. Es por eso que al momento de la elaboración de los envases de golosinas las empresas piensan en las proporciones de las manos de los niños, óptimo agarre, manipulación y seguridad, diversificando las texturas y formas.
- Exaltar lo apetitoso: lo visualmente apetitoso impacta los sentidos provocando sensaciones placenteras, atracción y deseos de comer o beber. La apetencia puede ser comunicada a través de recursos que exalten sus características organolépticas: formas, colores, brillos, texturas. La vista predispone y

estimula a los demás sentidos como el olfato y el gusto. Las fotografías en situaciones de consumo captan la atención del niño, despiertan su deseo, promoviendo la acción de beber y comer como algo placentero.

- Porción: uno de los modos de controlar el consumo de golosinas y snacks es a través de las porciones. Presentar al alimento en porciones calculadas para las necesidades nutricionales de cada edad presenta varias ventajas: facilita su consumo resultando ser un auxiliar práctico para la alimentación los niños que poseen actividades fuera de su hogar, asegura que el tamaño esté adecuado para su ubicación en la mochila, optimiza lo que consume y por consiguiente minimiza el desperdicio.
- Los personajes: la presencia de personajes de dibujos animados, películas y programas televisivos infantiles en el envase de las golosinas logra que los niños se sienten atraídos por ellos. Un alimento o bebida encarnados por sus personajes preferidos se convierten en objetos de deseo. Dentro de ésta estrategia de marketing también se encuentran las figuritas, muñecos, entre otros, que se hallan en el interior de envase.
- Costo: si bien en Argentina el costo de los alimentos, entre ellos las golosinas, fue subiendo escalonadamente por factores netamente económicos y políticos de la región, las golosinas son de fácil acceso incluso para las clases económicas mas bajas (Cortese, 2011).

2. SOBREPESO Y OBESIDAD INFANTIL

Según la Organización Mundial de la Salud “el sobrepeso y la obesidad infantil constituyen uno de los principales problemas de salud pública del siglo XXI”. Se calcula que la obesidad infantil se ha casi triplicado en los últimos 30 años.

Se entiende por sobrepeso al aumento de peso para la talla, en cambio la obesidad es la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

La causa fundamental del sobrepeso y la obesidad es un balance positivo del gasto energético diario (GED) es decir que las calorías ingeridas son mayores a las utilizadas. En el mundo se ha producido un aumento en la ingesta de alimentos hipercalóricos que son ricos en grasas saturadas, grasas trans, sal y azúcares, pero pobres en vitaminas y minerales entre otros nutrientes, acompañado de un descenso de la actividad física como resultado de la naturaleza cada vez más sedentaria en la niñez como por ejemplo las horas frente al televisor y la computadora, así como también otros aparatos tecnológicos como lo son consolas de juegos, tabletas o celulares.

A menudo los cambios en los hábitos de alimentación y en la actividad física son consecuencia de cambios ambientales y sociales asociados al desarrollo y a falta de políticas públicas en sectores como salud; educación; agricultura; transporte, planeamiento urbano; medio ambiente; procesamiento; distribución y comercialización de los alimentos.

La obesidad infantil se asocia con una mayor probabilidad de desarrollar esta patología en la vida adulta, como así también enfermedades cardiovasculares, pulmonares, hipertensión arterial, diabetes mellitus, litiasis biliar, problemas ortopédicos, artritis, gota, trastornos psicológicos y muerte prematura, además de estos riesgos futuros, los niños obesos sufren dificultad respiratoria, mayor riesgo de fracturas e hipertensión, y presentan marcadores tempranos de enfermedad cardiovascular, resistencia a la insulina y efectos psicológicos (Torresani, 2010). Hasta hace algunos años el sobrepeso y la obesidad eran percibidos como un problema de los países desarrollados. En la actualidad este escenario ha cambiado radicalmente y la epidemia se ha extendido a una velocidad alarmante a los países de bajos y medianos ingresos, particularmente en las grandes ciudades. Hoy existen en el mundo alrededor de 42 millones de niños y niñas con sobrepeso, de los cuales más del 80% viven en países en desarrollo. A partir de un estudio sistemático realizado en 2014, la prevalencia estimada de sobrepeso y obesidad en niños de América Latina en edad preescolar (menores de 5 años) es de 7,1%, en escolares (5 a 11 años) es del 18,9% al 36,9% y en adolescentes (12 a 19 años) es del 16,6% al 35,8%. Del 20% al 25% del total de la población de niños y adolescentes de América Latina tiene sobrepeso y obesidad, es decir, 1 de cada 4 niños y adolescentes. En el año 2004 el Ministerio de Salud de la Nación de Argentina puso

en marcha la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS), en dónde se buscó conocer la realidad que atravesaba el país en materia nutricional y de salud, para luego realizar ajustes o modificaciones a las políticas públicas del momento. Dicha encuesta reveló que el sobrepeso tiene una tendencia creciente en nuestro país. En el mismo sentido la Base de Datos Global sobre Crecimiento Infantil y Malnutrición de la OMS (2010), refiere que Argentina presenta el mayor porcentaje de obesidad infantil en niños y niñas menores de cinco años en la región de América Latina con un 7,3% de prevalencia. Cifras que movilizan y son un llamado de atención para la sociedad y el Estado.

3. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Para introducir al tema, se debe realizar una distinción de estos dos conceptos que durante muchos años fueron confundidos y utilizados como sinónimo, cuando en realidad alude a situaciones muy distintas. En primer lugar, debe entenderse como alimentación al proceso por el cual el hombre se sirve de diferentes alimentos para satisfacer sus necesidades alimenticias, fundamentalmente para proveerse de energía. En cambio, la nutrición es un proceso más complejo en el que las células aprovechan los nutrientes contenidos en los alimentos, como lo son las proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales, necesarios para el correcto funcionamiento, el crecimiento y el mantenimiento de sus funciones vitales.

En ambos procesos intervienen factores biológicos, socioculturales, psicológicos y ambientales. En el caso de la alimentación como un proceso social, no sólo permite al organismo adquirir sustancias energéticas y estructurales necesarias para la vida, sino también son símbolos que sirven para analizar la conducta.

Tanto la alimentación como la nutrición cumplen dos objetivos primordiales durante la infancia:

- conseguir un estado nutricional óptimo, mantener un ritmo de crecimiento adecuado y tener una progresiva madurez biopsicosocial.
- establecer recomendaciones dietéticas que permitan prevenir enfermedades de origen nutricional que se manifiestan en la edad adulta pero que inician durante la infancia.

Es importante destacar la importancia de la infancia en la adquisición de hábitos alimentarios que se mantendrán durante toda la vida y que van a depender de la presencia de factores tales como: el desarrollo económico, avances tecnológicos, la incorporación de la mujer al ámbito laboral, la gran influencia de la publicidad y la televisión, la incorporación mas temprana de los niños a la escuela y la mayor posibilidad por parte de los niños de elegir alimentos con elevado aporte calórico y baja calidad nutricional.

3.1. Requerimientos nutricionales del niño escolar

Los niños continúan con su crecimiento físico a un ritmo estable durante este periodo, aunque el desarrollo desde el punto de vista cognitivo, emocional y social es enorme. Con respecto al peso corporal se pueden identificar dos situaciones, por un lado, la prevalencia de obesidad infantil va en aumento, y por otro, es posible detectar el comienzo de trastornos alimenticios en algunos niños en edad escolar. Es por eso que una nutrición adecuada y el establecimiento de hábitos saludable de alimentación pueden contribuir a prevenir ambas situaciones, como así también, diabetes tipo 2 o enfermedades cardiovasculares (o una combinación de todas ellas) en etapas posteriores de la vida. Esto se logra, en gran parte, si los niños se encuentran rodeados de personas (padres, otros familiares, amigos, maestros) que actúen como modelos de conductas saludables (alimentación saludable, actividad física). Los niños requieren alimentos variados que le proporcionen suficientes macronutrientes y micronutrientes para que su crecimiento y desarrollo sea óptimo. Es por eso que las necesidades energéticas varían de acuerdo al momento biológico y a la edad del individuo. El método propuesto por la FAO/ OMS 2001 se aplica para el cálculo de las necesidades de energía en grupos poblacionales. Si bien los requerimientos estimados se han derivado de mediciones individuales con caracteres específicos como la edad, sexo, tamaño, composición corporal y actividad física, los datos se han agrupado para estimar los requerimientos promedio de energía en grupos o clases de individuos con características similares (Lorenzo, 2007).

Requerimiento energético para niños y niñas de 8 a 12 años

EDAD	Kcal/día (Niños)	Kcal/día (Niñas)
8 a 9	1830	1698
9 a 10	1978	1584
10 a 11	2150	2006
11 a 12	2341	2149

Requerimiento energético para niños y niñas calculado por análisis de regresión cuadrática, según gasto energético total según peso, más energía en los tejidos durante el crecimiento (FAO/OMS 2001).

El requerimiento calórico diario debe distribuirse en porcentajes adecuados de cada nutriente para que cumpla en el organismo la función correcta. Es por eso que en el siguiente cuadro se muestran los porcentajes promedio de energía total proveniente de carbohidratos, proteínas y grasas totales.

Edad	Carbohidratos (%)	Proteínas (%)	Grasas Totales (%)
4 a 18 años	45- 65	10 - 30	25 - 35

Rango aceptable de distribución de Macronutrientes (Lorenzo, 2008).

Por último, se muestran las cantidades recomendadas de macronutrientes que deben consumirse diariamente por niños y niñas de 9 a 13 años publicadas por el National Research Council (NRC) en el año 2002.

Edad y Sexo	Carbohidratos (g/día)	Proteínas (g/día) / g/Kg/día		Grasas (g/día)
Varones 9 - 13 años	130	34	0,85	ND
Mujeres 9 - 13 años	130	34	0,85	ND

Ingesta recomendada de nutrientes (NRC, 2002)

4. CRECIMIENTO Y DESARROLLO NORMALES EN EDAD ESCOLAR

4.1. Características físicas de crecimiento y composición corporal

Durante la etapa escolar el crecimiento del niño es estable, la velocidad de crecimiento no es tan elevada como lo fue durante la lactancia o como lo será durante la adolescencia. El promedio de crecimiento anual durante esta etapa es de 3 a 3,5 kg de peso y de 6 cm de talla.

En este periodo aumenta de manera progresiva la fuerza muscular, la coordinación motora y la resistencia. Los niños emplean patrones de movimiento más complejos, por lo que tienen la posibilidad de participar en danza, deportes, gimnasia y otras actividades físicas. Es una etapa en donde el porcentaje de grasa corporal alcanza una cifra mínima de 16% en las mujeres y de 13% en los varones, posteriormente este porcentaje aumenta como preparación para el brote de crecimiento puberal. Por otro lado, los niños poseen mayor cantidad de masa muscular magra por centímetro de talla que las niñas. Estas diferencias de composición corporal se vuelven más pronunciadas durante la adolescencia.

Hay que tener en cuenta que el IMC no es constante durante la infancia. El registro del IMC para la edad en las gráficas de crecimiento es la única manera de saber si el niño está fuera del rango normal para su edad. En esta población, el objetivo no es buscar ciertos rangos de valores como sucede con los adultos, sino mantener un percentil de IMC para la edad dentro del rango normal (Brown, 2007)

4.2. Desarrollo cognitivo

El principal logro del desarrollo durante la infancia media es la autosuficiencia, el conocimiento de lo que se hace y la capacidad para hacerlo. Durante la edad escolar, los niños pasan de un periodo preoperacional de desarrollo a uno de operaciones concretas. Esta etapa se caracteriza por la aptitud para concentrarse en varios aspectos de una situación al mismo tiempo, por el desarrollo de un pensamiento causa-efecto más racional; por la capacidad de clasificar, reclasificar y generalizar, y por la disminución del egocentrismo, que permite al niño ver el punto de vista de otros.

Los niños se vuelven cada vez más independientes y aprenden de sus funciones en la familia, la escuela y la comunidad. Las relaciones con otros niños se tornan más importantes y comienzan a separarse de sus propias familias, por ejemplo, al pasar la noche en la casa de amigos o familiares, irse de campamento, entre otros. De este modo las influencias externas ejercen un papel más trascendente en sus vidas y en sus elecciones alimentarias (Brown, 2007).

5. HÁBITOS Y CONDUCTAS ALIMENTICIAS

Se entiende por hábito al modo especial de proceder o conducirse adquirido por actos repetidos (Diccionario de la Real Academia Española, 2016), de esta manera el hábito alimentario es el más cercano a la conducta alimentaria final. Por su parte la conducta alimentaria se define como el comportamiento normal relacionado con: los hábitos de alimentación, la selección de alimentos que se ingieren, las preparaciones culinarias y las cantidades ingeridas de ellos (Scielo, 2002).

Durante la etapa escolar los padres y hermanos mayores son quienes ejercen mayor influencia sobre la actitud del niño hacia la comida y las preferencias alimenticias. Las conductas, prácticas culturales y preferencias alimenticias de los padres inciden en los gustos y aversiones de sus hijos. Los padres son responsables del ambiente alimenticio en casa, así como de los alimentos que están disponibles y cuáles se sirven, y son los niños los que autorregulan su ingesta.

Además, es necesario que los adultos proporcionen la guía necesaria, para que el niño tenga la posibilidad de elegir alimentos saludables cuando se encuentra fuera de su casa.

En los últimos años los hábitos alimentarios se han ido modificando por diferentes factores que alteran la dinámica e interacción familiar; uno de ellos corresponde a la situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos, la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar, lo que provoca que las familias adopten nuevas formas de cocina y de organización y la pérdida de autoridad de los padres en la actualidad ha ocasionado que muchos niños coman cuándo, cómo y lo que quieran.

Por su parte, la publicidad televisiva forma parte del ambiente social, influenciando los hábitos alimentarios de los niños y desplazando de esta actividad a la familia y la escuela, promoviendo un consumo alimentario no saludable, ya que los niños son susceptibles de influenciar, debido a que se encuentran en una etapa de construcción de su identidad, y por lo tanto son fácilmente manipulables por los anuncios publicitarios que promocionan nuevos alimentos.

En el caso de la escuela, ésta permite al niño enfrentarse a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables como lo es el consumo de golosinas, gaseosas, snack, entre otros, aunque contrariamente también asume o debería asumir un rol fundamental en la promoción de la salud y la alimentación saludable. En este sentido, las acciones de promoción y prevención escolares están a cargo de los profesores, a través de los contenidos temáticos, y en algunos casos de profesionales de la salud, que son invitados para ampliar los conocimientos que el docente no dispone y lo hace a través de charlas y actividades recreativas. Sin embargo, es necesario tratar este tipo de temas desde una perspectiva integral que permita combinar conocimientos, actitudes y conductas saludables que promuevan en los niños un estilo de vida saludable, e incluso contribuya a evitar la aparición de síntomas de trastornos alimentarios (Macias y col 2012).

5.1. Importancia de las cuatro comidas diarias

Seguir una dieta equilibrada y variada es importante para mantener tanto la salud como el peso corporal. Por eso es primordial distribuir las calorías diarias de nuestra alimentación a lo largo del día.

Las guías alimentarias para la población infantil señalan que para lograr una alimentación equilibrada es importante combinar los alimentos de los 6 grupos básicos:

- Cereales, sus derivados y legumbres
- Frutas y verduras
- Leche, yogur y queso
- Carnes y huevo
- Aceites, frutas secas, semillas y grasas
- Azúcar y dulces.

La importancia de combinar los alimentos de los diferentes grupos reside en que un solo alimento o grupo no puede proporcionar la energía y los nutrientes que el cuerpo humano necesita para el correcto crecimiento y desarrollo. Ésta destaca la importancia del consumo de agua potable, por sobre el resto de las bebidas; el consumo diario de frutas y verduras de todo tipo y color; el consumo diario de leche, yogurt y queso, así como también legumbres y cereales; incluir carnes rojas y blancas y retirar la grasa visible antes de la cocción y para la preparación de las comidas el aceite debe ser preferentemente crudo. Dentro de los alimentos que los niños no deben consumir con demasiada frecuencia se encuentran los fiambres, hamburguesas, salchichas y otros embutidos, las gaseosas, los jugos artificiales y de soja, los productos salados tipo copetín como lo son las papas fritas, chizitos, palitos, entre otros. Tampoco recomienda el consumo frecuente de alimentos fritos y golosinas, las cuales solo deben consumirse en poca cantidad y en ocasiones especiales (Ministerio de Salud de la Nación, 2010).

El desayuno es la primer comida del día y es una prioridad luego de un ayuno de al menos ocho horas, ya que nos brinda la energía necesaria para iniciar la actividad del día. Debe aportar entre un 20- 25% de las necesidades energéticas diarias. Ésta comida es aún más importante en los niños, quienes desde las primeras horas de la mañana, deben estar alertas y en condiciones de responder a las demandas intelectuales y físicas de la actividad escolar. En nuestro país, más del 70% de los niños concurre a la escuela sin haber realizado el desayuno; situación que obedece a dos razones principales, en primer lugar los hábitos familiares, que descuidan la importancia del desayuno y segundo las razones económicas, sus familias no cuentan con los recursos mínimos para proveer alimentos (Díaz & Castro, 2003).

En relación al rendimiento intelectual, se ha observado en diversos estudios que la omisión del desayuno puede tener un efecto adverso sobre la capacidad intelectual y en adolescentes se ha observado que la cantidad de energía consumida en el desayuno se relaciona inversamente con el índice de masa corporal (Sánchez Hernández & Serra Majem, 2000).

El almuerzo es la comida que se ingiere cerca del mediodía, que repone las energías perdidas durante las actividades de la mañana y nos prepara para continuar con energía en la tarde, hasta la merienda. El almuerzo debe tener

diversidad de alimentos, incluyendo vegetales de todo tipo y color, con la finalidad de proporcionar variedad de vitaminas y minerales. Debe aportar entre un 25-30% de las necesidades energéticas diarias.

La merienda se realiza en horas de la tarde, en el caso de los niños que asisten a la escuela en dicho turno, el momento ideal para su realización es cuando regresan a su casa. En él se incluyen alimentos como frutas, lácteos o cereales. Es importante recordar que debe aportar, aproximadamente, el 10-15% de las necesidades energéticas diarias.

Como última comida del día se encuentra la cena que debe promocionarse como un momento familiar, ya que numerosos estudios muestran su asociación a patrones de ingesta dietética más saludables: mayor consumo de frutas y verduras y, por consiguiente, mayor contenido en micronutrientes (vitaminas, minerales), fibra, entre otros. La composición del menú servido en la cena debe ser variado y aportar aproximadamente un 25-30% de necesidades energéticas diarias (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2008).

5.2. Calorías dispensables o alimentos de consumo opcional

Las calorías dispensables son el exceso de calorías de un alimento comparado con un producto equivalente, de su mismo grupo, pero de alta densidad de nutrientes. Algunas Guías Alimentarias o países establecen recomendaciones sobre la cantidad de calorías dispensables en la dieta, ubicándolas entre 10% y 17% de la ingesta energética total (Centro de Estudios sobre Políticas y Economía de la Alimentación, 2012).

Las Guías Alimentarias para la población Argentina, en su última actualización, los denomina alimentos de consumo opcional y deja de manifiesto que su aporte calórico no debe representar más del 15% de las calorías totales. En este grupo se incluyen los alimentos grasos como lo son mayonesa, crema, manteca, grasas sólidas y azúcares libres como azúcar, dulces, mermeladas, etc., y las bebidas e infusiones azucaradas, alfajores, galletitas dulces, chocolates, golosinas, snacks/productos de copetín, panificados dulces o salados, tortas, postres azucarados. Los alimentos que incluye este grupo en general son de baja calidad nutricional en comparación con los alimentos protectores, y es conocido que su

consumo es desmedido por parte de la población. Es necesario remarcar esta característica y orientar mediante la gráfica y los mensajes de las Guías Alimentarias a que la población elija lo mejor posible en cuanto a calidad, cantidad y frecuencia de consumo este tipo de alimentos (Ministerio de Salud de la Nación, 2016).

6. LA ESCUELA Y SU RELACIÓN CON LAS ELECCIONES ALIMENTARIAS DEL NIÑO

La escuela toma vital importancia en las elecciones que hacen los niños diariamente. Es en ella donde los niños pasan gran parte del tiempo, donde se forman y se vinculan con sus pares. Aquí queda en manifiesto el sentido de pertenencia que tiene cada ser humano, es decir, la vinculación e identificación de una persona con el grupo o ambiente donde se desarrolla su vida. Subrayan los psicólogos y antropólogos que la identidad de una persona es el reflejo del vínculo social que le es propio, esto explica que muchas de las elecciones están regidas por el círculo social y el grupo de pares al cual pertenece el niño, por la moda, y lo que la publicidad dice que es mejor. Lo antes mencionado explica por qué muchas veces los niños no eligen cereales o fruta, ya que son blanco de burlas y exclusión de su grupo de amigos (Brea, 2014).

Conociendo esta realidad es que surge la necesidad de que el establecimiento escolar se comprometa en realizar educación alimentaria y que se extienda esta responsabilidad hacia las familias, ya que el aprendizaje se realiza reforzando los conocimientos adquiridos. Esto incluye higiene e inocuidad de los alimentos, prevención de enfermedades, conocimiento sobre hábitos alimentarios saludables y nutrición, modalidad de servir, comer y compartir, incorporación de nuevas formas de preparaciones y alimentos, entre otros, de esta manera se estaría incentivando al niño a que diversifique su alimentación y pueda realizar elecciones más saludables. Sería importante que estos temas estén integrados en la curricula anual del establecimiento y sean abordados por profesionales de la salud.

6.1. Kiosco saludable

Partiendo de la problemática antes mencionada, en Argentina nace en 2004 el proyecto de kiosco saludable. El mismo fue confeccionado por profesionales de la salud y tiene como objetivo concientizar de manera masiva acerca de una alimentación escolar saludable, del mismo modo que presta servicio de asesoramiento tanto a escuelas como a distintas instituciones interesadas en la adquisición de hábitos alimentarios correctos.

En principio consiste en hacer que el kiosco que se encuentra en el interior de las escuelas ofrezca opciones saludables como lo son frutas frescas, ensaladas de frutas, jugos de frutas naturales, gelatinas, sándwiches con verduras, yogures enteros o descremados con frutas o cereales, barras de cereales comerciales o caseras, galletitas de bajo tenor graso, nueces, almendras, semillas de girasol, tutucas, pochoclos sin azúcar, alfajores de maicena con relleno de frutas o miel , entre otras opciones. Además, ir limitando la disponibilidad de los alimentos de baja calidad nutricional como gaseosas, golosinas, chizitos, papas fritas, alfajores, chocolates, entre otros. Muchas de estas opciones van a estar relacionada con la posibilidad de contar con una heladera en el kiosco, aunque de no ser posible, también se puede implementar evitando los alimentos que requieran ser refrigerados.

El proceso de implementación no es simple, sino que debe darse paulatinamente y va a estar ligado al compromiso previo de toda la comunidad educativa, que tiene la obligación de informarse con profesionales idóneos, como Licenciados en Nutrición, para evacuar cualquier duda y pueda ponerse en marcha sin grandes problemas. Para esto, se podrá:

- Recopilar información de los alimentos más consumidos por los alumnos, así se reconocerán los gustos y preferencias.
- Consultar que alimentos de una lista saludable, les gustan más, así tener una base donde comenzar a trabajar.
- Organizar uno o dos días a la semana la realización del kiosco saludable para que los niños interactúen con las nuevas ofertas.

Aunque todo esto es el ideal al que debemos aspirar para que las próximas generaciones tengan mejor salud y calidad de vida, dista mucho de la realidad que se vive en los recreos escolares ya que todavía existen muchas escuelas que no cuentan con esta propuesta (Ministerio de Salud de la Nación, 2013).

7. LA PUBLICIDAD Y SUS EFECTOS NEGATIVOS

Sin duda otro de los factores que favorecen el desarrollo del sobrepeso y la obesidad es el sin fin de publicidades relacionadas con alimentos de baja calidad nutricional que reciben los niños. Es siempre un tema de discusión con las empresas productoras de estos alimentos, porque lo que se promociona muchas veces está lejos de realizar un aporte positivo a la salud y su consumo está controlado por los adultos, responsables de la alimentación del menor.

Los niños se han convertido en un objetivo importante para las empresas de alimentos. Ellas utilizan estrategias de marketing dirigidas a los menores aprovechándose de su inexperiencia y credulidad para generar conciencia de marca, preferencia y lealtad.

Del libro “Los adolescentes del siglo XXI, los consumos culturales en un mundo de pantallas”, escrito por Roxana Marduchowicz directora del programa Escuelas y Medios del Ministerio de Educación de la Nación, se desprende que el 50% de los 1200 niños encuestados de entre 11 a 17 años, miran aproximadamente 3 horas de televisión diaria en la Argentina. Esta población es especialmente vulnerable a la publicidad de alimentos y bebidas, ya que no tienen la madurez neurológica para entender las intenciones de marketing detrás de los anuncios, y para tomar decisiones autónomas con respecto a una dieta saludable. Esto se fundamenta en diversos estudios que han demostrado que el pensamiento abstracto, la madurez neurológica, y la plena capacidad para tomar decisiones apropiadas sólo se llevan a cabo después de los 18 años (Marduchowicz, 2013).

7.1. Técnicas de persuasión

A partir del análisis de las técnicas de persuasión utilizadas en las publicidades se ha detectado que éstas se utilizan con mayor frecuencia en la publicidad de alimentos no saludables y durante los horarios con mayor exposición del público infantil. Se destaca el uso de personajes y los regalos promocionales como vía para atraer la atención de los niños. Es así que un gran porcentaje de niños se siente motivado a comprar alimentos no saludables que se publicitan en televisión. Esto se debe a que los alimentos saludables no son publicitados. En las publicidades, el consumo de alimentos no saludables se relaciona con sentimientos positivos como diversión, felicidad y ser "cool". Las principales categorías de alimentos que se publicitan son las gaseosas, los cereales de desayuno azucarados, galletitas, golosinas, snacks, platos preparados y comida rápida.

Además hay muchos elementos en la comida que producen placer y esto no se reduce solamente al acto mismo de ingerir un determinado alimento; están también el goce de compartir la comida, el placer de cocinar para los que se quiere, mostrándoles así afecto y también el placer obtenido en la adquisición de la comida a través de actividades colectivas como la cosecha o la compra. Muchos alimentos, especialmente las golosinas son incluso publicitados de esta forma; se enfatizan los aspectos sensoriales y emocionales que dan placer al consumir el producto (Fundación Interamericana de Corazón Argentina, 2015).

DISEÑO
METODOLÓGICO

ÁREA DE ESTUDIO

Concepción del Uruguay es un municipio distribuido entre los distritos Molino y Tala del departamento Uruguay (del cual es cabecera) en la provincia de Entre Ríos, República Argentina. El municipio comprende la localidad del mismo nombre y un área rural. Se ubica en el Este de la provincia, sobre la vera occidental del río Uruguay. Concentra una parte importante de la historia política y cultural de la provincia y el país, así como actividad educativa, turística e industrial.

La población total de la ciudad en 2010 era de 72.528 habitantes (Censo INDEC), de los cuales un 51,7% son mujeres y un 48,3% varones. La población del municipio, incluyendo la población rural, ascendía a 73.729 habitantes, mientras el departamento completo estaba habitado por 100.821 personas.

El origen étnico de su población ha variado con el tiempo. De una mezcla entre indígenas guaranícos y españoles en sus orígenes hasta una mixtura de inmigrantes mayormente europeos. Los inmigrantes han provenido de España, Italia, Francia, Alemania, la ex Croacia, países árabes y otras nacionalidades

La parte económica de la ciudad depende de dos grandes actividades, la portuaria y la actividad avícola. El puerto de la ciudad es considerado como uno de los más importantes del país. Permite la operación tanto de barcos y buques fluviales como de ultramar, algunos de gran tonelaje. Ha sido tradicionalmente un puerto de exportación de cereales y oleaginosas como también de maderas. Dispone de un atracadero para la descarga de combustibles.

Se destaca como actividad industrial, la actividad frigorífica avícola, con tres plantas de faena y procesamiento de aves que emplea a más de 2500 personas solo en las del casco urbano. La mayor parte de la producción se destina a la exportación.

La agroindustria es importante ya que cuenta con arroceras, molinos harineros, plantas de elaboración de aceites vegetales y otras. La industria maderera, la carrocería y la metalúrgica son también destacables.

En materia de salud la ciudad dispone de un Hospital de alta complejidad llamado Hospital Justo José de Urquiza que se encuentra ubicado aproximadamente a 500 metros del acceso a la ciudad. Este Hospital dispone de los servicios básicos fundamentales garantizados para la atención de los pacientes de todo el

Departamento Uruguay, tales como el servicio de Neonatología, Obstetricia, Cirugía Cardíaca, Diabetología, entre otros.

En cuanto a educación, la ciudad cuenta con una variedad de jardines, escuelas y universidades de gestión pública y privada, entre las que se destacan la escuela N°3 “Justo José de Urquiza” ubicada en calle Presidente Juan Domingo Perón 425. Éste es uno de los establecimientos educativos más antiguos de la ciudad y estar emplazado en el histórico barrio “Puerto Viejo”. En dicho barrio se encuentran varios monumentos históricos nacionales, así también como edificios de mucha riqueza histórica (Municipalidad de Concepción del Uruguay, 2014).



TIPO DE ESTUDIO

La presente tesina se realizó a través de un estudio cuantitativo, retrospectivo y del tipo descriptivo porque los datos se recolectaron en forma directa de la realidad especificando tipo, cantidad y calidad de golosinas consumidas por los alumnos y de corte transversal porque la información se recolectó durante los meses de agosto y septiembre de 2017.

OBJETO DE ESTUDIO

La población estuvo representada por un conjunto cerrado de alumnos de ambos sexos y ambos turnos que cursan el tercer y cuarto grado de la escuela de gestión pública N°3 “Justo José de Urquiza” de la ciudad de Concepción del Uruguay.

UNIVERSO

El universo de la tesina estuvo constituido por 104 alumnos y la muestra por 80 alumnos de tercer y cuarto grado de ambos turnos que asisten a la escuela N° 3 “Justo José de Urquiza” de la ciudad de Concepción del Uruguay.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Que sea alumno de tercer o cuarto grado de la escuela N° 3 “Justo José de Urquiza” de la ciudad de Concepción del Uruguay.
- Que acepte participar del estudio y presente el consentimiento informado. (Anexo I)
- Que concurra a la institución el día de la realización del trabajo de campo.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Que no sea alumno de tercer o cuarto grado de la escuela N° 3 “Justo José de Urquiza” de la ciudad de Concepción del Uruguay.
- Que no quiera participar del estudio.
- Que no presente el consentimiento informado.
- Que esté ausente al momento de recabar la información

DEFINICIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable 1: (Variable independiente)

Sexo de los alumnos encuestados: Se refiere a las características fisiológicas y sexuales con las que nacen mujeres y hombres.

Categorías:

- Femenino
- Masculino

Variable 2: (Variable independiente)

Grado al que asiste el alumno: es el curso al que pertenece el alumno al momento de ser encuestado.

Categorías:

- 3º grado
- 4º grado

Variable 3: (Variable independiente)

Edad. Es la cantidad de años que tiene el niño al momento de ser encuestado.

Categorías:

- De 8 a 9 años
- De 9 a 10 años
- De 10 a 11 años
- De 11 a 12 años

Variable 4: (Variable independiente)

Barrio de residencia del alumno encuestado.

Categorías:

- Puerto Viejo
- La Concepción
- La Quilmes
- Otros

Variable 5: (Variable dependiente)

¿Consumís golosinas en la escuela?

Categorías:

- Si
- No

Variable 6: (Variable independiente)

Tipo de golosina consumida: son aquellos alimentos industrializados, nutricionalmente desbalanceados, con un alto contenido de hidratos de carbono simples, grasa y /o sal (Castillo & Romo, 2006).

Categorías:

- Caramelos masticables
- Caramelos duros
- Chupetines
- Gomita
- Turrón
- Cubanito
- Alfajor simple
- Alfajor triple
- Galletitas dulces
- Galletitas saladas
- Otros

Variable 7: (Variable dependiente)

Cantidad de porciones de golosinas que son consumidas por día en la escuela: es el número de porciones de golosinas que el niño consume por día dentro del ámbito escolar.

Categorías:

- Entre 1 y 2 porciones por día
- Entre 3 y 4 porciones por día
- 5 porciones por día
- Más de 5 porciones por día

Variable 8: (Variable independiente)

Frecuencia de consumo de golosinas: días a la semana que consume golosinas.

Categorías:

- Nunca
- Entre 1 y 2 días a la semana
- Entre 3 y 4 días a la semana
- Todos los días.

Variable 9: (Variable independiente)

Factores que influyen en la decisión de consumir golosinas: son las razones por las cuales son elegidas las golosinas

Categorías:

- Porque me gusta su sabor
- Porque tengo hambre
- Porque sale en la televisión
- Porque mis amigos lo comen

Variable 10: (Variable independiente)

¿Dónde compras las golosinas que consumís en el recreo?

Categorías:

- Las compro en el kiosco de la escuela
- Las traigo de mi casa

Variable 11: (Variable dependiente)

¿Consumís golosinas fuera del ámbito escolar?

Categorías:

- Si
- No

Variable 12: (Variable dependiente)

Tipo de golosina consumida fuera del ámbito escolar según cantidad de kilocalorías aportadas por porción.

Categorías:

- Menor a 100 kcal por porción
- De 100 a 200 kcal por porción
- Mayor a 200 kcal por porción

Variable 13: (Variable dependiente)

Cantidad de porciones de golosinas consumidas por día fuera del ámbito escolar.

Categorías:

- Entre 1 y 2 porciones por día
- Entre 3 y 4 porciones por día
- 5 porciones por día
- Más de 5 porciones por día

Variable 14: (Variable independiente)

Frecuencia de consumo de golosinas consumidas fuera del ámbito escolar: días a la semana que consume golosinas.

Categorías:

- Entre 1 y 2 días a la semana
- Entre 3 y 4 días a la semana
- Todos los días.

Variable 15:(Variable dependiente)

Porcentaje de calorías dispensables que son consumidas en un día y que fueron aportadas por golosinas. (Anexo II)

Categorías:

- Aceptable: Menos del 15% del valor calórico total.
- Exceso: Más del 15% del valor calórico total.

Requerimiento energético diario para niños de 8 a 11 años y porcentaje calórico aportado por las calorías dispensables por sexo y grupo etario

Edad	Niños		Niñas	
	Kcal/día	Kcal dispensables/día (15%VCT)	Kcal /día	Kcal dispensables/día (15% VCT)
8 a 9	1830	274,5	1698	255,7
9 a 10	1978	297,7	1584	237,6
10 a 11	2150	322,5	2006	300,9
11 a 12	2341	347,1	2149	322,3

Variable 16: (Variable dependiente)

Estado nutricional: es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona. Asumiendo que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas y que estas deben ser satisfechas, un estado nutricional óptimo se alcanza cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes a través de los alimentos. Tanto si se producen ingestas por debajo como por encima de las demandas el estado nutricional indicará una malnutrición a medio-largo plazo (Rodríguez, 2008).

Categorías:

- Bajo peso: <pc 3 según IMC/E
- Riesgo de bajo peso: pc 3 – pc15 según IMC/E
- Peso normal: pc15-pc85 según IMC/E
- Sobrepeso: pc 85-97 según IMC/E
- Obesidad: >pc 97 según IMC/E

RECOLECCIÓN DE LA
INFORMACIÓN

MÉTODOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

La forma en la que se recolectaron los datos para la siguiente investigación fue a través de los ítems debajo mencionados y los mismos estaban orientados a los alumnos de tercer y cuarto grado de la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay.

Mediciones antropométricas:

La antropometría consiste en realizar numerosas mediciones del cuerpo humano, en función de determinar el crecimiento corporal. El registro de estas mediciones y la aplicación de diversas ecuaciones y tablas estándares, nos permite determinar la constitución y composición corporal. Las dos mediciones básicas son longitud y peso corporal, las cuales fueron utilizadas en este estudio.

Peso: indicador de masa global corporal, es decir, la suma de tejido magro, adiposo, óseo, y otros componentes menores. Se obtiene a través de una báscula.

Se utilizó balanza personal de vidrio templado de 6 mm marca Gamma con capacidad hasta 150 kg. Para la toma del peso, la balanza se debe encontrar en una superficie plana, horizontal y firme. La forma adecuada de tomar el peso será con el niño en ropa liviana, descalzo y deberá permanecer de pie inmóvil en el centro de la plataforma con el peso del cuerpo distribuido entre ambos pies.

Talla: determina la longitud de los huesos del individuo. Se obtiene mediante el uso de estadiómetro. En el caso de no contar con el instrumento adecuado para tal fin se recurrirá a una cinta métrica inextensible adosada a la pared o puerta.

La forma de colocar la cinta métrica será buscar una superficie firme y plana perpendicular al piso, luego se pegara la cinta métrica a una altura de dos metros. La talla se mide con la persona de pie y sin zapatos ni adornos en la cabeza que dificulten o modifiquen la medición. Se coloca al niño para realizar la medición. La cabeza, hombros, caderas y talones juntos deberán estar pegados a la pared bajo la línea de la cinta métrica la cabeza del niño debe estar firme y con la vista al frente en un punto fijo.

Los brazos deben colgar libre y naturalmente a los costados del cuerpo. El mentón se ubicara recogido de manera que el borde inferior de la cavidad orbitaria se encuentre en línea horizontal con la parte superior del trago de la oreja (Plano de Frankfurt). Por último se registra la talla con la ayuda de una escuadra que se coloca sobre la cabeza del niño, presionando suavemente contra la cabeza para comprimir el cabello (CDI, 2016).

Indicador:

Índice de Masa Corporal/Edad (IMC/Edad): es un indicador antropométrico recomendado para definir sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes. Se requieren las medidas de peso actual y talla, para poder aplicarse la siguiente fórmula: $IMC = \text{peso actual (kg)} / \text{talla}^2 \text{ (m)}$. El valor obtenido será trasladado a la tabla de IMC/Edad elaborado por la Sociedad Argentina de Pediatría a partir de los datos de la OMS (2007) y National Center for Health Statistics (NCHS). (Anexo III)

Los puntos de corte correspondientes a la tabla IMC/Edad son los siguientes:

- Bajo peso: <pc 3 según IMC/E
- Riesgo de bajo peso: pc 3 – pc15 según IMC/E
- Peso normal: pc15-pc85 según IMC/E
- Sobrepeso: pc 85-97 según IMC/E
- Obesidad: >pc 97 según IMC/E

Los datos fueron registrados en una planilla de recolección de datos personales y antropométricos. (Anexo IV)

Formulario de frecuencia de consumo:

Es el método más utilizado en estudios epidemiológicos. Su finalidad es estimar los hábitos de consumo habitual en un periodo de tiempo. Los cuestionarios de frecuencia de consumo permiten obtener información sobre la frecuencia con la que se consumen los alimentos incluidos en una lista establecida y el tamaño de la ración habitual (Miján de la Torre, 2002).

El cuestionario de frecuencia de consumo que se incluyó en el trabajo, fue elaborado en base a los alimentos que se ofrecen en el kiosco escolar de la escuela nº3 Justo José de Urquiza. (Anexo V)

Encuesta:

Es un procedimiento dentro de los diseños de una investigación en el que el investigador recopila datos por medio de un cuestionario previamente diseñado, sin modificar el entorno ni el fenómeno donde se recoge la información ya sea para entregarlo en forma de tríptico, gráfica o tabla. Los datos se obtienen realizando un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa o al conjunto total de la población estadística en estudio, integrada a menudo por personas, empresas o entes institucionales, con el fin de conocer estados de opinión, ideas, características o hechos específicos. Pueden ser de respuesta abierta o cerrada. En esta investigación se utilizó una encuesta cerrada, lo que quiere decir que los encuestados debieron elegir una de las opciones que se presentaron en un listado que formulo la investigadora para responder. Esta manera de encuestar da como resultado respuestas más fáciles de cuantificar y de carácter uniforme. (Anexo V)

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS:

Los datos obtenidos de las mediciones antropométricas, la encuesta y el formulario de frecuencia de consumo fueron volcados y analizados en planillas de cálculo del programa Microsoft Office Excel 2007 y presentados en forma de cuadros para una mejor interpretación de los mismos.

RESULTADOS

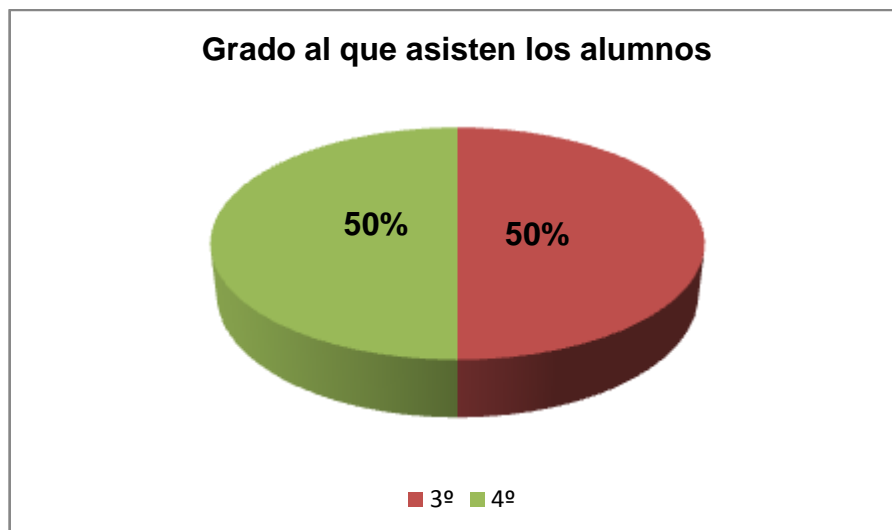
ALCANZADOS

Gráfico n°1: Alumnos encuestados según sexo.



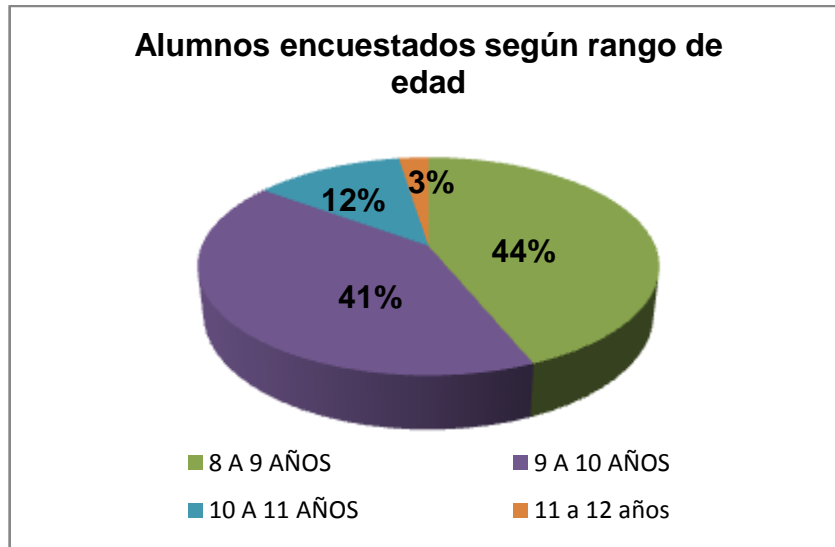
En el gráfico se observa que la muestra está representada por un 51% de alumnos varones y un 49% de alumnas mujeres.

Gráfico n°2: Grado al que asisten los alumnos.



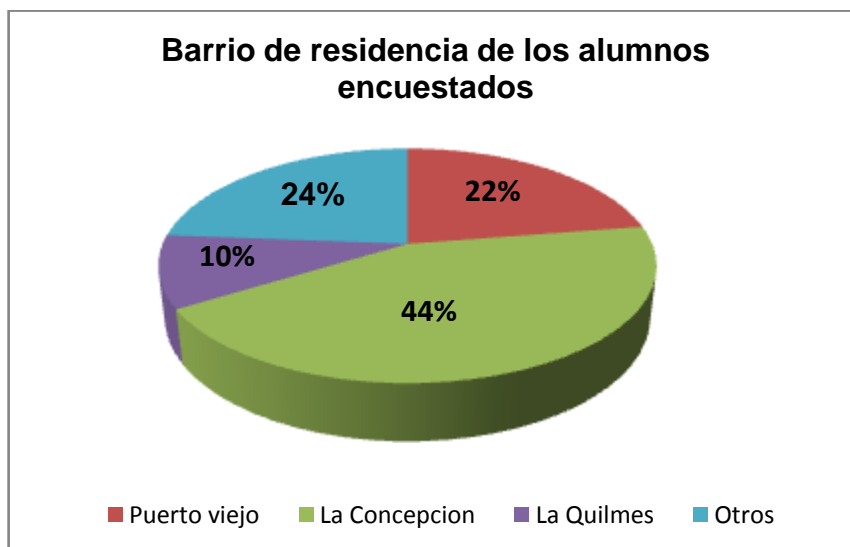
En el gráfico se observa que sobre un total de 80 alumnos encuestados, la mitad de los alumnos asisten a 3º grado y la otra mitad de los alumnos a 4º grado

Gráfico n°3: Alumnos encuestados según rango de edad.



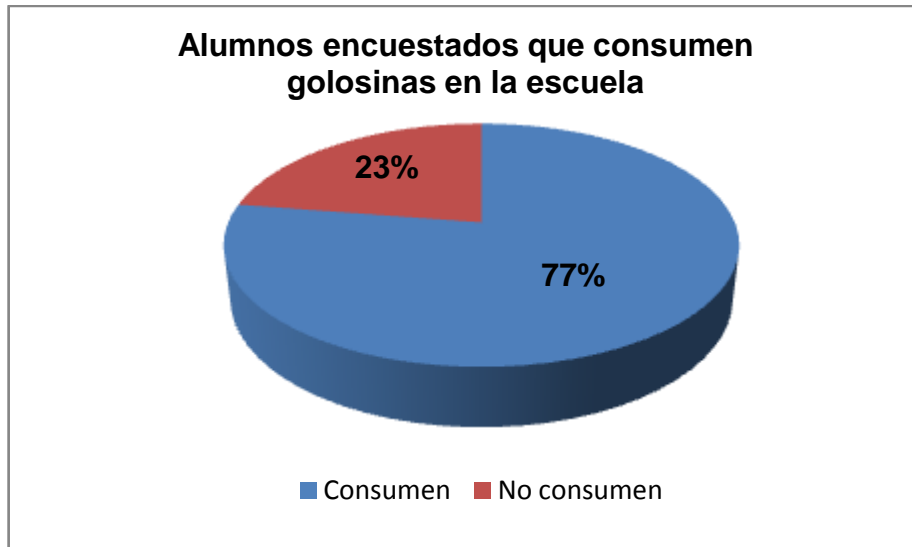
En el gráfico se observa que la muestra está constituida en su mayoría por alumnos de 8 a 9 años y de 9 a 10 años, y en minoría por los alumnos de 10 a 11 años y de 11 a 12 años.

Gráfico n°4: Barrio de residencia de los alumnos encuestados.



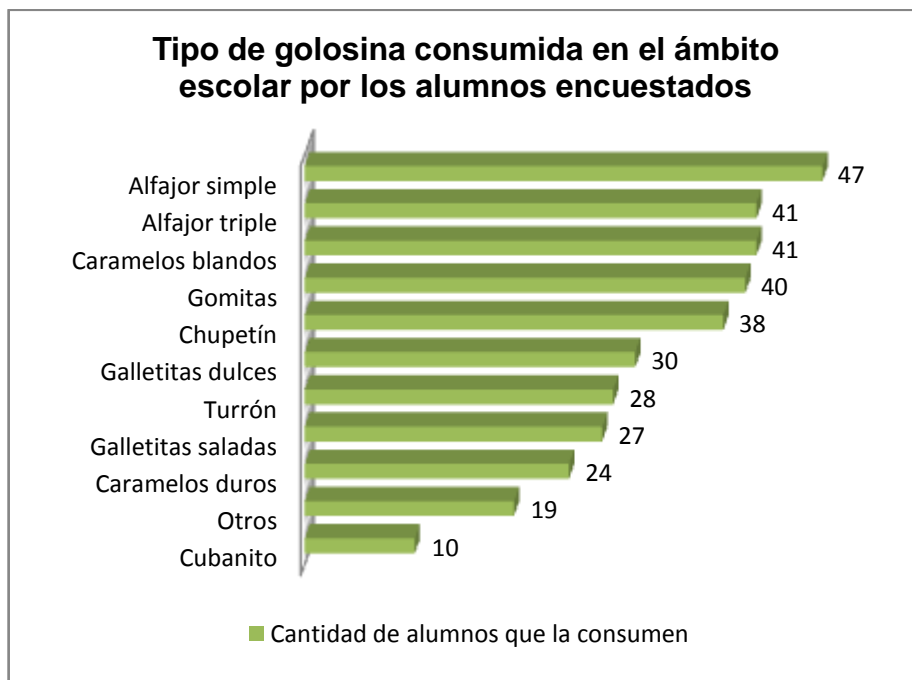
El gráfico se observa que la mayoría de los alumnos encuestados residen en el barrio “La Concepción” seguido por el barrio “Puerto Viejo” y “La Quilmes”. Mientras que un número menor de alumnos residen en otros barrios entre los que se encuentran los barrios “Mosconi”, “Centro”, “Zapata”, “San Vicente”, “Santa Teresita”, “Villa Las Lomas Norte”, “Puerto Nuevo”, “110 viviendas”, “192 viviendas” e “Itapé”

Gráfico n°5: Alumnos encuestados que consumen golosinas en la escuela.



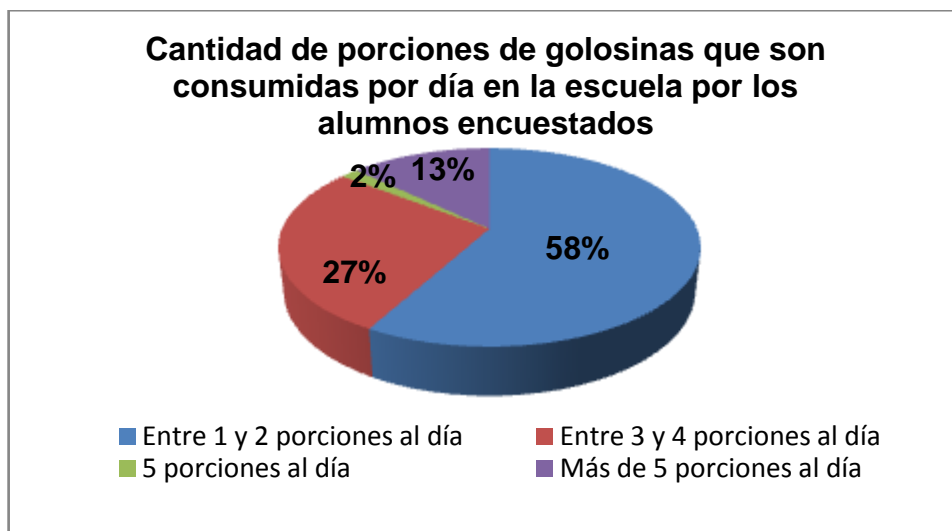
En el gráfico se observa que un porcentaje importante de los alumnos encuestados consume golosinas en la escuela, mientras que un porcentaje menor no consume golosinas en la escuela.

Gráfico n°6: Tipo de golosina consumida en el ámbito escolar por los alumnos encuestados.



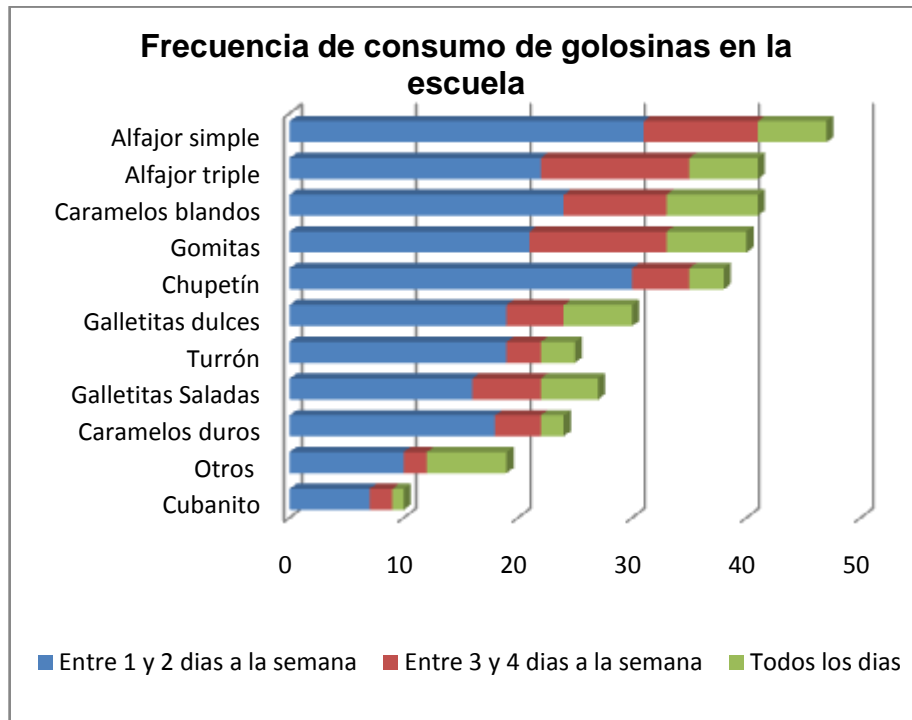
En el gráfico se observa de forma decreciente el tipo de golosina consumida por los alumnos. Predomina el consumo de alfajores simples, seguido por los alfajores triples y los caramelos blandos, las gomitas, los chupetines, las galletitas dulces, los turrone, las galletitas saladas, dentro de la categoría “otros” se incluyen los chocolates y los chicles, resultando los cubanitos como la golosina de menor consumo

Gráfico n°7: Cantidad de porciones de golosinas que son consumidas por día en la escuela por los alumnos encuestados.



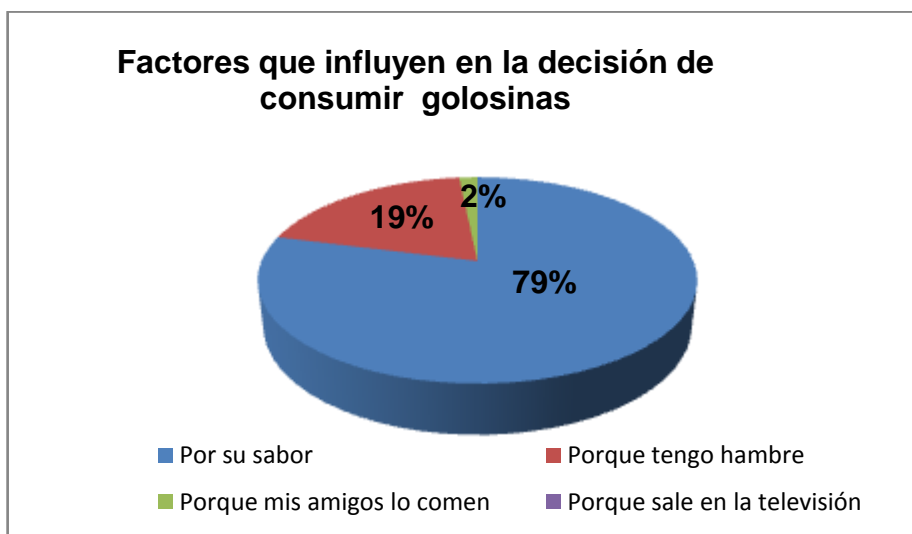
En el gráfico se observa que la mayoría de los alumnos encuestados consume entre 1 y 2 porciones de golosinas por día en la escuela, seguido por aquellos que consumen entre 3 y 4 porciones por día, más de 5 porciones al día, y en menor medida los alumnos que consumen 5 porciones por día.

Gráfico n°8: Frecuencia de consumo de golosinas en la escuela.



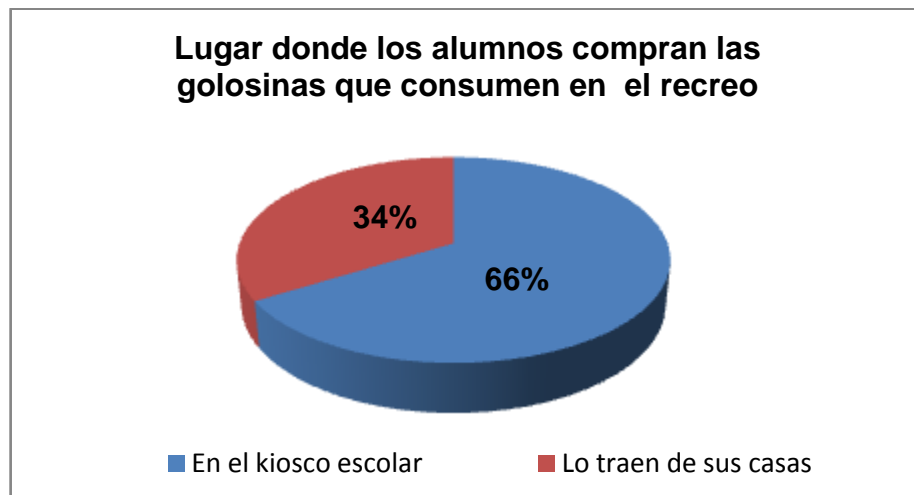
En el gráfico se observa la frecuencia con la que se consumen las distintas golosinas. En todas las golosinas se repite la tendencia de consumo de entre 1 y 2 días a la semana, seguido por entre 3 y 4 días a la semana y por último, en menor medida el consumo se da todos los días.

Gráfico n°9: Factores que influyen en la decisión de consumir golosinas:



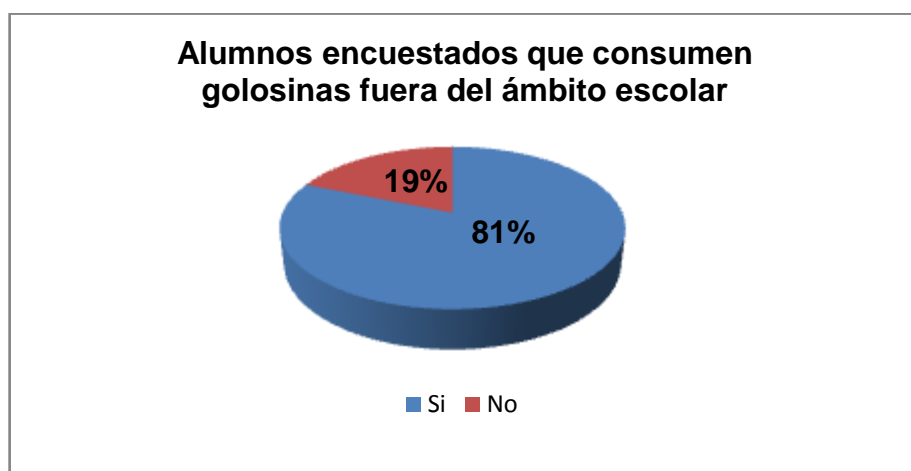
En el gráfico se observa que la mayoría de los alumnos elige las golosinas que consume por su sabor, un número menor lo hace por hambre, la minoría porque las consumen sus amigos y ninguno de ellos las elige porque se publicitan en la televisión.

Gráfico nº10: Lugar donde los alumnos compran las golosinas que consumen en el recreo.



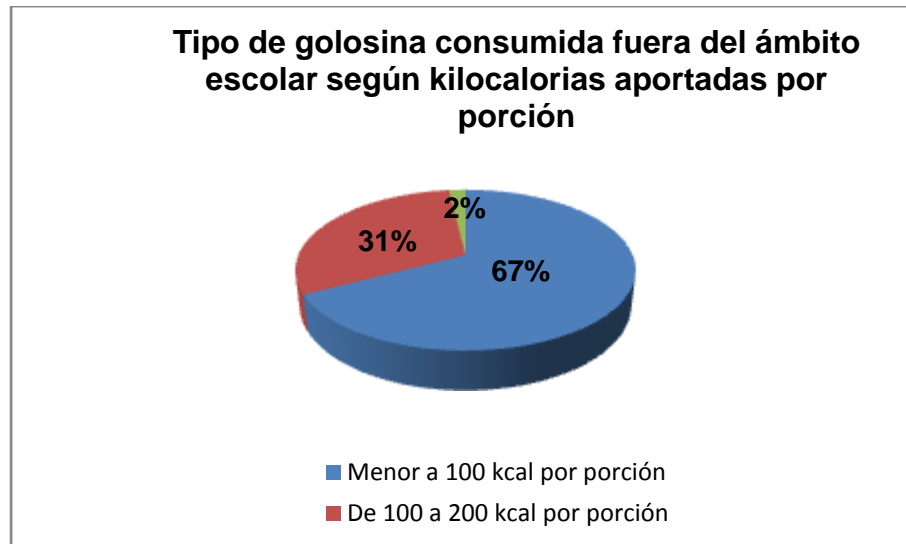
En el gráfico se observa que la mayoría de los alumnos que consumen golosinas en la escuela las compran en el kiosco escolar, mientras el porcentaje restante trae las golosinas de su casa.

Gráfico nº11: Alumnos encuestados que consumen golosinas fuera del ámbito escolar.



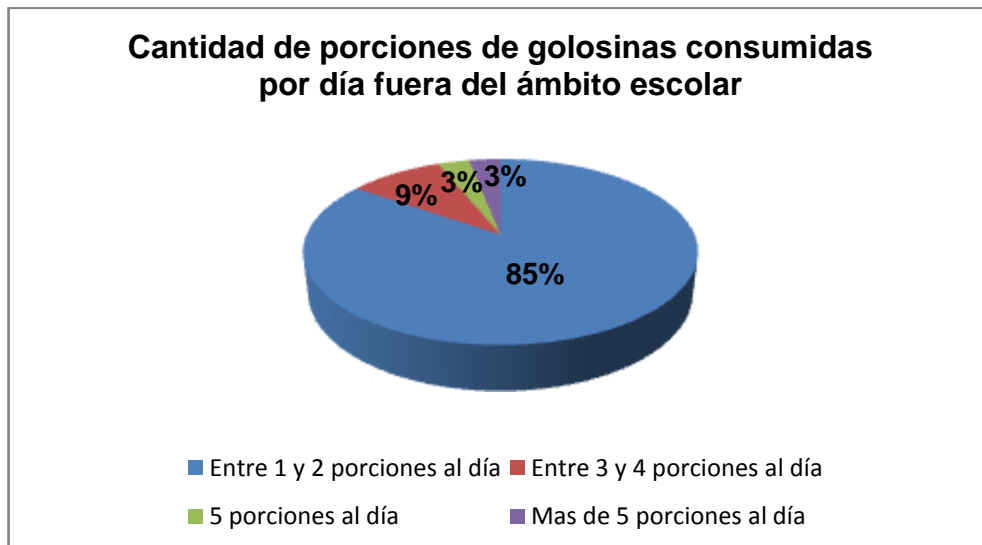
En el gráfico se observa que la mayoría de los alumnos encuestados consumen golosinas fuera del ámbito escolar, mientras que un porcentaje menor no lo hace.

Gráfico nº12: Tipo de golosina consumida fuera del ámbito escolar según kilocalorías aportadas por porción.



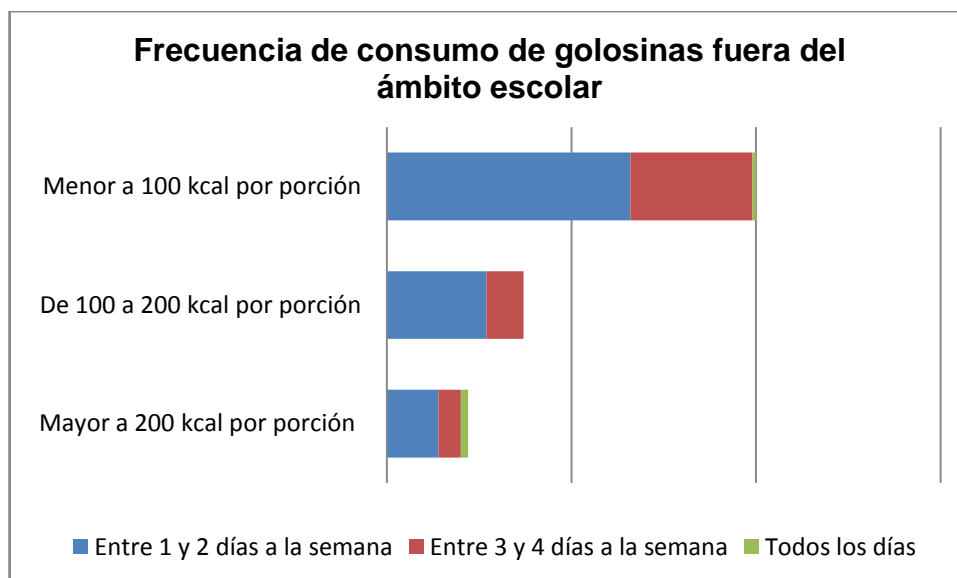
En el gráfico se observa que fuera del ámbito escolar predomina el consumo de golosinas que aportan menos de 100 kilocalorías por porción (caramelos blandos, chupetín, gomitas, turrón, caramelos de menta (menthoplus), bombón relleno (bon o bon), crema de chocolate (ducrem) y chicle), seguido por las que aportan de 100 a 200 kilocalorías por porción (alfajor simple, galletitas dulces, galletitas saladas, chocolate (barra), chocolate con leche (kínder), caramelos ácidos (bulldog) y barra de cereal) y en menor medida los que aportan más de 200 kilocalorías por porción (alfajor triple).

Gráfico n°13: Cantidad de porciones de golosinas consumidas por día fuera del ámbito escolar.



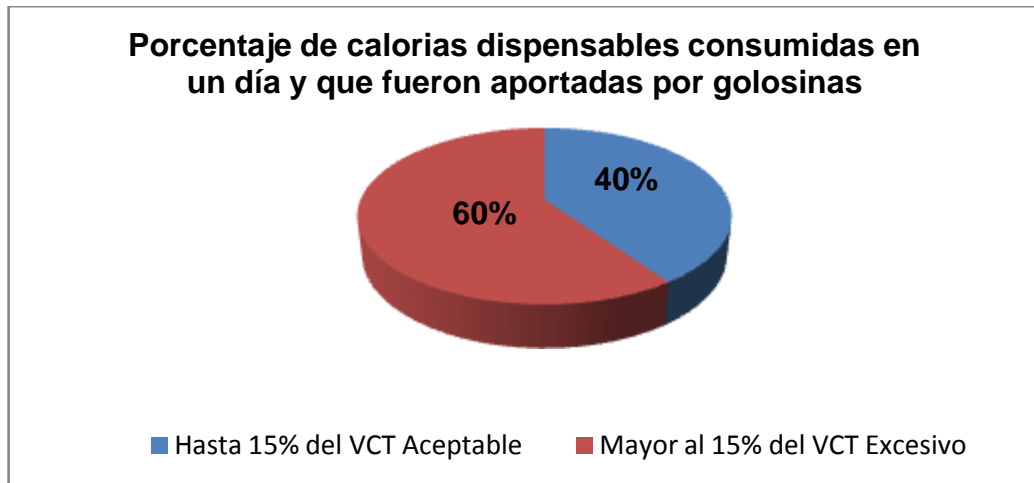
En el gráfico se observa que la mayoría de los alumnos encuestados consume entre 1 y 2 porciones de golosinas por día fuera del ámbito escolar, seguido por aquellos que consumen entre 3 y 4 porciones por día, y en proporciones iguales los que lo consumen 5 y más de 5 porciones por día.

Gráfico n°14: Frecuencia de consumo de golosinas fuera del ámbito escolar.



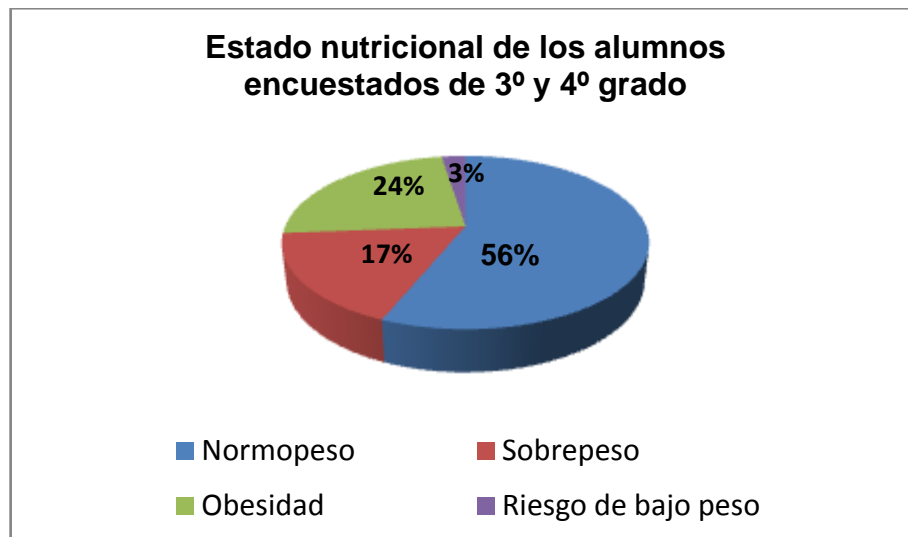
En el gráfico se observa la frecuencia con la que se consumen las distintas golosinas fuera del ámbito escolar. En todas las categorías predomina la frecuencia de consumo de entre 1 y 2 días a la semana, seguido por entre 3 y 4 días a la semana y por último, en menor medida el consumo se da todos los días.

Gráfico n°15: Porcentaje de calorías dispensables consumidas en un día y que fueron aportadas por golosinas.



En el gráfico se observa que la mayoría de los alumnos exceden, solo con el consumo de golosinas, el porcentaje de calorías dispensables recomendadas por día.

Gráfico n°16: Estado nutricional de los alumnos encuestados de 3° y 4° grado.

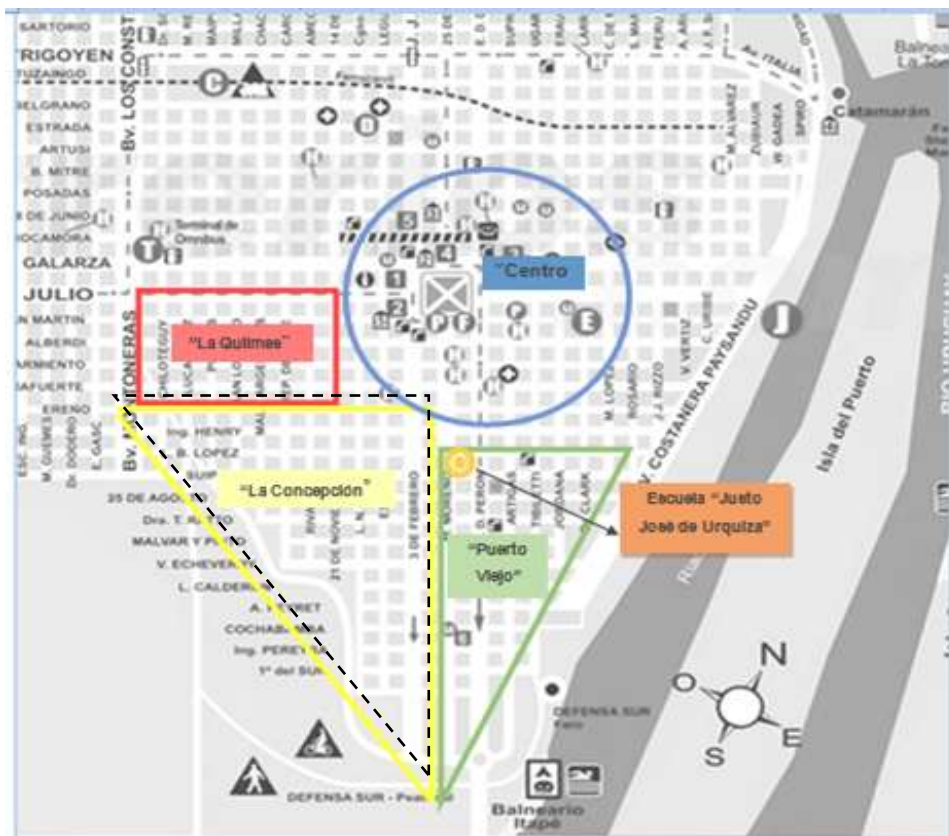


En el gráfico se observa que del total de los alumnos encuestados, un gran porcentaje presenta estado nutricional normal para el indicador IMC/Edad seguido en orden decreciente por la obesidad, el sobrepeso y el riesgo de bajo peso.

DISCUSIONES

La siguiente investigación plantea como objetivo conocer el consumo de golosinas de los niños de tercer y cuarto grado de la escuela nº3 Justo José de Urquiza en la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017.

El universo de la investigación estuvo conformado por 104 alumnos pertenecientes a tercer y cuarto grado de los cuales 80 integraron la muestra, divididos en partes iguales entre alumnos de tercer y cuarto grado. Las edades de los encuestados van desde los 8 a los 11 años y el sexo masculino es levemente predominante (41 encuestados) con respecto al sexo femenino (39 encuestados). Los niños encuestados provienen principalmente de los barrios “La Concepción”, “Puerto Viejo” y “La Quilmes” los cuales son aledaños a la escuela Justo José de Urquiza a la que asisten.



En la investigación se pudo determinar que el 77% de los alumnos encuestados consume de golosinas en el ámbito escolar, este dato coincide con la investigación realizada por Fabres (2011) sobre el “Consumo de golosinas, snack y

bebidas carbonatadas en adolescentes de 10 a 12 años en dos colegios de la ciudad de Rosario” en la que la mayoría de los niños encuestados manifestó consumir golosinas en la escuela. Entre las golosinas de mayor elección por parte de los niños se destacan los alfajores simples y los triples, los caramelos blandos y las gomitas, este resultado guarda relación directa con lo expuesto por Cristóbal (2007) en el estudio “Consumo de productos snacks en niños de 4º, 5º y 6º grado de la Escuela Primaria Básica (EPB)” en los que también figuran los alfajores y caramelos como los más elegidos por los alumnos.

En lo que respecta a la cantidad de porciones de golosinas consumidas por día dentro del ámbito escolar, se puede observar que un 58% consume entre 1 y 2 porciones por día, seguido por un 27% que consume entre 3 y 4 porciones por día, estos datos reflejan el elevado consumo de golosinas que tienen los alumnos, siendo ésta cantidad de porciones algo menor a los resultados arrojados en la investigación antes mencionada en la que se destaca, en promedio, un consumo de 6 porciones por día. En cuanto a la frecuencia de consumo puede observarse que la mayoría de las golosinas son consumidas entre 1 y 2 días a la semana, seguido en menor medida entre 3 y 4 días a la semana. La investigación también expone que el 81% de los alumnos encuestados consume golosinas fuera del ámbito escolar, en este espacio prevalece el consumo de golosinas que aportan menos de 100 Kcal por porción (caramelos blandos, chupetín, gomitas, turrón, caramelos de menta (mentoplus), bombón relleno (bon o bon), crema de chocolate (ducrem) y chicle) seguido por el grupo de golosinas que aportan entre 100 y 200 kcal por porción (alfajor simple, galletitas dulces, galletitas saladas, chocolate (barra), chocolate con leche (kínder), caramelos ácidos (bulldog) y barra de cereal). En lo que refiere a porciones de golosinas consumidas fuera del ámbito escolar, el 85% de los alumnos manifestó que consume entre 1 y 2 porciones al día y la frecuencia consumo en la mayoría de los alumnos encuestados es de entre 1 y 2 días a la semana. Lo antes mencionado se contrapone a lo recomendado por las Guías Alimentarias para la Población Infantil (2010) en la que no se recomienda el consumo frecuente de golosinas y sugiere que su consumo sea ocasional y en pequeña cantidad, ya que las mismas se caracterizan por su elevado contenido energético, en ácidos grasos saturados y trans, azúcar y sodio.

El principal factor que determina el consumo de golosinas en la mayoría de los niños es el sabor de los mismos y en segundo lugar el hambre, datos que coinciden con las investigaciones de Cristóbal (2007) y de María Elena Torresani (2007) sobre el “Consumo en cadenas de comidas rápidas y kioscos; preferencia de escolares y adolescentes de nueve colegios privados de Capital y Gran Buenos Aires”. La familiaridad con el sabor dulce y la densidad energética en los primeros años de vida son determinantes en la preferencia de estos alimentos en edades posteriores según los autores Castillo y Romo (2006), esto explicaría los resultados coincidentes de los 3 estudios.

En cuanto al lugar en donde los alumnos obtienen las golosinas que se consumen en la escuela, se puede precisar que un 66% las compra en el kiosco escolar y un porcentaje menor (34%) trae las golosinas desde sus casas. Por lo tanto son ellos quienes deciden qué consumir cuando compran en el kiosco escolar, y por otro lado, cuando llevan las golosinas desde la casa, sus padres saben qué tipo de alimentos consumen sus hijos. Esto evidencia la falta de educación alimentaria nutricional en las escuelas y la falta de oferta de alimentos saludables por parte de los kioscos escolares, como así también los hábitos alimentarios poco saludables en el ámbito familiar, lo que lleva a plantear la necesidad de que los kioscos escolares incluyan opciones saludables para poder disminuir de esta manera el consumo de calorías vacías como las que contienen las golosinas.

El porcentaje de calorías dispensables consumidas por día supera el 15% del valor calórico total que establecen las Guías Alimentarias para la población Argentina (2016) como el límite saludable de consumo, esto se da en el 60% de los encuestados, coincidente a su vez con los resultados que expone Cristóbal (2007) en su investigación.

En cuanto al estado nutricional, si bien el 56% de los alumnos presenta un estado nutricional normal según IMC/Edad, no deja de ser alarmante la cantidad de casos de sobrepeso (17%) y obesidad (24%), que sumados, representan un 41%, acercándose mucho al porcentaje de los niños normopeso. Este resultado se encuentra en relación directa con el estudio realizado en 2014 por la OMS en donde se concluye que del 20% al 25% del total de la población de niños y adolescentes de América Latina tiene sobrepeso y obesidad, es decir, 1 de cada 4.

CONCLUSIONES

Como finalización de este análisis se puede afirmar que se corrobora la hipótesis planteada, ya que el consumo de golosinas es superior a lo recomendado por las Guías Alimentarias para la población Argentina (2016).

Entre las *golosinas de mayor elección* se encuentran el alfajor simple, alfajor triple, caramelos blandos, gomitas y chupetines, que principalmente son adquiridos en el kiosco de la escuela.

Como *factor que influye en la decisión* de consumir estos alimentos predomina el sabor de las golosinas y en segundo lugar el hambre, en menor medida se eligen las golosinas por imitar a los amigos que lo consumen y ninguno de ellos manifestó que lo haga porque sale en la televisión.

La *frecuencia semanal de consumo* es de entre 1 y 2 días a la semana y en cuanto al *porcentaje de calorías dispensables aportadas por golosinas* se puede afirmar que la mayoría de los encuestados consume más del 15 % del valor calórico total planteado como saludable según las Guías Alimentarias para la población Argentina (2016).

En lo que refiere a *estado nutricional* la mayoría de los alumnos presentan un peso normal, aunque no deja de ser preocupante los alumnos con sobrepeso y obesidad, que sumados arroja una cifra inquietante en el que se puede apreciar las tendencia creciente de ambos flagelos.

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta que la investigación se realizó en una sola escuela de la ciudad y que abarcó solo dos cursos, no deja de ser representativa y los resultados son concordantes con otras investigaciones realizadas tanto a nivel nacional como por organismos internacionales. En investigaciones posteriores que aborden la misma problemática sería enriquecedor que se pudieran analizar un mayor número de escuelas de la ciudad para conocer más profundamente el consumo de golosinas y comparar si se modifican las elecciones alimentarias según la zona, el nivel socioeconómico y cultural de los alumnos participantes.

Como Licenciados en Nutrición podemos realizar las siguientes intervenciones:

- Implementar charlas y talleres sobre educación alimentario nutricional destinados a alumnos, padres y docentes. Estas actividades pueden desarrollarse en grupos separados y concluir con una actividad en conjunto donde se destaquen los aspectos más importantes de una alimentación saludable.
- Sugerir la incorporación de alimentos saludables al kiosco escolar respetando las preferencias y gusto de los alumnos.
- Sugerir que los productos saludables cuenten con un lugar preferencial en su exhibición, de modo que se difunda e impulse su consumo.
- Estimular la incorporación de estrategias que permitan el éxito de la iniciativa, como poner diariamente algún alimento saludable en oferta; realizar una cartelera diaria con beneficios del consumo de alguno de los alimentos saludables que se expenden en el kiosco; hacer mención o pequeñas actividades en fechas relacionadas con la alimentación y la salud, como el día del agua, día de la actividad física, día mundial de la alimentación, entre otras.
- Promover la adquisición, mediante rifas, eventos o donaciones, de equipamiento necesario (heladeras) para la correcta implementación del kiosco escolar.

Trabajar activamente en esta problemática desde edades tempranas y en forma conjunta con los actores antes mencionados tiene como finalidad formar a los niños como consumidores responsables y prevenir el desarrollo de enfermedades futuras.

BIBLIOGRAFÍA

- *Aditivos Alimentarios*. (2016). *Anmat.gov.ar*. Extraído 15 octubre 2016. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/normativas_alimentos_caa.asp
- Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA). Extraído el 5 de junio 2016. Disponible en: <http://www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm373963.htm>.
- Arias Arévalo, B. (2010). *Descripción del consumo de azúcares y dulces en alumnos de siete a catorce años con obesidad y sobrepeso del Colegio Winchester de Bogotá Colombia* (Tesis de grado). Pontificia Universidad Javeriana.
- Brea, L. (2014). *Factores determinantes del sentido de pertenencia de los estudiantes de Arquitectura de la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra* (Tesis de grado). Universidad de Murcia.
- Brown, J. & León Jiménez, G. (2006). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida* (1st ed.). México: McGraw-Hil.
- Castillo D, C. & Romo M, M. (2006). Las golosinas en la alimentación infantil. *Revista Chilena De Pediatría*, 77(2). Extraído 5 de julio 2016. Disponible en: <http://www.scielo.cl/scielo>.
- Código Alimentario Argentino. (2016) Aditivos Alimentarios. Extraído 15 de noviembre 2015. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/alimentos/normativas_alimentos_caa.asp.
- Comisión Nacional para el desarrollo de los pueblos indígenas, (2016). *Técnicas de medición para la toma de peso y estatura*. Extraído 18 de diciembre de 2016. Disponible en: http://www.cdi.gob.mx/albergues/medicion_peso_talla.pdf
- Cortese, A. (2011). Cuando diseñar packaging no es un juego de niños. *Infopack*. Extraído 12 junio 2016. Disponible en: http://www.Tridimage.com/prensa/pdfs/tridimage_infopack_mar2011.pdf.
- Centro de Estudios sobre Políticas y Economía de la Alimentación. (2012). *¿Dónde están y por qué son importantes las calorías dispensables en la revisión de Guías Alimentarias Argentinas?*. Ciudad Autónoma de Buenos

Aires. Extraído 10 de marzo 2017. Disponible en <http://cepea.com.ar/cepea/wp-content/uploads/2012/12/Documento-calor%C3%ADas-dispensables>.

- Cristóbal, S. (2007). *Consumo de productos snacks en niños de 4º, 5º y 6º grado de la Escuela Primaria Básica* (Tesis de grado). Universidad Fasta.
- Díaz, A. & Castro, C. (2003). *Educación para la vida: de la escuela a la casa la importancia de la alimentación y la actividad física* (1st ed., p. 30). Buenos Aires: Área de Comunicación. Unicef - Oficina de Argentina. Extraído 13 diciembre 2016. Disponible en https://www.unicef.org/argentina/spanish/ar_insumos_educparalavida.pdf
- *Diccionario de la lengua española*. (2016). Madrid. Extraído el 20 de agosto de 2016. Disponible en: <http://www.rae.es/>
- Fabres, M. (2011). *Consumo de golosinas, snacks y bebidas carbonatadas en adolescentes de 10 a 12 años en dos colegios de la ciudad de Rosario* (Tesis de grado). Universidad Abierta Interamericana.
- Fundación Interamericana de Corazón Argentina. *Obesidad infantil y publicidad de alimentos*. Extraído 8 Mayo 2016. Disponible en: [http://www.ficargentina.org/index.php?option=com_content&view=article&id=338%3Aobesidad-infantil-y-publicidad de alimentos &catid= 106% 3Aobesidad infantil&Itemid=75&lang=es](http://www.ficargentina.org/index.php?option=com_content&view=article&id=338%3Aobesidad-infantil-y-publicidad-de-alimentos-&catid=106%3Aobesidad-infantil&Itemid=75&lang=es).
- Ibáñez, F., Torre, P., & Irigoyen, A. (2003). Aditivos. *Revista Nutrición Clínica Y Dietética Hospitalaria*. Extraído el 27 de noviembre de 2015. Disponible en: <http://www.revista.nutricion.org>
- Lema, S., Longo, E., & Lopresti, N. (2003). *Guías alimentarias: manual de multiplicadores*. Buenos Aires: Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas.
- Llorente, J. (2015). Vivir a dieta no es la solución. *Diario La Voz Del Pueblo Edición Digital*. Extraído el 15 de abril 2016. Disponible en :<http://www.lavozdelpueblo.com.ar>
- Lorenzo, J. (2008). *Nutrición del niño sano* (1st ed.). Buenos Aires: Corpus Ministerio de Sanidad y Consumo. (2008). *Guía de comedores escolares*. España: Ministerio de Sanidad y Consumo. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Subdirección General de Coordinación

Científica. Extraído el 14 de diciembre de 2016. Disponible en http://www.sennutricion.org/media/guia08_COMEDOR_ESCOLAR_txt.pdf

- Miján de la Torre, A. (2002). *Técnicas y métodos de investigación en nutrición humana* (1st ed.). Barcelona: Glosa.
- Mollinedo Patzi, M. (2014). Carbohidratos. *Revista De Actualización Clínica Médica*, (41). Extraído el 20 de marzo de 2016. Disponible en: http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S230437682014000200002&lng=es
- Morduchowicz, R. (2013). *Los adolescentes del siglo XXI. Los consumos culturales*. Extraído el 15 de octubre de 2015. Disponible en: <http://www.observatorioapci.com.ar/?sec=post&id=494>
- Ministerio de Salud-Presidencia de la Nación Argentina. (2004). *Encuesta Nacional de Nutrición y Salud*. Buenos Aires. Extraído el 13 de noviembre de 2015. Disponible en: <http://msal.gov.ar>
- Ministerio de Salud-Presidencia de la Nación Argentina. (2013). *La implementación de kioscos saludables en escuelas*. Buenos Aires. Extraído el 20 de marzo de 2016. Disponible en: <http://www.msal.gov.ar/ent/index.php/archivo/noticias/404-la-implementacion-dekioscos-saludables-en-escuelas>.
- Ministerio de Salud-Presidencia de la Nación Argentina. (2010). *Guías Alimentarias para la Población Infantil*. Buenos Aires. Extraído el 20 de mayo de 2017. Disponible en: <http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000000319cnt-A04-guias-alimentarias-pob-inf-equipos.pdf>
- Ministerio de Salud-Presidencia de la Nación Argentina. (2016). *Guías Alimentarias para la Población Argentina*. Buenos Aires. Extraído el 5 de febrero de 2017. Disponible en: http://www.msal.gov.ar/images/stories/bes/graficos/0000000817cnt-2016-04_Guia_Alimentaria_completa_web.pdf
- Municipalidad de Concepción del Uruguay. (2014). *Historia de la ciudad*. Extraído el 10 de diciembre de 2015. Disponible en:

<http://www.cdeluruguay.gov.ar/index.php/la-ciudad/historial-de-la-ciudad?id>

- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Obesidad y sobrepeso*. Extraído el 27 de noviembre de 2015. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/>
- Osorio E, J., Weisstaub N, G., & Castillo D, C. (2002). Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones. *Revista Chilena De Nutrición*. Extraído el 20 de agosto de 2016. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071775182002000300002
- Peterson, G. & Aguilar, D. (2004). Ácidos grasos trans en alimentos consumidos habitualmente por los jóvenes en Argentina. *Scielo*, (2). Extraído el 9 de abril de 2016. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/Scielo>
- Pueyrredon, P. (2013). *Encuesta de conocimientos, actitudes y hábitos para la evaluación de proyectos de Educación Nutricional en escolares*. Extraído el 17 de julio de 2016. Disponible en: <http://biblioteca.cesni.org.ar>
- Requejo Marcos, A. & Ortega Anta, R. (2000). *Nutriguía* (1st ed.). Madrid: Editorial Complutense.
- Rodríguez Rivera , V. & Simón Magro , E. (2008). *Bases de la alimentación humana* (1st ed.). Oleiros, La Coruña: Netbiblo.
- Sánchez Hernández, J. & Serra Majem, L. (2000). Importancia del desayuno en el rendimiento intelectual y en el estado nutricional de los escolares. *Revista Española De Nutrición Comunitaria*. Disponible en http://www.5aldia.org/datos/60/PDF_3_8211.pdf
- Suárez, M. & López, L. (2009). *Alimentación Saludable: Guías prácticas para su realización* (1st ed.). Buenos Aires: Hipocrático.
- Torresani, M. (2006). *Cuidado nutricional pediátrico* (1st ed.). Buenos Aires: Eudeba

ANEXOS

Anexo I: Consentimiento informado.

UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN DEL URUGUAY
FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS DR BARTOLOMÉ VASALLO

Estimada madre/padre o tutor:

Soy estudiante de la carrera Licenciatura en Nutrición que se dicta en la UCU. Para la obtención de mi título voy a realizar una investigación con objetivo de conocer el consumo de golosinas en el ámbito escolar y los factores que influyen en su elección, así como también el estado nutricional de los alumnos.

Para ello los niños serán medidos y pesados con ropa liviana (medias, remera, short o calza en las niñas)

Y además se les pedirá que respondan cuestionario sobre el consumo de golosinas.

Los datos obtenidos serán confidenciales.

Si Ud. Autoriza a su hijo/ale solicitamos que firme la presente nota.

Firma_____

Aclaración:_____

Muchas gracias.
Florencia Castro Mediccis

Anexo II: Tabla de calorías por porción de golosina y rotulado nutricional.

Golosina	Porción	Kcal por porción
Caramelos blandos	20 g (6 unidades)	75
Caramelos duros	21 g (3 unidades)	81
Chupetín	25 g (2 unidades)	96
Gomitas	20 g (9 unidades)	66
Turrón	25 g (1 unidad)	99
Cubanito	16 g (1 stick)	80
Alfajor simple	33 g (1 alfajor)	141
Alfajor triple	80 g (1 alfajor)	256
Galletitas dulces	35 g (5 galletitas)	156
Galletitas saladas	30 g (5 galletitas)	134
Otros		
Buldog® (Caramelos ácidos)	30g (1 paquete)	108
Menthoplus® (caramelos de menta)	6 unidades	80
Barra de cereal	32 g (1 barra)	122
Bon o bon® (Bombón)	20 g (1 unidad)	83
Sapito® (chocolate con cereal)	17,5 g (1 unidad)	93
Chicle globo	3,3 g (1 unidad)	10
Chocolate	28 g (1/2 tableta)	152
Kinder sorpresa® (chocolate con leche)	20 g (1 unidad)	110
Ducrem® (crema de chocolate)	10g (1 unidad)	58
Club social® (galletitas saladas)	43g (1 paquete)	198
Obleas® (galletitas dulces)	30g (6 unidades)	151

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Formis® (galletitas dulces)	31g (5 unidades)	151
Pitasas® (galletitas dulces)	30g (4 unidades)	140
9 de oro® (galletitas agris dulces)	30g (11 unidades)	142

Ducrem

	Qtde por porción	% VD(*)
Valor energético	58kcal=244kj	3%
Carbohidratos	6,6g	2%
Proteínas	0g	0%
Gorduras totales	3,4g	6%
Gorduras saturadas	0,7g	3%
Gorduras trans	0,6g	+
Fibra alimentaria	0g	0%
Sodio	8,9mg	0%

Kinder Sorpresa

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Porción 20 g	
	1 Huevo en T1 y T20p2 1/5 de huevo en T-100g	
	Cantidad por porción	% VD (*)
Valor energético	110 kcal = 457 kJ	6
Carbohidratos	11 g	3
Proteínas	1,6 g	2
Grasas totales	6,6 g	13
Grasas saturadas	4,5 g	20
Grasas trans	0 g	Ni
Fibra alimentaria	0 g	0
Sodio	25 mg	1

Pitasas

Tamaño de la Porción: 1 porción (4 unidades)	
	por porción
Kilojulios	586 kj
Calorías	140 kcal
Carbohidrato	20 g
Proteína	1,9 g
Grasa	5,7 g
Grasa Saturada	2,4 g
Grasa Trans	0,3 g
Sodio	87 mg

9 de Oro

Información Nutricional	
Porción: 30g (11 unidades)	
Porciones por envase: 6,7	
Cantidades por Porción	
	%VD*
Valor Energético 142 kcal	7%
Carbohidratos 20 g	7%
Proteínas 2,3 g	3%
Grasas Totales 5,9 g	11%
<i>de las cuales:</i>	
grasas saturadas 2,8 g	13%
grasas trans 0 g	
Fibra 0,6 g	2%
Sodio 176 mg	7%

Club social

INFORMACIÓN NUTRICIONAL			
43 g (1 paquete) - Porción de referencia 30 g			
Cantidad	Por 100 g	Cantidad por envase	%VD (*)
Valor Energético / Energía	460 kcal = 1928 kJ	196 kcal = 829 kJ	10
Carbohidratos disponibles	67 g	29 g	10
de los cuales: azúcares totales	8,6 g	3,7 g	
Proteínas	7,5 g	3,2 g	4
Grasas totales de las cuales (#)	18 g	7,8 g	14
Grasas saturadas	1,5 g	0,6 g	3
Grasas trans	0 g	0 g	
Fibra alimentaria/dietética	2,1 g	0,9 g	4
Sodio	725 mg	312 mg	13
Vitamina B1	0,34 mg	0,15 mg	12
Acido fólico	154 µg	66 µg	28
Hierro	2,1 mg	0,9 mg	6

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Obleas

INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRIMENTAL/ NUTRITIONAL INFORMATION		Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción/ Amount per serving	% VD por porción/ DV per serving (*)		Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción/ Amount per serving	% VD por porción/ DV per serving (*)
Porción/ Serving size: 30 g (6 obleas/ wafers) Porciones por envase/ Servings per container: 2	Valor Energético/ Energy Value	504 kcal (2098 kJ)	151 kcal (630 kJ)	8	Grasas Trans/ Trans Fat	1,0 g	0,3 g	
	Carbohidratos / Carbohydrates Disp./ Carbohydrates de los cuales/ of which	66 g	20 g	7	Grasas Monosaturadas/ Monounsaturated Fat	9,8 g	2,9 g	
	Azúcares Totales/ Sugars	29 g	8,6 g		Grasas Polinsaturadas/ Polyunsaturated Fat	1,3 g	0,4 g	
	Proteínas/ Protein	5,2 g	1,6 g	2	Colesterol/ Cholesterol	58 mg	17 mg	
	Grasas Totales/ Total Fat de las cuales/ of which	24 g	7,2 g	13	Fibra Alimentaria/ Dietética/ Dietary Fiber	1,3 g	0 g	0
Grasas Saturadas/ Saturated Fat	11 g	3,3 g		Sodio/ Sodium	176 mg	53 mg		

Formis

INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRIMENTAL/ NUTRITIONAL INFORMATION		Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción / Amount per serving	% VD por porción / DV per serving (*)		Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción / Amount per serving	% VD por porción / DV per serving (*)
Porción / Serving size: 31 g (5 galletitas/ cookies) Porciones por envase / Servings per container: aprox. 3	Valor Energético/ Energy Value	488 kcal (2051 kJ)	151 kcal (636 kJ)	8	Grasas Monosaturadas/ Monounsaturated Fat	8,6 g	2,7 g	
	Carbohidratos/ Carbohydrates Disp./ Carbohydrates	67 g	21 g	7	Grasas Polinsaturadas/ Polyunsaturated Fat	1,2 g	0,4 g	
	De las cuales/ of which Azúcares Totales/ Sugars	26 g	8,1 g		Colesterol/ Cholesterol	24 mg	7,5 mg	****
	Proteínas/ Protein	7,0 g	2,2 g	3 **				
	Grasas Totales/ Total Fat	22 g	6,7 g	12 ***	Fibra Alimentaria/ Dietética/ Dietary Fiber	1,5 g	0 g	0
	De las cuales/ of which Grasas Saturadas/ Saturated Fat	11 g	3,3 g	15	Sodio/ Sodium	251 mg	78 mg	3
	Grasas Trans/ Trans Fat	0,9 g	0,3 g					
	* Valores Diarios con base a una dieta de 2.000 kcal u 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. * Daily Value are based on a 2.000 kcal or 8.400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs. ** En Chile: 4% VD. *** En Chile: 10% VD. **** En Chile: 3% VD.							

Barra de cereal

		Cantidad por/ Amount per 100g	Cantidad por porción / Amount per serving	% VD por porción / DV per serving (*)
INFORMACION NUTRICIONAL/ NUTRIMENTAL / NUTRITIONAL INFORMATION Porción / Serving size: 32 g (1 unidad/unit) Porciones por envase / Servings per container: 18	Valor Energético/ Energy Value	382 kcal (1609 kJ)	122 kcal (515 kJ)	6
	Carbohidratos/ Carbohidratos Disp/ Carbohydrates	67 g	21 g	7
	de los cuales/ of which Azúcares Totales/ Sugars	35 g	11 g	
	Proteínas/ Protein	4,3 g	1,4 g	2
	Grasas Totales/ Total Fat	10 g	3,3 g	6
	de las cuales/ of which Grasas Saturadas/ Saturated Fat	0,9 g	0,3 g	1
	Grasas Trans /Trans Fat	0 g	0 g	
	Grasas Monoinsaturadas/ Monounsaturated Fat	6,0 g	2,6 g	
	Grasas Poliinsaturadas / Polyunsaturated Fat	1,3 g	0,4 g	
	Colesterol/ Cholesterol	0 mg	0 mg	
	Fibra Alimentaria/ Dietética/ Dietary Fiber	4,1 g	1,3 g	5
	Sodio/ Sodium	200 mg	64 mg	3

Sapito

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción/ Porção/ Serving Size: 17,5 g (1 tableta / tablete/ bar)			
Porciones por envase/ Porções por embalagem/ Servings per container : 24			
	Cantidad por / Quantidade por / Amount per 100 g	Cantidad / Quantidade por Porción/ Porção/ Serving Size 17,5 g	% VD / IDR Por Porción/ Porção/ Serving Size (17,5 g) (*)
Valor energético / Energy value	530 kcal (2214 kJ)	93 kcal (387 kJ)	5
Carbohidratos Disp. / Carbohidratos / Carbohydrates	52 g	9,1 g	3
de los cuales/ das quais/ of which Azúcares totales / Açúcares totais/ Total sugars	48 g	8,3 g	
Proteínas / Protein	11 g	2,0 g	3
Grasas totales / Gorduras totais / Total fat	31 g	5,4 g	10
de las cuales/ das quais/ of which Grasas saturadas / Gorduras saturadas / Saturated fat	13 g	2,3 g	10
Grasas trans / Gorduras trans / Trans fat	0 g	0 g	
Grasas / Gorduras monoinsaturadas / Monounsaturated fat	15 g	2,6 g	
Grasas / Gorduras poliinsaturadas / Polyunsaturated fat	1,7 g	0,3 g	
Colesterol/ Cholesterol	12 mg	2,1 mg	
Fibra alimentaria / Dietética / Fibra alimentar / Dietary fiber	0 g	0 g	0
Sodio / Sódio / Sodium	234 mg	41 mg	2
Calcio / Cálcio / Calcium	1356 mg	237 mg	24

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Bon o Bon

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción/ Porção/ Serving Size: 32 g (2 Bombon / Bonbon)			
Porciones por envase/ Porções por embalagem/ Servings per container : 15			
	Cantidad por / Quantidade por 100 g	Contenido / Quantidade por bombon / per bonbon 32 g	% VD (IDR) Por bombon / Per bonbon (32 g) (*)
Valor energético / Energy value	553 kcal (2317 kJ)	177 kcal (741 kJ)	9
Carbohidratos Disp. / Carboidratos / Carbohydrates de los cuales/das quais/of which	48 g	15 g	5
Azúcares / Açúcar / Sugars	42 g	14 g	
Proteínas / Protein	10 g	3,1 g	4
Grasas totales / Gorduras totales / Total fat de las cuales/dasquais/of which	38 g	11 g	20
Grasas saturadas / Gorduras saturadas / Saturated fat	18 g	5,6 g	25
Grasas trans / Gorduras trans / Trans fat	0,7 g	0,2 g	
Grasas / Gorduras monoinsaturadas / Monounsaturated fat	13 g	4,2 g	
Grasas / Gorduras poliinsaturadas / Polyunsaturated fat	4,2 g	1,3 g	
Colesterol / Cholesterol	2,7 mg	0,9 mg	
Fibra alimentaria / Dietética / Fibra alimentar / Dietary fiber	3,5 g	1,1 g	4
Sodio / Sódio / Sodium	121 mg	39 mg	2

* % Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas / Valores diarios de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das necessidades calóricas / Daily values are based on a 2000 Kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

Chocolate

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL			
Porción : 28 g (1/2 tableta)			
Porciones por envase : aprox. 2			
	Cantidad por 100 g	Cantidad por porción de 28 g	% VD por porción de 28 g (*)
Valor energético	542 kcal (2269 kJ)	152 kcal (635 kJ)	8
Carbohidratos disp. de los cuales	55 g	15 g	5
Azúcares totales	54 g	15 g	
Proteínas	8,3 g	2,3 g	3
Grasas totales de las cuales	32 g	9,0 g	16
Grasas saturadas	20 g	5,5 g	25
Grasas trans	0 g	0 g	
Grasas monoinsaturadas	10 g	2,9 g	
Grasas poliinsaturadas	1,0 g	0,3 g	
Colesterol	18 mg	5,1 mg	
Fibra alimentaria / Dietética	1,7 g	0 g	0
Sodio	131 mg	37 mg	2

* Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.
Valores de Referência según MERCOSUR Res. GMC 46/03.

Chicle globo

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción / Porção / Serving size: 3,3 g (1 unidad / unidade / piece)			
Porciones por envase / Porções por embalagem / Serving per container: 120			
	Cantidad por/ Quantidade por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción/ Quantidade por porção / Amount per serving	% VD por porción / por porção / % DV per serving (*)
Valor Energético / Energy Value	293 kcal (1244 kJ)	10 kcal (41 kJ)	1
Carbohidratos Disp. / Carboidratos / Carbohydrates	73 g	2,4 g	1
de los cuales / dos quais / of which Azúcares Totales / Açúcares / Sugars	60 g	2,0 g	
Proteínas / Protein	0,0 g	0,0 g	0
Grasas Totales/ Gorduras Totais/ Total Fat	0,0 g	0,0 g	0
de las cuales / das quais / of which			
Grasas Saturadas / Gorduras Saturadas / Saturated Fat	0,0 g	0,0 g	0
Grasas Trans / Gorduras trans / Trans Fat	0,0 g	0,0 g	
Grasas/ Gorduras Monoinsaturadas / Monounsaturated Fat	0,0 g	0,0 g	
Grasas / Gorduras Poliinsaturadas / Polyunsaturated Fat	0,0 g	0,0 g	
Colesterol / Cholesterol	0,0 mg	0,0 mg	
Fibra Alimentaria / Dietética / Fibra Alimentar / Dietary Fiber	0,0 g	0,0 g	0
Sodio / Sódio / Sodium	5,0 mg	0,2 mg	0

* Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. / Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das necessidades calóricas / Daily values are based on a 2000 kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

Menthoplus

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción/ Porção/ Serving Size: 20,4 g (6 unidades / pieces)			
Porciones por envase / Porções por embalagem / Servings per container: 18			
	Cantidad por / Quantidade por / Amount per 100 g	Cantidad por porción / Quantidade por porção / Amount per serving	% VD por porción / por porção / % VD per serving (*)
VALOR- CONTENIDO ENERGÉTICO / ENERGY VALUE	368 kcal (1649 kJ)	79 kcal (336 kJ)	4
CARBOHIDRATOS DISP/ CARBOIDRATOS / CARBOHYDRATES de los cuales/dos quais/of which	97 g	20 g	7
AZÚCARES TOTALES / AÇÚCARES / SUGARS	74 g	15 g	
PROTEÍNAS / PROTEIN	0 g	0 g	0
GRASAS TOTALES / GORDURAS TOTAIS / TOTAL FAT de las cuales/das quais/of which	0 g	0 g	0
GRASAS SATURADAS / GORDURAS SATURADAS / SATURATED FAT	0 g	0 g	0
FIBRA ALIMENTARIA / DIETÉTICA / FIBRA ALIMENTAR / DIETARY FIBER	0 g	0 g	0
SODIO / SÓDIO / SODIUM	12 mg	0 mg	0

No aporta cantidades significativas de grasas trans, grasas monoinsaturadas, grasas poliinsaturadas ni colesterol. / Não contribui quantidades significativas de gorduras trans, gorduras monoinsaturadas, gorduras poliinsaturadas ni colesterol. / Not a significant source of trans fat, monounsaturated fat, polyunsaturated fat and cholesterol.

* % Valores diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. / Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das necessidades calóricas / Daily values are based on a 2000 kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

Chupetín		
Información Nutricional		
	Cantidad por 100 g	Cantidad por porción 2 unidades 25 g
Valor calórico	384 Kcal	96 Kcal
Carbohidratos disponibles	96 g	24 g
Azúcares	72 g	18 g
Proteínas	0 g	0 g
Grasas totales	0 g	0 g
Grasas Saturadas	0 g	0 g
Grasas Trans	0 g	0 g
Grasas Monoinsaturadas	0 g	0 g
Grasas Poliinsaturadas	0 g	0 g
Colesterol	0 g	0 g
Fibra	0 g	0 g
Sodio	97 mg	24 mg

Caramelos duros

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMACAO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción / Porção / Serving Size: 21 g (3 unidades / piezas)			
Porciones por envase / Porções por embalagem / Servings per container: 7			
	Cantidad por Cantidad por / Amount per 100g	Cantidad por porción/ Cantidad por Amount per serving	% VD por porción / por porção / %DV per serving (*)
VALOR - CONTENIDO ENERGÉTICO / ENERGY VALUE	386 kcal (1641 kJ)	81 kcal (345 kJ)	4
CARBOHIDRATOS DISP. / CARBOIDRATOS / CARBOHYDRATES de los cuales / das quais / of which	97 g	20 g	7
AZÚCARES TOTALES / AÇÚCARES / SUGARS	69 g	15 g	
PROTEÍNAS / PROTEIN	0 g	0 g	0
GRASAS TOTALES / GORDURAS TOTAIS / TOTAL FAT de las cuales / das quais / of which	0 g	0 g	0
GRASAS SATURADAS / GORDURAS SATURADAS / SATURATED FAT	0 g	0 g	0
FIBRA ALIMENTARIA / DIETÉTICA / FIBRA ALIMENTAR/ DIETARY FIBER	0 g	0 g	0
SODIO / SÓDIO / SODIUM	12 mg	0 mg	0
<p>NO aporta cantidades significativas de grasas trans, grasas monoinsaturadas, grasas poliinsaturadas y colesterol / Não contribui quantidades significativas de gorduras trans, gorduras monoinsaturadas, gorduras poliinsaturadas e colesterol / Not a significant source of trans fat, monoinsaturated fat, polyunsaturated fat and cholesterol</p> <p>* % Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. / Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das necessidades de calorias. / Daily values are based on a 2000 kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.</p> <p>** En/Em Europe/In Europe: 0,012 g/100 g y 0,0026 g/porción/porção/serving</p> <p>Valores de Referencia según MERCOSUR Res. GMC 46/03</p>			

Alfajor simple

	Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción/ Amount per serving	% VD por porción/ DV per serving (*)		Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción/ Amount per serving	% VD por porción/ DV per serving (*)
INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRIMENTAL/ INFORMACAO NUTRICIONAL/ NUTRITIONAL INFORMATION	Valor Energético/ Energy Value	429 kcal (1805 kJ)	141 kcal (596 kJ)	7	Grasas Monoinsaturadas/ Monounsaturated Fat	6,1 g	2,0 g
Porción/ Serving Size : 33 g (1 alfajor/piece)	Carbohidratos/ Carbohydrates Disp. / Carbohydrates	64 g	21 g	7	Grasas Poliinsaturadas/ Polyunsaturated Fat	0,7 g	0 g
	De los cuales / of which Azúcares Totales/Sugar s	40 g	13 g				
Porción por envase/ Serving per container: 1	Proteínas/ Protein	6,6 g	2,2 g	3	Colesterol/ Cholesterol	19 mg	6,0 mg
	Grasas Totales/ Total Fat	16 g	5,4 g	10	Fibra Alimentaria/ Dietética/ Dietary Fiber	1,4 g	0 g
	De los cuales / of which Grasas Saturadas/ Saturated Fat	8,7 g	2,9 g	13			
	Grasas Trans/ Trans Fat	0,4 g	0,1 g		Sodio/ Sodium	111 mg	37 mg
<p>* Valores Diarios con base a una dieta de 2.000 kcal u 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. * Daily Value are based on a 2.000 kcal or 8.400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.</p>							

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Galletitas saladas

INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRIMENTAL/ INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
Porción/ Porção: 30 g (5 galletitas/ biscoitos)			
Porciones por envase/ Porções por embalagem aprox. 3			
	Cantidad por Cantidad por 100 g	Cantidad por porción/ Cantidad por porção	% VD por porción- porção (%)
Valor Energético	446 kcal (186 kJ)	134 kcal (56 kJ)	7
Carbónhidratos/ Carbónhidratos Dig./ Carbohidratos de los cuales/ dos quais	37 g	20 g	7
Azúcares Totales/ Açúcares	4,6 g	1,4 g	
Proteínas	11 g	4,6 g	5
Grasas Totales/ Gorduras totais de las cuales/ dos quais	15 g	4,5 g	6
Grasas/ Gorduras Saturadas	6,8 g	2,1 g	10
Grasas/ Gorduras Trans	3,5 g	1 g	
Grasas/ Gorduras Monoinsaturadas	5,0 g	1,6 g	
Grasas/ Gorduras Poliinsaturadas	1,6 g	0,3 g	
Colesterol	28 mg	7,5 mg	
Fibra Alimentaria/ Dietética/ Fibra Alimentar	2,5 g	1,0 g	4
Sodio/ Sódio	510 mg#	153 mg#	6

* Valores Diarios con base a una dieta de 2 000 kcal u 8 400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. * Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. # En Europa: 0,510 g/100 g - 0,153 g/porción.

Cubanito

INFORMACIÓN NUTRICIONAL/NUTRIMENTAL			
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción / Porção / Serving size: 32 g (2 unidades / piezas)			
Porciones por envase / Porções por embalagem / Serving per container: 8			
	Cantidad por / Cantidad por 100 g	Cantidad por porción / Cantidad por porção / Amount per serving	% VD por porción / por porção / DV per serving (%)
VALOR ENERGÉTICO/ENERGY VALUE	490 kcal (2052 kJ)	157 kcal (657 kJ)	8
CARBONHATOS DIGI/ CARBOHATOS / CARBOHYDRATES de los cuales/dos quais/ which	68 g	21 g	7
AZÚCARES TOTALES / AÇÚCARES / SUGARS	51 g	15 g	
PROTEÍNAS / PROTEIN	10 g	3,3 g	4
GRASAS TOTALES / GORDURAS TOTAIS / TOTAL FAT de las cuales/dos quais/ which	21 g	6,7 g	12
GRASAS SATURADAS / GORDURAS SATURADAS / SATURATED FAT	9,4 g	2,9 g	13
GRASAS TRANS / GORDURAS TRANS / TRANS FAT	0,5 g	0,2 g	
GRASAS / GORDURAS MONOSATURADAS / MONOSATURATED FAT	10 g	3,1 g	
GRASAS / GORDURAS POLISATURADAS / POLYSATURATED FAT	1,6 g	0,5 g	
COLESTEROL / CHOLESTEROL	0,2 mg	0,1 mg	
FIBRA ALIMENTARIA / DIETÉTICA / FIBRA ALIMENTAR / DIETARY FIBER	2,5 g	0,8 g	3
SODIO / SÓDIO / SODIUM	82 mg	26 mg	1

* Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. / Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das necessidades calóricas / Daily values are based on a 2000 kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs. Valores de Referência según MERCOSUR Res. GMC 48/03.

Galletitas dulces

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción/ Serving size: 35 g (5 galletitas/ cookies)			
Porciones por envase / Servings per container: 11			
	Cantidad por/ Amount per 100 g	Cantidad por porción/ Amount per serving	% VD por porción/ DV per serving (*)
Valor Energético/ Energy Value	444 kcal (1870 kJ)	156 kcal (655 kJ)	8
Carbohidratos/ Carbohydrates Disp./ Carbohydrates	71 g	25 g	8
de los cuales/ of which Azúcares Totales/ Sugars	31 g	11 g	
Proteínas/ Protein	6,8 g	2,4 g	3
Grasas Totales / Total Fat	15 g	5,2 g	9
de las cuales/ of which Grasas Saturadas/ Saturated Fat	6,0 g	2,1 g	10
Grasas Trans /Trans Fat	0,6 g	0 g	
Grasas Monoinsaturadas/ Monounsaturated Fat	7,3 g	2,6 g	
Grasas Poliinsaturadas / Polyunsaturated Fat	0,8 g	0,3 g	
Colesterol/ Cholesterol	22 mg	7,8 mg	
Fibra Alimentaria/ Dietética/ Dietary Fiber	2,1 g	0,7 g	3
Sodio/ Sodium	249 mg	87 mg	4

* Valores Diarios con base a una dieta de 2.000 kcal u 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. * Daily Value are based on a 2.000 kcal or 8.400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

Turrón		
Información Nutricional		
	Cantidad por 100 g	Cantidad por porción
Valor calórico	394 Kcal	99 Kcal
Carbohidratos disponibles	74 g	18 g
Azúcares totales	40 g	9,9 g
Proteínas	6,8 g	1,7g
Grasas totales	8,0 g	2,0 g
Grasas Saturadas	1,3 g	0,3 g
Grasas Trans	0 g	0 g
Grasas Monoinsaturadas	4,1 g	1,0 g
Grasas Poliinsaturadas	2,5 g	0,6 g
Colesterol	0 g	0 g
Fibra	1,6 g	0,4 g
Sodio	49 mg	12 mg

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Alfajor triple

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL / NUTRITIONAL INFORMATION		Cantidad por 100g	Cantidad por 60 g	% VD por DV por 60 g (*)		Cantidad por 100g	Cantidad por 60 g	% VD por DV por 60 g (*)
		Amount	Amount	per DV		Amount	Amount	per DV
Valor Energético / Energy Value		426 kcal (1795 kJ)	256 kcal (1077 kJ)	13	Grasas Trans / Trans Fat	0,4 g	0,2 g	
Carbohidratos / Carbohydrates					Grasas Monosaturadas / Monounsaturated Fat	5,9 g	3,5 g	
De los cuales / of which					Grasas Poliinsaturadas / Polyunsaturated Fat	0,7 g	0,4 g	
Azúcares Totales / Sugars		41 g	25 g		5 Colesterol / Cholesterol	0*18 mg	11 mg	0
Proteína / Prote		16,5 g	10 g		18 Fibra Alimentaria / Dietary Fiber	0*1	0,6 g	0
Grasas Totales / Total F.		61 g	37 g					
De las cuales / of which								
Grasas Saturadas / Saturated Fat		7 g	4 g					

*1) * Valores Diarios con base a una dieta de 2.000 kcal o 8.400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. * Daily Value are based on a 2.000 kcal or 8.400 kJ diet. Your daily value may be higher or lower depending on your calorie needs. ** Información para Chile: Porción 60 g (1 alfajor). Porciones por envase 1/ Información para Mercosur: Porción de referencia: 6

Caramelos blandos

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción / Porção / Serving Size: 20 g (6 unidades/pieces)			
Porciones por envase / Porções por embalagem / Serving per container: 40			
	Cantidad por / Quantidade por / Amount per 100 g	Cantidad por porción / Quantidade por porção / Amount per serving	% VD por porción / por porção / % DV per serving (*)
VALOR CONTENIDO ENERGÉTICO/ENERGY VALUE	376 kcal (1596 kJ)	75 kcal (316 kJ)	4
CARBOHIDRATOS DISP. / CARBOHIDRATOS / CARBOHYDRATES	86 g	17 g	6
De los cuales / of which			
= AZÚCARES TOTALES / AÇÚCARES / SUGARS	59 g	11 g	
PROTEÍNAS / PROTEIN	0,8 g	0 g	0
GRASAS TOTALES / GORDURAS TOTAIS/ TOTAL FAT	3,2 g	0,6 g	1
De las cuales / of which			
= GRASAS SATURADAS / GORDURAS SATURADAS / SATURATED FAT	1,4 g	0,3 g	1
= GRASAS TRANS / GORDURAS TRANS / TRANS FAT	0 g	0 g	
= GRASAS / GORDURAS MONOSATURADAS / MONOUNSATURATED FAT	1,1 g	0,2 g	
= GRASAS / GORDURAS POLIINSATURADAS / POLYUNSATURATED FAT	0,6 g	0 g	
= COLESTEROL / CHOLESTEROL	0 mg	0 mg	
FIBRA ALIMENTARIA / DIETÉTICA / FIBRA ALIMENTAR / DIETARY FIBER	0 g	0 g	0
SODIO / SÓDIO / SODIUM	15 mg	0 mg	0

*1) * Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal o 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. / Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo das necessidades calóricas. / Daily values are based on a 2000 kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

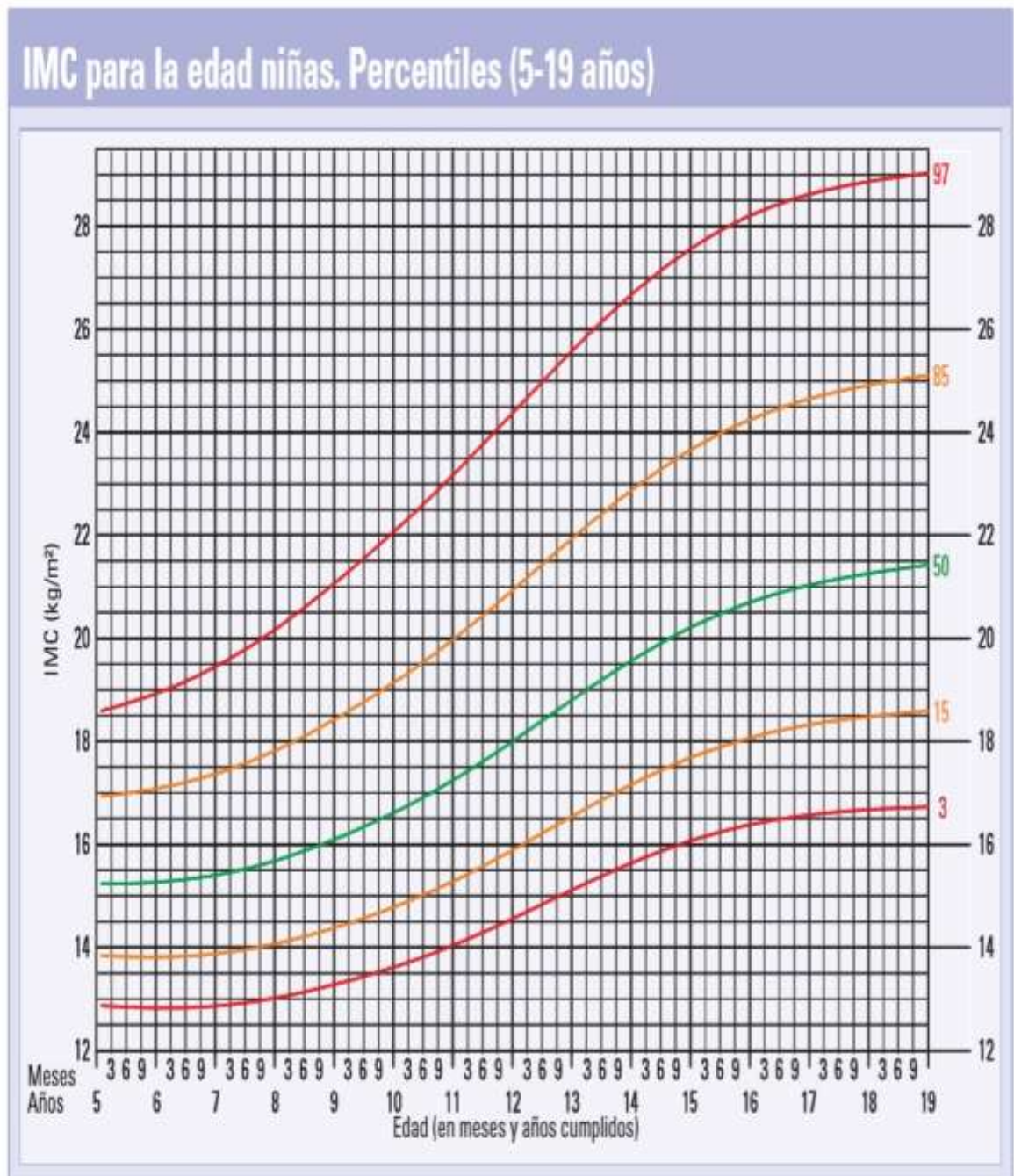
Gomitas

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRIMENTAL INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION			
Porción/Porção/Serving Size: 20 g (9 unidades/units) Porciones por envase / Porções por embalagem / Serving per container: 12 (aprox./about)			
	Cantidad por Cantidad por / Amount per 100g	Cantidad por porción/ Cantidad por / Amount per serving	% VD por porción/ % VD per serving (*)
VALOR CONTENIDO ENERGÉTICO/ ENERGY VALUE	311 kcal (1406 kJ)	66 kcal (291 kJ)	3
CARBOHIDRATOS DISP. / CARBOHIDRATOS/ CARBOHYDRATES de los cuales / de los cuales / of which	79 g	16 g	5
AZÚCARES TOTALES / AZÚCARES / SUGARS	54 g	11 g	
PROTEÍNAS / PROTEIN	4,0 g	1,0 g	1
GRASAS TOTALES / GORDURAS TOTALES/ TOTAL FAT de las cuales / de las cuales / of which	0 g	0 g	0
GRASAS SATURADAS / GORDURAS SATURADAS / SATURATED FAT	0g	0g	0
GRASAS TRANS / GORDURAS TRANS / TRANS FAT	0 g	0 g	
GRASAS COCÍURAS MONOSATURADAS/ MONOSATURATED FAT	0 g	0 g	
GRASAS / GORDURAS POLISATURADAS/ POLYUNSATURATED FAT	0 g	0 g	
COLESTEROL / CHOLESTEROL	0 mg	0 mg	
FIBRA ALIMENTARIA / DIETÉTICA/ DIETARY FIBER	0 g	0 g	0
NaCl / SODIUM / SODIUM	26 mg	5,1 mg	0

* % VD por porción por base a una dieta de 2000 kcal o 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores, dependiendo de sus necesidades energéticas. / Valores de referencia por base a una dieta de 2000 kcal o 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. / Daily values are based on a 2000 kcal or 8400 kJ diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

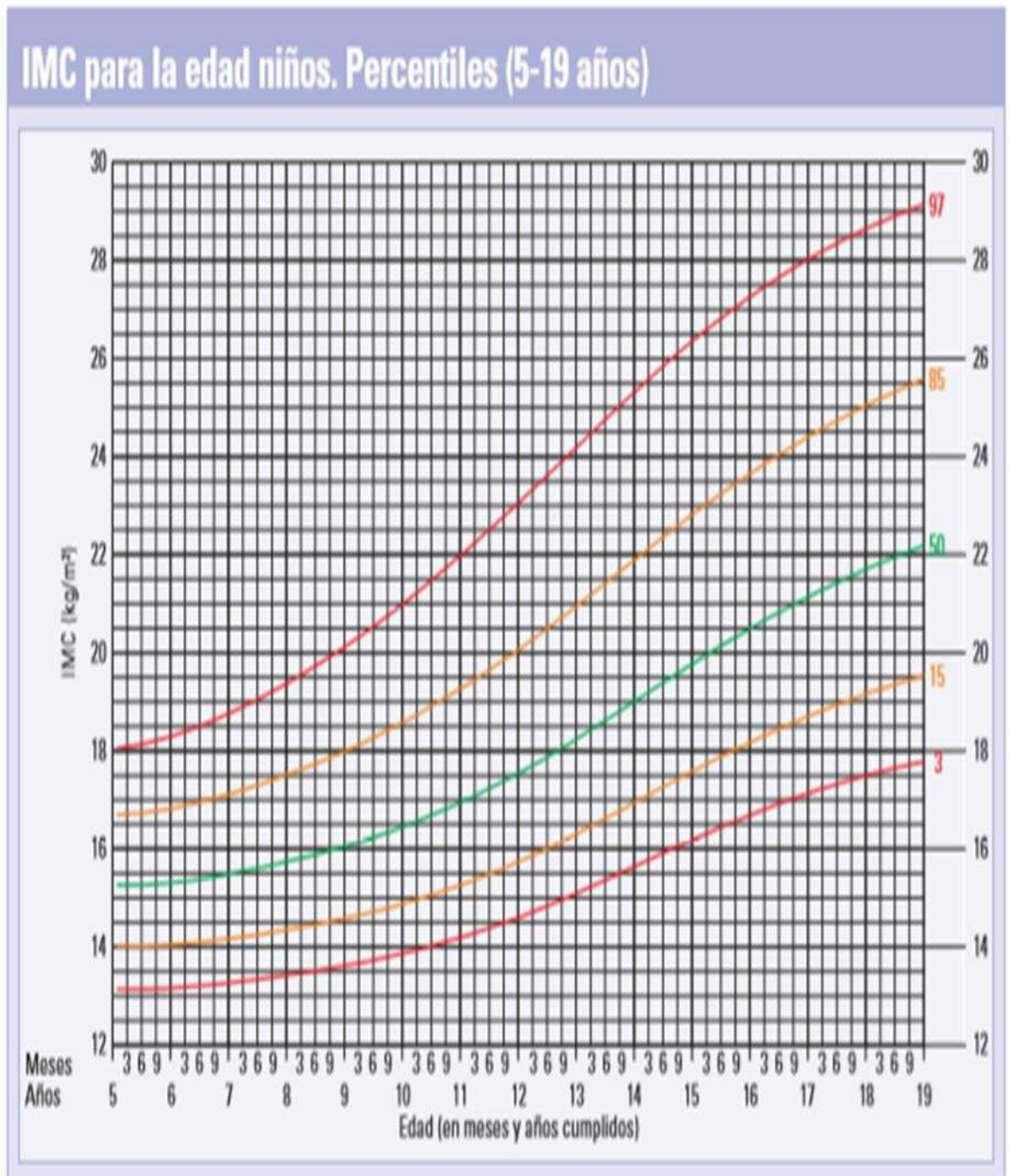
Anexo III: Tabla IMC/Edad para niñas y niños de 5 a 19 años (OMS/2007).

Tabla IMC/Edad para niñas de 5 a 19 años (OMS/2007).



Patrones de crecimiento infantil de la OMS.

Tabla IMC/Edad para niños de 5 a 19 años (OMS, 2007)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS.

Anexo IV: Planilla para el registro de datos personales y antropométricos de los niños partícipes del estudio.

Apellido y Nombre	Fecha de nacimiento	Edad	Peso	Talla	IMC/E	Diagnóstico

(Fuente: Elaboración propia)

Anexo V: Encuesta cerrada y frecuencia de consumo

Encuesta sobre el consumo de golosinas

1. Marcar con una cruz la repuesta correcta y completa en los cuadros según corresponda.

Soy: Mujer Grado: Edad:
 Hombre

2. Por favor, contesta a las siguientes preguntas:

¿En qué barrio vivís?: Marca con una cruz la respuesta correcta o completa en el caso de que no se encuentre.

- Puerto Viejo
- La Concepción
- La Quilmes
- Otro : _____

3. ¿Consumís golosinas en la escuela? Marca con una cruz la respuesta correcta

SI
 NO (Si tu repuesta fue NO , entonces continua contestando solo la pregunta 6)

4. ¿Qué tipo, que cantidad y con qué frecuencia consumís golosinas? Marca con una cruz todas las golosinas que comas en la escuela.

Golosina	Cantidad de golosinas consumidas por día	Nunca	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
Caramelos blandos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Caramelos duros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chupetín	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gomitas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Turrón	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cubanito	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alfajor simple	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alfajor triple	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Galletitas dulces	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Galletitas saladas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Otros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. ¿Por qué comes golosinas? Marca con una cruz solo UNA respuesta.

Porque me gusta su sabor	<input type="checkbox"/>
Porque tengo hambre	<input type="checkbox"/>
Porque sale en la televisión	<input type="checkbox"/>
Porque mis amigos lo comen	<input type="checkbox"/>

6. ¿Dónde compras las golosinas que comes en el recreo? Marca con una cruz solo UNA respuesta.

Las compro en el kiosco de la escuela

Las traigo de mi casa

7. ¿Comes golosinas fuera de la escuela? Marca con una cruz.

Si

(Si respondiste que SI, continua contestando la respuesta 7)

No

8. ¿Qué tipo, que cantidad y con qué frecuencia comes golosinas fuera de la escuela? Completa el cuadro.

Golosina	Cantidad de golosinas consumidas	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días

(Fuente: Elaboración propia)

Anexo gráfico n°1: Alumnos encuestados según sexo

Grado	Masculino	Femenino
3ºA	8	6
3ºB	9	5
3ºC	4	8
4ºA	6	2
4ºB	5	8
4ºC	9	10
Totales	41	39

Anexo gráfico n°2: Grado al que asisten los alumnos.

Grado	Total de alumnos encuestados	Total de alumnos perteneciente a cada grado
3ºA	14	40
3ºB	14	
3ºC	12	
4ºA	8	40
4ºB	13	
4ºC	19	
Total	80	

Anexo gráfico n°3: Alumnos encuestados según rango de edad.

Edades	3° A	3° B	3°C	4°A	4°B	4°C	Totales
8 a 9 años	11	9	9	0	6	0	35
9 a 10 años	1	4	2	6	6	14	33
10 a 11 años	2	1	1	1	0	5	10
11 a 12 años	0	0	0	1	1	0	2

Anexo gráfico n°4: Barrio de residencia de los alumnos encuestados.

Grado	Barrio “Puerto Viejo”	Barrio “La Concepción”	Barrio “La Quilmes”	Otros
3°A	4	7	1	2
3°B	3	5	2	4
3°C	4	6	2	-
4°A	1	3	1	3
4°B	3	5	1	4
4°C	3	9	1	6
Totales por barrio	18	35	8	19
Total de alumnos encuestados	80			

Anexo gráfico n°5: Alumnos encuestados que consumen golosinas en la escuela.

Grado	“Si” consumen golosinas en la escuela	“No” consumen golosinas en la escuela
3ºA	12	2
3ºB	14	0
3ºC	8	4
4ºA	8	0
4ºB	10	3
4ºC	10	9
Totales por respuesta	62	18
Total de alumnos encuestados	80	

Anexo gráfico n°6: Tipo de golosina consumida en el ámbito escolar por los alumnos encuestados.

Grado 3ºA

Golosinas	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	Alumno 6	Alumno 7	Alumno 8	Alumno 9	Alumno 10	Alumno 11	Alumno 12	Total
Caramelos blandos	1	1	1	-	-	-	1	1	1	1	1	-	8
Caramelos duros	1	-	-	-	1	-	1	1	-	-	-	-	4
Chupetín	1	-	-	-	-	-	1	1	-	-	1	1	5
Gomitas	1	1	-	1	1	1	1	1	-	1	-	-	8
Turrón	1	-	-	-	-	-	1	-	-	1	-	1	4
Cubanito	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	-	2
Alfajor simple	-	-	1	1	1	1	1	-	1	-	1	-	7
Alfajor triple	-	1	-	1	-	1	1	-	-	-	1	-	5
Galletitas dulces	-	1	1	-	1	-	1	-	-	-	-	1	5
Galletitas saladas	-	-	1	-	1	-	1	-	-	1	1	1	6
Otros	1	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	-	2

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Grado 3ºB

Golosinas	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	Alumno 6	Alumno 7	Alumno 8	Alumno 9	Alumno 10	Alumno 11	Alumno 12	Alumno 13	Alumno 14	Total
Caramelos blandos	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1	1	-	1	5
Caramelos duros	-	-	-	1	-	-	-	-	1	-	1	-	-	1	4
Chupetín	1	-	1	-	1	1	1	-	1	-	1	1	-	1	9
Gomitas	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	1	1	-	1	4
Turrón	1	1	1	1	-	-	-	1	-	-	1	-	-	1	7
Cubanito	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	1	2
Alfajor simple	1	1	1	1	1	1	1	1	-	-	1	1	1	1	12
Alfajor triple	1	-	1	1	1	-	1	1	-	-	1	-	1	-	8
Galletitas dulces	-	1	1	-	1	-	1	-	1	-	1	-	1	1	8
Galletitas saladas	-	1	1	-	-	1	-	1	1	-	1	-	-	1	7
Otros	1	-	-	-	1	-	1	1	-	1	1	-	-	-	6

Grado 3ºC

Golosinas	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	Alumno 6	Alumno 7	Alumno 8	Total
Caramelos blandos	-	1	1	1	1	1	1	1	7
Caramelos duros	-	1	-	1	-	1	-	-	3
Chupetín	1	-	1	1	1	1	-	1	6
Gomitas	1	1	1	1	1	1	1	-	7
Turrón	1	-	1	1	1	1	-	-	5
Cubanito	1	-	1	-	-	-	-	-	2
Alfajor simple	1	1	-	1	1	1	1	1	7
Alfajor triple	-	1	-	-	1	1	1	1	5
Galletitas dulces	-	1	-	-	1	1	1		4
Galletitas saladas	-	-	-	1	1	1	1	1	5
Otros	-	1	-	1	1	1	-	-	4

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Curso 4ºA

Golosinas	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	Alumno 6	Alumno 7	Alumno 8	Total
Caramelos blandos	-	1	1	-	1	1	1	-	5
Caramelos duros	1	-	1	-	1	-	1	-	4
Chupetín	1	1	1	-	1	-	1	-	5
Gomitas	1	1	-	-	1	1	1	-	5
Turrón	-	-	-	1	-	-	-	1	2
Cubanito	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Alfajor simple	-	1	1	1	1	-	1	1	6
Alfajor triple	1	1	1	1	1	1	1	1	8
Galletitas dulces	1	1	1	-	1	-	-	1	5
Galletitas saladas	-	-	-	-	1	-	1	-	2
Otros	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Grado 4ºB

Golosinas	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	Alumno 6	Alumno 7	Alumno 8	Alumno 9	Alumno 10	Total
Caramelos blandos	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	9
Caramelos duros	-	-	1	-	1	1	1	-	-	-	4
Chupetín	1	1	-	1	1	1	1	-	1	-	7
Gomitas	-	-	1	1	1	1	1	1	-	1	7
Turrón	1	1	-	-	1	-	1	-	-	1	5
Cubanito	-	-	1	-	-	-	1	-	-	-	2
Alfajor simple	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	9
Alfajor triple	1	-	-	-	1	1	1	1	-	1	6
Galletitas dulces	-	-	1	-	-	-	1	1	1	1	5
Galletitas saladas	-	-	1	-	-	-	1	-	-	1	3
Otros	-	-	1	1	1	-	-	1	1	-	5

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Grado 4ºC

Golosinas	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	Alumno 6	Alumno 7	Alumno 8	Alumno 9	Alumno 10	Total
Caramelos blandos	1	-	1	-	1	1	1	1	1	-	7
Caramelos duros	-	1	1	-	1	1	1	-	-	-	5
Chupetín	-	1	1	1	1	1	1	-	-	-	6
Gomitas	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	9
Turrón	1	1	1	-	1	-	-	-	1	-	5
Cubanito	1	-	-	-	1	-	-	-	-	-	2
Alfajor simple	1	1	1	-	-	-	1	1	1	-	6
Alfajor triple	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	9
Galletitas dulces	-	-	-	-	1	1	-	1	-	-	3
Galletitas saladas	1	1	1	-	1	-	-	-	-	-	4
Otros	-	-	-	-	1	-	-	-	-	1	2

Total de alumnos que eligen cada tipo de golosina

Golosinas	Cantidad de alumnos que la eligen
Caramelos blandos	41
Caramelos duros	24
Chupetín	38
Gomitas	40
Turrón	28
Cubanito	11
Alfajor simple	47
Alfajor triple	41
Galletitas dulces	30
Galletitas saladas	27
Otros	19

Anexo gráfico n°7: Cantidad de porciones de golosinas que son consumidas por día en la escuela por los alumnos encuestados.

Categorías	3º A	3º B	3ºC	4ºA	4ºB	4ºC	Totales
Entre 1 y 2 porciones al día	11	7	3	4	5	6	36
Entre 3 y 4 porciones al día	1	6	3	1	3	3	17
5 porciones al día	0	0	0	0	0	1	1
Más de 5 porciones al día	0	1	2	3	2	0	8

Anexo gráfico n°8: Frecuencia de consumo de golosinas en la escuela.

Caramelos blandos			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	5	0	3
3ºB	3	0	2
3ºC	4	2	1
4ºA	3	2	0
4ºB	4	3	2
4ºC	5	2	0
Total	24	9	8
Caramelos duros			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	3	0	1
3ºB	4	0	0
3ºC	3	0	0
4ºA	2	1	1
4ºB	1	3	0
4ºC	5	0	0
Total	18	4	2

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Chupetín			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	3	0	2
3ºB	6	3	0
3ºC	6	0	0
4ºA	3	1	1
4ºB	6	1	0
4ºC	6	0	0
Total	30	5	3
Gomitas			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	4	2	2
3ºB	3	1	0
3ºC	3	2	2
4ºA	2	1	2
4ºB	5	2	0
4ºC	4	4	1
Total	21	12	7
Turrón			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	2	0	2
3ºB	4	1	2
3ºC	4	1	0
4ºA	2	0	0
4ºB	2	1	2
4ºC	5	0	0
Total	19	3	6

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Cubanito			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	1	0	1
3ºB	2	0	0
3ºC	1	1	0
4ºA	0	0	0
4ºB	2	0	0
4ºC	1	1	0
Total	7	2	1
Alfajor Simple			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	3	2	2
3ºB	6	4	2
3ºC	5	2	0
4ºA	5	1	0
4ºB	8	0	1
4ºC	4	1	1
Total	31	10	6
Alfajor triple			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	3	1	1
3ºB	5	2	1
3ºC	3	2	0
4ºA	3	4	1
4ºB	3	2	1
4ºC	5	2	2
Total	22	13	6

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Galletitas dulces			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	3	0	2
3ºB	7	0	1
3ºC	1	1	2
4ºA	2	2	1
4ºB	3	2	0
4ºC	3	0	0
Total	19	5	6
Galletitas Saladas			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	3	0	3
3ºB	4	2	1
3ºC	5	0	0
4ºA	0	2	0
4ºB	2	1	0
4ºC	2	1	1
Total	16	6	5
Otros			
Curso	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
3ºA	1	0	1
3ºB	1	1	4
3ºC	2	1	1
4ºA	0	0	0
4ºB	4	0	1
4ºC	2	0	0
Total	10	2	6

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

TOTALES			
Golosina	Entre 1 y 2 días a la semana	Entre 3 y 4 días a la semana	Todos los días
Caramelos duros	18	4	2
Caramelos blandos	24	9	8
Chupetín	30	5	3
Gomitas	21	12	7
Turrón	19	3	6
Cubanito	7	2	1
Alfajor simple	31	10	6
Alfajor triple	22	13	6
Galletitas dulces	19	5	6
Galletitas saladas	16	6	5
Otros	10	2	6

Anexo gráfico n°9: Factores que influyen en la decisión de consumir golosinas.

Categorías	3º A	3º B	3ºC	4ºA	4ºB	4ºC	Totales
Porque me gusta su sabor	12	9	7	6	7	8	49
Porque tengo hambre	0	5	0	2	3	2	12
Porque sale en la televisión	0	0	0	0	0	0	0
Porque mis amigos lo comen	0	0	1	0	0	0	1

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

Anexo gráfico n°10: Lugar donde los alumnos compran las golosinas que consumen en el recreo.

Categorías	3º A	3º B	3º C	4º A	4º B	4º C	Totales
Las compro en el kiosco de la escuela	5	9	7	4	9	7	41
Las traigo de mi casa	7	5	1	4	1	3	21

Anexo gráfico n°11: Alumnos encuestados que consumen golosinas fuera del ámbito escolar.

Categorías	3º A	3º B	3º C	4º A	4º B	4º C	Totales
Si	10	13	9	8	9	16	65
No	4	1	3	0	4	3	15

Anexo gráfico n°12: Tipo de golosina consumida fuera del ámbito escolar según kilocalorías aportadas por porción.

Categorías	Golosinas
Menos de 100 kcal por porción	Caramelos blandos Chupetín Gomitas Turrón Caramelos de menta (Menthoplus) Bombón relleno (Bon o bon) Chicle Crema de chocolate(Ducrem)
De 100 a 200 kcal por porción	Alfajor simple Galletitas saladas Galletitas dulces Caramelos ácidos (Bulldog) Barra de cereal Chocolate con leche (Kinder) Chocolate (barra)
Mayor a 200 kcal por porción	Alfajor triple

Anexo gráfico nº13: Cantidad de porciones de golosinas consumidas por día fuera del ámbito escolar.

Categorías	3º A	3º B	3º C	4º A	4º B	4º C
Entre 1 y 2 porciones al día	10	6	9	7	9	14
Entre 3 y 4 porciones al día	0	5	0	0	0	1
5 porciones al día	0	1	0	0	0	1
Más de 5 porciones al día	0	1	0	1	0	0

Anexo gráfico nº14: Frecuencia de consumo de golosinas fuera del ámbito escolar.

Categorías	Menor a 100 kcal por porción	De 100 a 200 kcal por porción	Mayor a 200 kcal por porción
Entre 1 y 2 días a la semana	66	27	14
Entre 3 y 4 días a la semana	33	10	6
Todos los días	1	0	2

Anexo gráfico nº15: Porcentaje de calorías dispensables consumidas en un día y que fueron aportadas por golosinas.

Categorías	3º A	3º B	3ºC	4ºA	4ºB	4ºC	Totales
Hasta un 15% del VCT	9	4	3	3	3	3	25
Mayor a 15% del VCT	3	10	5	5	7	7	37

Anexo gráfico n°16: Estado nutricional de los alumnos encuestados de 3º y 4º grado.

Grado 3ºA

Alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Edad	Peso (kg)	Talla (m)	IMC/E	Diagnóstico
1	M	23/09/2008	8 Años 11 meses	40,6	1,31	23,66	>97 Obesidad
2	M	19/12/2008	8 años 8 meses	28	1,36	15,14	15-50 Normopeso
3	M	13/01/2009	8 años 7 meses	24,2	1,23	16	50-85 Normopeso
4	M	25/07/2007	10 años 1 mes	31	1,31	18,06	50-85 Normopeso
5	M	24/06/2009	8 años 2 meses	34,4	1,28	21	>97 Obesidad
6	M	15/08/2007	10 años 1 mes	62,7	1,44	30,24	>97 Obesidad
7	M	23/05/2008	8 años 3 meses	28	1,33	15,83	50 Normopeso
8	M	26/05/2009	8 años 3 meses	43,1	1,34	24	>97 Obesidad
9	F	22/06/2009	8 años 2 meses	24,7	1,26	15,56	50 Normopeso
10	F	01/08/2008	9 años 1 mes	26,1	1,34	14,54	15-50 Normopeso
11	F	17/02/2009	8 años 6 meses	27,5	1,28	16,78	50-85 Normopeso
12	F	14/10/2008	8 años 11 meses	24,4	1,26	15,37	15-50 Normopeso
13	F	24/10/2008	8 años 10 meses	49,9	1,34	27,79	>97 Obesidad
14	F	23/04/2009	8 años 4 meses	27,8	1,26	17,51	50-85 Normopeso

Grado 3ºB

Alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Edad	Peso (kg)	Talla (m)	IMC/E	Diagnóstico
1	M	06/09/2008	9 años	26,6	1,39	13,77	3-15 Riesgo de bajo peso
2	M	24/03/2009	8 años 5 meses	30,3	1,32	17,39	50-85 Normopeso

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

3	M	24/05/2009	8 años 3 meses	33,8	1,28	20,63	>97 Obesidad
4	M	27/05/2008	9 años 3 meses	31,7	1,33	17,92	50-85 Normopeso
5	M	03/01/2009	8 años 7 meses	33,8	1,35	18,55	85-97 Sobrepeso
6	M	07/03/2007	10 años 5 meses	29,9	1,36	16,17	15-50 Normopeso
7	M	17/12/2008	8 años 8 meses	42	1,34	23,39	>97 Obesidad
8	M	09/07/2008	9 años 1 mes	30,3	1,34	16,87	50-85 Normopeso
9	M	26/09/2008	8 años 11 meses	67	1,37	35,7	>97 Obesidad
10	F	04/03/2009	8 años 5 meses	26,2	1,32	15,04	15-50 Normopeso
11	F	02/04/2009	8 años 4 meses	29,3	1,28	17,88	50-85 Normopeso
12	F	13/08/2008	9 años 1 mes	27,7	1,28	16,91	50-85 Normopeso
13	F	25/04/2009	8 años 4 meses	36,3	1,30	21,48	>97 Obesidad
14	F	11/04/2009	8 años 4 meses	28	1,26	17,64	50-85 Normopeso

Grado 3ºC

Alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Edad	Peso (kg)	Talla (m)	IMC/E	Diagnóstico
1	M	07/08/2008	9 años 1 mes	42,7	1,43	20,88	>97 Obesidad
2	M	13/03/2009	8 años 6 meses	26,1	1,29	18,45	15-50 Normopeso
3	M	14/10/2008	8 años 11 meses	30,7	1,29	18,45	85-97 Sobrepeso
4	M	19/02/2009	8 años 6 meses	27,9	1,26	17,57	50-85 Normopeso
5	F	08/04/2008	9 años 4 meses	26,4	1,25	16,90	50-85 Normopeso
6	F	07/12/2008	8 años 8 meses	25	1,27	15,50	15-50 Normopeso
7	F	02/08/2007	10 años 1 mes	33,6	1,34	18,71	50-85 Normopeso
8	F	03/03/2009	8 años 5 meses	27,4	1,30	16,21	50-85 Normopeso

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

9	F	16/01/2009	8 años 7 meses	58,5	1,44	28,21	>97 Obesidad
10	F	30/08/2008	9 años	32,4	1,32	18,60	85-97 Sobrepeso
11	F	20/12/2008	8 años 8 meses	33	1,22	22,17	>97 Obesidad
12	F	11/05/2009	8 años 3 meses	30,3	1,26	19,09	85-97 Sobrepeso

Grado 4ºA

Alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Edad	Peso (kg)	Talla (m)	IMC/E	Diagnóstico
1	M	17/03/2006	11 años 5 meses	43,6	1,59	17,25	50-85 Normopeso
2	M	10/10/2007	9 años 10 meses	28,2	1,30	16,69	50-85 Normopeso
3	M	12/06/2008	9 años 2 meses	29	1,34	16,15	50-85 Normopeso
4	M	06/10/2007	9 años 11 meses	33,4	1,39	17,29	50-85 Normopeso
5	F	10/11/2007	9 años 9 meses	44,8	1,40	22,86	>97 Obesidad
6	F	08/12/2007	9 años 8 meses	27,4	1,31	15,97	15-50 Normopeso
7	F	25/05/2008	9 años 3 meses	27	1,30	15,98	15-50 Normopeso
8	F	06/07/2007	10 años 1 mes	25,3	1,30	14,97	15-50 Normopeso

Grado 4ºB

Alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Edad	Peso (kg)	Talla (m)	IMC/E	Diagnóstico
1	M	14/11/2007	9 años 9 meses	46,4	1,48	21,18	>97 Obesidad
2	M	08/12/2007	9 años 8 meses	36,1	1,36	19,61	85-97 Sobrepeso
3	M	26/09/2007	9 años 11 meses	34,6	1,35	18,98	85-97 Sobrepeso
4	M	25/02/2008	8 años 6 meses	22,1	1,24	14,44	3-15 Riesgo de bajo peso
5	M	25/10 /2007	9 años 10 meses	57,5	1,41	29,04	>97 Obesidad

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

6	F	18/02/2008	8 años 6 meses	33,2	1,33	18,86	85-97 Sobrepeso
7	F	14/03/2008	8 años 5 meses	44,2	1,42	21,92	>97 Obesidad
8	F	18/04/2008	8 años 4 meses	34,9	1,39	18,06	85 Sobrepeso
9	F	21/11/2007	9 años 9 meses	29,7	1,28	18,13	50-85 Normopeso
10	F	11/05/2008	8 años 3 meses	27	1,30	15,98	50 Normopeso
11	F	08/04/2006	11 años 4 meses	40,8	1,46	19,14	50-85 Normopeso
12	F	08/12/2007	9 años 8 meses	36,4	1,31	21,21	85-97 Sobrepeso
13	F	29/05/2008	8 años 8 meses	39,5	1,37	21,05	>97 Obesidad

Grado 4ºC

Alumno	Sexo	Fecha de nacimiento	Edad	Peso (kg)	Talla (m)	IMC/E	Diagnóstico
1	M	16/03/2008	9 años 5 meses	31,1	1,36	16,81	50-85 Normopeso
2	M	08/05/2007	10 años 3 meses	33,8	1,40	17,24	50-85 Normopeso
3	M	25/09/2007	9 años 11 meses	30,6	1,28	18,68	85-97 Sobrepeso
4	M	11/11/2007	9 años 9 meses	39	1,49	17,57	50-85 Normopeso
5	M	11/10 /2007	9 años 10 meses	31,1	1,34	17,32	50-85 Normopeso
6	M	18/12/2007	9 años 8 meses	28,7	1,24	18,67	85-97 Sobrepeso
7	M	12/08/2007	10 años 1 mes	33,3	1,36	18	50-85 Normopeso
8	M	28/08/2007	10 años 1 mes	26,3	1,33	14,87	15-50 Normopeso
9	M	23/10/2007	9 años 10 meses	37,9	1,44	18,28	50-85 Normopeso

“Consumo de golosinas en niños de tercer y cuarto grado que asisten a la escuela Justo José de Urquiza de la ciudad de Concepción del Uruguay durante los meses de agosto y septiembre de 2017”

10	F	11/10/2007	9 años 10 meses	33,1	1,39	17,13	50-85 Normopeso
11	F	02/08/2007	10 años 1 mes	36,5	1,34	20,33	85-97 Sobrepeso
12	F	18/10/2007	9 años 10 meses	33,1	1,37	17,64	50-85 Normopeso
13	F	01/01/2007	10 años 7 meses	44,5	1,39	23,03	>97 Obesidad
14	F	13/05/2008	9 años 3 meses	29,3	1,37	15,61	15-50 Normopeso
15	F	04/04/2008	9 años 4 meses	27	1,34	15,04	15-50 Normopeso
16	F	20/09/2007	9 años 11 meses	46,4	1,42	23,01	>97 Obesidad
17	F	04/01/2008	9 años 7 meses	38,4	1,36	20,76	85-97 Sobrepeso
18	F	27/10/2007	9 años 10 meses	30,4	1,33	17,19	50-85 Normopeso
19	F	18/05/2008	9 años 4 meses	33,4	1,34	18,60	85-97 Sobrepeso

Total de alumnos según estado nutricional

Grado	Normopeso	Sobrepeso	Obesidad	Riesgo de bajo peso
3ºA	9	0	5	0
3ºB	8	1	4	1
3ºC	6	3	3	0
4ºA	7	0	1	0
4ºB	3	5	4	1
4ºC	12	5	2	0
Totales	45	14	19	2