



Universidad de concepción del Uruguay

Licenciatura en nutrición

Centro Regional Santa Fe

**“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD
PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA
CONCEPCIÓN JARDÍN**

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA
ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR
ESCOLAR”**

**Tesina presentada para completar los requisitos del Plan de Estudios de la
Licenciatura en Nutrición**

Firma directora

LIC. ROMERO DRI, MARÍA

Firma Alumna

DÁNDOLO VICTORIA

SANTA FE / SEPTIEMBRE 2024

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, quiero agradecer a mi directora María Romero Dri, por su esfuerzo y dedicación y acompañarme en este trabajo final.

También quiero agradecerle a mi tribunal, por aceptar este desafío, con responsabilidad y dedicación, el mismo está formado por personas muy importantes para mí. Agradezco a la Universidad de Concepción del Uruguay, por formarme como profesional y estar presente en cada etapa.

También quiero hacer una mención importante al Jardín Inmaculada Concepción y al Jardín María Antonia Verna de la ciudad de santa fe por brindarme su espacio para el desarrollo de la presente tesina.

Quiero agradecer a mi familia que desde el primer día me acompañaron y me apoyaron siempre.

.

DEDICATORIA

Le dedico este trabajo final principalmente, a mis padres, María Carolina Romero y Dándolo Rubén Eduardo, a mi hermano Francisco Dándolo, a mi hija Francesca Bergamini, mi esposo Bergamini Leandro y por último a María Magdalena Diego quien fue mi compañera incondicional en esta etapa tan hermosa.

INDICE

AGRADECIMIENTOS.....	2
DEDICATORIA	3
RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	6
FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA	8
ANTECEDENTES	9
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
HIPÓTESIS	12
OBJETIVOS	12
MARCO TEORICO.....	14
TIPO DE ESTUDIO	32
PLAN DE TRABAJO	33
MATERIALES Y MÉTODOS.....	34
RESULTADOS ESPERADOS	36
RESULTADOS	37
DISCUSIÓN.....	60
LIMITACIONES	63
CONCLUSIONES	64
RECOMENDACIONES	65
ANEXOS	66
BIBLIOGRAFÍA.....	80

RESUMEN

Los comedores escolares son una herramienta de gran importancia ya que impacta en el estado nutricional de los niños, garantiza una comida saludable al día, además, cabe destacar que es un espacio educativo, ya que no solo educa en hábitos, alimentarios saludables, sino que promueve la convivencia y actividades de ocio que contribuyen al desarrollo relacional y social.

Por este motivo me propuse comparar el estado nutricional de los niños/as que asisten y no asisten a comedor escolar y conocer la ingesta alimentaria de ambos grupos.

A fin de llevar a cabo la presente tesina realice una investigación observacional, exploratoria descriptiva transversal y correlacional.

PALABRAS CLAVE: Comedor escolar, ingesta alimentaria, estado nutricional, hábitos alimentarios, salud, desarrollo infantil.

INTRODUCCIÓN

La alimentación es un proceso que nos acompaña a lo largo de la vida, mediante el cual obtenemos los nutrientes que nos permiten cubrir los requerimientos del organismo y contribuye, así, a mantener la salud y el bienestar. A fin de que el crecimiento y el desarrollo tanto físico como intelectual se produzcan de una manera adecuada, es imprescindible garantizar una alimentación que cubra las necesidades nutricionales propias de cada etapa de la vida (Aranceta Batrina y col, 2008)

La situación de la nutrición infantil es sumamente preocupante en la Argentina, donde un 40% de los niños en edad escolar sufren de sobrepeso, una epidemia en crecimiento. Este contexto pone en la mira a los servicios alimentarios del sistema educativo. Más de 4,5 millones de niños y niñas, la mayoría de sectores vulnerables, se alimentan en la escuela: allí desayunan, almuerzan o meriendan. Por su función nutricional, el comedor escolar es un factor de atracción y retención de los alumnos. Además, es un espacio educativo, donde se complementa la alimentación del hogar y se transmiten (Cecilia Veleda y col, 2014)

La escuela juega un rol fundamental en la promoción de factores protectores en materia de hábitos alimentarios por lo que resulta un campo de acción en la implementación de programas nutricionales. Sin embargo, para que estos programas logren modificar las conductas alimentarias no saludables se requiere de una herramienta capaz de lograr dicho objetivo y la más indicada es la educación para la salud, en donde la colaboración

entre los profesionales de este campo, los profesores, los padres de familia y las autoridades sanitarias constituye una estrategia para promover hábitos alimentarios saludables y por lo tanto estilos de vida saludables que perduren hasta la etapa adulta, disminuyendo el riesgo de desarrollar enfermedades crónico-degenerativas. (Adriana Ivette y col, 2012)

El comedor escolar es un espacio imprescindible dentro del centro educativo. Dada la situación actual en que el padre y la madre deben trabajar fuera, es preciso el comedor escolar. El problema de las familias contemporáneas es tener tiempo suficiente para trabajar y cuidar de los niños. Sin embargo, no hay mejor opción que dejar a los pequeños resguardados en el entorno escolar.

Este espacio forma parte de la educación de los estudiantes, puesto que se les enseña a elegir la comida más saludable.

FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA

Me resulta interesante como futura nutricionista evaluar el estado nutricional y la alimentación de los niños que asisten y no asisten al comedor escolar, ya que es una etapa de vida crítica de crecimiento y desarrollo en donde la incorporación de nutrientes, la realización de una de las comidas principales es fundamental para acompañar los procesos de crecimiento y desarrollo del niño. A mi criterio la implementación del comedor escolar en las instituciones, cumple un rol importante en donde se incorporan nuevos hábitos alimentarios, y además se asegura que el niño evite saltar unas de las comidas principales.

ANTECEDENTES

De acuerdo a un estudio realizado por J. Garbayo Solana y col. (2011) el objetivo del mismo es “analizar los hábitos nutricionales de una población infantil de 4 a 6 años y la influencia que pueden ejercer los comedores escolares en la nutrición infantil”. El estudio comprende una muestra de 82 niños, 43 niñas (52%) y 39 niños (47%), de edades comprendidas entre los cuatro y los seis años que acuden a colegios tanto públicos como privados. Se realiza un estudio descriptivo y comparativo entre los niños que realizan la comida principal del mediodía en el comedor escolar 35 (42,7%) y el grupo que come en su casa 47 (57,3%). El 50% de los niños presenta un estado nutricional adecuado según su índice de masa corporal (IMC) (varón: 15,7; mujer: 15,5), con delgadez o desnutrición en el 22,8% y con sobrepeso y obesidad en el 26,6%. La ingesta media de nutrientes (proteínas: 49 mg/día, hidratos de carbono: 133 mg/día, lípidos: 32,9 mg/día) y su composición energética (1325 cal/día) fueron las adecuadas a las recomendaciones actuales para este grupo de edad y sexo. No encontramos diferencias según el IMC. El estudio nutricional muestra diferencias significativas en la ingesta de principios inmediatos y de energía. Cuando se comparan ambos grupos frente a las recomendaciones nutricionales, el 51% de los que comen en casa tienen adecuadas sus necesidades energéticas, frente al 30% de los que lo hacen en el comedor escolar. Un 65% de ambos grupos no alcanza las necesidades de proteínas; en cuanto a las grasas, superan las recomendaciones el 87% de los que comen en casa y el 57% de los que comen en comedor. Por su importancia nutricional, cabe destacar que en ambos grupos

un 70% supera las recomendaciones de colesterol, mientras la ingesta de calcio no la cubren el 42% de los que comen en casa y el 90% de los que comen comedor.

Otra investigación “análisis de la intervención de la política en comedores escolares y el rol de la nutrición saludable en niños y niñas de Córdoba argentina “publicado en noviembre del 2020 por Daniela Moyano M., Elizabeht Raquel Rodriguez R., Nilda Raquel Peroviq P.,

El objetivo del estudio fue analizar la intervención de la política de comedores escolares y el rol en la nutrición saludable de niños y niñas de Córdoba, Argentina en los años 2013 y 2018. La muestra incluyó diez escuelas en 2013 y diez diferentes en 2018. Se realizó un relevamiento de comedores escolares y recordatorios alimentarios 24 hs a 341 niñas y niños. Los aportes nutricionales de los comedores escolares descendieron entre ambos periodos, en especial, en las escuelas insertas en contexto de mayor vulnerabilidad. También se observó una reducción significativa de la ingesta media de calcio y energía total. En las niñas y los niños asistentes a los comedores escolares se encontraron indicadores de desnutrición crónica, descenso de peso e ingestas de calcio, vitamina A y C deficitarios. En la asociación entre la asistencia al comedor escolar y el indicador baja talla/riesgo de baja talla, el odds ratio no fue estadísticamente significativa. Resulta necesario impulsar una política que busque de manera urgente mejoras de los indicadores de nutrición infantil, considerando un enfoque de derechos

Un nuevo informe realizado por Eroski en 2004 analizaba el menú de 2 semanas de 201 colegios cuyos comedores escolares son utilizados por un total de 32.330 alumnos. En este documento el 24 % de los menús estudiados se calificaban como “suspenso”, el 36% como “aceptable” y sólo el 41 % de los centros estudiados ofrecía un menú de acuerdo con las recomendaciones. El 36 % de los colegios analizados no servían verdura como plato independiente en ninguno de sus menús, el 30 % no ofertaba platos con el pescado como ingrediente principal y el 14 % no ofrecía legumbres. Además, el 8% no incluía fruta fresca al menos 2 veces por semana; el 3 % servía postres dulces más de 2 veces a la semana y el 15 % de los centros ofertaba alimentos precocinados o frituras más de 2 veces a la semana.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿Cuál es el estado nutricional de los niños que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción?

¿Cuál es el estado nutricional de los niños del Jardín María Antonia Verna que no cuenta con el servicio de comedor escolar?

HIPÓTESIS

“El estado nutricional será óptimo en aquellos alumnos que asisten al comedor escolar del Jardín inmaculada Concepción

comparado con los alumnos que no asisten al mismo del Jardín María Antonia Verna.”

OBJETIVOS

Objetivo general.

- Comparar el estado nutricional de alumnos que asisten a comedor escolar de 3 a 5 años del Jardín Inmaculada Concepción con respecto a los alumnos al de 3 a 5 años que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

Objetivos específicos:

- Investigar el tipo de menú que brinda el comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

- Conocer la alimentación de los alumnos de 3 a 5 años que no asisten al comedor escolar del jardín María Antonia Verna.
- Comparar el estado nutricional de alumnos del jardín Inmaculada Concepción y jardín María Antonia Verna

Tarea 1:

- Se recolectará información sobre tipo de menú que brinda el comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

(a) Dicha información se obtendrá a partir de la conversación con el profesional a cargo del comedor escolar.

- Tarea 2: Se recolectará información durante toda una semana a través del sondeo.
 - a. Se solicitará un consentimiento informado a cada establecimiento y personas que participen de la encuesta.
 - b. Analizaremos todos los datos obtenidos en cada una de las encuestas.

- Tarea 3: Se analizará el estado nutricional de los niños que asisten y no asisten al comedor escolar.
 - a. Se realizará una comparación del estado nutricional de los niños que asisten al comedor escolar del jardín Inmaculada Concepción y los niños que no asisten al comedor escolar del jardín María Antonia Verna.

MARCO TEORICO

La alimentación es uno de los principales determinantes del estado de salud del ser humano y el factor extrínseco más importante para su desarrollo. Una alimentación adecuada es fundamental a lo largo de toda la vida, pero durante la infancia es particularmente importante, pues las carencias y desequilibrios nutricionales en esta etapa tienen consecuencias negativas, no sólo en la salud del propio niño/a (retraso del crecimiento, retraso en el desarrollo psicomotor, disminución de la capacidad de aprendizaje, desarrollo de obesidad, incremento del riesgo de infecciones y otras enfermedades, incremento del riesgo de mortalidad general), sino que pueden condicionar su salud de adulto, aumentando el riesgo de desarrollar trastornos crónicos (cáncer, hipertensión arterial, cardiopatía isquémica y otras enfermedades cardiovasculares, enfermedades cerebrovasculares, diabetes mellitus tipo 2, obesidad, osteoporosis).

En la actualidad, sabemos que estas enfermedades están relacionadas con la dieta desequilibrada, la falta de actividad física o sedentarismo, el consumo de alcohol y el consumo de tabaco y que estos riesgos, que se acumulan desde las etapas más tempranas de la vida, se pueden reducir e incluso eliminar, y aún más importante si cabe, su aparición se puede prevenir, si se actúa mediante la promoción de la salud desde la infancia, que es cuando se produce el aprendizaje y adquisición de los hábitos alimentarios y otros estilos de vida.

Estado nutricional:

Es el resultado de la interrelación entre el aporte de energía y nutrientes que recibe un individuo y sus demandas energéticas y nutricionales, es decir, entre la ingesta y el gasto.

Las características antropométricas: constituyen un importante conjunto de indicadores que permiten evaluar el tamaño, proporciones y composición del cuerpo y su crecimiento, lo cual es reflejo de la alimentación y del nivel de ejercicio físico de un sujeto, así como de las enfermedades padecidas. El peso y la talla son probablemente las medidas antropométricas más elementales. Otras medidas antropométricas básicas son el perímetro craneal, la circunferencia de cintura, la circunferencia de cadera o la circunferencia del brazo. Los índices antropométricos son combinaciones de las medidas antropométricas y resultan esenciales para la interpretación de éstas. Son índices Encuesta de Nutrición Infantil de la Comunidad de Madrid 10 antropométricos, por ejemplo, el peso para la edad, la talla para la edad, el peso para la talla, el índice de masa corporal, etc. Los indicadores antropométricos se refieren a la aplicación de los índices antropométricos como indicadores del estado nutricional y de salud de un individuo o una comunidad. Así, por ejemplo, el índice de masa corporal de un sujeto es un indicador de obesidad, una condición que supone un riesgo para la salud, y la proporción de niños con un determinado índice de masa corporal mayor es un indicador de la prevalencia de obesidad en una población. (Diez Gañan y col,2008)

Los comedores escolares desempeñan una función nutricional y educativa importante, contribuyen a la adquisición de hábitos alimentarios y son marco de socialización y convivencia. Existe evidencia de que las intervenciones ambientales que incorporan modificaciones en la composición de los menús ofertados en el colegio y en las políticas reguladoras son efectivas para fomentar la adquisición de hábitos alimentarios saludables entre los escolares. (Aranceta batrina y col, (2008)

Alrededor del año 1900, algunos médicos que formaban en aquel entonces el Cuerpo Médico Escolar, detectaron un elevado porcentaje de ausentismo, sumado a un escaso rendimiento intelectual debido a que los niños concurrían a la escuela insuficientemente alimentados. Así surge una fuerte campaña emprendida por el Dr. Genaro Sixto que culminó con la instalación del primer servicio de copa de leche en el año 1906. En esa época se origina en el país una creciente preocupación por la salud integral del niño que genera un gran desarrollo de actividades a favor de la infancia (Britos Sergio y col, 2003)

Funciones del comedor escolar: Según (guía alimentaria para familias y escuelas) salud pública de Cataluña

- Proporcionar a los niños una comida de calidad, tanto desde el punto de vista nutricional como en cuanto a criterios higiénicos y sensoriales.
- Desarrollar y reforzar la adquisición de hábitos higiénicos (especialmente, el lavado de manos) y alimentarios saludables y sostenibles.
- Fomentar las normas de comportamiento y la utilización correcta del material y de los utensilios del comedor, así como promover la autonomía y los aspectos sociales y de convivencia de las comidas y favorecer la participación de los niños en el global de las actividades del comedor (educación para la convivencia y la responsabilidad).
- Promover actitudes de solidaridad, respeto y tolerancia hacia el grupo de iguales y hacia el personal del comedor y de la cocina.
- Garantizar un espacio y un momento agradable y tranquilo, pensado y diseñado con cuidado y teniendo en cuenta las diferentes necesidades de los niños.
- Planificar actividades de ocio y de juego libre y activo durante el espacio del mediodía, que contribuyan al desarrollo de la personalidad y al fomento de hábitos sociales y culturales sobre alimentación y sobre otros aspectos importantes para la salud global de los niños (educación para el ocio o el tiempo libre).

La estructura y la planificación de los menús tienen el objetivo principal de facilitar una ingesta saludable mediante una oferta suficiente, equilibrada, variada y sostenible y, al

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

mismo tiempo, agradable y adaptada a las características y las necesidades de los comensales.

Acontecimientos

- El 8 de Julio de 1884 se sanciona la ley 1420, "De educación común", se habla de una educación obligatoria y gratuita y en varios de sus artículos se relaciona al fracaso escolar con el rendimiento físico de los escolares.
- 1888 se crea el Cuerpo Médico Escolar, quien tuvo a su cargo la tarea de ser el primero en realizar evaluaciones de condición física en los escolares.
- 1906 instalación del primer servicio de "Copa de Leche", en la escuela 14 del distrito N°1. Se instala la primera copa de leche en el interior del país, en Rosario, Provincia de Santa Fe.
- En octubre de 1913 se lleva a cabo el 1º Congreso Nacional del Niño.
- 1914 se incluye por primera vez en los presupuestos del Consejo Nacional de Educación una partida anual para alimentación en escuelas de Capital Federal y territorios nacionales.
- 1920-1925 El cuerpo médico escolar, realiza varias investigaciones y comprueba que en la Capital Federal existen, sobre 200.000 escolares, un 15% de niños insuficientemente alimentados ("hipoalimentados") y 3% de desnutridos.

- 1926 en este año por primera vez se evalúan la totalidad de los niños concurrentes a las escuelas públicas y se proyecta la habilitación de las primeras cantinas escolares, con capacidad para 300 niños cada una. Se habilitan las primeras seis en 1928. En 1930 se las excluye del presupuesto y reaparecen en 1932.
- El 2 de Agosto de 1932 se sanciona la ley 11597, mediante la cual se proporciona fondos para el mantenimiento de los comedores escolares dependientes del Consejo Nacional de Educación y del Instituto Nacional de la Nutrición, presidido por el Doctor Pedro Escudero, quién a su vez prepara y distribuye a todas las escuelas del país la "Cartilla Dietética". Este acontecimiento legal logró dar mayor estabilidad a estos organismos.
- 1934 finalmente al comprobarse el estado de desnutrición de los escolares del interior del país se crea, mediante la ley 11.838, sancionada el 22 de Junio de 1934, la Junta Nacional de Ayuda al Niño, que tiene por función "socorrer al niño en edad escolar con alimentos y vestido"
- 1936 por iniciativa del senador Alfredo Palacios, el 21 de Diciembre de 1936 se sanciona la ley 12.341, por medio de ésta se crea la Dirección de Maternidad e Infancia. La misma se organiza mediante los siguientes tipos de instituciones:

Centros de higiene materno-infantil, Cantinas maternas, Dispensarios para lactantes, Lactarios, Cantinas infantiles, Jardines de infantes.

- 1937 En la Ciudad de Buenos Aires se crean los primeros Comedores Escolares Municipales.

La Provincia de Buenos Aires, a través del consejo general de educación resuelve crear un Comedor Escolar en cada ciudad cabecera de distrito.

- 1938 por decreto nacional número 3607 y por iniciativa del senador Alfredo Palacios se sanciona el 3 de Mayo de 1938 la ley 12.558, de "Protección a los niños en edad escolar", mediante la cual, se crea la Comisión Nacional de Ayuda al Escolar. Se consta de un presupuesto de 2.000.0000 pesos argentinos para proveer ropa, medicamentos y alimentos. A su vez, por efectos de la misma ley se habilitan comedores escolares en todo el país y se subvenciona a cooperadoras escolares que tienen a su cargo diferentes programas de ayuda alimentaria, como la "copa de leche" y la "miga de pan".

Luego de estos antecedentes y tras la expansión de los distintos programas de ayuda alimentaria, otras provincias como Córdoba, Tucumán, Santa Fe, Entre Ríos, Corrientes, Salta, San Juan, San Luis, Santiago del Estero, Catamarca, La Rioja y Jujuy

adoptan diversas modalidades, pero siguiendo con algún tipo de prestación alimentaria determinada.

- 1939 se constituye la nueva Comisión de Ayuda Escolar. Al comenzar este año la comisión tenía creados 635 comedores escolares y el número de cooperadoras inscriptas fue de 2079
- 1942 Si bien la ayuda iba en aumento numéricamente, existe un estudio técnico efectuado en este año por el Instituto Nacional de Nutrición que mostró conclusiones desalentadoras y su informe culmina diciendo: “..la falta de personal técnico especializado en nutrición para dirigir los comedores escolares, llevó a errores de alimentación de tal magnitud que las comidas ofrecidas a los escolares favorecieron el desarrollo de enfermedades de la nutrición en lugar de prevenirlas o curarlas...”
- 1943 por decreto Nacional la Comisión Nacional de Ayuda Escolar pasa a ser una institución integrante de la Dirección Nacional de Salud Pública y Asistencia Social.
- 1945 la comisión Nacional de Ayuda Escolar pasa a depender, primero de la Secretaría de Trabajo y Previsión y luego de Dirección General de Asistencia Social, pasándose a llamar Dirección de Ayuda Escolar. Es a partir de la

existencia de esta dirección que se reglamenta la ley mediante el decreto de Farrell y Perón. Esta reglamentación es muy extensa, pero en relación con los comedores escolares determina que: - Dicho organismo asumirá la responsabilidad de proveer alimentos a los niños en edad escolar a través de la instalación de comedores en todas las escuelas que lo requieran. - Las comidas a servirse serán determinadas por zonas atendiendo a sus posibilidades, pudiendo requerirse la opinión de organismos especializados. - Podrá convenirse con instituciones particulares la atención de los comedores con la vigilancia de la Dirección. - Podrá contratarse empresas particulares para la prestación del Servicio de Alimentación. En este año se crea la Junta Provincial de Comedores Escolares.

- 1958 ley de Ministerios: determina explícitamente que compete al Ministerio de Educación y Justicia la asistencia social al escolar. Se dispone transferir al Consejo Nacional de Educación los fondos para el cumplimiento de la ley 12558
- 1964 se promulga la ley 6905 denominada " Implantación de la copa de leche y miga de pan durante el ciclo lectivo", en todas las escuelas dependientes de la Dirección General de Escuelas.
- 1967-1973 la Dirección de Nutrición y Sanidad Escolar edita recomendaciones y guías para el funcionamiento de comedores escolares, proponiendo que los

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

menús provean 1000-1200 kcal por niño y por día. En este período se dio apoyo a Tucumán con fondos del entonces Ministerio de Bienestar Social, para implementar el " Programa de Ayuda Alimentaria en las escuelas de los ingenios cerrados", siendo éste el antecedente inmediato del PPSN.

- 1972 bajo el nombre de PROGRAMA DE COMEDORES ESCOLARES se extendió la experiencia de Tucumán a 21 jurisdicciones

Anexo de la resolución n° 0443 “pautas alimentarias-nutricionales para la confección y elaboración de los menús de comedor escolar”

Menús de comedor escolar:

- Consumir carne diariamente, en sus diferentes tipos: vacuna, aves de corral, conejo, cordero.

Pueden utilizarse cortes más económicos como hígado, riñón, lengua, mondongo que poseen un valor nutritivo similar a las pulpas. Una vez por semana, se suministrará una porción de carne entera tipo bifés o milanesas. La porción de carne deberá cubrir cantidades mínimas de 100 a 120 gr. para bifés o milanesas; para hamburguesas o pan de carne, de 70 a 90 gr. Seleccionar carnes con escasos porcentajes de desechos (entre un 10 a un 15%). Prestar especial atención a la pulpa molida, ya que un alto porcentaje de grasas, disminuye la calidad y el rendimiento de la preparación.

- La soja se puede utilizar para complementar las carnes, agregando hasta un 15% de soja en las preparaciones, ya sea, en grano, molida, texturizada.
- No utilizar embutidos ni achuras en los menús semanales del Comedor Escolar. Ejemplo: chorizos. Con relación al pescado,
- Utilizar legumbres secas (soja, arvejas, lentejas, porotos y garbanzos) para enriquecer guisos, tartas, salsas, ensaladas o hamburguesas.

- En la programación de los menús semanales, se podrá incorporar no más de dos veces y de manera alternada, guisos o preparaciones con salsa.
- Postre: Los menús deben contener postres, recomendándole una fruta fresca de estación tres veces por semana, alternando con postres a base de leche, como yogur, flan, helados, queso y dulce, alfajores.
- Los vegetales frescos son fuente principal de vitaminas y minerales. En la organización semanal deberá incorporar por lo menos una preparación con verduras. Ej.: bifes a la criolla o milanesas acompañadas de ensaladas. Se recomienda, principalmente en época estival, suministrar una o dos veces por semana vegetales, en tortillas, tartas, torrejas, ensaladas, etc.
- Cada comensal debe acompañar la comida con una porción de pan, respetando el peso indicado en los menús (40 grs.)

El menú escolar debe cumplir con las siguientes pautas:

Requisitos nutricionales. aspectos básicos: recoge la necesidad de cubrir las ingestas recomendadas de energía y nutrientes, teniendo en cuenta la edad y el sexo de los escolares a los que va destinado el menú. Para valorar dicho apartado se pueden seguir las siguientes pautas:

- Aporte energético a las necesidades calóricas diarias: la comida del mediodía deberá aportar alrededor de un 35% de la energía total de las necesidades diarias.
- Perfil calórico: debe calcularse teniendo en cuenta la ingesta de todo el día, por lo que se pueden permitir en el menú escolar pequeñas desviaciones, ya que éste representa sólo una comida. De forma general, se recomienda que el contenido de grasa del menú se adecue de forma que no aporten más del 30-35% de la energía total, las proteínas proporcionen un 12-15% del contenido calórico y el porcentaje restante provenga de los hidratos de carbono.
- Perfil lipídico: en cuanto a la contribución de los distintos ácidos grasos (saturados, monoinsaturados y poliinsaturados) a la energía total, las grasas saturadas no deben aportar más del 10% de la energía total del menú.

- Aporte a las ingestas recomendadas de micronutrientes: la dieta de los escolares debe ajustarse a las recomendaciones de energía y nutrientes. Su contenido de micronutrientes, minerales y vitaminas se calculará para un periodo de 15 días, procurando el consumo diario de todos los grupos, de forma que asegure un buen aporte diario de nutrientes. En cuanto a la energía, hidratos de carbono, grasas y proteínas, deben mantenerse en los niveles recomendados a diario.
- Adecuación según edad y sexo: los menús tratarán de diseñarse teniendo en cuenta la cantidad de nutriente por unidad de energía, de forma que lo que aporten sea suficiente para hacer frente a las necesidades de minerales y vitaminas del estrato de edad y sexo con menor necesidad energética. Es fundamental asegurar el aporte de proteínas, calcio, hierro y vitamina A.

Composición y variedad de los menús: un menú saludable debe incluir, como base del primer plato o como guarnición del segundo, algún alimento de estos dos grupos:

- Verduras y hortalizas
- Patatas, pasta, arroz, legumbres, maíz, etc.

Un segundo plato alternando carne, pescados y huevos, que irá acompañado de una de las guarniciones mencionadas. El postre será una pieza de fruta y, como complemento, se podrá incluir un lácteo. La fruta

fresca no debe ser sustituida, generalmente, por zumos envasados. La comida irá acompañada de pan y agua.

Es importante recordar que:

- La población escolar debe consumir una dieta variada, que será sinónimo de una dieta equilibrada, lo que asegurará que estén tomando todos los nutrientes que necesitan.
- No es suficiente con consumir alimentos de todos los grupos mencionados, sino que se deben variar dentro de un mismo grupo, en los procesos culinarios empleados, así como en las recetas.
- Para la elaboración de los menús se deberán utilizar preferentemente aceites vegetales monoinsaturados (aceite de oliva) o poliinsaturados (aceite de girasol, maíz, soja y cacahuete).
- El menú deberá estar compuesto preferentemente de alimentos ricos en hidratos de carbono complejos (cereales, patatas, verduras, leguminosas, etc.), porque son una importante fuente de fibra y nutrientes, necesarios para conseguir dietas con alta densidad de vitaminas y minerales.

- Se deben diseñar los menús teniendo en cuenta los gustos y preferencias alimentarias de la población a la que van dirigidos para que éstos sean aceptados.
- Se debe controlar el tamaño de las raciones y los ingredientes dentro del plato para que se pueda consumir la totalidad del menú y no se quede exclusivamente en el consumo de aquello que gusta. Además...
- Los zumos de fruta o las frutas en almíbar no deben sustituir a las frutas enteras, que serán el postre habitual.
- Es importante tener en cuenta que el menú servido en los centros docentes debe ser único, sin posibilidad de elegir, salvo en los casos que esté justificado.
- El tamaño de las raciones servidas contemplará la edad y el sexo de la población a la que va dirigida

Otras consideraciones en la elaboración y distribución de los menús:

La familia deberá conocer el plan de menús del comedor escolar para poder planear el resto de las comidas del día, ya que los menús servidos en el hogar deben ser complementarios del menú escolar. Se fomentará desde el comedor escolar el conocimiento de los alimentos, así como el de los aspectos gastronómicos y el gusto por las recetas tradicionales de diferentes zonas geográficas del país o diferentes culturas.

TIPO DE ESTUDIO

Es una investigación observacional, descriptiva transversal y correlacional ´

El método de investigación es descriptivo ya que se busca describir y comparar el estado nutricional y la alimentación de niños/as que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción y aquellos niños/as que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna de 3 a 5 años de edad de la ciudad de Santa Fe , transversal ya que se estudia en momento determinado y correlacional ya que pretende analizar variables sobre el estado nutricional y la alimentación de los niños/as durante un tiempo determinado.

PLAN DE TRABAJO

Para dar comienzo a este estudio se enviará una carta de consentimiento a la coordinadora de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay Centro Regional Santa Fe, Lic. Delfina Stamatti, con el objetivo de recibir autorización para iniciar el proyecto de investigación.

Además, se enviará una carta de consentimiento al establecimiento donde realizaremos el estudio: Jardín inmaculada concepción y Jardín Antonia María Verna Lo mencionado anteriormente se confeccionará teniendo en cuenta el reglamento para la elaboración de tesinas de grado propuesto por la Universidad de Concepción del Uruguay.

MATERIALES Y MÉTODOS

Ámbito de aplicación

El estudio se ejecutó en las instituciones Jardín Inmaculada Concepción y Jardín Antonia María Verna pertenecientes a la ciudad de Santa Fe capital.

Población

Alumnos de entre 3 a 5 años de edad que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción y Alumnos de 3 a 5 años de edad que no asisten a comedor escolar pertenecientes al Jardín María Antonia Verna.

Muestra

Todos los alumnos de 3 a 5 años que asisten al comedor escolar del jardín Inmaculada Concepción y alumnos del jardín María Antonia Verna que no asisten a comedor escolar tanto niños como niñas de entre 3 a 5 años.

Unidad de análisis

Cada alumno del jardín inmaculada concepción y del jardín María Antonia Verna de entre 3 a 5 años cuya familia acepten participar de la encuesta.

Criterios de inclusión

- Familias de alumnos del jardín Inmaculada Concepción y jardín María Antonia Verna que acepten participar de la investigación.

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

- Familias de alumnos que quieran participar voluntariamente de la investigación.

Criterios de exclusión.

Aquellas familias del jardín Inmaculada Concepción y jardín María Antonia Verna que no deseen participar de la investigación

RESULTADOS ESPERADOS

Luego de analizar los datos se espera que los niños de 3 a 5 años del jardín Inmaculada Concepción que asisten a comedor escolar tengan un estado nutricional óptimo comparado con aquellos niños/a que no asisten a comedor escolar, ya que el comedor escolar nos asegura que el niño/a se alimente de forma adecuada a través de la incorporación correcta de nutrientes.

A través de esta investigación se espera que quienes llevan a cabo el comedor escolar y las familias de los alumnos de ambas instituciones tomen conocimiento de la importancia de una adecuada alimentación para el desarrollo y crecimiento en esta etapa de vida.

RESULTADOS

Gráfico N.º1: Muestra la comparación de la evaluación del estado nutricional en porcentajes de niños/as (bajo peso, peso adecuado, sobre peso, alto peso) que asisten a comedor escolar del jardín inmaculada concepción y no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

De 30 alumnos entre 3 y 5 años que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

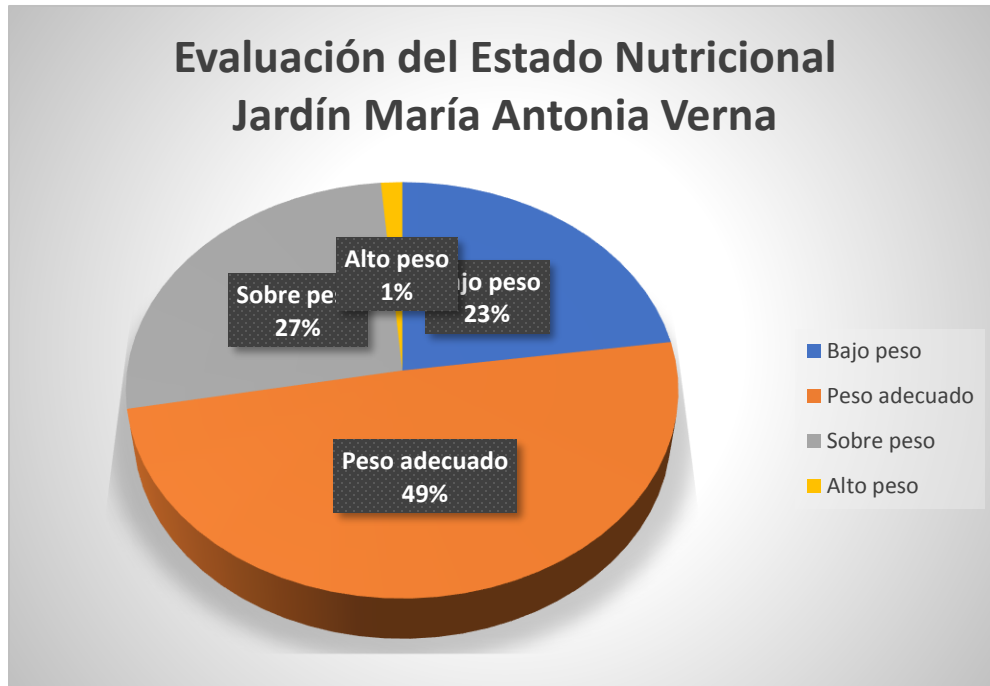
tabla I

6 presentan Bajo peso.	23%
13 presentan Peso Adecuado.	49%
7 presentan Sobrepeso.	27%
4 presentan Alto peso.	1%

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 alumnos entre 3 y 5 años que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

Tabla II

2 presentan bajo peso.	12%
11 presentan peso adecuado.	64%
3 presentan sobrepeso.	17%
8 alto peso.	7%

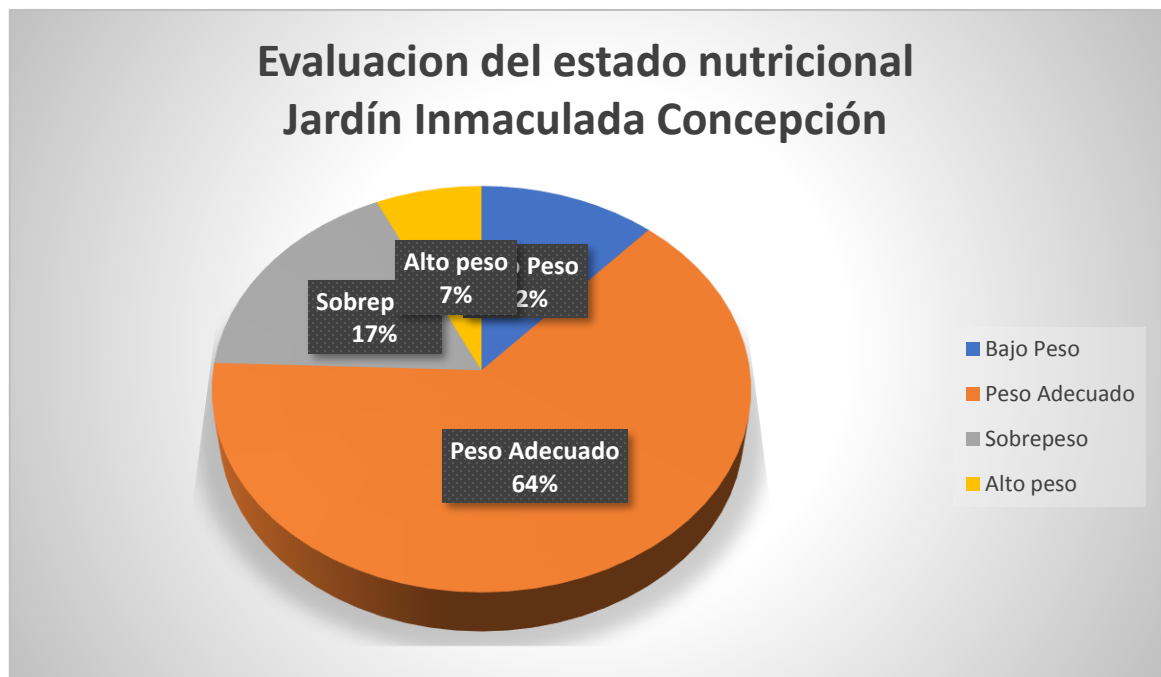
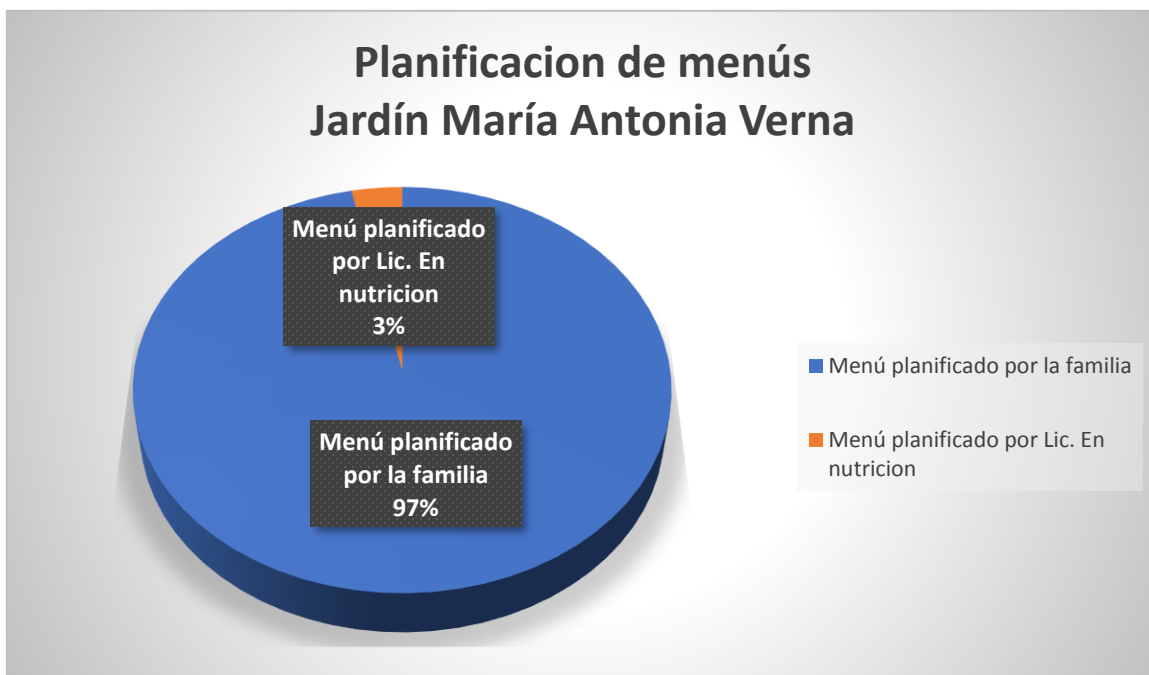


Gráfico N°.2: Se observa si los menús son planificados por personal cualificado del ámbito nutricional o por la familia.

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

tabla III

29 familias planifican el menú.	97%
1 menú planificado por nutricionista.	3%



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

tabla IV

<p>24 son los menús del almuerzo planificados por Lic. en nutrición perteneciente al comedor escolar, y el resto de las comidas por la familia en sus hogares.</p>	<p>100%</p>
--	-------------

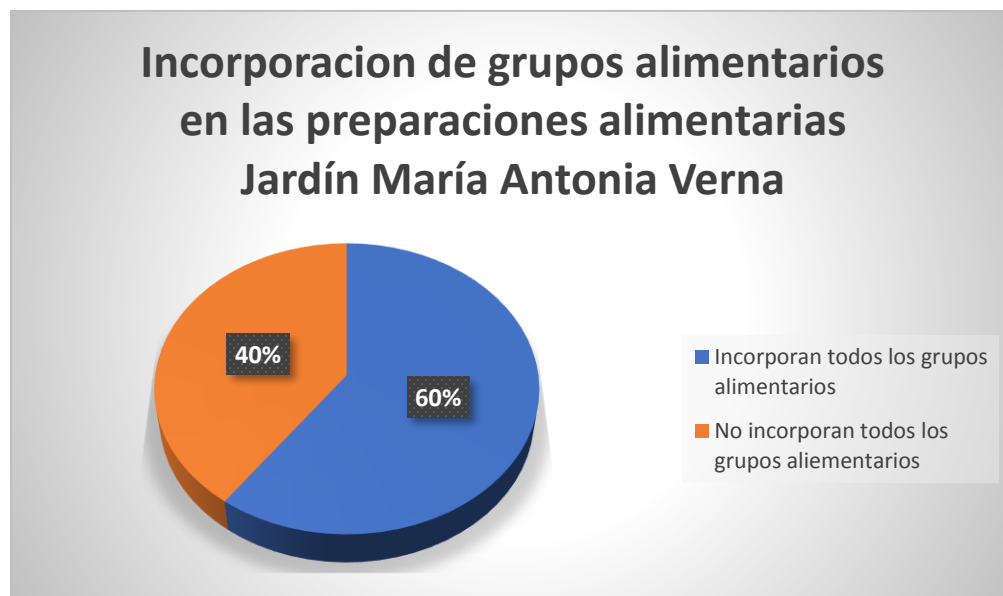


Gráfico N.º3: Muestra si las familias de los alumnos que asisten y no asisten a comedor escolar incorporan o no, todos los grupos de alimentos en las preparaciones alimentarias realizadas en el hogar.

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

tabla V

18 incorporan todos los grupos de alimentos en sus menús.	60%
12 no incorporan todos los grupos de alimentos en sus menús.	40%



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

tabla VI

14 incorporan todos los grupos de alimentos en sus preparaciones alimentarias.	58%
10 no incorporan todos los grupos de alimentos en sus preparaciones alimentarias.	42%

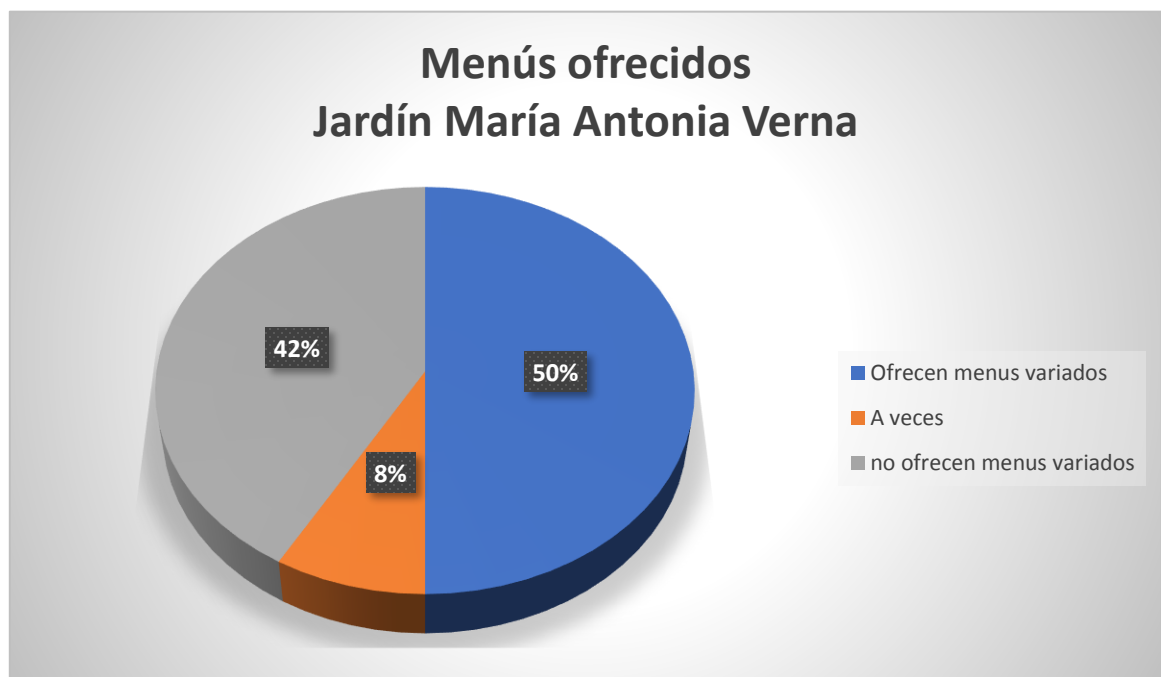


Gráfico N.4: Muestra si las familias de ambas instituciones que asisten y no asisten al comedor escolar ofrecen menús variados a los niños/as.

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

tabla VII

18 familias ofrecen menús variados.	50%
3 familias a veces.	8%
15 familias no ofrecen menús variados.	42%



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

tabla VIII

11 familias ofrecen menús variados.	58%
10 familias no ofrecen menús variados.	42%

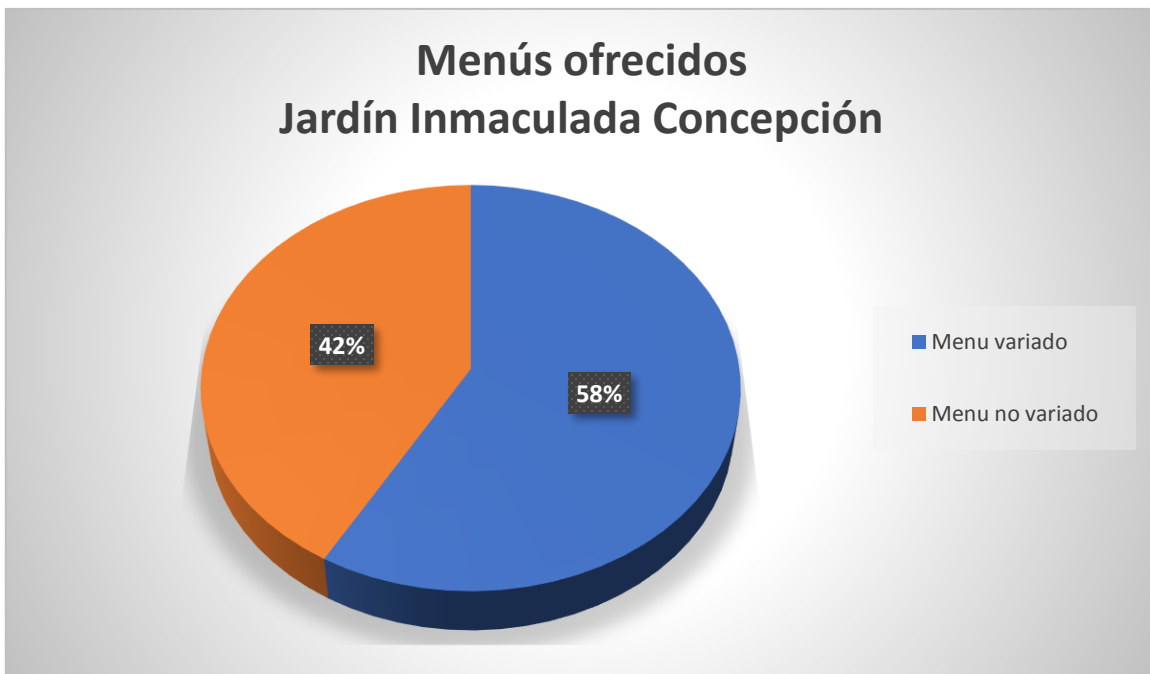
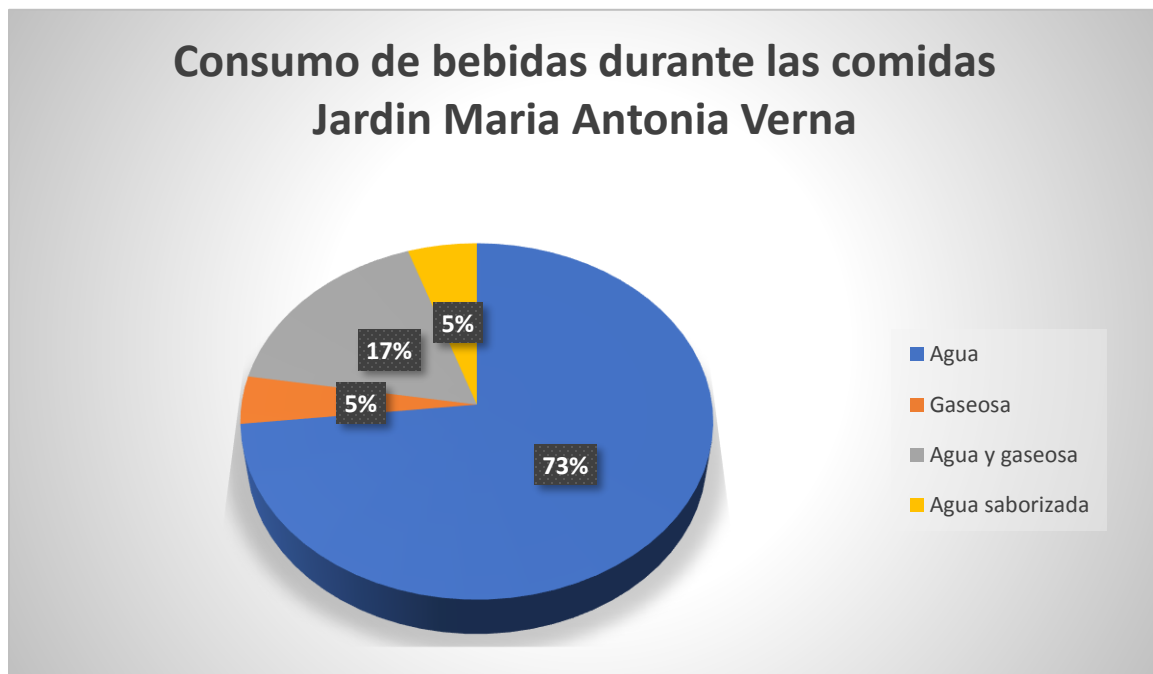


Gráfico N°.5: Muestra las bebidas con las que las familias de ambas instituciones acompañan las comidas.

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

tabla IX

17 familias consumen solo agua.	73%
1 familia consume solo gaseosa.	5%
4 familias consumen agua o gaseosa.	17%
8 agua saborizada.	5%



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

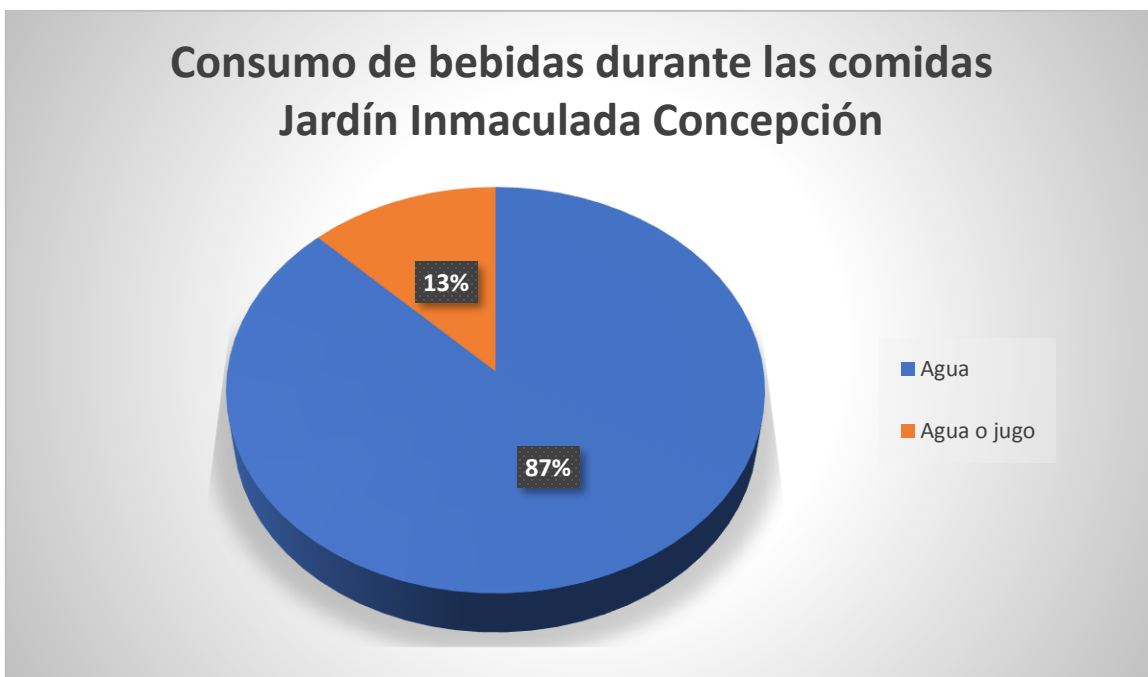
PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

tabla X

21 familias consumen agua durante las comidas.	87%
3 familias consumen agua o jugo.	13%



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

Gráfico N°.6: Muestra si las familias de ambas instituciones consumen postres después de las comidas.

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

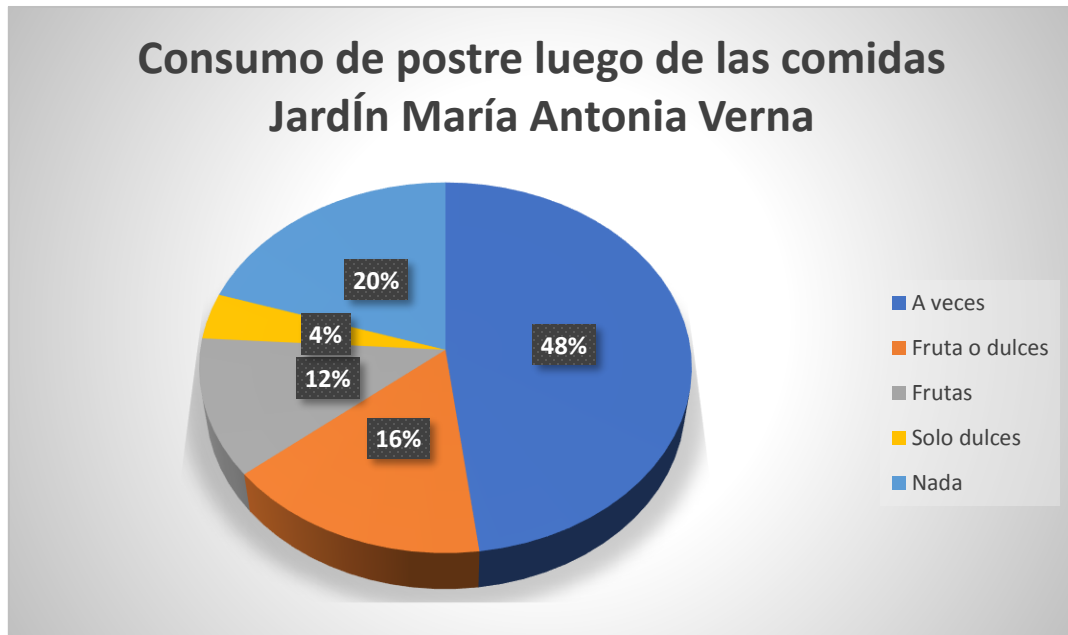
tabla XI

12 familias consumen a veces postres dulce.	48%
4 familias consumen frutas o dulces.	16%
3 familias consumen solo frutas.	12%
1 familia consume solo duces.	4%
5 familias no consumen postres.	20%

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”



De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción.

tabla XII

5 familias no consumen postres.	22%
8 familias consumen frutas o dulce.	35%
10 familias a veces consumen postre dulce	43%

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

Consumo de postre luego de las comidas Jardín Inmaculada Concepción

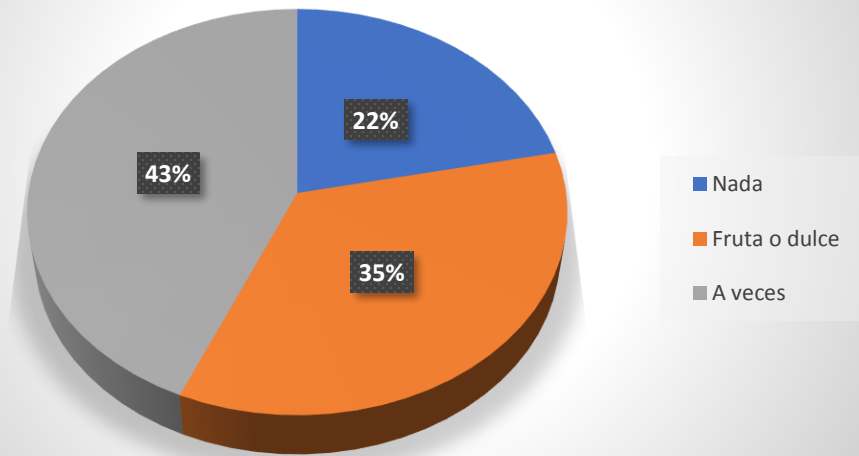


Gráfico N.7: Muestra cuanto tiempo dura el momento de las comidas de aquellas familias que asisten y no asisten a comedor escolar.

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

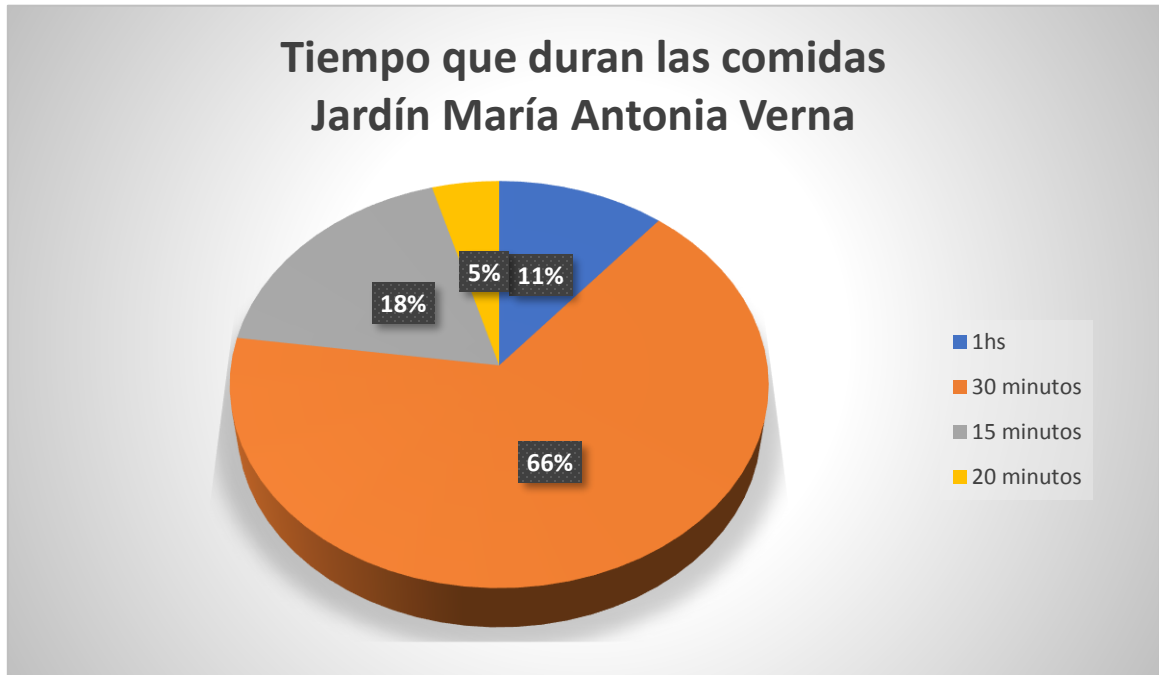
tabla XIII

En 3 familias las comidas duran 1hs.	11%
En 18 familias las comidas duran 30 minutos.	66%
En 5 familias las comidas duran 15 min.	18%
En 3 familias las comidas duran 20 minutos.	5%

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción

tabla XIV

En 19 familias las comidas duran 30 minutos.	79%
En 2 familias las comidas duran 20 minutos.	8%
En 3 familias las comidas duran 15 minutos.	13%



Gráfico N°.8: Muestra como es el ambiente durante las comidas en las familias de ambas instituciones

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

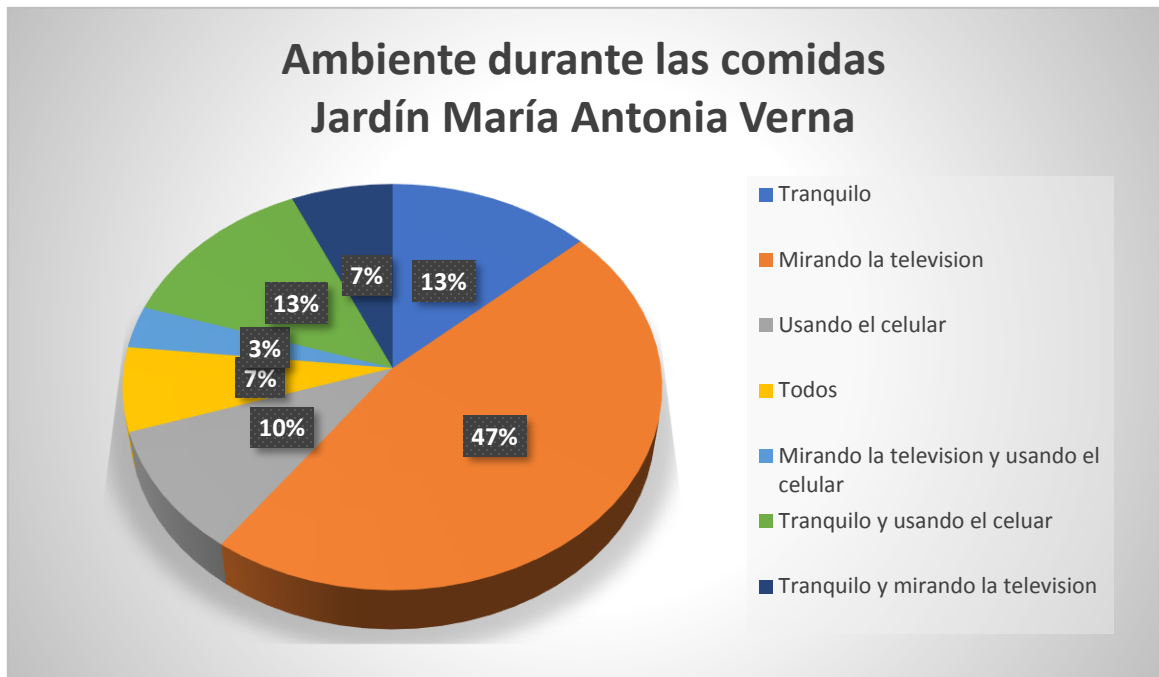
tabla XV

En 4 familias el ambiente durante las comidas es tranquilo.	13%
En 14 familias el ambiente durante las comidas es mirando la televisión.	47%
En 3 familias el ambiente durante las comidas es usando el celular.	10%
En 2 familias utilizan todos los medios	7%
En 1 familia el ambiente es mirando la televisión y usando el celular.	3%
En 2 familias el ambiente es tranquilo y mirando la televisión.	7%
En 4 familias el ambiente es tranquilo y usando el celular.	13%

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción

tabla XVI

En 1 familia el ambiente es usando el celular.	4%
En 1 familia el ambiente es mirando la televisión y usando el celular.	4%
En 6 familias el ambiente es mirando la televisión.	25%
En 10 familias el ambiente es tranquilo.	42%
En 6 familias el ambiente es tranquilo y usando el celular.	25%

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

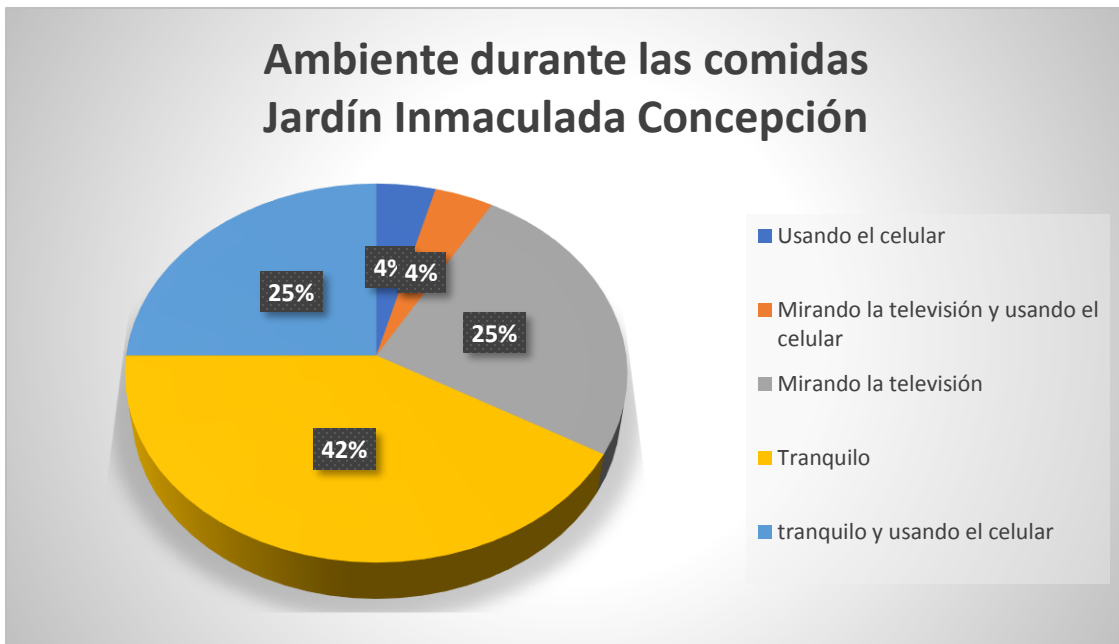
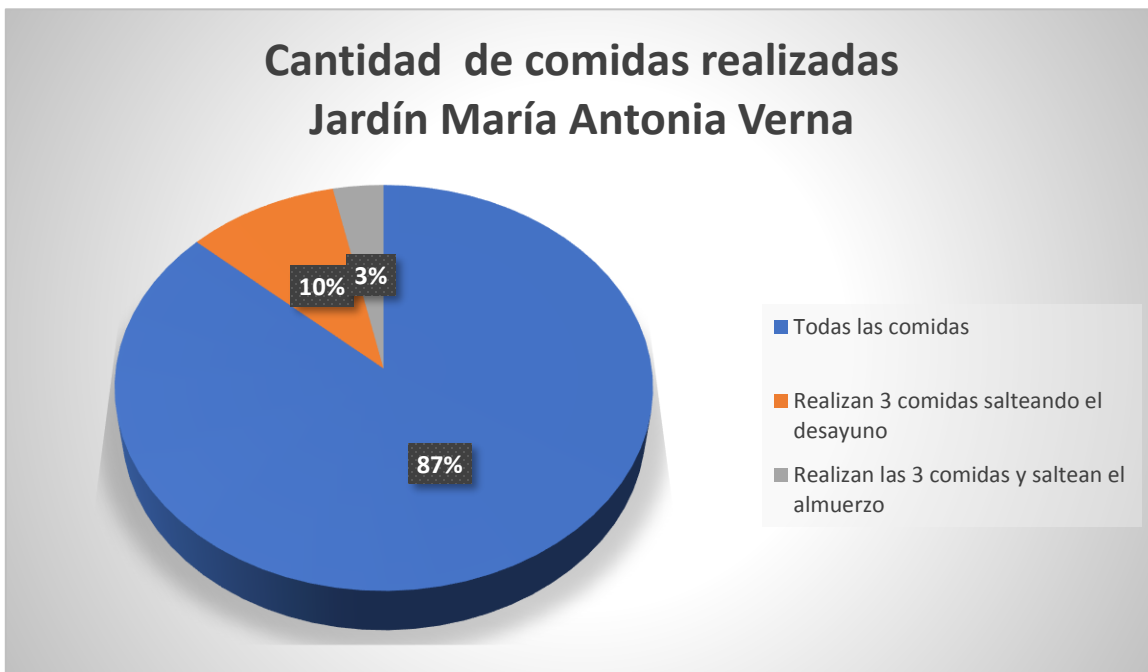


Gráfico N°.9: Muestra si las familias de ambas instituciones realizan las 4 comidas principales (DESAYUNO, ALMUERZO, MERIENDA, CENA).

De 30 familias de alumnos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna.

tabla XVII

26 familias realizan todas las comidas	86%
3 familias realizan 3 comidas salteado desayuno.	10%
1 familia realiza 3 comidas salteando el almuerzo.	3%



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

De 24 familias de alumnos que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción

tabla XVIII

24 familias realizan todas las comidas	100%
--	------



DISCUSIÓN

La discusión de los resultados obtenidos en la presente investigación, en primer lugar, se observó que un mayor porcentaje de niños/as que asisten a comedor escolar del jardín Inmaculada Concepción presentan un peso adecuado para la edad (64%), en comparación con los niños/as que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna (49%). Esto sugiere que la asistencia a comedor escolar puede tener un impacto positivo en el estado nutricional de los niños/as.

Por otro lado, se observó que un mayor porcentaje de niños/as que no asisten a comedor escolar presentan bajo peso (23%) y sobrepeso (27%), en comparación con los niños/as que asisten a comedor escolar (12% y 17%, respectivamente). Esto podría indicar que la falta de acceso a comedor escolar puede aumentar el riesgo de malnutrición y sobrepeso en los niños/as.

Además, se destaca que un porcentaje significativo de niños/as de ambos grupos consume postre preferentemente dulce después de las comidas (40,74%). La variación en la duración de las comidas y el ambiente durante las mismas también son aspectos importantes a considerar, ya que se observó que un porcentaje significativo de familias tienen comidas que duran menos de 30 minutos y un ambiente durante las comidas que no es tranquilo, esto sugiere que la evaluación alimentaria en el hogar es un aspecto importante a considerar ya que puede llegar a influir notablemente en el desarrollo y crecimiento del niño.

En comparación con los siguientes estudios:

- El estudio de J. Garbayo Solana y col. (2011) se encontró diferencias en la ingesta de nutrientes y energía entre los niños que comen en casa y los que comen en comedor escolar. Sin embargo, no encontraron diferencias significativas en el estado nutricional según el IMC.
- El estudio de Daniela Moyano M. y col. (2020) encontró que los aportes nutricionales de los comedores escolares descendieron entre 2013 y 2018, y que los niños/as que asisten a los comedores escolares tienen indicadores de desnutrición crónica.
- El informe de Eroski (2004) encontró que solo el 41% de los centros estudiados ofrecía un menú de acuerdo con las recomendaciones, y que muchos colegios no ofrecían verduras, pescado, legumbres, fruta fresca y otros alimentos saludables de manera regular.

En general, dichos estudios sugieren que la calidad de la alimentación en los comedores escolares puede variar significativamente, y que es importante mejorar la nutrición infantil en los comedores escolares.

Por último, se encontró una gran coincidencia con el resultado esperado en que los niños de 3 a 5 años del Jardín Inmaculada Concepción que asisten a comedor escolar tienen un estado nutricional óptimo comparado con aquellos niños/a que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna, ya que el comedor asegura que el niño/a se alimente de forma adecuada a través de la incorporación correcta de nutrientes. Sin embargo, cabe destacar la importancia de considerar otros factores que

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”**

pueden influir en el estado nutricional de los niños/as, como la calidad de la alimentación en el hogar, la actividad física y la educación nutricional.

LIMITACIONES

Resulta importante reconocer cuales fueron las limitaciones del presente estudio:

- Muestra pequeña: la muestra de 54 alumnos fue relativamente pequeña, lo que puede limitar la generalización de los resultados a otras poblaciones.
- Diseño transversal: la investigación del estudio fue transversal, lo que significa que solo se midió el estado nutricional de niños/as en un momento específico. Un estudio longitudinal podría proporcionar información más valiosa sobre la evolución del estado nutricional a lo largo del tiempo.
- Falta de información de otros factores: en la presente investigación no se evaluó la realización de actividad física o recreativas de los alumnos y la situación socioeconómica de las familias.

CONCLUSIONES

A través de esta investigación en donde se buscó evaluar el estado nutricional y la alimentación de los niños/as que asisten y no asisten a comedor escolar, se llegó a la conclusión que la asistencia a comedor escolar tiene un impacto positivo en el estado nutricional de los niños/as de 3 a 5 años, ya que asegura una alimentación adecuada y equilibrada que contribuye a un crecimiento y desarrollo saludable. Los resultados obtenidos en esta investigación confirman que los niños/as que asisten a comedor escolar del Jardín Inmaculada Concepción tienen un estado nutricional óptimo en comparación con aquellos que no asisten a comedor escolar del Jardín María Antonia Verna. Es importante destacar que la calidad de la alimentación en los comedores escolares es fundamental para asegurar una nutrición adecuada, y es necesario que las instituciones educativas y las familias trabajen juntas para promover una alimentación saludable y equilibrada en los niños/as.

RECOMENDACIONES

Como recomendación se sugieren:

- Colaboración entre la escuela y las familias: Fomentar la colaboración entre la escuela y las familias para promover una alimentación saludable y equilibrada.
- Educación nutricional: incorporar la educación nutricional en el círculo escolar para enseñar a los niños/as sobre la importancia de la alimentación, realizar talleres o charlas sobre nutrición y alimentación saludable para las familias.
- Involucrar a los niños/as y a las familias: en la planificación y preparación de las comidas en el comedor escolar.
- Apoyo en el hogar: ofrecer recursos y apoyo para que las familias puedan promover una alimentación saludable en el hogar.

ANEXOS

Anexo I

Ciudad, de Santa Fe de 2024

Universidad de Concepción del Uruguay, Centro Regional Santa Fe

Coordinadora de la Carrera Licenciatura en Nutrición

Sr./a. Coordinador General de Tesinas Licenciatura en Nutrición Delfina Stamatti.

De mi mayor consideración: Tengo el agrado de comunicar a Ud. la intención de abordar en mi proyecto de tesina a la temática del auge Comedor escolar, alimentación y evaluación del estado nutricional en niños de edad preescolar, siendo su título tentativo “estado nutricional y alimentación en alumnos de edad preescolar que asisten al comedor escolar Inmaculada Concepción jardín incorporado1306 y alumnos pertenecientes a la escuela María Antonia Verna de la ciudad de Santa Fe que no asisten a comedor escolar “.

Anexo II

Ciudad, de Santa Fe de 2024

Jardín Inmaculada Concepción de la ciudad de Santa fe.

Sra. directora María Cecilia Moor

Me dirijo a Ud. En carácter de estudiante de la carrera de Licenciatura en nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, para solicitar autorización para llevar a cabo mi investigación sobre comedor escolar, alimentación y estado nutricional. A la temática del auge Comedor escolar, alimentación y evaluación del estado nutricional en niños y niñas de edad preescolar, siendo su título tentativo “Estado nutricional y alimentación en alumnos de edad preescolar que asisten al comedor escolar Inmaculada Concepción Jardín incorporado 1306 y alumnos pertenecientes al Jardín María Antonia Verna de la ciudad de Santa Fe que no asisten al comedor escolar “. Con el objetivo de obtener datos e información a través de una encuesta que se les realizará a las familias de los alumnos que quieran participar.

Los resultados obtenidos serán estrictamente confidenciales y no serán usados para ningún otro propósito fuera de los de este estudio. Los mismos serán de carácter anónimo, teniendo previamente el consentimiento para poder realizarlas de sus padres o tutores.

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”**

Sin más, esperando su colaboración, saluda atte.



Firma directora _____



Firma Alumna _____

Firma María Cecilia Moor. _____

Anexo III

Ciudad, de Santa Fe de 2024

Jardín María Antonia Verna de la Ciudad de Santa fe.

Sra. directora Nelida Blanca De Luca

Me dirijo a Ud. En carácter de estudiante de la carrera de Licenciatura en nutrición de la Universidad de Concepción del Uruguay, para solicitar autorización para llevar a cabo mi investigación sobre comedor escolar, alimentación y estado nutricional. A la temática del auge Comedor escolar, alimentación y evaluación del estado nutricional en niños y niñas de edad preescolar, siendo su título tentativo “Estado nutricional y alimentación en alumnos de edad preescolar que asisten al comedor escolar Inmaculada Concepción Jardín incorporado 1306 y alumnos pertenecientes al Jardín María Antonia Verna de la ciudad de Santa Fe que no asisten al comedor escolar “. Con el objetivo de obtener datos e información a través de una encuesta que se les realizará a las familias de los alumnos que quieran participar.

Los resultados obtenidos serán estrictamente confidenciales y no serán usados para ningún otro propósito fuera de los de este estudio. Los mismos serán de carácter anónimo, teniendo previamente el consentimiento para poder realizarlas de sus padres o tutores.

Sin más, esperando su colaboración, saluda atte.

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”**



Firma directora _____



Firma Alumna _____

Firma directora Nelida Blanca De Luca. _____

Anexo IV

Universidad de Concepción del Uruguay.

Alumna/futura nutricionista: Dándolo Victoria

Encuesta sobre la alimentación y estado nutricional de niño/a que asiste y no asisten al comedor escolar

<u>Edad:</u>	<u>Sexo:</u>
<u>Peso:</u>	<u>Femenino</u>
<u>Altura:</u>	<u>Masculino</u>

1. ¿Los menús son planificados por personal cualificado del ámbito de nutrición o por la familia? Detallar brevemente,

.....

2. ¿Qué elementos de los grupos alimentarios (cereales y derivados, pan, legumbres, frutas y verduras, frutos secos, lácteos y derivados, aceites y grasas, carnes, huevos,

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

snacks y dulces) están incorporados en los menús?

.....

3 ¿Ofrecen menús variados? ¿Cuáles?

.....

4 ¿Qué bebidas se consumen durante las comidas?

.....

5. ¿Los menús, están acompañados de postre?

Mencionar.....

6. ¿Cuánto tiempo dura el momento de la comida? aproximadamente

.....

7. ¿Cómo es el ambiente en donde come el niño/a?

- Tranquilo
- Mirando televisión
- Usando el celular

8. ¿Realizan las 4 comidas principales? (DESAYUNO, ALMUERZO, MERIENDA,
CENA)

si no ¿cuáles?

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

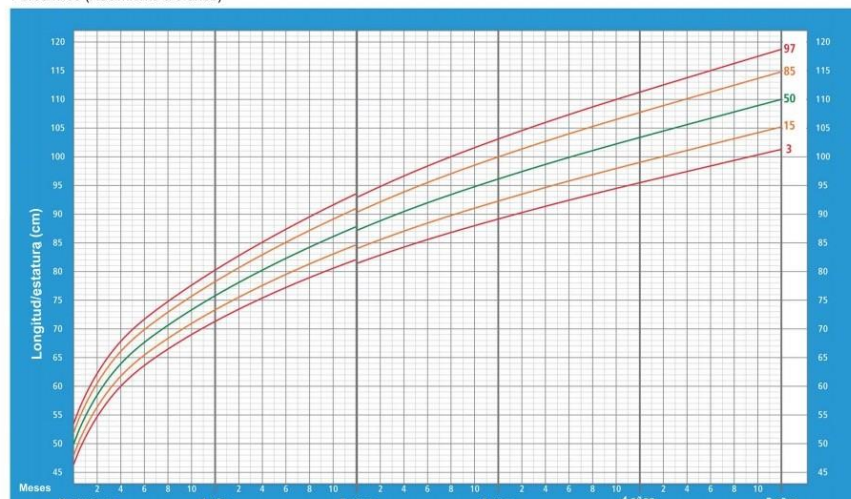
INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

Anexo V

CURVAS DE CRECIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

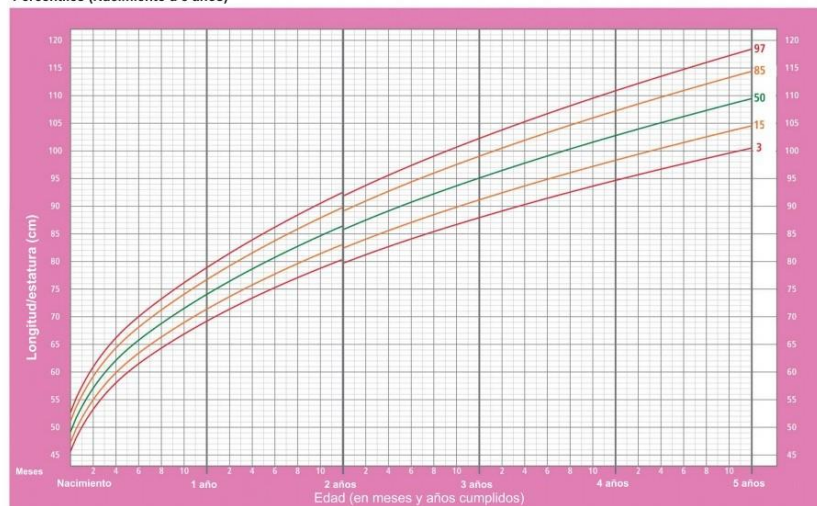
Longitud/estatura para la edad Niños

Percentiles (Nacimiento a 5 años)



Longitud/estatura para la edad Niñas

Percentiles (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

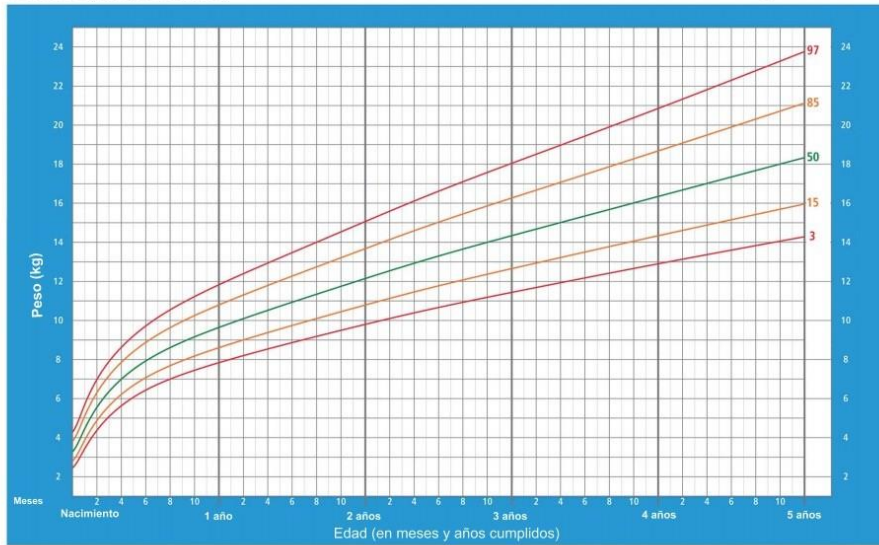
“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

Peso para la edad Niños

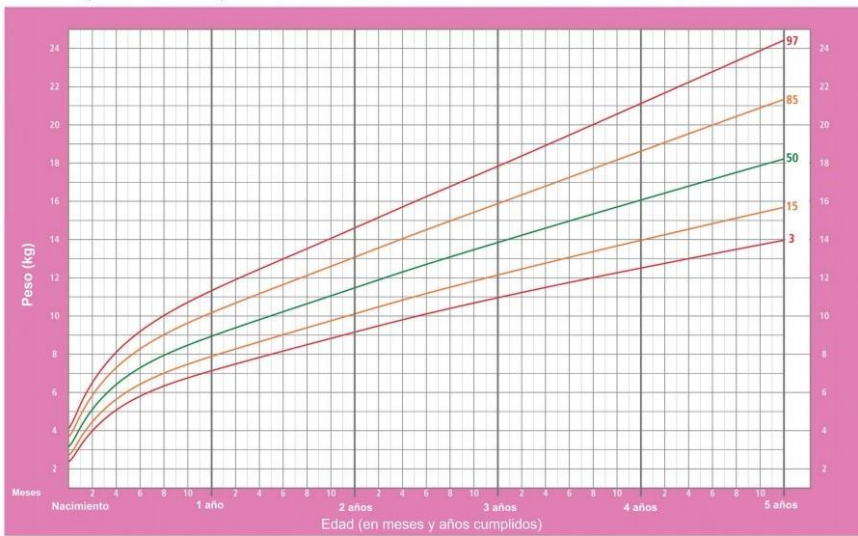
Percentiles (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Peso para la edad Niñas

Percentiles (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

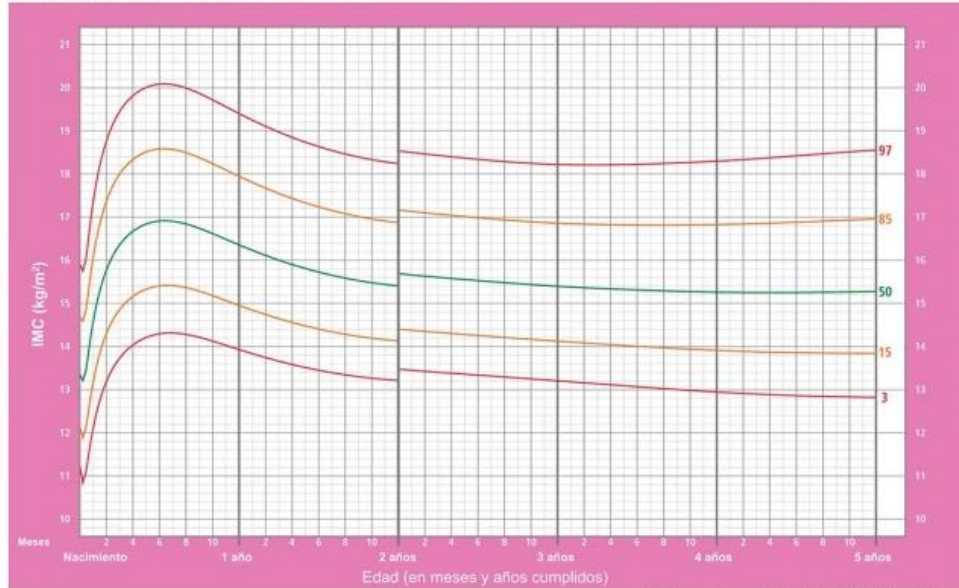
“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”

IMC para la edad Niñas

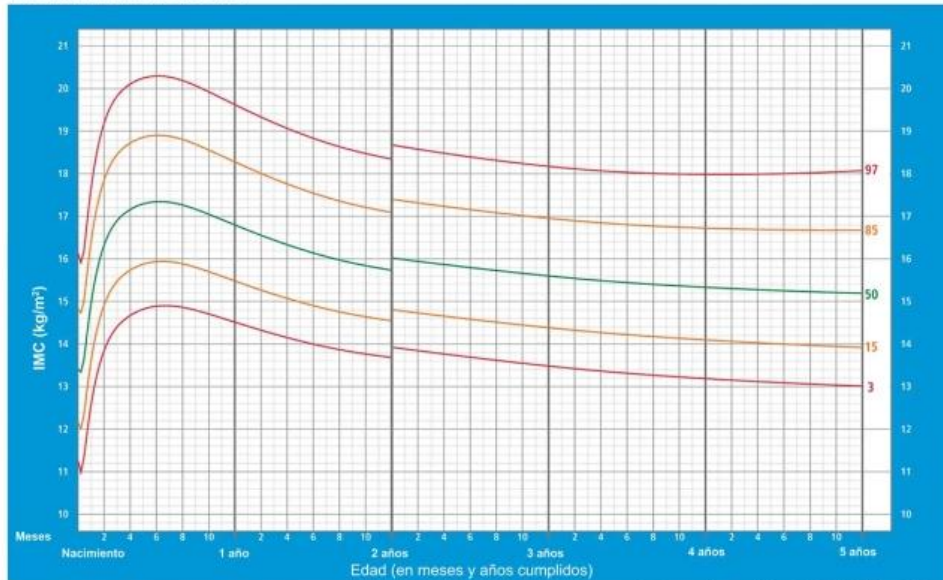
Percentiles (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

IMC para la edad Niños

Percentiles (Nacimiento a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”**

Anexo VI

Foto N°.1



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”**

Foto N°.2



“ESTADO NUTRICIONAL Y ALIMENTACION EN ALUMNOS DE EDAD

PREESCOLAR QUE ASISTEN AL COMEDOR ESCOLAR INMACULADA CONCEPCIÓN JARDÍN

**INCORPORADO 1306 Y ALUMNOS PERTENECIENTES A LA ESCUELA MARÍA ANTONIA VERNA DE LA CIUDAD DE SANTA
FE QUE NO ASISTEN A COMEDOR ESCOLAR”**

Foto N°.3



BIBLIOGRAFÍA

- 1) Aranceta Bartrina, J., y col (2008). El comedor escolar situación actual y guía de recomendaciones. *Canales de pediatría*, 69, 72-88.
- 2) Britos, S, (2003). Programas alimentarios en Argentina. CESNI. Centro de estudios sobre alimentación infantil.
- 3) Instituto Europeo de educación. (2019). Como se realiza la gestión de comedores escolares.

Díez-Gañán L, Galán Labaca I, León Domínguez CM, Zorrilla Torras B. Encuesta de Nutrición Infantil de la Comunidad de Madrid. Madrid: Consejería de Sanidad de la Comunidad y Madrid; 2008.
- 4) Ministerio de sanidad y consumo. Guía de comedores escolares. Agencia española de seguridad alimentaria y nutrición
- 5) Guía de alimentación saludable para escuelas y familias (Buenos Aires)
- 6) Ivette, A., y col (2010). Hábitos alimentarios en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista chilena en nutrición*, 39, 40-43.

- 7) Colegio de la Inmaculada Concepción. (2024). Menú escolar.
- 8) Santa Fe provincia. (1975) Normativa para escuela con servicios alimentarios.
- 9) Salud pública de Cataluña. (2020) La alimentación saludable en etapa escolar.
- 10) Ministerio de Salud de Argentina. Curvas de crecimiento antropométrico de 0-6 años. <https://bancos.salud.gob.ar/recurso/curvas-de-crecimiento-antropometrico-de-0-6-anos>.