



“VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA NUTRICIONAL EN ESCOLARES DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, GESTIÓN 2022”

COMPONENTE:

CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES QUE ACUDEN A LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ DURANTE EL POS CONFINAMIENTO POR PANDEMIA POR COVID 19, GESTIÓN 2022

La Paz – Bolivia
2023



GOBIERNO AUTÓNOMO MUNICIPAL



**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE MEDICINA, ENFERMERIA, NUTRICIÓN
Y TECNOLOGÍA MÉDICA
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



**“VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA NUTRICIONAL EN ESCOLARES
DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, GESTIÓN 2022”**

COMPONENTE:

**CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE
ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES QUE ACUDEN A
LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL
MUNICIPIO DE LA PAZ DURANTE EL POSCONFINAMIENTO POR
PANDEMIA POR COVID 19, GESTIÓN 2022**

**La Paz – Bolivia
2023**



Universidad Mayor de San Andrés

M.Sc. Oscar Heredia Vargas, Rector

María Eugenia García Moreno Ph.D., Vicerrectora

Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Tecnología Médica, gestión 2021 – 2024

Dr. David B. Mérida Vargas, Decano

Dr. Martín Villarroel Mareño, Vicedecano

M.Sc. Magdalena Jordán De Guzmán, Directora carrera de Nutrición y Dietética

Docentes Investigadores carrera de Nutrición y Dietética

M.Sc. Magdalena Jordán De Guzmán

M.Sc. María Gladys Espejo Choquetarqui

M.Sc. Erick Omar Paye Huanca

Dra. M.Sc. Aida Virginia Choque Churqui

Lic. Esp. Carla Yolanda Olmos Aliaga

M.Sc. Diego Javier Fuentes Sapiencia, Técnico Investigación Carrera de Nutrición y Dietética

Docentes participantes carrera de Nutrición y Dietética

Dr. Carlos Flores Cárdenas

Lic. Rosario Natividad Alurralde Flores

M.Sc. Eunice Zarate De Calderón

Profesional nutricionista participante en la primera etapa

Lic. Alvaro Mamani Huanca

PROFESIONALES SUPERVISORES DE BRIGADAS

M.Sc. Arleth J. Sucre Ramírez

M.Sc. Gisela Cristal Pinedo Uzquiano

Lic. Ana Gabriela Mamani

Lic. Katherine Leticia Machaca Ugarte

Lic. Ligia Andrea Rubín de Celis Rocabado

Lic. Raquel Mayra Samo Mamani

ESTUDIANTE PARTICIPANTE DE 5TO AÑO, GESTIÓN 2022

Univ. Catherine Iris Zuna Catari

ESTUDIANTES PARTICIPANTES DE 4TO AÑO, GESTIÓN 2022

Univ. Oriana Nicole Aguirre Coronel
Univ. Fabiana Dafne Rodriguez Calleconde
Univ. Roberto Carlos Chipana Tintaya
Univ. Andrea Libertad Oquendo Quispe
Univ. Diana Alvarez Llanco
Univ. Andreina Jimenez Saire
Univ. Franz Jhonatan Chura Gutierrez
Univ. Valeria Yana Guarachi
Univ. Andrea Denisse Vargas Sossa
Univ. Mayra Jazmin Duran Flores
Univ. Kevin Montero Pinto
Univ. Karen Daniela Enriquez Fernández
Univ. Milka Michelle Roldan Chambi
Univ. Ivana Luz Fernández Uruchi
Univ. Sergio Condori Condori
Univ. Noelia Julia Ramírez Larico
Univ. Anel Nataly Rojas Parra
Univ. Karen Yadira Apaza Espinoza
Univ. Giovanni Gabriel Ramos Calle
Univ. Mónica Camila Calle Conde

ESTUDIANTES PARTICIPANTES DE 3ER AÑO, GESTIÓN 2022

Univ. María Fernanda Rodríguez Cordeiro
Univ. Verónica Cecilia Ríos Araoz
Univ. Hadin Gonzalo Ala
Univ. Andy Alarcón Endara
Univ. Heidi Serrudo Mendoza
Univ. Silvana Pamela Lopez Flores
Univ. Belen Micaela Callejas Alfaro
Univ. Yessica Danae Ticona Soliz
Univ. Daniela Jazmín Claros Guadama
Univ. Daniela Marha Pereira Cusicanqui
Univ. Mary Helen Quisbert Cama
Univ. Brisa Gladys Flores Arias
Univ. Estefany Sherling Mendoza Luna
Univ. Victoria Jazmin Mardoñez Balderrama
Univ. Nicol Tania Choque Flores
Univ. Zdenka Naomi Rodríguez Choque
Univ. Julia Condori
Univ. Micaela Evelin Bernal Mora
Univ. Ana Luisa Pinto Machicado
Univ. Miguel Ángel Quispe Villca
Univ. Ibet Canaza Condori
Univ. Mishel Alison Mamani Mamani
Univ. Jaqueline Cutile Zárate
Univ. Natalia Valentina Padilla Clavijo
Univ. Wara Keytlin Flores Gómez

Vigilancia Epidemiológica Nutricional en Escolares del municipio de La Paz, gestión 2022.

Componente: Aceptabilidad del Alimento Complementario Escolar (ACE) dotado a estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio de la ciudad de La Paz, gestión 2022.

Gobierno Autónomo Municipal de La Paz

Lic. Hernán Iván Arias Durán, Alcalde del Municipio de La Paz

Dirección General

M.Sc. Amparo Morales Panoso, Secretaria Municipal de Educación y Desarrollo Social

Dirección Técnica

M.Sc. Jacques Justo Alcoba Barba, Director de Educación

M.Sc. Yecid Abel Coyo Avalos, Jefe de Unidad de Alimentación Complementaria Escolar

Lic. Esp. Jean Paul Humerez Vega, Nutricionista Responsable de Planificación Alimentaria Nutricional

Lic. Maribel Hilari Quispe, Asistente Técnico Nutricionista Responsable de Comisiones de Nutrición y Salud, Recreo Saludable

Impresión: Artes Gráficas Sagitario S.R.L.

Depósito legal: 4- 1- 181- 2023 P.O.

ISBN: 978-99905-47-95-5



Edificio mercado N° 1298

Teléfonos. (591-2) 2650000 – 2202000

Fax: (591-2) 2204377

correspondencia@lapaz.bo

www.lapaz.bo



Presentación

Queridas amigas y amigos.

El Gobierno Autónomo Municipal de La Paz, mediante la Secretaría Municipal de Educación y Desarrollo Social en coordinación con la Universidad Mayor de San Andrés a través de la Carrera de Nutrición y Dietética, presenta el estudio “Vigilancia epidemiológica nutricional en escolares del municipio de La Paz”, en cumplimiento a la política alimentaria, la misma señala que debe contar con evidencia científica e información confiable y actualizada sobre el estado nutricional de las y los estudiantes.

En este sentido, las investigaciones darán a conocer a nivel municipal los factores de malnutrición y riesgo cardiometabólico en estudiantes, el agrado y aceptación



del alimento complementario escolar, los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable y el nivel de actividad física de los estudiantes de Unidades Educativas Fiscales y de Convenio del municipio de La Paz.

Es importante resaltar que este documento fue desarrollado por un equipo multidisciplinario de Investigadores Epidemiológicos, Docentes, Profesionales Nutricionistas y personal especializado de la Secretaría Municipal de Educación y Desarrollo Social, dependiente de la Dirección de Educación, a través de la Unidad de Alimentación Complementaria Escolar (UNACE) y la Carrera de Nutrición y Dietética.

Por lo tanto, el presente documento es una radiografía del estado nutricional de cómo se encuentran nuestros estudiantes, el cual nos permite tomar decisiones para proponer un Alimento Complementario Escolar pertinente, adecuado, suficiente, diversificado y culturalmente apropiado a nuestro contexto sociocultural, que respondan a las necesidades biológicas de los y las estudiantes en etapa escolar de los niveles inicial, primaria y secundaria.

Por lo expuesto, ponemos esta publicación a disposición de la población, la comunidad educativa, la comunidad académica y las diferentes instituciones gubernamentales y no gubernamentales, para que esta información permita fortalecer el Alimento Complementario Escolar.

Logros como estos y muchos otros han sido posibles gracias al trabajo denodado de nuestra gestión municipal y a toda la población. Son programas y proyectos que debemos mantener, mejorar y sobre todo, garantizar que sigan beneficiando a todos y cada uno de ustedes, siempre con la mirada puesta en el bien común y mejores días para toda La Paz.

Lic. Hernán Iván Arias Durán
ALCALDE MUNICIPAL DE LA PAZ





Prólogo

El Gobierno Autónomo Municipal de La Paz, por medio de la Secretaría Municipal de Educación y Desarrollo Social, mediante la Dirección de Educación, a través de la Unidad de Alimentación Complementaria Escolar (UNACE) busca mejorar el estado nutricional de alrededor de 132.000 estudiantes del municipio de La Paz.

Mediante, las raciones del Alimento Complementario Escolar que es provista regular y permanentemente a estudiantes y se constituye en una alimentación sana, nutritiva y culturalmente apropiada y también, promueve el desarrollo económico local ya que los proveedores son productores de pequeñas y medianas empresas nacionales.

Se tiene una diversificación de raciones alimentarias innovadoras que incluyen cereales andinos, frutos amazónicos, pulpas de frutas, miel, verduras, panificados, extrusados, lácteos y otros. Las raciones que se proporcionan a las y los estudiantes son formadores, protectores y energéticos para el correcto desarrollo de nuestro cuerpo.

Gracias al trabajo dividido de la Unidad de Alimentación Complementaria Escolar y la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Mayor de San Andrés, realizó este estudio de Vigilancia Epidemiológica Nutricional en Escolares que permitió, conocer el estado nutricional de los niños y jóvenes en edad escolar en los que prevalece diferentes tipos de malnutrición, tales como la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad, así como sus factores de riesgo, con una alimentación inadecuada y la falta de actividad física. Aspectos que serán tomados en cuenta para mejorar el alimento complementario escolar y puedan ser utilizados por autoridades para diseñar programas y políticas públicas que promuevan hábitos alimentarios saludables y fomenten la actividad física en los niños y jóvenes.

Estoy segura de que estos estudios serán de interés y provecho para los lectores e instituciones de diferentes áreas y reitero, agradezco mucho la participación de la carrera de Nutrición y Dietética por su gran aporte y compromiso con el municipio de La Paz, que sin su colaboración no hubiera sido posible.

M.Sc. Amparo Morales Panoso
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCACIÓN
Y DESARROLLO SOCIAL

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
2. JUSTIFICACIÓN.....	2
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
3.1. CARACTERÍSTICAS DEL PROBLEMA.....	4
3.2. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.....	6
3.3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	6
4. OBJETIVOS.....	6
4.1. OBJETIVO GENERAL.....	6
4.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	6
5. MARCO TEÓRICO.....	7
5.1. MARCO CONCEPTUAL.....	7
5.2. MARCO REFERENCIAL.....	19
5.3. MARCO NORMATIVO.....	21
6. VARIABLES.....	24
6.1. TIPOS DE VARIABLE.....	24
6.2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	24
7. DISEÑO METODOLÓGICO.....	25
7.1. TIPO DE ESTUDIO.....	25
7.2. ÁREA DE ESTUDIO.....	25
7.3. POBLACIÓN DE ESTUDIO.....	25
7.4. ASPECTOS ÉTICOS.....	26
7.5. MÉTODOS E INSTRUMENTOS.....	27
7.6. PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.....	27
7.7. ANÁLISIS DEL DATO.....	28
8. RESULTADOS.....	30
9. DISCUSIÓN.....	61
10. CONCLUSIONES.....	64
11. RECOMENDACIONES.....	64

12. BIBLIOGRAFÍA.....	65
13. ANEXOS.....	69
ANEXO N°1.....	70

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Pág.

GRÁFICA 1.	CONOCIMIENTOS SOBRE PROBLEMAS QUE PUEDE TENER LOS ESTUDIANTES QUE NO CONSUMEN ALIMENTOS ANTES DE IR A LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	35
GRÁFICA 2.	CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES MALO COMER MUCHOS DULCES EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	36
GRÁFICA 3.	CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES BUENO CONSUMIR FRUTAS Y VERDURAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	37
GRÁFICA 4.	CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES BUENO CONSUMIR ARROZ, PAPA, LENTEJA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	38
GRÁFICA 5.	CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES BUENO CONSUMIR CARNE, HUEVO O LECHE EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	39
GRÁFICA 6.	CONOCIMIENTOS SOBRE CUÁNTOS VASOS DE AGUA DEBEN TOMAR AL DÍA LOS ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	40
GRÁFICA 7.	BENEFICIO PERCIBIDO SOBRE SI ES BUENO DESAYUNAR ANTES DE IR A LA ESCUELA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	41
GRÁFICA 8.	BARRERAS PERCIBIDAS SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES COMER ALGO POR LA MAÑANA ANTES DE IR A LA ESCUELA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	42
GRÁFICA 9.	RAZONES SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES COMER ALGO POR LA MAÑANA ANTES DE IR A LA ESCUELA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	43
GRÁFICA 10.	BENEFICIOS PERCIBIDOS SOBRE SI CREE QUE ES BUENO TENER TRES COMIDAS PRINCIPALES Y MERIENDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	44

GRÁFICA 11.	BARRERA PERCIBIDA SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER TRES COMIDAS AL DÍA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	45
GRÁFICA 12.	RAZONES SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER TRES COMIDAS AL DÍA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	46
GRÁFICA 13.	BENEFICIOS PERCIBIDOS SOBRE SI CREE QUE ES BUENO TENER DIFERENTES TIPOS DE ALIMENTOS EN LAS COMIDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	47
GRÁFICA 14.	BARRERAS PERCIBIDAS SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER DIFERENTES TIPOS DE ALIMENTOS EN LAS COMIDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	48
GRÁFICA 15.	RAZONES SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER DIFERENTES TIPOS DE ALIMENTOS EN LAS COMIDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	49
GRÁFICA 16.	CONOCIMIENTOS, SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN GRUPOS DE EDAD DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	52
GRÁFICA 17.	ACTITUDES, SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN GRUPOS DE EDAD DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	53
GRÁFICA 18.	PRÁCTICAS, SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN GRUPOS DE EDAD DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	54
GRÁFICA 19.	PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN MACRO DISTRITOS EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	55
GRÁFICA 20.	CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN MACRO DISTRITOS EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	56
T	ACTITUD SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN MACRO DISTRITOS EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	57

ÍNDICE DE CUADROS

Pág.

CUADRO 1.	CONSUMO DEL DESAYUNO EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	27
CUADRO 2.	CONSUMO DEL ALMUERZO EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	28
CUADRO 3.	CONSUMO DE LA CENA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	29
CUADRO 4.	COMPRA DE ALIMENTOS DEL ESTUDIANTE DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	30
CUADRO 5.	ALIMENTOS QUE TRAE EL ESTUDIANTE DE CASA PARA EL CONSUMO EN LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	31
CUADRO 6.	ALIMENTOS QUE COMPRA LOS ESTUDIANTES EN LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	33
CUADRO 7.	CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	50
CUADRO 8.	CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN NIVEL DE ESTUDIO DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.	68

ACRÓNIMOS Y ABREVIATURAS

UNACE:	Unidad de Alimentación Complementaria Escolar
INE:	Instituto Nacional de Estadística
OMS:	Organización Mundial de la Salud
SISVAN:	Sistema de Vigilancia Alimentaria Nutricional
FAO:	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura
CAP:	Conocimientos Actitudes y Prácticas
CIDES-UMSA:	Unidad de postgrado en Ciencias del Desarrollo de la Universidad Mayor de San Andrés
UNICEF:	Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, por sus siglas en inglés
IMC:	Índice de masa muscular
VCT:	Valor Calórico Total
ECNT:	Enfermedades No Transmisibles
PEAN:	Programa de Educación Alimentaria Nutricional

RESUMEN EJECUTIVO

OBJETIVO: Determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en escolares que acuden a las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz durante el posconfinamiento por pandemia por COVID 19, gestión 2022.

MÉTODO E INSTRUMENTOS: Descriptivo observacional de corte transversal en 792 escolares del municipio de La Paz. El tamaño de muestra se determinó con el paquete Epi Info versión 7.2.4.0 para una prevalencia esperada del 36%, una confiabilidad del 99% y máximo error del 1%. El muestreo fue de tipo probabilístico bietápico en la primera etapa por conglomerados y en la segunda de manera estratificada. Para determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable, se desarrolló un cuestionario siguiendo los criterios propuestos por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO, por sus siglas en inglés).

RESULTADOS: El 37.1% los escolares declaran que no se puede prestar atención en clases cuando no se consume alimentos antes de venir a la unidad educativa, el 21.2% de los escolares conocen sobre por qué es bueno consumir frutas y verduras, el 18.3% conocen sobre cuántos vasos de agua se debe tomar al día. El 83% de los escolares cree que es bueno tener diferentes tipos de alimentos en las comidas y tener tres comidas principales, una de las principales razones para no consumir tres comidas principales es el de no tener tiempo suficiente 6% o en algunos casos no les gusta 5%. El 87.6% de los escolares desayunan en casa antes de venir a la escuela, el 95.7% almorzó antes de ir a la escuela, el 74.1% de los escolares sus padres son los que prepara la comida, el 84.1% de los escolares cenan en casa, el 54.6% de los estudiantes compra alimentos en la Unidad Educativa. El 49.8% adquiere productos comestibles procesados y ultra procesados.

CONCLUSIONES: Los escolares de nivel inicial, primaria y secundaria demostraron actitudes favorables e insuficientes conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable. Los escolares que adquieren alimentos en la Unidad Educativa eligen productos ultra procesados mientras los que llevan de su casa incluyen alimentos naturales y ultra procesados.

PALABRAS CLAVE: Conocimientos, actitudes y prácticas, alimentación saludable.

ABSTRACT

OBJECTIVE: To determine the knowledge, attitudes and practices about healthy eating in schoolchildren who attend the fiscal and agreement educational units of the municipality of La Paz during the post-confinement period due to the COVID 19 pandemic, 2022 management.

METHOD AND INSTRUMENTS: Descriptive observational cross-section in 792 schoolchildren from the Municipality of La Paz. The sample size was determined with the Epi Info package version 7.2.4.0 for an expected prevalence of 36%, a reliability of 99% and a maximum error of 1%. The sampling was of the two-stage probabilistic type in the first stage by conglomerates and in the second in a stratified manner. To determine the knowledge, attitudes and practices on healthy eating, a questionnaire was developed following the criteria proposed by the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO, for its acronym in English).

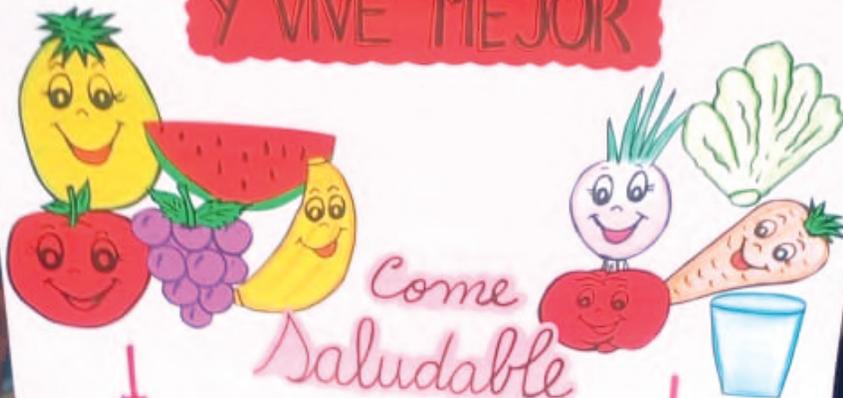
RESULTS: 37.1% of schoolchildren declare that they cannot pay attention in class when food is not consumed before coming to the educational unit, 21.2% of schoolchildren know why it is good to consume fruits and vegetables, 18.3% know about how many glasses of water you should drink a day. 83% of schoolchildren believe that it is good to have different types of food at meals and to have three main meals, one of the main reasons for not consuming three main meals is not having enough time 6% or in some cases they do not like 5% 87.6% of schoolchildren have breakfast at home before coming to school, 95.7% had lunch before going to school, 74.1% of schoolchildren have their parents prepare the food, 84.1% of schoolchildren dine at home, 54.6% of students buy food at the educational unit. 49.8% purchase processed and ultra-processed edible products.

CONCLUSIONS: The schoolchildren of initial, primary and secondary level demonstrated favorable attitudes and insufficient knowledge and practices on healthy eating. Schoolchildren who buy food at the Educational Unit choose ultra-processed products while those they bring from home include natural and ultra-processed foods.

KEYWORDS: Knowledge, attitudes and practices, healthy eating

CAMBIA TU VIDA

Y VIVE MEJOR



Come
Saludable

↓
Frutas



↓
Verduras

Evita la comida chatarra



GRAL. JOSÉ MANUEL PANDO

PRIMERO "B"

40 cm



1. INTRODUCCIÓN

La malnutrición ya sea por déficit o por exceso, repercute en el crecimiento y desarrollo de los escolares. La desnutrición favorece la aparición de infecciones, disminuye la resistencia a casi todas las enfermedades y retarda el crecimiento; los escolares desnutridos son más bajos de estatura para su edad, en contraste a los que presentan estado nutricional normal, mientras que la malnutrición por exceso favorece la aparición precoz de enfermedades de tipo crónico degenerativas lo cual es evidente en la etapa adulta ⁽¹⁾.

La etapa escolar es una de las etapas más importantes ya que el niño y niña, se está preparando para los cambios en cuanto a su desarrollo físico (pubertad). Por eso es esencial tener en cuenta la importancia de una alimentación balanceada que favorece el adecuado estado de salud, óptimo crecimiento, desarrollo físico y psicosocial ⁽¹⁾.

Con la información recabada nos permitirá realizar intervenciones en educación alimentaria y nutrición, promoviendo adecuados hábitos alimentarios teniendo especial importancia los que se adquieren a través de un aprendizaje temprano en la edad escolar. De acuerdo con Bandura citado por Green y Simons Morton, ⁽¹⁾, el aprendizaje de hábitos de salud se caracteriza por ser un tipo de aprendizaje social integrado en el que intervienen los padres y el entorno social del individuo

(medio ambiente). En tal sentido, habría un intercambio recíproco de los hábitos alimentarios en el hogar, la escuela y el medio ambiente social, observándose un aprendizaje imitativo de los niños, de sus pares o modelos ⁽¹⁾.

En el marco del Convenio suscrito entre la carrera de Nutrición y Dietética con la Secretaría Municipal de Educación y Desarrollo Social, mediante la Dirección de Educación, a través de la Unidad de Alimentación Complementaria Escolar (UNACE) del Gobierno Autónomo Municipal de La Paz, se llevó a cabo el presente estudio, con la finalidad de determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en los escolares de las diferentes unidades educativas del municipio de La Paz.

2. JUSTIFICACIÓN

Existen varios factores que influyen en el estado nutricional del escolar, en el presente trabajo de investigación solo se tomará en cuenta los conocimientos, actitudes y prácticas frente a la alimentación saludable, en los planes y programas de estudio de la educación formal no existen asignaturas sobre educación alimentario nutricional, las recomendaciones de las “Guías Alimentarias para el Escolar” ⁽²⁾ normados por el Ministerio de Salud, son parcialmente abordados en algunos textos de ciencias naturales usados por el Ministerio de Educación.

El sobrepeso y la obesidad son problemas de malnutrición por exceso que actualmente son prevalentes en nuestra población de aproximadamente 36%. Dentro de las posibles causas para la presencia de sobrepeso y obesidad en este grupo de escolares pueden influir los siguientes factores según Mateluna ⁽²⁾, desequilibrio en la ingesta energética, hábitos alimentarios del escolar y su familia, vida sedentaria, antecedentes genéticos, obesidad de padres y hermanos, ambiente, convivencia familiar, etc.

El estado nutricional de los escolares está determinado por el contexto en el cual este se desarrolla, así también de la disponibilidad, el acceso, el consumo y el aprovechamiento biológico de los alimentos. Existe varios estudios realizados

a nivel nacional e internacional donde coinciden que existe una asociación significativa entre el bajo poder adquisitivo, insuficientes o poca inocuidad de alimentos, los insuficientes conocimientos y/o prácticas en alimentación saludable frente al estado nutricional.

En esta edad se imitan algunas preferencias alimentarias de la familia, de amigos y de personas que ellos consideren modelo para la alimentación, lo que podemos diferenciar en efectos positivos y negativos en el patrón de la alimentación que pueden contribuir a riesgos nutricionales y comprometer el estado de salud ⁽²⁾.



3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

3.1. CARACTERÍSTICAS DEL PROBLEMA

Según estudio del CIDES-UMSA Unidad de postgrado en Ciencias del Desarrollo de la Universidad Mayor de San Andrés, realizado con el apoyo de UNICEF, tres de cada diez estudiantes bolivianos tienen sobrepeso y obesidad. Es en tal sentido que el Gobierno Nacional de Bolivia declaró Epidemia Nacional por Sobrepeso y Obesidad. Los escolares de Tarija, Santa Cruz, Pando y Cochabamba son los que registran mayores prevalencias de sobrepeso y obesidad. Piden fortalecer programas de alimentación saludable, complementación alimentaria, evaluación nutricional, huertos escolares y quioscos saludables ⁽³⁾.

El 35,6% de los escolares de 5 a 18 años de Bolivia tienen prevalencia de malnutrición por exceso (sobrepeso y obesidad). El porcentaje citado se desglosa así: un 21,9% está con sobrepeso; 11,1% con obesidad y 2,2% con obesidad severa. Estos índices son parte de los resultados del estudio: “Prevalencia de sobrepeso y obesidad de los escolares y adolescentes en Bolivia” realizada por el Postgrado en Ciencias del Desarrollo (CIDES) de la Universidad Mayor de San Andrés (UMSA), la Unidad de Alimentación y Nutrición de la Dirección General de Promoción de la Salud del Ministerio de Salud, y UNICEF ⁽³⁾.

Los porcentajes mayores de prevalencia de sobrepeso y obesidad están en el área urbana (39,3%) respecto a la rural (26,7%). Tarija (45,6%), Santa Cruz (44,9%), Pando (41,2%) y Cochabamba (34,7%) son los departamentos con mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad al superar la media nacional (33,6%). En contraparte, Potosí (19,1%) es la región con menor prevalencia de malnutrición por exceso ⁽³⁾.

Estudios anteriores sugieren que la salud y el estado nutricional en la adolescencia afectarán la salud y la calidad de vida en la adultez. La mayoría de países en Latinoamérica comparte algunas características demográficas, una de las cuales es que los adolescentes representan un grupo importante de la población, llegando



durante sus primeros años de vida habrían presentado varias veces desnutrición, situación que comprometió su talla, siendo niños y niñas con talla pequeña para su edad lo cual los hace más vulnerables a la obesidad.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud se prevé que, de mantenerse las tendencias en los próximos años, el número de niños y niñas y adolescentes con sobrepeso y obesidad en el mundo será mayor que aquellos con desnutrición. La obesidad infantil está asociada con una mayor probabilidad de morbilidad precoz en la edad adulta, motivo por el cual es considerado uno de los principales problemas y retos actuales de salud pública global ⁽⁴⁾.



3.2. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

En base a todo lo mencionado se pretendió determinar los conocimientos, actitudes y prácticas en torno a los tipos de alimentos consumidos por grupos de alimentos, el número de tiempos de comida, consumo fuera del hogar, beneficios percibidos de una alimentación saludable.

3.3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en escolares que acuden a las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz durante el posconfinamiento por pandemia por COVID 19, gestión 2022?

4. OBJETIVOS

4.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en escolares que acuden a las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz durante el posconfinamiento por pandemia por COVID 19, gestión 2022.

4.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar conocimientos sobre consecuencias de consumo de alimentos azucarados y de no desayunar o almorzar.
- Caracterizar las actitudes sobre barreras y beneficios percibidos frente al consumo del desayuno, y tiempos de comida.
- Identificar el consumo de los principales tiempos de comida y alimentos que compra o lleva a la Unidad Educativa.



5. MARCO TEÓRICO

5.1. MARCO CONCEPTUAL

5.1.1. CARACTERÍSTICAS FISIOLÓGICAS

El crecimiento físico se ha definido como la serie de modificaciones somáticas por las que pasa un organismo biológico. Estas modificaciones se explican como un aumento en el número o tamaño de las células que componen los diferentes tejidos del organismo. Es importante considerar las variaciones individuales en función de la edad y el sexo porque este fenómeno es causado por la hiperplasia o hipertrofia celular, que presenta períodos de aceleración y desaceleración ⁽⁵⁾.

Desde una perspectiva fisiológica, el crecimiento lineal se basa en el marco esquelético; como resultado, la fusión de las epífisis y metáfisis de los huesos largos marca el final del proceso de crecimiento físico. En términos antropométricos, implica las partes del cuerpo aumentadas y alteradas longitudinal y transversalmente ⁽⁵⁾.

El desarrollo físico típicamente ocurre en dos etapas: la prenatal, que comienza intrauterinamente desde el momento de la concepción y termina con el nacimiento, y la postnatal, que se divide en tres etapas: infancia, niñez y adolescencia. A su vez, en esta etapa final se comentan otras tres etapas: la adolescencia temprana, que típicamente ocurre entre los 12 y 13 años; la adolescencia media, que ocurre entre los 14 y los 16 años; y la adolescencia tardía, que ocurre entre los 17 y los 21 años. Cada una de ellas ofrece la posibilidad de que la persona realice su potencial genético, pero éste también puede ser alterado por el entorno, lo que implica un diagnóstico permanente, un seguimiento del proceso de crecimiento, y control con el objetivo de detectar a los niños, con riesgo nutricional ⁽⁵⁾.



5.1.2. EDUCACIÓN ALIMENTARIA

El interés creciente por la educación alimentaria de niños, niñas y adolescentes se ha visto representado por el diseño de numerosas estrategias políticas. Entre otras, tenemos la Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud de la Organización Mundial de la Salud ⁽⁶⁾; el Libro Blanco “Estrategia Europea sobre Problemas de Salud relacionados con la Alimentación, el Sobrepeso y la Obesidad” ⁽⁷⁾; en forma recurrente ofrecen

líneas de acción, estrategias y materiales pedagógicos dirigidos a las escuelas y a las familias con el propósito de promover una alimentación saludable ⁽⁸⁾.



5.1.3. ALIMENTACIÓN Y COMUNICACIÓN, ALIMENTACIÓN Y EDUCACIÓN

La alimentación es considerada algo más que nutrición, al menos entre los campos académicos que la estudian desde una perspectiva social y humana. Nos nutrimos a través del acto de comer, pero también nos comunicamos, expresamos y establecemos relaciones a través de la comida. No consumimos todo lo que es biológicamente comestible, por lo que nuestras preferencias alimentarias están influenciadas por factores económicos, políticos, sociales e ideológicos. Estos mismos factores también afectan la facilidad con la que se puede acceder a los alimentos y ponerlos a disposición. Los criterios de selección que influyen en cómo las personas eligen sus recursos alimentarios no son fisiológicos; más bien, son culturales. De manera similar, al examinar los hábitos alimenticios de la población, podemos aprender más sobre sus estilos de vida ⁽⁸⁾.

5.1.4. EDUCACIÓN Y CULTURA ALIMENTARIA

A medida que se establecen las normas de cada sociedad, la cultura influye en cómo se configuran las organizaciones y las formas de vida o, dicho de otro modo,



cómo se piensan y se hacen ciertas cosas. En términos de hábitos alimentarios, la cultura establece normas relacionadas con la composición y estructura de las comidas, las técnicas culinarias, los horarios de las comidas, los comensales y los lugares para cada comida, así como la elección de los alimentos y la forma en que se mezclan y manipulan, la conservación de alimentos, las formas de servir y comer, la distribución de las comidas y la idoneidad o no de los alimentos (los que son más o menos adecuados, buenos o malos según qué aspectos). Del mismo modo, la cultura designa las conductas alimentarias que la sociedad acepta como apropiadas: si se debe comenzar con un tipo de ingesta u otra, horarios de alimentación para ocasiones especiales y modelos alimentarios para diferentes demografías como género, edad y nivel socioeconómico ⁽⁸⁾.

5.1.5. PREVENCIÓN DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

La acumulación atípica o excesiva de grasa que supone un riesgo para la salud es lo que se denomina obesidad y sobrepeso. El índice de masa corporal (IMC) es una forma rápida y fácil de medir la obesidad. En el caso de escolares y adolescentes, se calcula multiplicando la altura en metros por el cuadrado del peso de la persona en kilogramos ⁽⁹⁾.

La obesidad es uno de los principales contribuyentes al riesgo de desarrollar una amplia gama de enfermedades crónicas, como diabetes, enfermedades cardiovasculares, hipertensión, accidentes cerebrovasculares y varios tipos de cáncer. Además, los adultos obesos o con sobrepeso tienen más probabilidades



de tener sobrepeso u obesidad cuando son niños. En países de bajos y medianos ingresos, particularmente en áreas urbanas, la obesidad y el sobrepeso van en aumento. Por primera vez, la esperanza de vida puede ser inferior a la de la generación anterior ⁽⁹⁾.

El sobrepeso y la obesidad tienen proporciones epidémicas. Según las estimaciones más recientes de UNICEF, la OMS y el Banco Mundial, las tasas de obesidad casi se han triplicado desde 1975 y han aumentado casi cinco veces en niños y adolescentes, afectando a personas de todas las edades y de todos los grupos sociales en la Región de las Américas y alrededor del mundo. En el grupo de edad de 5 a 19 años, el 33,6 por ciento de los niños y adolescentes presentan sobrepeso u obesidad, y el 7,3 por ciento de los menores de cinco años ⁽⁹⁾.

5.1.6. LA IMPORTANCIA DEL ENTORNO ESCOLAR EN LA ALIMENTACIÓN DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

El término “entorno alimentario escolar” se refiere a todas las áreas, características y circunstancias en las escuelas y sus alrededores donde se ofrecen, adquieren, compran y/o consumen alimentos. Esto cubre su contenido de nutrientes, costo



y cualquier comercialización o información relacionada con los alimentos que la comunidad académica pueda tener ⁽¹⁰⁾.

Si bien los niños y adolescentes están matriculados en la escuela, el entorno escolar influye en la disponibilidad, el atractivo y la conveniencia de determinados tipos de alimentos; también es un lugar donde forman hábitos que pueden durar toda la vida. Por lo tanto, es crucial que estos entornos apoyen y permitan a los estudiantes, las familias, los líderes educativos y los maestros elegir alimentos más saludables ⁽¹⁰⁾. Desde UNICEF se propone estas cuatro acciones efectivas para prevenir el sobrepeso y la obesidad en el entorno escolar ⁽¹⁰⁾:

1. Potenciación y modificación de la alimentación, hábitos alimentarios y conductas relacionadas con la salud a través de procedimientos educativos y de formación para los estudiantes y la comunidad educativa.
2. Aumentar la actividad física destacando sus ventajas y proporcionando más tiempo, espacio y financiación para que los alumnos puedan hacer ejercicio en clase.
3. Estándares para una alimentación saludable en las escuelas que ofrecen alimentos de alta calidad tanto para el comedor escolar (financiado por el gobierno) como para las tiendas escolares.
4. Normas y políticas que incluyan promoción para salvaguardar el entorno

alimentario. consumo de frutas y verduras, así como restricciones a la publicidad de alimentos no saludables y a la venta de alimentos no saludables en las tiendas escolares.

Además, se recomienda que, para ser efectivas, las acciones deben tener una duración mínima de un año, ser diseñadas y dirigidas por expertas/os e involucrar a toda la comunidad educativa. Antes de la pandemia, algunas de estas acciones ya se implementaban, con ciertos desafíos, en las escuelas del país y fue a raíz de ésta que, en 2020, se implementaron de forma emergente diversas acciones para iniciar la impartición de contenidos sobre estilos de vida saludables dirigidos a estudiantes de primaria y secundaria y a docentes ⁽¹⁰⁾.

5.1.7. ALIMENTACIÓN SALUDABLE

La alimentación saludable debe ser “suficiente” y “completa”, esto significa que debe cubrir las necesidades de energía, macro y micronutrientes, agua y fibra. Para ello debe tener una característica básica: la de ser “equilibrada”, esto se refiere a poder incluir alimentos de los diferentes grupos, en cantidades apropiadas de acuerdo al grupo etáreo y estado fisiológico, sin llegar a excesos, pues algunos de ellos pudieran representar cierto riesgo para la salud. Un caso concreto es el de las grasas, cuyo contenido en la dieta debe representar máximo el 30 % del VCT, las saturadas menos del 10 %, obviamente teniendo en cuenta que el suministro de energía esté equilibrado con el gasto energético, para mantener un peso adecuado en los adultos y favorecer el crecimiento en los niños y adolescentes. También es conveniente mantener el consumo de sal inferior a 5g/día de acuerdo a criterios de la OMS. Obviamente, la dieta saludable debe ser “inocua”, es decir, libre de contaminantes: sustancias tóxicas y otros factores que afecten negativamente el estado de salud de quien la consume. La composición exacta de dieta dependerá de las características de cada individuo, como edad, sexo, estado fisiológico y grado de actividad física, principalmente ⁽¹¹⁾.

Por su parte, desde el año 2003 la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha promovido el consumo de frutas y verduras por encima

de 400g diarios, como una meta de salud pública relacionada con la promoción de la salud y la prevención de las ECNT, lo que dio origen a la estrategia adoptada por diferentes países conocida como Cinco al Día ⁽¹¹⁾.

Las leyes de alimentación o principios de una alimentación saludable son: completa, suficiente, adecuada, variada e inocua, para que verdaderamente proteja de las diferentes formas de malnutrición por déficit o por exceso, lo mismo que de las enfermedades crónicas no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes, la hipertensión y algunos tipos de cáncer. Una dieta saludable debe estar enmarcada dentro de un estilo de vida saludable, en el que la persona logre al máximo evitar el sedentarismo, y de cualquier hábito tóxico que pueda afectar su salud ⁽¹¹⁾.

Los hábitos de vida sanos se deben instaurar desde los primeros años de vida, en los escolares se ve la preferencia por comidas con alimentos altos en grasa, al mismo tiempo existe una insuficiente actividad física de manera sistemática. Estos deficientes hábitos dietarios y de actividad física pueden estar reflejándose en la presencia de sobrepeso y obesidad, pues aproximadamente el 36% de los niños ya tiene algún grado de exceso de peso ⁽¹¹⁾.



5.1.8. CONOCIMIENTOS

Generalmente se entiende por conocimiento el acto consciente e intencional de comprender las cualidades del objeto. Su crecimiento ha sido consistente con la progresión del pensamiento humano ⁽¹²⁾. En su concepción moderna, el conocimiento es el método que el hombre ha desarrollado para comprender el mundo y satisfacer sus necesidades como persona, especie y criatura. Su definición oficial es el análisis crítico del avance, las prácticas y los hallazgos de las ciencias. También se describe como el área de estudio relacionada con el examen del conocimiento humano desde una perspectiva científica ⁽¹²⁾.

5.1.9. ACTITUDES



Conceptualmente hablando, la actitud se describe como una tendencia o predisposición psicológica aprendida y organizada a partir de la experiencia personal que hace que la persona reaccione de una determinada manera ante personas o situaciones, en este caso ante las diferencias culturales ⁽¹³⁾.

El comportamiento de los maestros en las situaciones de enseñanza, o sus acciones, es un componente de comportamiento de la actitud. Este factor es

significativo porque estas actitudes, creencias y normas se traducen en acciones en una circunstancia particular. Allport definió la actitud como un estado de preparación mental y neuronal para reaccionar, organizado por experiencia, directiva o dinámica, sobre el comportamiento con respecto a todos los objetos y situaciones con los que está asociado. Según esta definición, la actitud no es un comportamiento actual; Más bien, es una disposición previa que sirve como base para las respuestas conductuales a los estímulos sociales ⁽¹⁴⁾.

El concepto de actitud es complejo y se refiere a la organización duradera de procesos motivacionales, emocionales, perceptivos y cognitivos respecto de algún aspecto del mundo del individuo; a una organización permanente de creencias y cogniciones en general, dotada de una carga afectiva a favor o en contra de un objeto social definido, que predispone a la acción acorde con cogniciones y afectos relacionados con dicho objeto; a una “construcción psicológica” en la combinación de creencias y cogniciones ⁽¹⁴⁾.



5.1.10. PRÁCTICAS

Bajo esta concepción de práctica, creatividad y poder, las prácticas son una formación social, una fusión de varios elementos (incluyendo sentidos, saber/hacer y materialidades) que juntos crean algo que podríamos identificar como una unidad o entidad psicosocial de producción son componentes cruciales para definirla ⁽¹⁵⁾.



Las prácticas mantienen una identidad reconocible y están compuestas de sentidos/habilidades y materialidades reconocibles. Se puede ver una continuidad en una práctica, como calentar alimentos, aunque los materiales modernos nos permiten hacerlo de una manera muy diferente a como lo hacían hace 300 años. Esto es cierto incluso si el significado de la práctica ha sufrido algún cambio ⁽¹⁵⁾.

Se considera la práctica como un concepto que va más allá de las ideas de acción repetida (rutina) o conjunto de actividades como un primer intento de definirla. Representa un método de operación. Para profundizar en esto, delinearemos los tres pilares principales de las prácticas: significado, competencia y materialidad. Debe entenderse que toda división que se haga cumple una función explicativa,

tratando de distinguir un elemento de otro para crear una representación más densa y precisa del concepto ⁽¹⁵⁾.

5.1.11. DIRECTRICES PARA EVALUAR CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS RELACIONADOS CON LA NUTRICIÓN, MÉTODO FAO

Se necesita algo más que tener acceso físico y financiero a los alimentos para garantizar que las personas estén alimentadas y bien nutridas. Comprender qué es una dieta saludable, cómo los problemas de salud relacionados con la nutrición afectan a su población y cómo tratarlos es crucial. Para llevar a cabo las mejores prácticas dietéticas y alimentarias que garanticen su bienestar nutricional, también deben tener actitudes favorables hacia la nutrición, la alimentación, la alimentación y temas de higiene y salud estrechamente relacionados ⁽¹⁶⁾.



Las Directrices para evaluar los conocimientos, actitudes y prácticas relacionados con la nutrición (CAP) son una herramienta práctica para realizar encuestas de alta calidad, así como un manual de referencia. El manual está destinado a especialistas de proyectos, nutricionistas, profesionales de la salud, especialistas en planificación y evaluación, y muchas otras personas que están a cargo de desarrollar, implementar y evaluar proyectos de seguridad alimentaria y nutrición ⁽¹⁶⁾.

El manual proporciona definiciones y parámetros importantes para comprender el conocimiento, las actitudes y las prácticas relacionadas con la dieta y la salud. Estos se pueden utilizar para facilitar el diseño del cuestionario de la encuesta. Su uso ayuda a estandarizar los estudios CAP y hacer que sus resultados sean comparables ⁽¹⁶⁾.

5.2. MARCO REFERENCIAL



En un estudio realizado por Rivas el 2021 sobre conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos, un estudio transversal, donde la proporción de mujeres que demostraron conocimientos altos, actitudes favorables y prácticas adecuadas, fue superior en relación con los varones 76,5% vs. 75,0%, 75,5% vs. 70,7% y 72,5% vs. 67,9%, respectivamente. Los hallazgos sugieren que los adolescentes, especialmente los varones, deben ser el foco de programas de intervención nutricional integrados, con el propósito de disminuir la prevalencia de sobrepeso y obesidad ⁽¹⁷⁾.



En otro estudio realizado por Bustamante sobre conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de padres de familia de beneficiarios de un hogar infantil de la localidad de Suba, Colombia el 2019, donde el 97% de los padres conoce que el consumo de dulces no es saludable, pero el 52% de ellos ofrece alimentos azucarados como premio si su hijo consume los alimentos ofrecidos.

El 100% de las familias cuenta con actitudes saludables, como ofrecer desayuno antes de ir al jardín, brindar diferentes alimentos, e incluir 5 frutas y verduras diariamente, pero algunas de ellas tienen barreras para cumplirlas ⁽¹⁸⁾.

En un estudio realizado por Padilla el 2021 sobre conocimientos, actitudes y prácticas (CAP) entorno a la alimentación durante la pandemia de COVID-19 en las ciudades capital de Ecuador y Perú en 875 adultos entre 18 y 74 años, residentes en la ciudad de Quito (46,97%) y en la ciudad de Lima (53,03%). El 60,91% piensa que la enfermedad por coronavirus puede prevenirse llevando una alimentación saludable y el 82,97% piensa que una alimentación saludable puede ayudar en el tratamiento de esta enfermedad. El 18,51% y el 17,49%,

respectivamente, han empezado a consumir algún suplemento nutricional y/o alguna planta medicinal por considerar que es beneficioso para la prevención o tratamiento de la enfermedad por coronavirus. ⁽¹⁹⁾.

En un estudio realizado por Realpe el 2013 sobre Influencia de conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los cuidadores en el hogar, en el estado nutricional de los niños y niñas, se aplicó una encuesta con 25 preguntas abiertas y cerradas para conocer el nivel de conocimiento en lo que a alimentación se refiere, las actitudes que tienen los cuidadores de los niños al momento de la alimentación y las prácticas que aplican tanto en la preparación como en la manipulación e higiene de los alimentos. Se evaluó además el estado nutricional de los niños los resultados indican que las personas evaluadas tienen un buen nivel de conocimientos, actitudes y prácticas en aspectos de nutrición saludable, lo cual se ve reflejado en el estado nutricional de los niños evaluados, ya que el 81% presentan un estado nutricional normal, el 11% riesgo de sobrepeso, el 2% sobrepeso, y el 6% riesgo de desnutrición ⁽²⁰⁾.

En un estudio realizado por Delgado el 2017 sobre Conocimientos, Actitudes y Prácticas referidas en madres, sobre alimentación de niños donde presentaron un nivel de conocimientos regular (42.2 %), con un nivel de actitud desfavorable (69.2 %) y un nivel de prácticas inadecuadas (64.1 %), las madres en estudio se identificó un nivel de conocimientos regular, con un nivel de actitud desfavorable y un nivel de prácticas inadecuadas ⁽²¹⁾.

5.3. MARCO NORMATIVO

El Decreto Supremo N° 2167 aprueba la política de Alimentación y Nutrición formulada bajo los Lineamientos que han sido aprobados por la Resolución Multiministerial 0001, de fecha 22 de agosto de 2012, Promoción de la Educación Alimentaria Nutricional, a fin de lograr hábitos adecuados que revaloricen los conocimientos tradicionales, ancestrales, locales y el desarrollo de buenas prácticas alimentarias y de higiene. En su objetivo 4 “Mejorar el hábito alimentario con la implementación de la educación nutricional y la cobertura universal de

la alimentación complementaria escolar” Programas de Educación Alimentaria Nutricional (EAN).



La Ley 622, del 29 de diciembre de 2014, Ley de Alimentación Complementaria Escolar, en su Título III “Marco competencial para la alimentación complementaria escolar”, en su artículo 9, inciso e, describe insertar en la currícula del Sistema Educativo Plurinacional, contenidos sobre educación alimentaria nutricional, e implementarla progresivamente. Así mismo en su artículo 10 y 11 (Responsabilidades de los Gobiernos Autónomos Departamentales) describe realizar acciones de concientización y sensibilización sobre el consumo de alimentos sanos, nutritivos y culturalmente apropiados.



La Ley N° 775, del 8 de enero de 2016, tiene como objeto la presente ley establecer lineamientos y mecanismos para promover hábitos alimentarios saludables en la población boliviana, a fin de prevenir las enfermedades crónicas relacionadas con la dieta.

La Unidad de Alimentación Complementaria Escolar (UNACE) dependiente de la Dirección de Educación y la Secretaría Municipal de Educación y Desarrollo Social, desde el año 2000 a la fecha encara actividades de apoyo en temas de alimentación saludable y nutrición a la comunidad educativa, denominándose actualmente “Programa de Educación Alimentaria Nutricional (PEAN)”, que tuvo su inicio en la gestión 2017 con el principal objetivo de: “Reducir los problemas de malnutrición a partir de la mejora de conocimientos, actitudes, hábitos y prácticas alimentarias en la comunidad educativa; mediante procesos formativos, estrategias Educativas e intervenciones de información y comunicación.

El programa permite fortalecer la seguridad alimentaria nutricional y ejercer el derecho a una alimentación adecuada, mediante una alimentación nutritiva y variada, que beneficia a aproximadamente 136.679 escolares, que debido a tener necesidades nutricionales especiales, mayor crecimiento físico y desarrollo intelectual, requieren una adecuada alimentación para alcanzar su máximo potencial, el programa beneficia a la población escolar desde el nivel inicial, primaria y secundaria de las Unidades Educativas Fiscales, de Convenio y Centros de Educación Especial situadas en la jurisdicción municipal, de los turnos mañana, tarde y nocturno del área urbana y rural, de acuerdo al calendario escolar.

7. DISEÑO METODOLÓGICO

7.1. TIPO DE ESTUDIO

Descriptivo observacional de corte transversal.

7.2. ÁREA DE ESTUDIO

El presente estudio se llevó a cabo en las unidades educativas del municipio de La Paz, ubicadas por macro distritos, entre ellos: Cotahuma, Max Paredes, Periférica, San Antonio, Sur, Mallasa, Centro, Hampaturi, Zongo.

7.3. POBLACIÓN DE ESTUDIO

El universo de la presente investigación corresponde a 137,381 estudiantes según la base de datos de la UNACE.

7.3.1. MUESTRA

El tamaño de muestra se determinó con el paquete Epiinfo versión 7.2.4.0 para una prevalencia esperada del 36%, una confiabilidad del 99% y máximo error del 1%, se incrementó un 30% para la tasa de no respuesta siendo un total de 792 estudiantes encuestados distribuidos de la siguiente forma:

Nivel	Población	Muestra	N° de U.E.
Inicial	17.697	102	17
Primaria	61.524	355	25
Secundaria	58.160	335	28
Total	137.381	792	70

Fuente: Base de datos UNACE del GAMLP, 2022

El tipo de muestreo fue de tipo probabilístico bietápico donde la primera etapa se trabajó por conglomerados identificando la población de estudio de nivel inicial,

primaria y secundaria por macrodistritos, en la siguiente etapa se trabajó de forma aleatoria estratificada por unidades educativas.

7.3.2. UNIDAD DE OBSERVACIÓN O DE ANÁLISIS

La Unidad de observación en la presente investigación fueron los y las estudiantes de las Unidades Educativas del municipio.

7.3.3. UNIDAD DE INFORMACIÓN

En el presente estudio quien nos brindaron la información necesaria para poder obtener nuestros resultados son los mismos estudiantes de las unidades educativas para los niveles de secundaria y primaria, para el nivel inicial los padres o tutores serán la Unidad de información.

7.3.4. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

Se consideró como criterios de inclusión:

- Estudiantes del Nivel inicial, primaria y secundaria que asistan consecutivamente a las Unidades Educativas seleccionadas en la muestra.
- Estudiantes que asistan regularmente a clases.
- Estudiantes que tengan el consentimiento firmado por sus tutores o padres para las diferentes actividades realizadas para el presente estudio.
- Se consideró como criterios de exclusión:
- Estudiantes que no deseen participar en el presente estudio.

7.4. ASPECTOS ÉTICOS

Se tomó en cuenta la autonomía, beneficencia, justicia y no maleficencia; respetando así los principios de la bioética. El participante y los tutores conocieron el propósito de la investigación, para las actividades se realizó el consentimiento verbal y escrito. Se respetó la autonomía de cada escolar con respecto a la libre decisión de ser partícipe o no de la entrevista, tanto como su anonimato y

confidencialidad. La beneficencia y no maleficencia de esta entrevista es real ya que no se pretendió causar daño alguno.

7.5. MÉTODOS E INSTRUMENTOS

7.5.1. MÉTODO

El método utilizado para la obtención de datos fue de carácter observacional y participativo de fuente primaria, por medio de una entrevista realizada al estudiante se recolecto la información de conocimientos, actitudes y prácticas, y de fuente secundaria la entrevista a los padres de familia.

7.5.2. INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El instrumento con el que se trabajó consta de una encuesta para el registro de la información, esta actividad se llevó a cabo previo consentimiento verbal y escrito a las instituciones y tutores de los estudiantes. Para determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable de los participantes, se desarrolló una encuesta siguiendo los criterios propuestos por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación (FAO, por sus siglas en inglés) en su Guía para evaluar conocimientos, actitudes y prácticas en nutrición.

7.6. PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

La recolección de la información se lo realizo de acuerdo a lo programado en coordinación con la UNACE y la Carrera de Nutrición y Dietética.

Fase 1: ELABORACIÓN DEL PROTOCOLO

Actividad 1.1: Búsqueda de información.

Actividad 1.2: Construcción y validación del instrumento.

Fase 2: EJECUCIÓN

Actividad 2.1: Levantamiento de la información.

Actividad 2.2: Tabulación y análisis del dato.

Fase 3: ELABORACIÓN DEL INFORME FINAL Y ARTÍCULO PUBLICABLE

Actividad 3.1: Presentación de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones

Actividad 3.2: Elaboración del artículo publicable.

7.7. ANÁLISIS DEL DATO

Para la caracterización de la población se elaboró frecuencias simples, absolutas y relativas, cuadros de contingencia, análisis de estadística descriptiva con el uso del programa estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 18. Y para la salida de cuadros y gráficos se utilizó el programa Excel versión 2010.

8. RESULTADOS

A continuación, se presenta los resultados encontrados en relación a las prácticas alimentarias:



CUADRO N° 1

CONSUMO DEL DESAYUNO EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Prácticas de consumo del desayuno		Femenino		Masculino		Total	
		n	%	n	%	n	%
Desayuna antes de venir a la escuela	Si	353	44.3	345	43.3	698	87.6
	No	52	6.5	47	5.9	99	12.4
Hora que desayuna	6 a 9:00	321	46.0	306	43.8	627	89.8
	9 a 12:00	27	3.9	33	4.7	60	8.6
	NS/NR	5	0.7	6	0.9	11	1.6
Lugar de consumo del desayuno	En casa	339	48.6	330	47.3	669	95.8
	En la escuela	1	0.1	2	0.3	3	0.4
	Fuera de casa	13	1.9	13	1.9	26	3.7

NS/NR: No sabe / No responde

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N°1 se describe las prácticas de consumo del desayuno de los estudiantes, donde el 87.6% desayuna antes de venir a la unidad educativa, sin embargo, el 12.4% no desayuna, especialmente las niñas 6.5%. El horario de desayuno más frecuente es entre 6:00 a 9:00 de la mañana, siendo el 46% las niñas que desayunan más en ese horario. El 95.8% de los escolares desayuna en casa, especialmente las niñas con el 48.6%.

CUADRO N° 2

CONSUMO DEL ALMUERZO EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Prácticas de consumo del almuerzo		Femenino		Masculino		Total	
		n	%	n	%	n	%
Consumo del almuerzo	Si	387	48.6	376	47.2	763	95.7
	No	18	2.3	16	2.0	34	4.3
Hora del almuerzo	12 a 15	369	48.5	356	46.8	725	95.3
	15 a 16	8	1.1	12	1.6	20	2.6
	NS/NR	8	1.1	8	1.1	16	2.1
Persona que prepara la comida	Los padres	286	37.3	282	36.8	568	74.1
	Familiares	69	9.0	53	6.9	122	15.9
	Tienda	26	3.4	30	3.9	56	7.3
	Otro	8	1.0	10	1.3	18	2.3
	NS/NR	1	0.1	2	0.3	3	0.4

NS/NR: No sabe / No responde

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N°2 de prácticas de consumo del almuerzo en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, aproximadamente el 95% de los escolares almuerza y el horario de almuerzo más frecuente es de 12:00 a 15:00. El 74.1% de los padres prepara la comida de los escolares, el 15.9% lo prepara algún familiar y el 7.3% compro el almuerzo.

CUADRO N° 3

CONSUMO DE LA CENA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Prácticas de consumo de la cena		Femenino		Masculino		Total	
		n	%	n	%	n	%
Cena	Si	333	41.8	337	42.3	670	84.1
	No	69	8.7	53	6.6	122	15.3
	NS/NR	3	0.4	2	0.3	5	0.6
Hora de consumo de la cena	6 a 9	269	40.2	260	38.9	529	79.1
	9 a 12	50	7.5	63	9.4	113	16.9
	NS/NR	13	1.9	14	2.1	27	4.0
Lugar de consumo de la cena	En casa	312	46.6	316	47.2	628	93.7
	Fuera de casa	19	2.8	20	3.0	39	5.8
	NS/NR	2	0.3	1	0.1	3	0.4

NS/NR: No sabe / No responde

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N°3 de prácticas de consumo de la cena en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 84.1% de los escolares cenó el día anterior a la encuesta, el 79.1% cena de 06:00 a 09:00 pm, sin embargo, el 16.9% cena a partir de las 09:00 pm., el 93.7% cena en su casa y el 5.8% cena fuera de casa.

CUADRO N° 4

COMPRA DE ALIMENTOS DEL ESTUDIANTE DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Prácticas de compra de alimentos		Femenino		Masculino		Total	
		n	%	n	%	n	%
Lleva alimentos al colegio	Si	177	22.2	170	21.3	347	43.5
	No	224	28.1	211	26.5	435	54.6
	NS/NR	4	0.5	11	1.4	15	1.9
Compro alimentos	Si	239	30.0	196	24.6	435	54.6
	No	162	20.3	182	22.8	344	43.2
	NS/NR	4	0.5	14	1.8	18	2.3
Lugar dónde compra alimentos	Tienda	201	45.8	151	34.4	352	80.2
	En la calle	39	8.9	48	10.9	87	19.8

NS/NR: No sabe / No responde

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N°4 de prácticas de compra de alimentos en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 54.6% de los escolares no lleva alimentos a la Unidad Educativa, el 54.6% compra alimentos en la unidad educativa, especialmente las niñas 30%. El 80.2% de los escolares compra alimentos en la tienda o kiosco de la unidad educativa y el 19.8% compra alimentos en la calle o de vendedores ambulantes.

CUADRO N° 5

ALIMENTOS QUE TRAE EL ESTUDIANTE DE CASA PARA EL CONSUMO EN LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Alimentos que trae al colegio	Diario		Semanal		2 a 3 veces por semana		Rara vez		No consume		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Verduras	4	0.5	3	0.4	2	0.3	1	0.1	0	0.0	10	1.3
Frutas	62	7.8	13	1.6	51	6.4	8	1.0	1	0.1	135	16.9
Nueces, almendras, semillas	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Otro alimento natural	0	0.0	1	0.1	3	0.4	0	0.0	0	0.0	4	0.5
Yogurt	3	0.4	1	0.1	6	0.8	3	0.4	0	0.0	13	1.6
Yogurt con fruta	2	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.3
Sándwich de palta	1	0.1	1	0.1	1	0.1	0	0.0	0	0.0	3	0.4
Pan con plátano	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Otro mínimamente procesado	0	0.0	0	0.0	3	0.4	1	0.1	0	0.0	4	0.5
Sándwich de huevo	4	0.5	0	0.0	9	1.1	5	0.6	0	0.0	18	2.3
Productos comestibles procesados	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Sándwich de atún	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Frutas en almíbar	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Sándwich con mortadela	3	0.4	1	0.1	3	0.4	1	0.1	0	0.0	8	1.0
Otro producto procesado	10	1.3	3	0.4	4	0.5	8	1.0	0	0.0	25	3.1

Sopas instantáneas	7	0.9	0	0.0	0	0.8	2	0.3	0	0.0	15	1.9
Cereales de desayuno	2	0.3	0	0.0	3	0.4	0	0.0	0	0.0	5	0.6
Papas fritas	2	0.3	1	0.1	1	0.1	1	0.1	0	0.0	5	0.6
Plátano frito	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Barras de energía	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Bebidas azucaradas	13	1.6	3	0.4	12	1.5	2	0.3	0	0.0	30	3.8
Bebidas energizantes	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Galletas dulces	10	1.3	0	0.0	16	2.0	2	0.3	0	0.0	28	3.5
Galletas saladas	3	0.4	0	0.0	4	0.5	0	0.0	0	0.0	7	0.9
Productos de pastelería	0	0.0	0	0.0	2	0.3	0	0.0	0	0.0	2	0.3
Dulces y caramelos, helados	2	0.3	0	0.0	5	0.6	4	0.5	0	0.0	11	1.4
Leches saborizadas	1	0.1	0	0.0	4	0.5	0	0.0	0	0.0	5	0.6
Chocolates	2	0.3	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	3	0.4
Otro producto ultra procesado	3	0.4	5	0.6	2	0.3	1	0.1	0	0.0	11	1.4
Total	136	17.0	33	4.1	138	17.3	39	4.9	1	0.1	347	43.5

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N°5 sobre la frecuencia y grupo de alimentos que trae de casa para el consumo los estudiantes a las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 8.3% de los escolares trae diariamente alimentos naturales especialmente frutas de casa para el consumo en la unidad educativa, aproximadamente el 1% de los escolares trae diariamente alimentos mínimamente procesados especialmente yogurt de casa para el consumo en la unidad educativa, el 2.2% trae diariamente productos comestibles procesados de casa para el consumo en la unidad educativa, aproximadamente el 6.1% de los escolares trae diariamente productos comestibles ultra procesados de casa especialmente bebidas azucaradas para el consumo en la unidad educativa.

CUADRO N° 6

ALIMENTOS QUE COMPRA LOS ESTUDIANTES EN LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Alimentos que compra en el colegio	Diario		Semanal		2 a 3 veces por semana		Rara vez		No consumo		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Verduras	2	0.3	0	0.0	1	0.1	1	0.1	0	0.0	4	0.5
Frutas	6	0.8	3	0.4	8	1.0	2	0.3	0	0.0	19	2.4
Nueces, almendras, semillas	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	2	0.3
Otro alimento natural	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Yogurt	5	0.6	1	0.1	3	0.4	1	0.1	0	0.0	10	1.3
Yogurt con fruta	0	0.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Sándwich de palta	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Pan con plátano	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Otro mínimamente procesado	0	0.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Sándwich de huevo	0	0.0	0	0.0	4	0.5	3	0.4	0	0.0	7	0.9
Sándwich de atún	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Frutas en almíbar	0	0.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.1
Sándwich con mortadela	4	0.5	0	0.0	9	1.1	1	0.1	0	0.0	14	1.8
Otro producto procesado	6	0.8	2	0.3	18	2.3	11	1.4	0	0.0	37	4.6

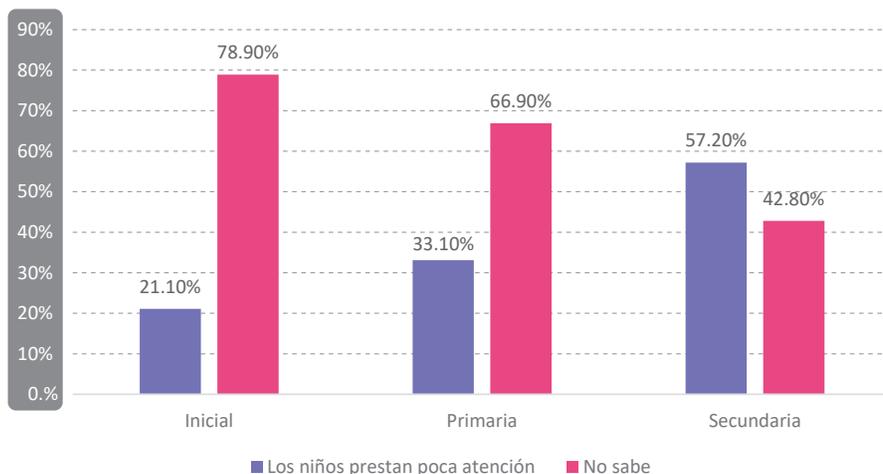
Sopas instantáneas	13	1.6	3	0.4	19	2.4	23	2.9	1	0.1	59	7.4
Cereales de desayuno	0	0.0	1	0.1	1	0.1	1	0.1	0	0.0	3	0.4
Papas fritas	9	1.1	4	0.5	8	1.0	7	0.9	0	0.0	28	3.5
Plátano frito	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Barras de energía	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Bebidas azucaradas	21	2.6	7	0.9	22	2.8	6	0.8	0	0.0	56	7.0
Bebidas energizantes	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.1	0	0.0	2	0.3
Galletas dulces	13	1.6	1	0.1	14	1.8	5	0.6	0	0.0	33	4.1
Galletas saladas	2	0.3	0	0.0	8	1.0	3	0.4	0	0.0	13	1.6
Productos de pastelería	4	0.5	2	0.3	11	1.4	5	0.6	0	0.0	22	2.8
Dulces y caramelos, helados	18	2.3	6	0.8	25	3.1	18	2.3	0	0.0	67	8.4
Leches saborizadas	1	0.1	1	0.1	11	1.4	2	0.3	0	0.0	15	1.9
Chocolates	1	0.1	0	0.0	5	0.6	4	0.5	0	0.0	10	1.3
Otro producto ultra procesado	10	1.3	8	1.0	8	1.0	2	0.3	1	0.1	29	3.6
Total	117	14.7	40	5.0	178	22.4	97	12.2	2	0.3	434	54.5

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N°6 sobre la frecuencia y grupo de alimentos que compra los estudiantes en las Unidades Educativas unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 1.2% de los escolares compra diariamente alimentos naturales en la unidad educativa especialmente frutas, aproximadamente el 0.6% de los escolares compra diariamente alimentos mínimamente procesados en la unidad educativa especialmente yogurt, el 1.3% de los escolares compra diariamente productos comestibles procesados en la unidad educativa, aproximadamente el 11.6% de los escolares compra diariamente productos comestibles ultra procesados en la Unidad Educativa especialmente bebidas azucaradas.

GRÁFICA N° 1

CONOCIMIENTOS SOBRE PROBLEMAS QUE PUEDE TENER LOS ESTUDIANTES QUE NO CONSUMEN ALIMENTOS ANTES DE IR A LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

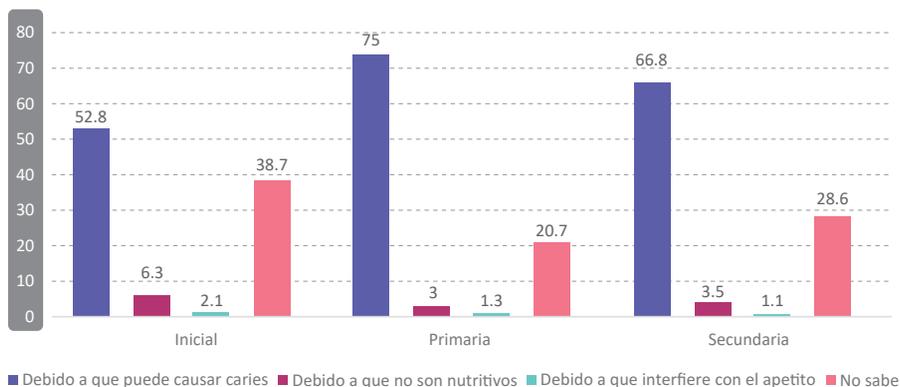


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 1 sobre conocimientos del problemas que puede haber en los estudiantes que no consumen alimentos antes de ir a la escuela de escolares de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 78.9% de los escolares de nivel inicial, el 66.9% de nivel primaria desconoce sobre problemas que puede haber en los niños que no consumen alimentos antes de ir a la escuela, sin embargo, el 57.2% de los escolares de nivel secundario conocen que los niños prestan poca atención cuando no consumen alimentos antes de ir a la escuela.

GRÁFICA N° 2

CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES MALO COMER MUCHOS DULCES EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

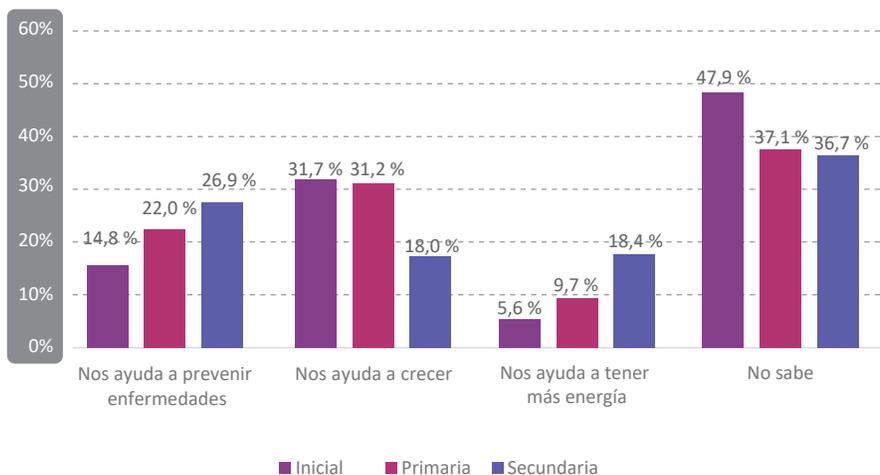


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 2 sobre conocimientos de por qué es malo comer muchos dulces en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 52.8% de los escolares de nivel inicial, el 75% de los escolares de nivel primaria y el 66.8% de escolares de nivel secundario conocen sobre por qué es malo comer muchos dulces, sin embargo el 38.7% de los escolares de nivel inicial, el 20.7% de los escolares de nivel primaria y el 28.6% de escolares de nivel secundario desconocen sobre por qué es malo comer muchos dulces en los escolares.

GRÁFICA N° 3

CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES BUENO CONSUMIR FRUTAS Y VERDURAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

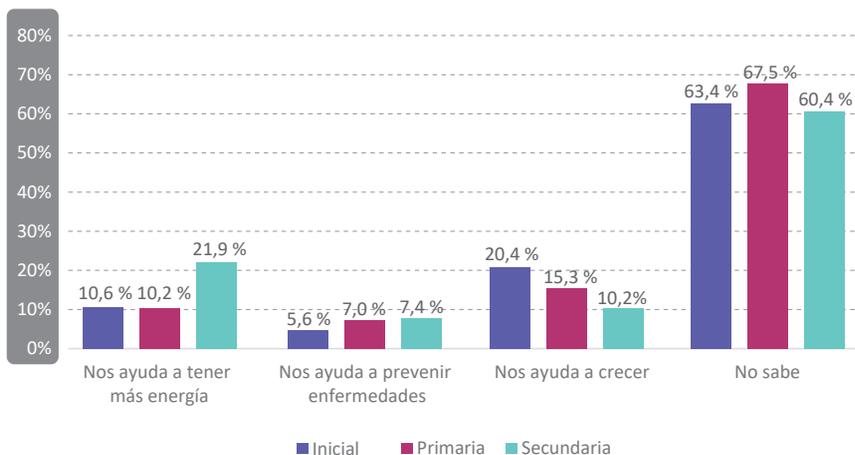


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 3 sobre conocimientos de por qué es bueno consumir frutas y verduras en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 47.9% de los escolares de nivel inicial, el 37.1% de los escolares de nivel primaria, y el 36.7% de los escolares de nivel secundario desconocen sobre por qué es bueno consumir frutas y verduras. Sin embargo, el 26.9% de los escolares de nivel secundario, el 22% de los escolares de nivel primario y el 14.8% de los escolares de nivel inicial conocen sobre por qué es bueno consumir frutas y verduras.

GRÁFICA N° 4

CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES BUENO CONSUMIR ARROZ, PAPA, LENTEJA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

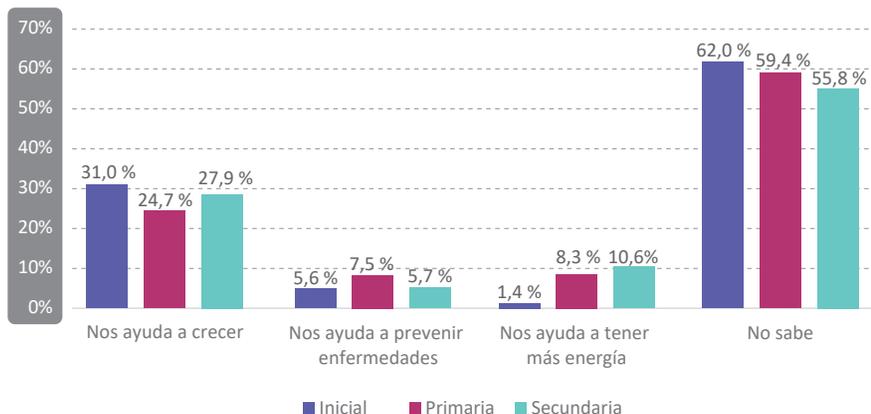


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 4 describe los conocimientos sobre por qué es bueno consumir arroz, papa, lenteja en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 89.4% de los escolares de nivel inicial, el 89.8% de los escolares de nivel primaria y el 78% de los escolares de nivel secundario desconocen sobre por qué es bueno consumir arroz, papa, lenteja. Sin embargo, el 21.9% de los escolares de nivel secundario, y el 10% de los escolares de nivel inicial como de nivel primario conoce sobre por qué es bueno consumir arroz, papa, lenteja en los escolares.

GRÁFICA N° 5

CONOCIMIENTOS SOBRE POR QUÉ ES BUENO CONSUMIR CARNE, HUEVO O LECHE EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

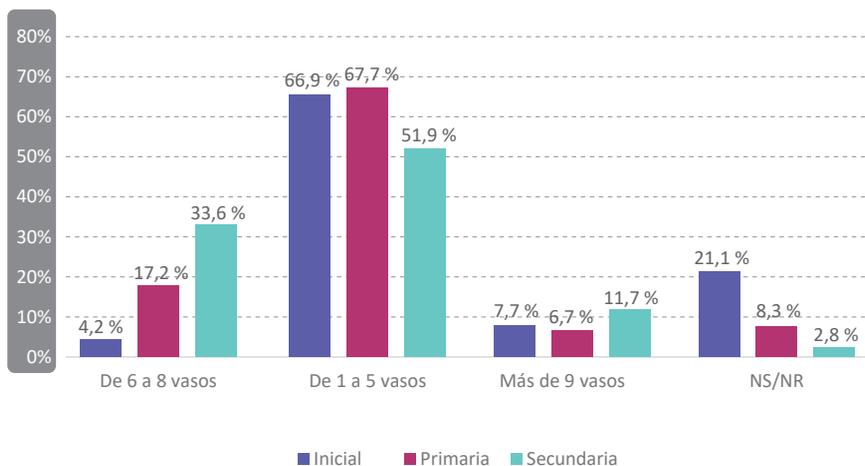


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 5 describe los conocimientos sobre por qué es bueno consumir carne, huevo o leche, el 69% de los estudiantes de nivel inicial, el 75.2% de los escolares de nivel primaria y el 72.1% de los escolares de nivel secundario desconocen sobre por qué es bueno consumir carne, huevo o leche. Sin embargo, el 31% de los escolares de nivel inicial, el 27.9% de los escolares de nivel secundario y el 24.7% de los escolares de nivel primario conocen sobre por qué es bueno consumir carne, huevo o leche en los escolares.

GRÁFICA N° 6

CONOCIMIENTOS SOBRE CUÁNTOS VASOS DE AGUA DEBEN TOMAR AL DÍA LOS ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

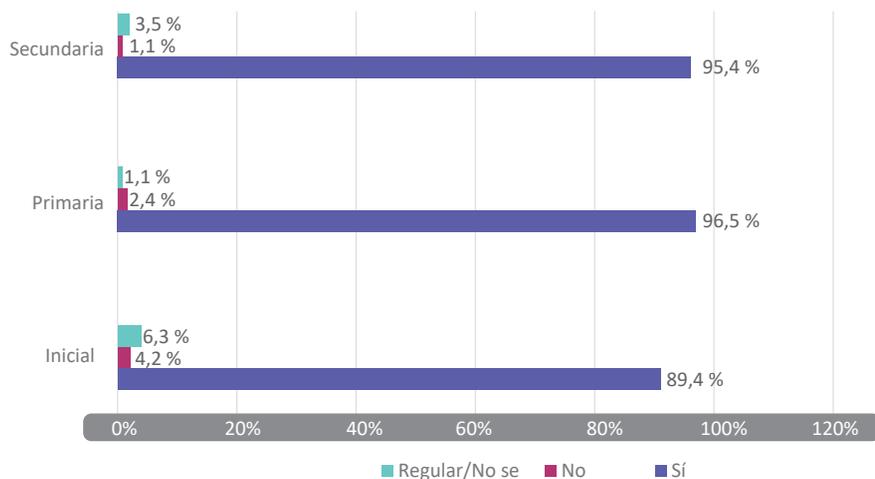


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 6 describe conocimientos sobre cuántos vasos de agua deben tomar al día los estudiantes, el 95.7% de los escolares de nivel inicial, el 82.7% de los escolares de nivel primario y el 66.4% de los escolares de nivel secundario desconocen sobre cuántos vasos de agua deben tomar al día los escolares, sin embargo, el 33.6% de los escolares de nivel secundario, el 17.25 de los escolares de nivel primario y el 4.2% de los escolares de nivel inicial conocen sobre cuántos vasos de agua deben tomar al día los escolares.

GRÁFICA N° 7

BENEFICIO PERCIBIDO SOBRE SI ES BUENO DESAYUNAR ANTES DE IR A LA ESCUELA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

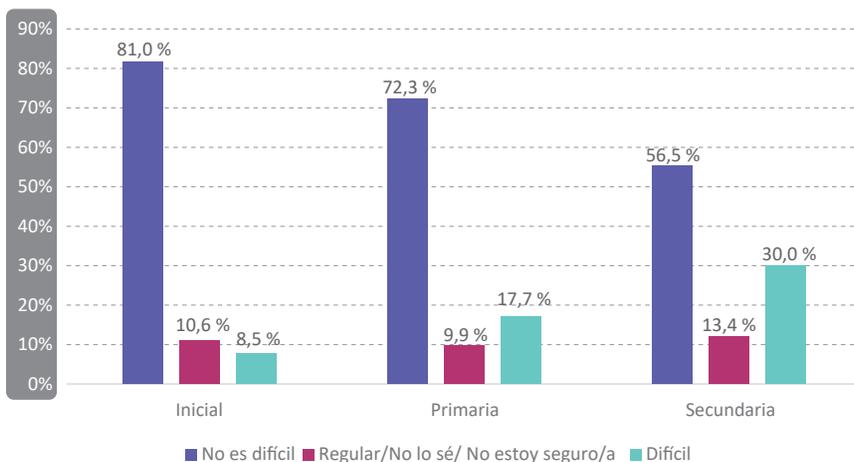


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 7 describe sobre los beneficios percibidos sobre si cree que es bueno desayunar antes de ir a la escuela, aproximadamente el 95% de los escolares de nivel secundario y primario como el 89.4% de los escolares de nivel inicial cree que es bueno desayunar antes de ir a la escuela. El 18.6% de los escolares de los tres niveles no perciben que es bueno desayunar antes de ir a la escuela.

GRÁFICA N° 8

BARRERAS PERCIBIDAS SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES COMER ALGO POR LA MAÑANA ANTES DE IR A LA ESCUELA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

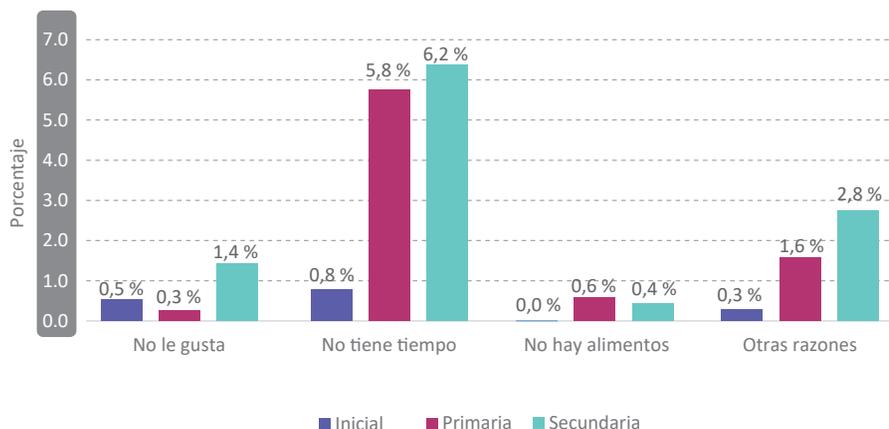


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 8 describe las barreras percibidas sobre qué tan difícil es comer algo por la mañana antes de ir a la escuela, el 30% de los escolares de nivel secundario, el 17.7% de los escolares de nivel primaria y el 8.5% de los escolares de nivel inicial percibe que es difícil comer algo por la mañana antes de ir a la escuela, aproximadamente el 11.3% de los escolares no está seguro/a sobre qué tan difícil es comer algo por la mañana antes de ir a la escuela.

GRÁFICA N° 9

RAZONES SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES COMER ALGO POR LA MAÑANA ANTES DE IR A LA ESCUELA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

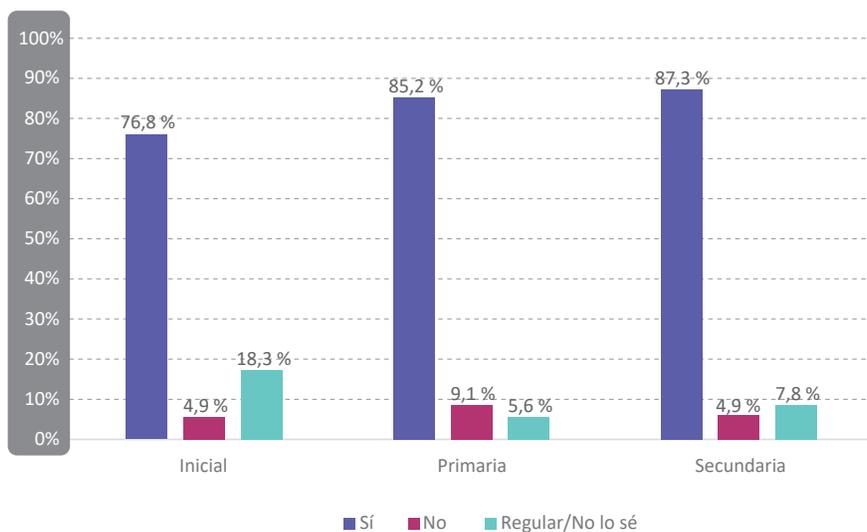


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 9 describe las razones sobre qué tan difícil es comer algo por la mañana antes de ir a la escuela, el 6.2% de los escolares de nivel secundario y el 5.8% de los escolares de nivel primario no tiene tiempo para comer algo por la mañana antes de ir a la escuela.

GRÁFICA N° 10

BENEFICIOS PERCIBIDOS SOBRE SI CREE QUE ES BUENO TENER TRES COMIDAS PRINCIPALES Y MERIENDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

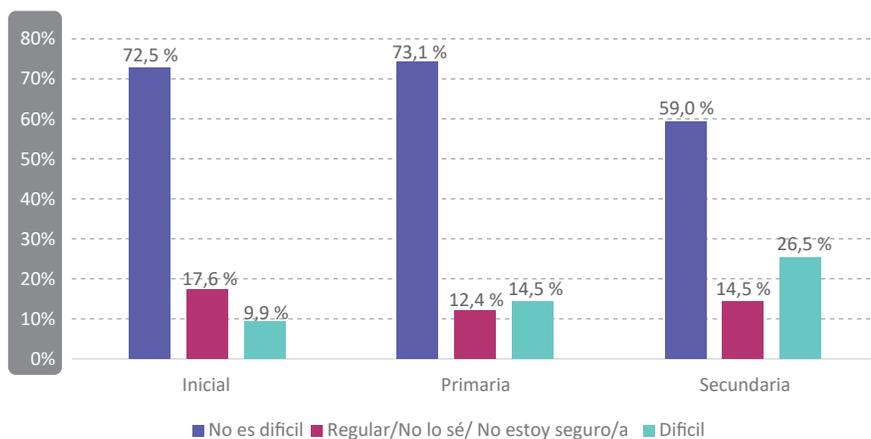


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 10 describe los beneficios percibidos sobre si cree que es bueno tener tres comidas principales y meriendas en escolares, el 87.3% de los escolares de nivel secundario, el 85.2% de los escolares de nivel primario y el 76.8% de los escolares de nivel inicial perciben los beneficios sobre que es bueno tener tres comidas principales y meriendas en escolares.

GRÁFICA N° 11

BARRERA PERCIBIDA SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER TRES COMIDAS AL DÍA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

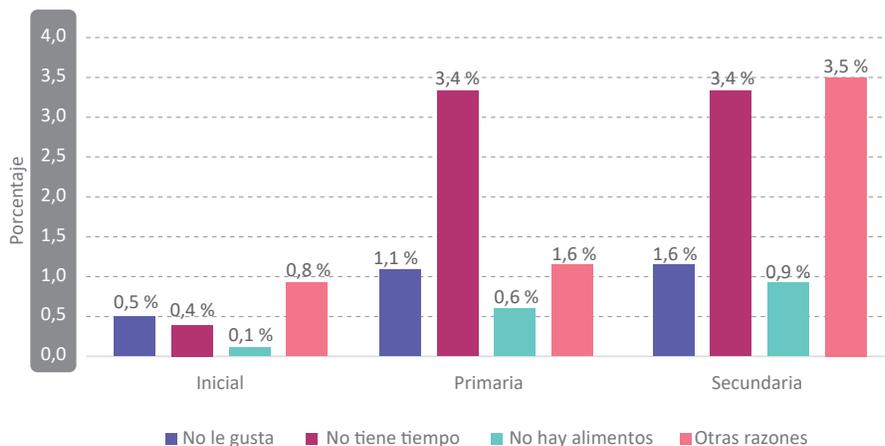


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 11, el 26.5% de los escolares de nivel secundario, el 14.5% del nivel primario y el 9.9% de los escolares de nivel inicial perciben que es difícil tener tres comidas al día, aproximadamente el 14.8% de los escolares no está seguro/a sobre qué tan difícil es tener tres comidas al día.

GRÁFICA N° 12

RAZONES SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER TRES COMIDAS AL DÍA EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

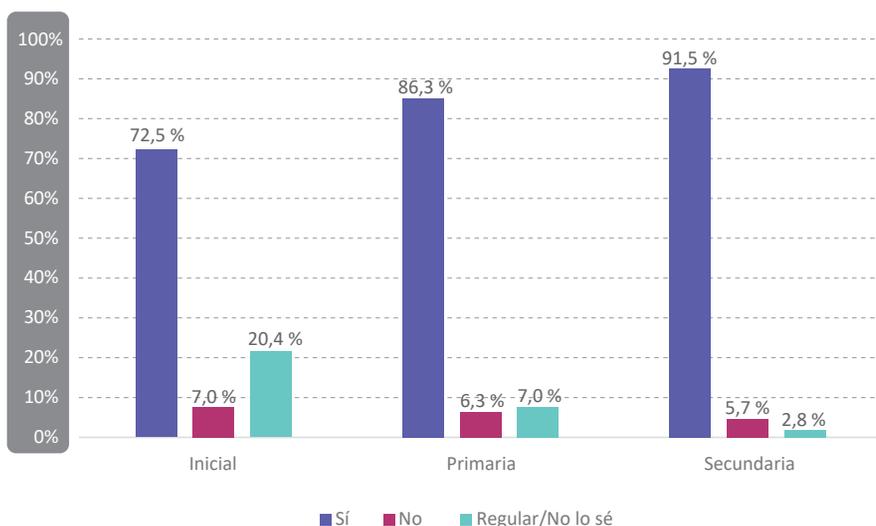


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 12, de razones sobre qué tan difícil es tener tres comidas al día en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 4.5% de los escolares de nivel primario y el 5% del nivel secundario percibe que no tiene tiempo para consumir tres comidas al día o no le gusta.

GRÁFICA N° 13

BENEFICIOS PERCIBIDOS SOBRE SI CREE QUE ES BUENO TENER DIFERENTES TIPOS DE ALIMENTOS EN LAS COMIDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

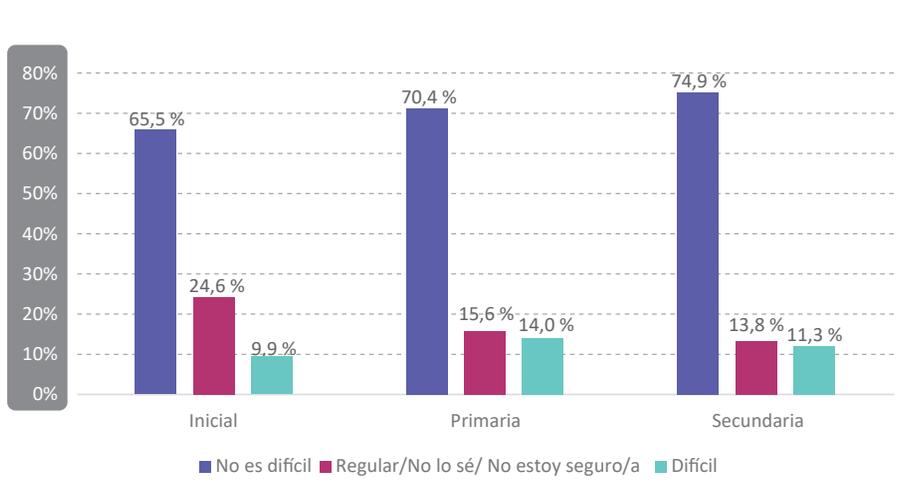


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 13 sobre los beneficios percibidos de si cree que es bueno tener diferentes tipos de alimentos en las comidas en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 91.5% de los escolares de nivel secundario, el 86.3% de los escolares de nivel primario y el 72.5% de nivel inicial perciben que es bueno tener diferentes tipos de alimentos en las comidas. Aproximadamente el 6.5% de los escolares perciben que no es bueno tener diferentes tipos de alimentos en las comidas.

GRÁFICA N° 14

BARRERAS PERCIBIDAS SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER DIFERENTES TIPOS DE ALIMENTOS EN LAS COMIDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

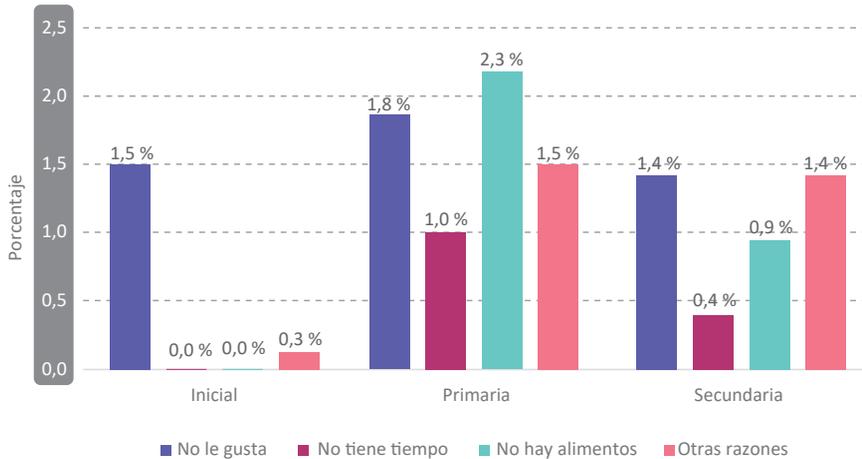


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 13 sobre las barreras percibidas de tener diferentes tipos de alimentos en las comidas en estudiantes de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 24.6% de los escolares de nivel inicial, el 15.6% de nivel primario y el 13.8% del nivel secundario no está seguro/a sobre qué tan difícil es tener diferentes tipos de alimentos en las comidas. Aproximadamente el 70.3% de los escolares percibe que no es difícil tener diferentes tipos de alimentos en las comidas.

GRÁFICA N° 15

RAZONES SOBRE QUÉ TAN DIFÍCIL ES TENER DIFERENTES TIPOS DE ALIMENTOS EN LAS COMIDAS EN ESTUDIANTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.



Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 15 sobre razones de qué tan difícil es tener diferentes tipos de alimentos en las comidas, el 3.2% de los escolares de nivel primario y secundario perciben que la razón sobre qué tan difícil es tener diferentes tipos de alimentos en las comidas es la ausencia de alimentos variados.

CUADRO N° 7

CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

Variables	Femenino		Masculino		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Conocimientos	Bajo	358	44.9	359	45.0	717	90.0
	Alto	47	5.9	33	4.1	80	10.0
Actitudes	Desfavorable	75	9.4	60	7.5	135	16.9
	Favorable	330	41.4	332	41.7	662	83.1
Prácticas	Inadecuadas	128	16.1	127	15.9	255	32.0
	Adecuadas	277	34.8	265	33.2	524	68.0

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N° 7, describe los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en escolares de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, el 90% de los escolares presentaron conocimientos bajos sobre alimentación saludable, el 83.1% de los escolares presentaron actitudes favorables sobre la importancia de una alimentación saludable, el 68% de los escolares presentaron prácticas adecuadas sobre alimentación saludable.

CUADRO N° 8

CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN NIVEL DE ESTUDIO DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

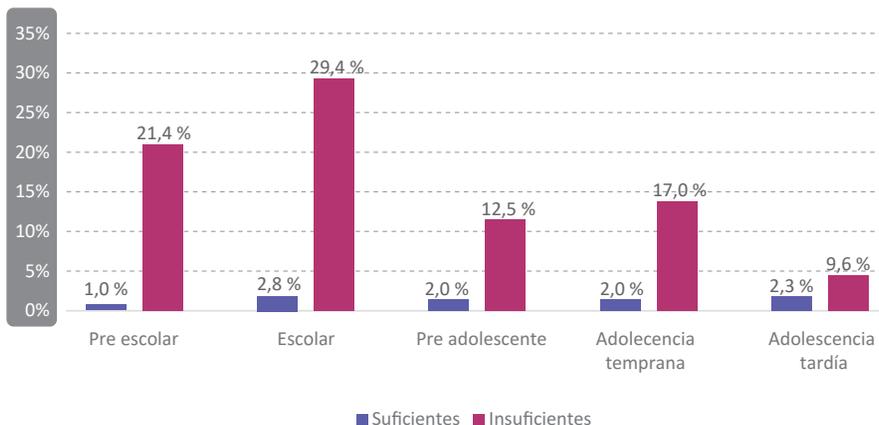
Variables		Inicial		Primaria		Secundaria		Total	
		n	%	n	%	n	%	n	%
Cono- cimientos	Bajo	135	95.1	341	91.7	241	85.2	717	90.0
	Alto	7	4.9	31	8.3	42	14.8	80	10.0
Actitudes	Desfavor- able	30	21.1	58	15.6	47	16.6	135	16.9
	Favorable	112	78.9	314	84.4	236	83.4	662	83.1
Prácticas	Inadecua- das	21	14.8	99	26.6	135	47.7	255	32.0
	Adecuadas	121	85.2	273	73.4	148	52.3	542	68.0

Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En el cuadro N° 8, describe los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en escolares según nivel de estudio de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, a medida que avanza del nivel inicial 4.9% al secundario 14.8% aumentan los conocimientos, las actitudes para una alimentación saludable son más favorables en los escolares de nivel primaria 84.4% y secundaria 83.4%, las prácticas adecuadas sobre alimentación saludable es mayor a nivel inicial 85.2% sin embargo a medida que avanza hasta el nivel secundario disminuye 52.3%.

GRÁFICA N° 16

CONOCIMIENTOS, SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN GRUPOS DE EDAD DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

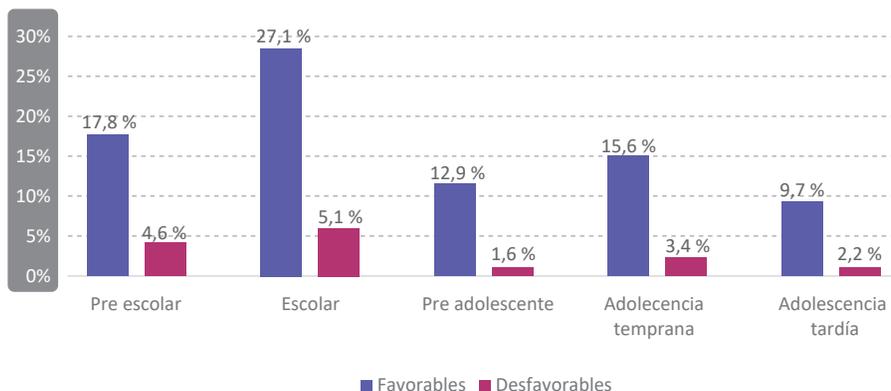


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 16 sobre conocimientos de alimentación saludable de los escolares según grupos de edad, el 29.4% de los escolares tienen conocimientos insuficientes sobre alimentación saludable, aproximadamente el 6.3% de los adolescentes presentaron conocimientos suficientes sobre alimentación saludable.

GRÁFICA N° 17

ACTITUDES, SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN GRUPOS DE EDAD DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.

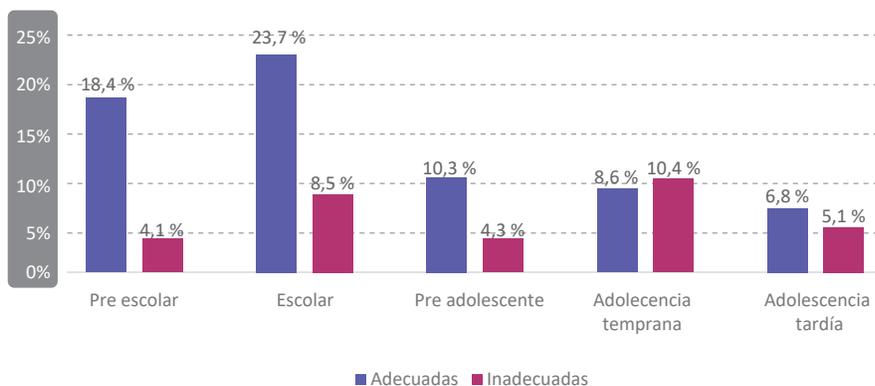


Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 17, sobre actitudes percibidas en alimentación saludable de los escolares según grupos de edad, el 27.1% de los escolares tienen actitudes favorables o positivas sobre alimentación saludable, aproximadamente solo el 7.2% de los adolescentes presentaron actitudes desfavorables sobre alimentación saludable.

GRÁFICA N° 18

PRÁCTICAS, SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES SEGÚN GRUPOS DE EDAD DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.



Fuente: Datos de la investigación, 2022.

En la gráfica N° 18, sobre prácticas de alimentación saludable de los escolares según grupos de edad, el 23.7% de los escolares tienen prácticas adecuadas sobre alimentación saludable, aproximadamente solo el 10.3% de los pre adolescentes presentaron prácticas adecuadas, sin embargo, a medida que avanza la edad aumenta las prácticas inadecuadas sobre alimentación saludable.

GRÁFICA N° 19

PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN MACRO DISTRITOS EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.



Fuente: Datos de la investigación, 2022.

*Sur y Mallasa son macrodistritos independientes y que para este estudio se tomó en conjunto la muestra.

En la gráfica N° 19 sobre prácticas de alimentación saludable de los escolares por macro distrito, el 100% de los escolares de Hampaturi tienen prácticas adecuadas sobre alimentación saludable, aproximadamente el 66% de los escolares de los macro distritos urbanos del Municipio de La Paz presentaron prácticas adecuadas sobre alimentación saludable.

GRÁFICA N° 20

CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN MACRO DISTRITOS EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.



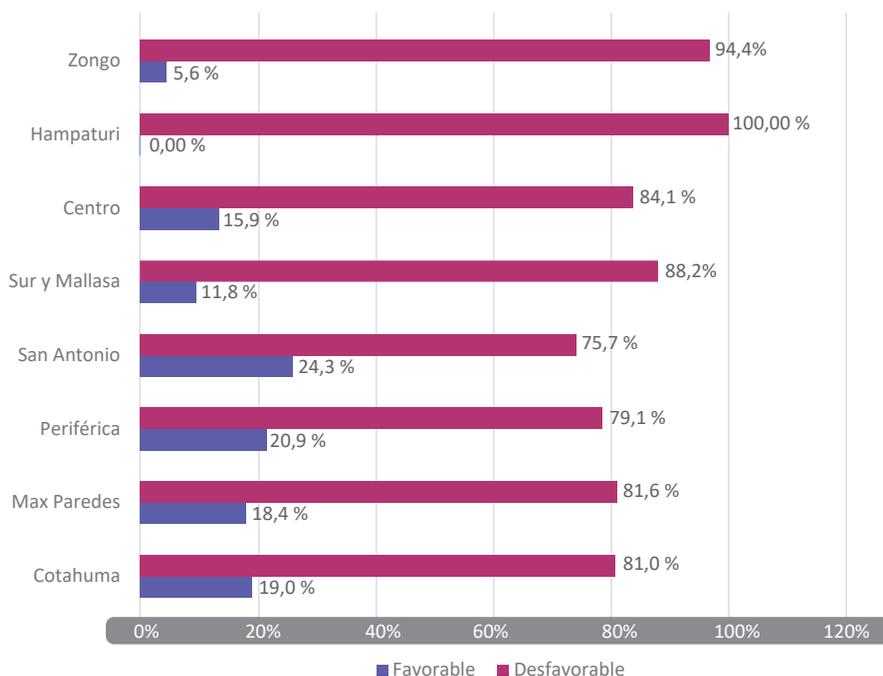
Fuente: Datos de la investigación, 2022.

*Sur y Mallasa son macrodistritos independientes y que para este estudio se tomó en conjunto la muestra.

En la gráfica N° 20, sobre conocimientos de alimentación saludable de los escolares de las unidades educativas fiscales y de convenio del municipio de La Paz, aproximadamente más del 90% de los escolares de todos los macro distritos del municipio de La Paz, tiene conocimientos insuficientes sobre alimentación saludable.

GRÁFICA N° 21

ACTITUD SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN MACRO DISTRITOS EN ESCOLARES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS FISCALES Y DE CONVENIO DEL MUNICIPIO DE LA PAZ, 2022.



Fuente: Datos de la investigación, 2022.

*Sur y Mallasa son macrodistritos independientes y que para este estudio se tomó en conjunto la muestra.

En la gráfica N° 21 en relación a la actitud sobre alimentación saludable, más del 90% de los macro distritos rurales tienen actitudes favorables sobre una alimentación saludables, así también aproximadamente el 82% de los escolares de los macro distritos urbanos presentaron una actitud favorable frente a la alimentación saludable.

9. DISCUSIÓN

De acuerdo a los criterios de la FAO ⁽¹⁶⁾ sobre el nivel de umbral sugeridos que indican la necesidad de una intervención en educación alimentaria nutricional, los hallazgos reporta que el 90% de los escolares tienen conocimientos insuficientes sobre alimentación saludable, sin embargo el 83% tiene actitudes favorables y el 68% tiene prácticas adecuadas, en un estudio realizado en el Perú por Rivas S., encontró mayores conocimientos 74.8%, sin embargo las actitudes y prácticas son datos similares a lo reportado 72.7% y 69.8% respectivamente ⁽¹⁷⁾.

La proporción de mujeres de nivel inicial, primaria y secundaria demostraron mayores conocimientos 5.9% y prácticas 34.8% sobre alimentación saludable en comparación a los varones, sin embargo, los varones presentaron más actitudes favorables 41.7% frente a las mujeres, datos por debajo a lo reportado por Rivas S., en un estudio realizado en el Perú donde las mujeres demostraron conocimientos altos, prácticas adecuadas y actitudes favorables 76,5% vs. 75,0%, 75,5% vs. 70,7% y 72,5% vs. 67,9%, respectivamente ⁽¹⁷⁾.

En relación a los conocimientos sobre problemas que puede haber en los niños que no consumen alimentos antes de ir a la escuela, el 37.1% los escolares declaran que no se puede prestar atención en clases cuando no se consume alimentos antes de venir a la Unidad Educativa, el 71% de los escolares conocen sobre por qué es malo comer muchos dulces, el 21.2% de los escolares conocen sobre por qué es bueno consumir frutas y verduras, el 18.3% conocen sobre cuántos vasos de agua se debe tomar al día, resultados similares a lo reportado por Churata en el Puno – Perú, donde aproximadamente el 21.8% de los estudiantes tiene un conocimiento bueno sobre alimentación saludable ⁽²²⁾. En el estudio realizado por la UNICEF muestra por debajo a lo reportado donde el 61.7% conoce por que es malo comer golosinas dulces ⁽²³⁾.

En cuanto las actitudes positivas o favorables el 93.7% de los escolares perciben que es bueno desayunar antes de ir a la escuela, el 83% de los escolares cree que es bueno tener diferentes tipos de alimentos en las comidas así también



tener tres comidas principales y meriendas, una de las principales razones para no comer antes de ir a la unidad educativa o consumir tres comidas principales es el de no tener tiempo suficiente 6% o en algunos casos no les gusta 5%. Los datos son mucho mayores al comparar los resultados con lo publicado por Churata en el Puno – Perú, donde el 62% tiene una actitud buena a excelente y al comparar con lo expuesto por Sastoque en Bogotá. Sin embargo, los resultados son similares a lo reportado por el estudio de Rugemnber y col, UNICEF – MS 2020 ⁽²³⁾.

Los estudiantes presentan actitudes favorables con respecto a la alimentación saludable que podrían deberse a la existencia de diferentes aspectos, entre los que intervienen componentes tanto internos como externos del escolar, que pueden ser de orden social, cognitivo y emocional, tomando en cuenta también la percepción y afrontamiento a su posible impacto en su salud ^(18,22).

El 87.6% de los escolares desayunan antes de venir a la escuela, el 95% desayunan en casa, el 95.7% almuerza, el 74.1% de los escolares sus padres son los que preparan la comida, el 84.1% de los escolares cenan, el 43.5% lleva alimentos al colegio, el 54.6% compra alimentos, de los cuales el 80.2% lo compra en la unidad educativa. El 21.6% trae alimentos naturales y mínimamente procesados de 2 a 3 veces a la semana, el 22% trae productos comestibles procesados y ultra procesados de 2 a 3 veces a la semana. Lo que más compran los escolares 49.7% en la unidad educativa es productos comestibles ultra procesados y procesados.

Los datos presentados son mayores a lo reportado por Rugemnber y col, UNICEF – MS 2020, donde el 29.1% de los estudiantes consumen Alimentos preparados sopas de fideo, panadería, asaditos, también al contrastar con el estudio según las recomendaciones de la FAO/OMS menciona que el escolar tiene mayor libertad de elegir alimentos y durante los años escolares comen al menos una comida al día fuera del hogar. Los adultos cumplen el rol a promover un cambio hacia una alimentación saludable, incrementando la variedad de alimentos, adecuada ingestión de frutas y verduras, alimentos ricos en calcio y rutinariamente consumir de manera planificada las comidas o colaciones, asegurándose que estos alimentos se encuentren disponibles en el hogar ^(17,24).

10. CONCLUSIONES

Las mujeres escolares de todos los niveles demostraron mayores conocimientos y prácticas sobre alimentación saludable. La mayoría de los varones demostraron actitudes favorables referentes a alimentación saludable.

En general los escolares y adolescentes presentaron insuficientes conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación saludable.

Los escolares que adquieren alimentos en la Unidad Educativa eligen productos ultra procesados mientras los que llevan de su casa incluyen alimentos naturales y ultra procesados en proporciones similares.

11. RECOMENDACIONES

Implementar un programa de educación información y comunicación dirigido a los padres de familia, a los profesores y estudiantes para incrementar los conocimientos y mejorar el consumo de una alimentación saludable.

Promover el funcionamiento de kioscos saludables para el expendio de alimentos naturales preparados altamente nutritivos.

Para futuros estudios se recomienda determinar los factores asociados a prácticas inadecuadas sobre alimentación saludable.

12. BIBLIOGRAFÍA

1. Pedraza DF. Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil. Rev Salud Pública. 2004;6:140-55.
2. Ministerio de Salud y deportes. Guía Alimentaria para la niña y el niño en edad escolar [Internet]. Ministerio de Salud. [citado 27 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.studocu.com/bo/document/universidad-mayor-de-san-simon/medicina-legal/p343-g-dgps-uan-guia-alimentaria-para-lanias-y-el-nio-en-edad-escolar/14184163>
3. UNICEF. Tres de cada diez estudiantes bolivianos tienen sobrepeso y obesidad [Internet]. [citado 27 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/bolivia/comunicados-prensa/tres-de-cada-diez-estudiantes-bolivianos-tienen-sobrepeso-y-obesidad>
4. Pérez-Cueto FJA, Almanza-López MJ, Pérez-Cueto JD, Eulert ME. Estado nutricional y características de la dieta de un grupo de adolescentes de la localidad rural de Calama, Bolivia. Nutr Hosp. febrero de 2009;24(1):46-50.
5. Gomez-Campos R, Arruda M, Luarte-Rocha C, Urra Albornoz C, Almonacid Fierro A, Cossio-Bolaños M. Enfoque teórico del crecimiento físico de niños y adolescentes. Rev Esp Nutr Humana Dietética. septiembre de 2016;20(3):244-53.
6. OMS. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud – Biblioteca Cesni [Internet]. 2004 [citado 28 de abril de 2022]. Disponible en: <https://cesni-biblioteca.org/infant-and-young-child-feeding/>
7. Europeas C de las C. Libro Blanco - Estrategia europea sobre problemas de salud relacionados con la alimentación, el sobrepeso y la obesidad. 2006 [citado 28 de abril de 2022]; Disponible en: http://europa.eu/legislation_

summaries/public_health/health_determinants_lifestyle/c11542c_es.html

8. Aparici EZ. Educación alimentaria: salud y cohesión social. *Salud Colect.* junio de 2017;13:295-306.
9. OPS. Prevención de la Obesidad- OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. 2014 [citado 28 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
10. UNICEF. La importancia del entorno escolar en la alimentación de niñas, niños y adolescentes [Internet]. 2022 [citado 28 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/mexico/historias/la-importancia-del-entorno-escolar-en-la-alimentaci%C3%B3n-de-ni%C3%B1as-y-adolescentes>
11. Alzate Yepes T. Dieta saludable. *Perspect En Nutr Humana.* junio de 2019;21(1):9-14.
12. V. Ramírez A. La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. *An Fac Med.* septiembre de 2009;70(3):217-24.
13. Sanhueza SV, Friz Carrillo MC, Quintriqueo Millán S. Estudio exploratorio sobre las actitudes y comportamiento del profesorado de Chile en contextos de escolarización de alumnado inmigrante. *Rev Electrónica Investig Educ.* 2014;16(3):148-62.
14. Escalante Gómez E, Repetto AM, Mattinello G. Exploración y análisis de la actitud hacia la estadística en alumnos de psicología. *Liberabit.* enero de 2012;18(1):15-26.
15. Fardella C, Carvajal Muñoz F, Fardella C, Carvajal Muñoz F. Los estudios sociales de la práctica y la práctica como Unidad de estudio. *Psicoperspectivas.* marzo de 2018;17(1):91-102.

16. FAO. Directrices para evaluar los conocimientos, actitudes y prácticas relacionados con la nutrición [Internet]. 2014 [citado 2 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/i3545e/i3545e00.html>
17. Rivas Pajuelo S, Saintila J, Rodríguez Vásquez M, Calizaya-Milla YE, Javier-Aliaga DJ, Rivas Pajuelo S, et al. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: un estudio transversal. *Rev Esp Nutr Humana Dietética*. marzo de 2021;25(1):87-94.
18. Bustamante NMS. Conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de padres de familia de beneficiarios de un hogar infantil. ICBF. localidad de suba. 2019;55.
19. Padilla PR, Celi-Torres D, Moreno-Pajuelo A, Lama-Martínez E, Ávalos-Pérez M, Delgado-López V. CAP-COVID: Conocimientos, actitudes y prácticas (CAP) entorno a la alimentación durante la pandemia de COVID-19 en las ciudades capital de Ecuador y Perú. *Nutr Clínica Dietética Hosp* [Internet]. 2021 [citado 30 de abril de 2022];41(4). Disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/194>
20. Realpe Silva FG. Influencia de conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los cuidadores en el hogar, en el estado nutricional de los niños y niñas en edad preescolar que asisten al Centro de Desarrollo Infantil Arquita de Noé en el período julio-noviembre 2013. *Pontif Univ Católica Ecuad* [Internet]. 2014 [citado 30 de abril de 2022]; Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec:80/xmlui/handle/22000/7520>
21. Aldana Delgado JR. Conocimientos, actitudes y prácticas referidas en madres, sobre alimentación de niños de 0 - 5 años, diagnosticados desnutridos crónicos en Microred Mórrope. *Univ San Martín Porres – USMP* [Internet]. 2017 [citado 30 de abril de 2022]; Disponible en: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/2521>

22. Vázquez-Garibay EM, Romero-Velarde E. Esquemas de alimentación saludable en niños durante sus diferentes etapas de la vida: Parte II. Preescolares, escolares y adolescentes. Bol Méd Hosp Infant México. diciembre de 2008;65(6):605-15.
23. Jordán de Guzmán M., Andrade T., Angus E., Archondo J, Estudio de consumo de alimentos y frecuencia de consumo durante el recreo escolar en establecimientos educacionales Fiscales y Particulares de la ciudad de La Paz. Universidad Mayor de San Andrés, Carrera de Nutrición y Dietética. La Paz – Bolivia 1985.

13. ANEXOS

ANEXO N°1

ENCUESTA DE CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE (1)

Instrucciones: Las preguntas pueden ser administradas a los padres o tutor. Explicarle al participante (escolar): Te hare preguntas acerca de tu alimentación en general. Si no entiendes alguna pregunta te la explicare.

PRÁCTICAS

P.1: Desayuno:

a. ¿Desayunaste antes de venir a la escuela?

Sí --- Ir a la pregunta P1. b.

No --- Pase a la pregunta P2

No sabe / No contesta

b. En caso afirmativo: ¿A qué hora?

Entre 6 am – 9 am.

Entre 9 am. – 12 pm.

c. ¿Dónde?

En casa

En la escuela/colegio

Fuera de casa

P.2: Almuerzo:

a. Si la entrevista se lleva a cabo antes de la hora del almuerzo, (turno mañana) pregunte: ¿Almorzaste ayer? Si la entrevista se lleva a cabo después de la hora de la comida, (turno tarde) pregunte: ¿Almorzaste hoy?

Sí --- Pase a la pregunta P.2.b

No --- Pase a la pregunta P.3

No sabe / No contesta

b. En caso afirmativo: ¿A qué hora?

Entre 12 pm – 3pm

Entre 3pm – 6pm

c. ¿Quién prepara la comida?

Los padres en el hogar

La tiendita o la pensión, restaurante. Compró la comida.

Algún familiar

P.3: Cena:

a. ¿Cenaste ayer?

Sí --- Pase a la pregunta P3. b.

No --- Pase a la pregunta P4

No sabe / No contesta

b. En caso afirmativo: ¿A qué hora?:

Entre 6pm – 9pm

Entre 9pm. -12 am.

c. ¿Dónde?

En casa

Fuera de casa

P.4: Refrigerios/colaciones/snacks en la unidad educativa

a. ¿Lleva alimentos al colegio?

Sí --- Pase a la pregunta P4. b.

No --- Pase a la pregunta P4. c.

No sabe / No contesta

b. En caso afirmativo: ¿Qué alimento trae?

COD. Numero del alimento

COD. Frecuencia

(ver cartilla de frecuencia de consumo de alimentos colocar codificacion)

c. En el colegio ¿Ayer, compraste alimentos con tu propio dinero?

Sí --- Pase a la pregunta P4. d.

No --- Pase a la pregunta P5

No sabe / No contesta

d. En caso afirmativo: ¿Qué compraste?

COD. Numero del alimento

COD. Frecuencia

(ver cartilla de frecuencia de consumo de alimentos colocar codificacion)

e. ¿Dónde compras los alimentos?

Tienda en la escuela

En la calle (de vendedores ambulantes)

CONOCIMIENTOS

C.5: Consecuencias de no desayunar o almorzar

Algunos niños no comen bien antes de ir a la escuela y tienen hambre en clase ¿Qué problemas puede haber en los niños que no consumen alimentos antes de ir a la escuela?

Los niños prestan poca atención / tienen baja concentración / no pueden estudiar bien / no les va tan bien en la escuela como deberían

No sabe

Otro: _____

C.6: Dulces y caramelos

¿Por qué crees que los padres no deben dejar que sus hijos coman muchos dulces y caramelos? En otras palabras: ¿Por qué es malo comer muchos dulces?

Debido a que pueden causar caries en los dientes

Debido a que no son nutritivos

Debido a que interfieren con el apetito

Otro: _____

No sabe

C.7: Frutas y verduras

¿Por qué es bueno consumir frutas y verduras?

Nos ayuda a prevenir enfermedades

Nos ayuda a crecer

Nos ayuda a tener mas energia

Otro: _____

No sabe

C.8: Cereales, Raices y tuberculos, leguminosas

¿Por qué es bueno consumir arroz, papa, lenteja?

Nos ayuda a prevenir enfermedades

Nos ayuda a crecer

Nos ayuda a tener mas energia

Otro: _____

No sabe

C.9: Carnes, huevo o leche

¿Por qué es bueno consumir Carne, huevo o leche?

Nos ayuda a prevenir enfermedades

Nos ayuda a crecer

Nos ayuda a tener mas energia

Otro: _____

No sabe

C.10: Agua

¿Cuántos vasos de agua debemos tomar al día?

De 1 a 5 vasos

De 6 a 8 vasos

Mas de 9 vasos

No sabe

Numero de respuestas correctas de prácticas

Numero de respuestas correctas de conocimientos

ACTITUDES

A.11: Desayunar. Beneficios percibidos

¿Crees que es bueno desayunar antes de ir a la escuela?

- 1. Si
- 2. Regular/ No lo sé
- 3. No

Barreras percibidas

¿Qué tan difícil es para ti comer algo por la mañana antes de ir a la escuela?

- 1. No es difícil
- 2. Regular/ No lo sé/ No estoy seguro/a
- 3. Difícil --->¿Me podrías decir por qué razones?
 - 3.1 Nole gusta
 - 3.2 No tiene tiempo
 - 3.3 No hay alimentos
 - Otro: _____

A.12: Tener tres comidas principales y meriendas

Beneficios percibidos

¿Crees que es bueno tener tres comidas al día?

- 1. Si
- 2. Regular/ No lo sé
- 3. No

Barreras percibidas

¿Qué tan difícil es para ti tener tres comidas al día?

- 1. No es difícil
- 2. Regular/ No lo sé/ No estoy seguro/a
- 3. Difícil --->¿Me podrías decir por qué razones?
 - 3.1 Nole gusta
 - 3.2 No tiene tiempo
 - 3.3 No hay alimentos
 - Otro: _____

A.13: Tener diferentes tipos de alimentos en las comidas

Beneficios percibidos

¿Crees que es bueno que las comidas contengan diferentes tipos de alimentos?

- 1. Si
- 2. Regular/ No lo sé
- 3. No

Barreras percibidas

¿Qué tan difícil es para ti tener diferentes tipos de alimentos en las comidas?

- 1. No es difícil
- 2. Regular/ No lo sé/ No estoy seguro/a
- 3. Difícil --->¿Me podrías decir por qué razones?
 - 3.1 Nole gusta
 - 3.2 No tiene tiempo
 - 3.3 No hay alimentos
 - Otro: _____

Numero de respuestas favorables de actitud

FRECUENCIA CONSUMO DE ALIMENTOS (2)

CODIGO DE FRECUENCIA: 1) Diario. 2) Semanal. 3) 2 a 3 veces por semana. 4) Rara vez. 5) Nunca

F.14 ALIMENTOS NATURALES Y MINIMAMENTE PROCESADOS

Alimentos naturales **Frecuencia (Colocar el numero de codigo)**

- 1. Verduras
- 2. Frutas
- 3. Nueces, almendras, semillas
- 4. Otro: _____

Alimentos minimamente procesados

- 5. Yogurt
- 6. Yogurth con fruta
- 7. Sandwich de palta
- 8. Pan con platano
- 9. Otro: _____

F.15 EL CONSUMO: PROCESADO Y ALTAMENTE PROCESADOS

Productos comestibles procesados

- 10. Sandwich de huevo
- 11. Sandwich de atun
- 12. Frutas en almibar
- 13. Sandwich de mortadela
- 14. Otro: _____

Productos ultraprocesados

- 15. Sopas instantáneas
- 16. Cereales de desayuno
- 17. Papas fritas
- 18. Plátano frito
- 19. Barras de energía
- 20. Bebidas azucaradas
- 21. Bebidas energizantes
- 22. Galletas dulces
- 23. Galletas saladas
- 24. Productos de pastelería
- 25. Dulces y caramelos, helados
- 26. Leches saborizados
- 27. Chocolates
- 28. Otro: _____

(1) Adaptado de: *FAO KAP model questionnaires*

(2) Clasificación OPS/OMS



Siguemos en:
ESCUELA DE MIL COLORES



GAMPLP
GOBIERNO AUTÓNOMO MUNICIPAL DE LA PAZ



GOBIERNO AUTÓNOMO MUNICIPAL

