

Artículo original

**Gestión del estado nutricional de los alumnos de la
Escuela Permanente de Deportes y Recreación del GADM
de Pelileo
Management of the nutritional state of the students of the
Permanent School of Sports and Recreation of GADM of
Pelileo**

Belkis Sánchez Martínez
belkiss776@gmail.com

Policlínico "Carlos Verdugo". Matanzas. Cuba
Katherine Romero Viamonte
kromeroviamonte@yahoo.es

Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES-Ambato). Ecuador
María Elene Sandoval Torres
vinculacionconlasociedad@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES-Ambato). Ecuador

RESUMEN

La investigación desarrollada consistió en la gestión para la promoción de salud de los niños y adolescentes en la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, en la provincia de Tungurahua, Ecuador, teniéndose como antecedentes el convenio de cooperación de esta institución con la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES), amparado en el Programa de Escuelas Saludables y ante la necesidad de atender los requerimientos de la comunidad pelileña por parte de las universidades ecuatorianas a través de proyectos de vinculación con la sociedad. Se desarrollaron Fichas de Salud individuales levantadas para los 296 niños de la Escuela Permanente de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, completadas a partir del examen físico y de entrevistas a cada uno de ellos y a sus respectivos representantes, llevándose a la citada institución brigadas de enfermería de UNIANDES, con vistas a evaluar la salud de sus alumnos. El 84.12 % eran varones, el 11.83 % tenían entre cinco y 10 años de edad, el 58.78 % se encontraron Bajo peso, la composición de la familia fue nuclear en el 98.98 %, el 27.03 % de los niños atendidos presentaba alguna enfermedad. Se diseñó material didáctico para brindar charlas educativas personalizadas acerca de la salud y la nutrición a los escolares y padres de la entidad objeto de estudio.

PALABRAS CLAVE: Gestión; Promoción de salud; Charlas educativas; nutrición.

ABSTRACT

The developed investigation consisted on the management for the promotion of the children's health and adolescents in the Permanent School of the Unit of Sports and Recreation of GADM of Pelileo, in the province of Tungurahua, Ecuador, having as antecedents the agreement of cooperation of this institution with the Regional

Recibido: Enero 2017. **Aceptado:** Febrero 2017
Universidad Regional Autónoma de los Andes UNIANDES

Autonomous University of Andes (UNIANDES), aided in the Program of Healthy School and in the necessity of being generated linking projects with the society on the part of the Ecuadorian universities. The authors developed individual Records of Health lifted for each boy, completed starting from the physical exam and of interviews to each one of them and their respective parents, being taken to the mentioned institution brigades of infirmary of UNIANDES, with a view to assisting the health of their students; as well as it was designed and it implemented a program to offer educational chats personalized about the health and the nutrition to the students and parents of the entity study object.

KEYWORDS: Management; Promotion of health; Educational chats; Nutrition.

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con (ECOSTRAVEL, 2017), “San Pedro de Pelileo está ubicado en el corazón de la provincia de Tungurahua, a 20 km de la ciudad de Ambato, se caracteriza por sus artesanías y por sus finos tejidos que tienen gran demanda local e internacional. La industria del jean ha convertido a Pelileo en la ciudad azul, es una de las actividades productivas más destacadas del cantón, particularmente en el sector barrio el Tambo. Según datos estadísticos, el 42% de la población económicamente activa de Pelileo está ligada directamente a esta actividad.”

El total de niños, niñas y adolescentes en el cantón Pelileo es de 20.017, de los cuales, 10.072 son hombres y 9.945 son mujeres.

El 38,95% representa a los niños y niñas de 5 a 11 años, el 21,26% corresponde a niños de 1 a 4 años, el 17,71% corresponde a adolescentes de 15 a 17 años, el 17,01% corresponde a adolescentes de 12 a 14 años y el 5,08% corresponde a niños menores de un año (Gobierno Provincial de Tungurahua-INEC, 2013).

El Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal (GADM) del cantón San Pedro de Pelileo, amparado en el convenio de cooperación con la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES), acogido en el Programa de Escuelas Saludables y ante la necesidad de brindar cuidados a los niños de la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, hubo de reunirse con directivos de la citada alta casa de estudios ambateña, para generar proyectos de vinculación que permitieran ejecutar la investigación que se expone en el presente artículo, la cual tuvo como objetivo gestionar el estado nutricional de los niños y adolescentes de la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.

La Vinculación con la Sociedad en UNIANDES tiene la Visión de: “Ser el vínculo permanente de desarrollo y transferencia tecnológica entre UNIANDES, la sociedad y el Estado, con pertinencia, impacto y calidad.” (UNIANDES, 2016) y la presente investigación intenta aportar un pequeño grano de arena en este sentido.

En la citada reunión se realiza el levantamiento de necesidades de los alumnos de la institución objeto de estudio, de acuerdo a los resultados a obtener, con una adecuada anamnesis y examen físico respecto a peso, talla, Índice de Masa Corporal (IMC) y

perímetros braquiales, torácicos y abdominales, proporcionando un diagnóstico de salud y nutricional que permita un diálogo educativo personalizado de prevención, que sienta las bases para:

- Levantar las Fichas de Salud de niños y adolescentes deportistas de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo
- Llevar las brigadas de enfermería a la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, con vista a evaluar la salud y nutrición de sus niños y adolescentes
- Diseñar material didáctico para brindar charlas educativas personalizadas acerca de la nutrición a los alumnos y representantes de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo

Este estudio, enfocado al tema de la gestión para la promoción de salud de los niños y adolescentes en la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, se aprueba por el Consejo Municipal de este cantón, el cual se compromete a apoyar el desarrollo del mismo, dada la importancia que tiene la promoción y prevención de salud en los niños y adolescentes de su territorio.

La presente investigación responde a lo propuesto por el programa de Salud y Nutrición del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) Ecuador, el cual expresa que: “El Programa de Salud y Nutrición tiene el objetivo de contribuir al mejoramiento y desarrollo de la salud infantil y materna, desde el embarazo hasta la adolescencia, a través de la promoción de comportamientos saludables. El Programa se enmarca dentro de la iniciativa global “Una promesa renovada para las Américas: Reduciendo inequidades en la salud reproductiva, materna y del niño”. Además, el Programa se alinea con las metas del Plan Nacional para el Buen Vivir 2013-2017, con el objetivo de apoyar políticas públicas” (UNICEF Ecuador, 2017).

De acuerdo con (ENSANUT-ECU, 2014), “La nutrición a lo largo del ciclo de la vida es una de las principales determinantes de la salud, del desempeño físico y mental, y de la productividad, y es fundamental para el desarrollo individual y nacional. La ingesta inadecuada de alimentos en cantidad y calidad asociada a otros determinantes, ocasiona la malnutrición, la cual se ve influenciada no solo por determinantes biológicos sino también por determinantes socioeconómicos y culturales”. Este criterio enfatiza la importancia de la presente investigación.

MÉTODOS

La investigación partió de un diagnóstico realizado por el equipo de investigación (los autores del presente artículo) en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, para el cual se requirió de la observación directa, la entrevista y la revisión documental, fundamentalmente. La muestra estuvo conformada por 296 niños de la Escuela Permanente de Deportes y recreación del GADM de Pelileo.

Igualmente se diseñó una Matriz de Marco Lógico, como se expone en la tabla 1.

Resumen Narrativo	Indicadores	Medios de Verificación	Supuestos
<u>Fin</u> Que la población conozca la problemática del estado nutricional y realice acciones para mantenerse saludable.	Población educada para la salud		Desinterés de la población en la promoción de la salud.
<u>Propósito</u> Tener identificado el estado nutricional de los niños y adolescentes deportistas en la Unidad de Deportes del GADM de Pelileo a través de una Ficha de Salud individual.	<u>Resultados</u> Matriz de tabulación de resultados del diagnóstico nutricional de los niños y adolescentes deportistas en la Unidad de Deportes del GADM.	Índices de Masa Corporal, Tasa de enfermedades recurrentes.	Apoyo de las autoridades y funcionarios del GADM para el desarrollo del proyecto de promoción de salud.
<u>Componente 1:</u> Levantar las Fichas de Salud individuales de niños y adolescentes deportistas en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo	<u>Productos</u> No. Fichas levantadas/ No. Fichas planificadas	Fichas de Salud individuales levantadas para cada niño completadas a partir del examen físico y de entrevistas a cada uno de ellos y a sus respectivos padres.	Receptividad y sensibilidad de los padres de los niños y adolescentes, hacia las brigadas.
<u>Componente 2:</u> Llevar las brigadas médicas a la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, con vistas a atender la salud de sus niños y adolescentes.	No. Brigadas conformadas	Listados de asistencia de estudiantes y docentes que conforman las brigadas	Buena disposición de las brigadas de enfermería llevadas a la Unidad de Deportes y Recreación del GADM, así como de la Dirección de la Escuela.
<u>Componente 3:</u> Diseñar un programa para brindar charlas educativas acerca de la nutrición a los alumnos y padres de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.	No. Charlas brindadas/ No. Charlas planificadas	Tríptico informativo. Fotografías	Asistencia de los padres de familia

Tabla 1. Matriz de Marco Lógico.

Fuente: elaboración propia

Recibido: Enero 2017. **Aceptado:** Febrero 2017
 Universidad Regional Autónoma de los Andes UNIANDES

La entrevista, no considerándola una conversación normal, sino una conversación formal, tuvo una intencionalidad, que llevó implícita los objetivos englobados en la presente investigación. El objetivo de la misma fue obtener información sobre la gestión de la nutrición en los niños y adolescentes de la entidad objeto de estudio, para implementar posibles acciones de mejora.

Se desarrolló una entrevista estructurada, en la cual los investigadores planificaron previamente las preguntas mediante un guía preestablecida, secuenciada y dirigida, por lo que, dejó poca posibilidad al entrevistado de salirse de la misma, en este caso el representante de la entidad beneficiada, Lic. Jesús Moreno.

En la selección de los métodos de investigación se tuvo como punto de partida los principios siguientes, generalmente aceptados por la ciencia:

- La existencia de la unidad entre el objeto y el método de investigación, expresado en la máxima: “para tal objeto, tal método”
- El método no es impuesto al objeto desde afuera, sino que se deriva y construye a partir de las características propias del objeto analizado
- Las características del objeto investigado determinan el tipo de problema que deberá ser resuelto.

Un resumen del diagnóstico efectuado se muestra a través del árbol de problemas, en el que se expone gráficamente la relación causa-efecto dentro del mismo, tal como se refleja sintéticamente en la figura 1, que se muestra a continuación.

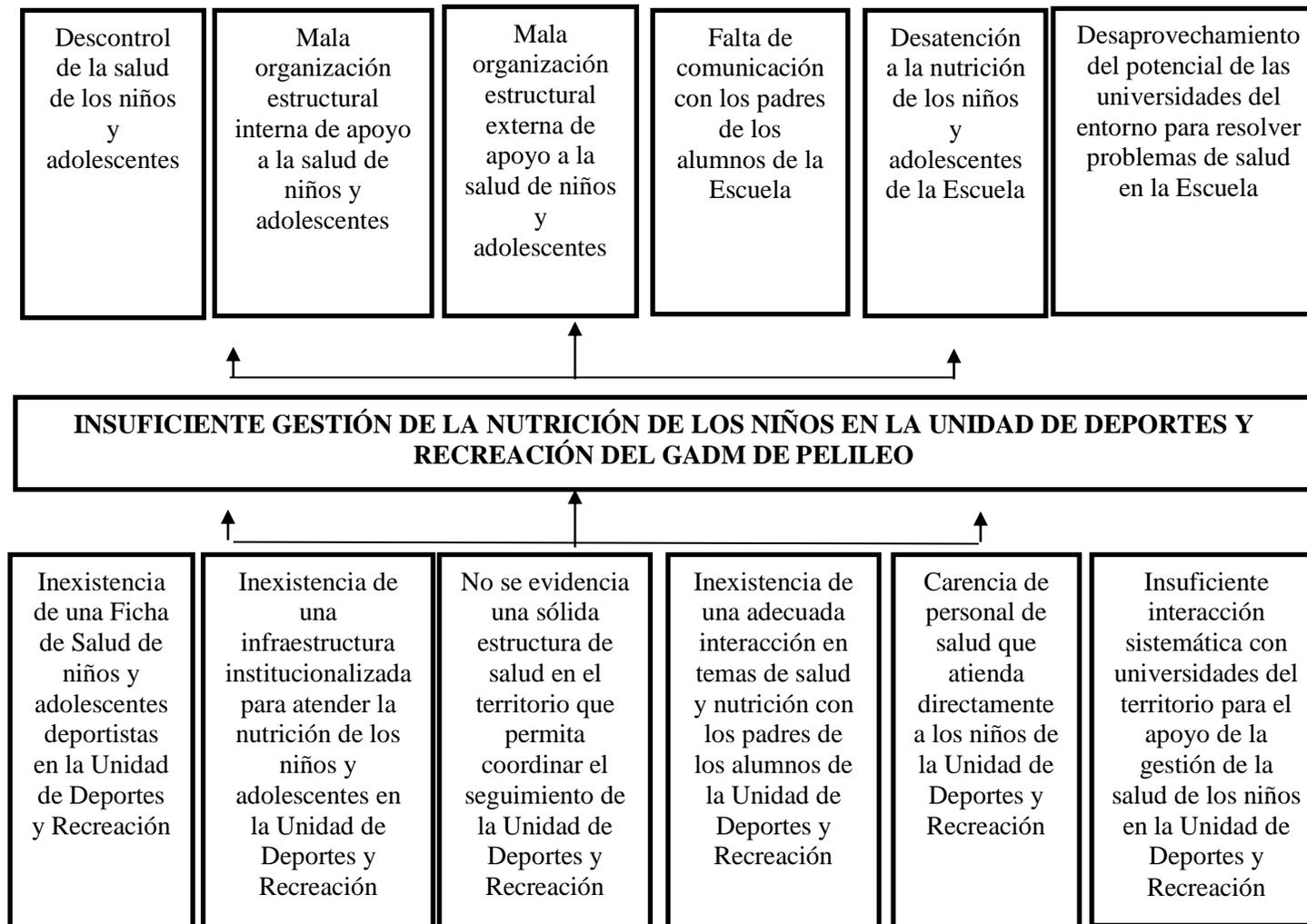


Figura 1. Árbol de problemas.

Fuente: elaboración propia

Recibido: Enero 2017. **Aceptado:** Febrero 2017
Universidad Regional Autónoma de los Andes UNIANDES

RESULTADOS

Los resultados obtenidos en el diagnóstico, fueron los siguientes:

- Se aprecia una insuficiente gestión de la salud y la nutrición de los niños en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.
- Esta situación es causada por la inexistencia de una Ficha de Salud de niños y adolescentes deportistas en dicha institución, además, por carecer de una infraestructura institucionalizada para atender la salud de dichos niños.
- Paralelamente no se evidencia una sólida estructura de salud en el territorio que permita coordinar el seguimiento de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, lo cual se agrava por la inexistencia de una adecuada interacción en temas de salud con los representantes de los alumnos, por la carencia de personal de salud que atienda directamente a los niños, y por la insuficiente interacción sistemática con universidades del territorio para el apoyo de la gestión de la salud de los niños.

De forma resumida se exponen algunos de los principales resultados obtenidos en la investigación realizada:

- En total se analizaron 296 estudiantes, cuya composición por sexo se muestra en la tabla 2:

Total de estudiantes valorados	Número	Porcentaje (%)
Femenino	47	15,88
Masculino	249	84,12
Total	296	100,00

Tabla 2. Total de estudiantes valorados.

Fuente: elaboración propia

Como puede observarse, predomina ampliamente el sexo masculino (84,12%), lo cual demuestra la mayor vocación de éste por la práctica de actividades deportivas y recreativas en la población objeto del presente proyecto.

- La clasificación por grupos de edades se muestra en la tabla 3, desglosada por sexos:

Edad y sexo				
Grupos de edades (años)	Masculino		Femenino	
	Nº	%	Nº	%
0 - 5	12	4,05	3	1,01
6 - 10	176	59,46	35	11,83
11 - 15	50	16,89	9	3,04
Más de 15	11	3,72	-	-
Total	249	84,12	47	15,88

Tabla 3. Clasificación por grupos de edades.

Fuente: elaboración propia

Puede apreciarse el predominio del grupo de edades comprendido entre los 6 y 10 años (71,29%), seguido por el de 11 a 15 años (19,93%), estando mucho menos

Recibido: Enero 2017. **Aceptado:** Febrero 2017

Universidad Regional Autónoma de los Andes UNIANDES

representado los grupos de edades extremos, es decir, de 0 a 5 años y de más de 15 años.

- El IMC analizado denota que la mayoría de los pacientes son Bajo peso, representando el 58,78 % o Normal (40,54%) y ninguno clasificó como Sobrepeso. Es importante señalar que existió un caso en el que no se pudo medir el IMC por haber abandonado el estudio el estudiante, tal como se muestra en la tabla 4.

Este resultado pone de manifiesto la necesidad de atender adecuadamente, por parte de la familia y de la Escuela objeto de este Proyecto, la alimentación de los estudiantes.

Rangos de IMC (Kg/m²)	Nº	%
Bajo peso (menor de 18.5)	174	58,78
Normal (18.5 – 24.99)	120	40,54
Sobrepeso (25.0- 29.99)	-	-
Obeso (Mayor de 30)	1	0.34
No Computado	1	0,34
Total	296	100

Tabla 4. Índice de Masa Corporal (IMC).

Fuente: elaboración propia

- La composición de la familia de los estudiantes refleja casi en su totalidad ser nuclear, o sea, compuesta específicamente por los padres y los hijos, representando el 98,98 % tal como se muestra a continuación.

Solo en un 0,68 % de los casos la composición es trigeracional, es decir, los estudiantes conviven con sus abuelos y sus padres, mientras que en un 0,34 % no se pudo identificar este aspecto por haber abandonado el estudio el estudiante.

Composición de la Familia	Nº	%
Nuclear	293	98,98
Trigeracional	2	0,68
No identificado	1	0,34
Total	296	100

Tabla 5. Clasificación de la familia.

Fuente: elaboración propia

- De la totalidad de los estudiantes, el 72,63 % resultaron sanos, uno fue no evaluado al abandonar el estudio (0,34%), mientras que el 27,03 % resultaron ser enfermos, distinguiéndose en este último caso la presencia de los procesos respiratorios (28 casos con neumonías, faringitis, amigdalitis o catarro común); algún tipo de alergia (8); parasitismo intestinal (15); micosis de la piel (3) y escabiosis (5); entre otras enfermedades.

Enfermedades más frecuentes	Nº	%
Sanos	215	72,63
Enfermos	80	27,03
No evaluado	1	0,34
Total	296	100

Tabla 6. Enfermedades más frecuentes.

Fuente: elaboración propia.

Estos resultados demuestran la necesidad de conocer y llevar a la práctica medidas higiénicas para prevenir y combatir estas enfermedades.

La tabla 7 muestra otros resultados alcanzados.

Indicador	Plan	Real	% de Cumplimiento	Comentario
Nº. Fichas levantadas/ Nº. Fichas planificadas (Componente 1)	300	296	99,00%	Se logró un alto cumplimiento del Plan (99%). La causa de no completarse el 100% consiste en que a pesar de todas las gestiones desarrolladas por los implicados en este Proyecto (UNIANDES, Unidad de Deportes del GADM de Pelileo, entre otros factores), cuatro alumnos no acudieron a las citas coordinadas.
Nº. Brigadas conformadas (Componente 2)	1	1	100,00%	Cumplido totalmente.
Nº. Charlas brindadas/ Nº. Charlas planificadas (Componente 3)	7	7	100,00%	Cumplido totalmente.

Tabla 7. Indicadores de otros resultados alcanzados.

Fuente: elaboración propia

DISCUSIÓN

La investigación se desarrolló durante el año 2016, teniendo como beneficiarios a la población infantil y adolescente que realiza actividades deportivas-recreativas en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.

Cronológicamente se lograron las actividades siguientes:

- Reunir a los estudiantes de enfermería para decidir los que conformarían las brigadas
- Conformar las brigadas de enfermería y llevarlas a la Unidad
- Diseñar los formatos e imprimirlos

- Explicar a los estudiantes el llenado de las fichas y la realización del examen físico de los niños y adolescentes deportistas en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo
- Levantar las Fichas de Salud individuales de niños y adolescentes deportistas en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo
- Diseñar un programa para brindar charlas educativas personalizadas acerca de la salud a los alumnos y representantes de dicha institución
- Realizar las charlas educativas personalizadas de salud a los representantes y a los alumnos que acudieron a la realización de las fichas

La práctica deportiva está ampliamente extendida a nivel internacional en instituciones escolares, desde la educación inicial hasta la tecnológica y universitaria. Su influencia no sólo será determinante en lo referente a las primeras experiencias deportivas, sino que ayudará a sentar las bases sobre las que se desarrollará el niño o niña como deportista y como ser humano.

A pesar de que en la actualidad existen diversas vías para masificar la información acerca de las ventajas de realizar actividad física desde edades tempranas, es generalizado el resultado de que los niños son más dados al deporte, ya sea por inclinación propia o por motivación de sus padres. En el Ecuador también podría sumársele como factor determinante, que el fútbol es uno de los deportes que más se practica y al parecer, el género masculino se encuentra más identificado con el mismo, además de razones de índole sociocultural, en el caso de que puedan quedar arraigadas, sobre las diferencias entre niños y niñas en la sociedad.

Resultados similares a los obtenidos en la presente investigación, planteó Luengo (2007) en su trabajo sobre la actividad física en alumnos de primaria donde, el 60,3 % de los varones exteriorizaban realizar ejercicios físicos extraescolar.

A pesar de las manifiestas ventajas de la realización del ejercicio físico, independientemente del sexo, es importante resaltar que, para obtener resultados superiores, la alimentación juega un papel primordial, donde, padres de familia, pero también entrenadores, juegan un papel fundamental en la educación de los niños hacia hábitos alimenticios saludables. Lamentablemente, en la institución deportiva objeto de estudio nunca se había realizado una investigación acerca del estado nutricional de sus estudiantes.

En la actualidad, existen diversas formas para determinar la composición corporal, sin embargo, el IMC, sigue siendo un método válido, debido a dos aspectos fundamentales, a que se relaciona directamente con el porcentaje de grasa corporal y su fácil aplicación (Dezemberg, Nagy, Gower, Johnson & Goran, 1999).

El Índice de Masa Corporal (IMC) es una relación que se calcula con base en el peso y la estatura de la persona. Es un indicador del estado nutricional bastante confiable, que, si bien no mide la grasa corporal directamente, estudios poblacionales han demostrado que tiene una correlación con mediciones directas de la misma.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016), el sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser nocivo para la salud. El IMC se utiliza comúnmente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (Kg/m^2).

En el caso de los niños menores de 5 años, el sobrepeso es el peso para la estatura con más de dos desviaciones típicas por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS; y la obesidad es el peso para la estatura con más de tres desviaciones típicas por encima de la mediana establecida en estos patrones.

Por su parte, en el caso de los niños de 5 a 19 años, el sobrepeso es el IMC para la edad con más de una desviación típica por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS, y la obesidad es mayor que dos desviaciones típicas por encima de la mediana establecida en dichos patrones.

En la presente investigación, la clasificación del IMC se efectuó a partir de lo expuesto por Scarone (2015), tal como se aprecia en la figura 2, pero considerando a los valores inferiores a 18.5 como Bajo Peso, lo cual no se define así en dicha figura.

	Normal	Preobeso	Obeso		
			tipo I	tipo II	tipo III
					
IMC	18.5 a 24.99	25.00 a 29.99	30.00 a 34.99	35.00 a 39.99	≥40

Figura 2. Clasificación del IMC

Fuente: Scarone, 2015

En lo referente al tema, los resultados obtenidos no son coincidentes con todas las investigaciones revisadas, entre las razones podría citarse las diferencias nutricionales y el nivel socioeconómico de la población de estudio en cada región. Debe tenerse presente que, según el país, incorporar a un niño a una escuela de deportes, bien podría ser señal de que forma parte de una familia con buena situación económica y cultural o, por el contrario, una medida profiláctica por parte de la familia para garantizar la no inclusión de su hijo en el mundo del ocio y los hábitos dañinos como la droga y el alcohol.

Es el caso de una investigación realizada por Correa (2008), en niños y adolescentes futbolistas de Bogotá, la estimación del IMC, permitió observar una baja prevalencia de obesidad y sobrepeso, además de un 20,5% de niños con bajo peso, atribuyéndolo posiblemente, a que no se cubren de manera adecuada las demandas nutricionales de los niños.

Por el contrario, Martínez y colaboradores (2013) en su estudio en niños de 9 a 12 años de edad, obtuvieron, en el caso de los varones, que el 23,1% fueron obesos y el 35,4% presentaron sobrepeso. En las damas el 26,3% fueron obesas y un 15,8% presentaron sobrepeso, llegando a la conclusión que el ambiente obesigénico en donde se destaca la modificación del estilo de vida, la alimentación y el efecto del sedentarismo, estaba afectando a la población escolar de Padre Las Casas en Chile.

Hoy en día, hablar de escuelas de deportes, lleva implícito, además, valorar la influencia de los padres de familia sobre la experiencia deportiva de sus hijos.

En una investigación realizada por Torregrosa y colaboradores (2007), hacen referencia a que según Brustad y Patridge (2002), en muchos de estos trabajos, se utilizan dos aproximaciones conceptuales principales: la de la motivación de competencia de Harter (1978) y el modelo de expectativa - valencia de Eccles (Eccles & Harold, 1991). Ambos modelos son bastante apropiados dado que enfatizan la interacción dinámica entre padres e hijos en contextos de socialización. La diferencia principal entre ambos estriba en que, mientras el primero se basa en la premisa de que los niños tienen un deseo inherente de sentirse competentes y en su camino hacia la competencia, el feedback y refuerzo de los padres se convierte en una forma crítica de influencia de socialización; el segundo, pone más énfasis en el aspecto del desarrollo de los jóvenes y de la evolución que experimenta la influencia de sus padres a lo largo de las primeras fases de la carrera deportiva.

En referencia al efecto que los padres tienen sobre los deportistas jóvenes se han hecho tanto estudios que se focalizan en intentar explicar la naturaleza de esta influencia (Lee y Maclean, 1997; Wuerth, Lee & Alfermann, 2004) como trabajos de índole más aplicada que, asumiendo dicha influencia, se centran más en tratar de potenciarla (Cruz, Figueroa, Garcia-Mas & Torregrosa, 2003; Gimeno, 2000; Hellstedt, 1990, 1995; Peris, 2003; Valiente, *et al.* 2001).

Es importante aclarar que, no fue objetivo directo de la presente investigación, determinar la influencia de los padres en la estabilidad y superación de sus hijos en el deporte, pero sí aportó mucho, el hecho de conocer acerca de la composición de la familia debido a que sirvió de apoyo para elaborar las charlas en bien de la comunidad estudiantil en lo referente a la educación nutricional que, está claro, que conforma un punto clave en los rendimientos a alcanzar en la vida deportiva de los estudiantes y tal vez, en los objetivos deseados por sus padres.

La figura 3 muestra el material utilizado en las charlas personalizadas, las cuales se cumplieron al 100%.

Esta investigación aportó como resultado fundamental, que por primera vez en la historia se pudo gestionar el estado nutricional de los niños y adolescentes de la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.

Puede afirmarse que tuvo una gran importancia dado que, al finalizar la misma se fortalecieron las vías para el control y seguimiento médico de la población infantil y adolescente que realiza actividades deportivas-recreativas en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, logrando la difusión y promoción de diferentes disciplinas para el mejoramiento de la calidad de vida de los jóvenes pobladores; para lo cual se establecieron las condiciones necesarias (personal de salud y local) garantizando con estos recursos que el deporte recreativo sea sustentable y la población resulte beneficiada.

En esencia, a través de esta investigación se pudo conocer el estado de la salud nutricional de los niños en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, con el propósito de generar espacios de atención médica para la conservación de la salud que les permita la participación y potencialización de sus capacidades físicas para realizar deportes.

La labor investigativa respondió al Plan Nacional del Buen Vivir 2013-2017 de Ecuador (Gobierno de Ecuador, 2017), específicamente en su Objetivo 3: mejorar la calidad de vida de la población, en lo referido a sus políticas:

- Promover el mejoramiento de la calidad en la prestación de servicios de atención que componen el Sistema Nacional de Inclusión y Equidad Social
- Ampliar los servicios de prevención y promoción de la salud para mejorar las condiciones y los hábitos de vida de las personas
- Garantizar la prestación universal y gratuita de los servicios de atención integral de salud

UNIANDES, luego de terminada la investigación, desarrollada a través de un proyecto de vinculación con la sociedad, le dejó garantizada a la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo la entrega de las Fichas de Salud con su calidad requerida, así como, brindó las charlas educativas personalizadas acerca de la nutrición a los alumnos y representantes de dicha institución.

Este resultado le permite al beneficiario mantener los resultados alcanzados en este proyecto, garantizando así una adecuada salud en los alumnos de dicha institución.



PROYECTO DE VINCULACIÓN CON LA SOCIEDAD

**HIGIENE ES
SALUD**

RECOMENDACIONES PARA MANTENER UNA ADECUADA HIGIENE

- Bañarse diariamente y después de hacer deportes
- Lavarse las manos cada vez que coma algún alimento y después de hacer sus necesidades fisiológicas
- Secarse bien los pies después de bañarse
- Acudir al médico si observa alguna lesión en la piel
- Lavarse el cabello 2 o 3 veces a la semana
- Lavar bien las frutas y vegetales antes de consumirlos
- Hervir o purificar el agua de consumo humano

PARA TENER NUTRICIÓN SALUDABLE Y NO ENFERMARSE

- Incluir en su dieta vegetales y frutas
- Realizar diariamente desayuno, almuerzo y merienda
- Consumir productos lácteos para obtener el calcio importante para la dentición y los huesos
- Tomar abundante agua hervida o purificada diariamente
- Evite el stress
- Dormir diariamente las horas necesarias (7 o 8 horas)
- Utilizar sistemáticamente un tiempo para pasear con la familia
- Realizar ejercicios físicos sistemáticamente
- Disfrutar del contacto con la naturaleza



Figura 3. Material utilizado en las charlas educativas para promocionar la salud en los alumnos y representantes de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.

Fuente: elaboración propia

CONCLUSIONES

El presente estudio ha permitido gestionar el estado nutricional de los niños y adolescentes de la Escuela Permanente de la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo.

Por lo antes expuesto, se logró levantar las Fichas de Salud de niños y adolescentes deportistas en la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo; llevar las brigadas de enfermería a la Unidad de Deportes y Recreación del GADM de Pelileo, con vistas a atender la salud de sus niños y adolescentes; así como, diseñar un programa para brindar charlas educativas personalizadas acerca de la nutrición a los alumnos y padres de esta institución.

REFERENCIAS

- Carvajal, L. (18 de 01 de 2013). Recuperado el 23 de 01 de 2017, de El método deductivo de investigación: <http://www.lizardo-carvajal.com/el-metodo-deductivo-de-investigacion/>
- Correa JE. (2008). Determinación del perfil antropométrico y cualidades físicas de niños futbolistas de Bogotá. Rev. Cienc. Salud. Bogotá (Colombia) 6 (2): 74-84, mayo-agosto de 2008 / 75. Recuperado el 30 de 01 de 2017 de: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/484>
- Dezemberg CV, Nagy T, Gower BA, Johnson R, Goran, MI. (1999). Predicting body composition from anthropometry in pre-adolescent children. Int J Obes; 23:253-259
- ECOSTRAVEL. (2017). *ECOSTRAVEL*. Recuperado el 20 de 01 de 2017, de <http://www.ecostravel.com/ecuador/ciudades-destinos/pelileo.php>
- ENSANUT-ECU. (2014). *Ecuador en cifras*. (M. d. Ecuador, Editor) Recuperado el 31 de 01 de 2017, de http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/MSP_ENSANUT-ECU_06-10-2014.pdf
- Gobierno de Ecuador. (2017). *Buen Vivir*. Recuperado el 22 de 01 de 2017, de <http://www.buenvivir.gob.ec/>
- Gobierno Provincial de Tungurahua-INEC. (2013). *Tungurahua en cifras...para decidir*. Primera Edición 2013. ISBN -978-9942-07-516-1
- Lopera Echavarría, J. D., Ramírez Gómez, C. A., Zuluaga Aristizábal, M. U., & Ortiz Vanegas, J. (2010). El método analítico como método natural. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 25(1), 17. Recuperado el 25 de 01 de 2017, de <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/nomadas/25/juandiegolopera.pdf>

Luengo Vaquero, c. (2007). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria. *Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte*, 7(27), 174-184. Recuperado el 30 de 01 de 2017 de: <http://cienmovi.com/background/notas/8.htm>

Martínez, C., Reinike, O., Silva, H., Carrasco, V, Collipal, E & Jiménez, C. (2013). Composición Corporal y Estado Nutricional de una Muestra de Estudiantes de 9 a 12 Años de Edad de Colegios Municipalizados de la Comuna de Padre las Casas, Región de la Araucanía-Chile. *International Journal of Morphology*, 31(2), 425-431. Recuperado el 30 de 01 de 2017 de http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022013000200010&script=sci_arttext&tlng=en

Organización Mundial de la Salud. (2016). Obesidad y sobrepeso. Recuperado el 8 de febrero de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

Scarone, S. (02 de 05 de 2015). *emn*. Recuperado el 31 de 01 de 2017, de <http://tuendocrinologo.com/site/nutricion/calculadora.html>

Torregrosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., Garcia-Mas, A & Palou, P. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 227-237. Recuperado el 31 de 01 de 2017, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000200002&lng=pt&tlng=es

UNIANDES. (04 de 01 de 2016). *UNIANDES*. Recuperado el 24 de 01 de 2017, de <http://www.uniandes.edu.ec/web/department/vinculacion>

UNICEF Ecuador. (2017). *UNICEF Ecuador*. Recuperado el 22 de 01 de 2017, de https://www.unicef.org/ecuador/activities_28804.htm