



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA SALUD HUMANA
CARRERA DE MEDICINA**

“ESTUDIO COMPARATIVO DEL ESTADO NUTRICIONAL A TRAVÉS DEL ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y TIPO DE ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO FISCAL MIXTO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA Y EL COLEGIO DR. EDUARDO MORA MORENO DE LA PARROQUIA CHANTACO, CANTÓN LOJA”

TESIS
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
GRADO DE MÉDICO

**AUTORA:
MÓNICA BIRMANIA CEVALLOS ORBE**

**DIRECTORA DE TESIS:
DRA. ALBA MOGROVEJO**

LOJA - ECUADOR

2011

CERTIFICACIÓN

Dra. Alba Mogrovejo, Docente de la Carrera de Medicina, del Área de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja.

CERTIFICA:

Que el trabajo investigativo denominado **“ESTUDIO COMPARATIVO DEL ESTADO NUTRICIONAL A TRAVÉS DEL ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y TIPO DE ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO FISCAL MIXTO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA Y EL COLEGIO DR. EDUARDO MORA MORENO DE LA PARROQUIA CHANTACO, CANTÓN LOJA”**, previo a la obtención del título de **médico**, observa las orientaciones metodológicas de la Investigación Científica y ha sido dirigido en todas sus partes, cumpliendo con las disposiciones emitidas por el Nivel de Pregrado del Área de la Salud Humana, de la Universidad Nacional de Loja.

Por lo expuesto se autoriza su impresión, presentación y sustentación pública ante los Organismos Pertinentes.

Loja, octubre de 2011

Dra. Alba Mogrovejo

DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

LAS IDEAS Y EXPRESIONES EMITIDAS EN EL PRESENTE INFORME, SON DE EXCLUSIVA Y ABSOLUTA RESPONSABILIDAD DE SU AUTORA.

Mónica Birmania Cevallos Orbe

AGRADECIMIENTO:

Al culminar el presente trabajo de investigación quiero dejar constancia de mi agradecimiento y gratitud imperecedera a las autoridades de la Universidad Nacional de Loja, a las autoridades del Área de la Salud Humana, a los docentes coordinadores de los diversos módulos de la carrera de Medicina Humana, quienes con sus sabios conocimientos y calidad profesional, orientaron y contribuyeron significativamente en mi formación académica profesional.

De igual manera mi directora de tesis Dra. Alba Mogrovejo, por su valioso aporte académico científico en la conducción de la investigación del Estado Nutricional de los Alumnos del Tercer Año de Bachillerato de los Colegios “27 de Febrero y Doctor Eduardo Mora Moreno” lo cual permitió realizar un estudio comparativo, determinándose como prevalente el índice masa corporal normal; a quien reitero mi gratitud y reconocimiento.

Un agradecimiento especial a los señores Rectores de los Colegios: “27 de Febrero y Doctor Eduardo Mora Moreno por la colaboración brindada al permitirme trabajar con sus alumnos y de esta manera desarrollar mi proyecto de tesis, constituyéndose en uno de los insumos fundamentales para la conclusión final de mi investigación.

Finalmente a todas las personas que de alguna forma participaron e hicieron posible la realización de este proyecto, muchas gracias por su apoyo.

Mónica Birmania

DEDICATORIA:

Dedico este proyecto de tesis a mis padres, Marco y Birmania, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación, depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba, sin dudar ni un sólo momento de mi inteligencia y capacidad. Gracias por el apoyo incondicional que me brindaron, por todos los sacrificios que hicieron a lo largo de mi carrera, así como su comprensión y paciencia en los momentos difíciles. Porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, a ustedes debo este triunfo profesional.

Mónica Birmania

INDICE GÉNERAL

CERTIFICACIÓN	i
AUTORÍA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
ÍNDICE GENERAL	v
TÍTULO	1
RESUMEN	3
SUMARY	5
INTRODUCCIÓN	6
REVISIÓN DE LITERATURA	10
Importancia de la nutrición en adolescentes.....	11
Grupos básicos de alimentos.....	14
Recomendaciones básicas para una nutrición saludable.....	21
Alimentación saludable y promoción de la actividad física.....	24
Trastornos del comportamiento alimentario (TCA).....	26
1. Desnutrición calórico-proteica.....	27
2. Obesidad.....	32
Valoración del estado nutricional.....	37

MATERIALES Y MÉTODOS	45
RESULTADOS	51
DISCUSIÓN	60
CONCLUSIONES	66
RECOMENDACIONES	69
BIBLIOGRAFÍA	72
ANEXOS	76

CERTIFICACIÓN

Dra. Alba Mogrovejo, Docente de la Carrera de Medicina, del Área de la Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja.

CERTIFICA:

Que el trabajo investigativo denominado **“ESTUDIO COMPARATIVO DEL ESTADO NUTRICIONAL A TRAVÉS DEL ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y TIPO DE ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO FISCAL MIXTO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA Y EL COLEGIO DR. EDUARDO MORA MORENO DE LA PARROQUIA CHANTACO, CANTÓN LOJA”**, previo a la obtención del título de **médico**, observa las orientaciones metodológicas de la Investigación Científica y ha sido dirigido en todas sus partes, cumpliendo con las disposiciones emitidas por el Nivel de Pregrado del Área de la Salud Humana, de la Universidad Nacional de Loja.

Por lo expuesto se autoriza su impresión, presentación y sustentación pública ante los Organismos Pertinentes.

Loja, octubre de 2011

Dra. Alba Mogrovejo

DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

LAS IDEAS Y EXPRESIONES EMITIDAS EN EL PRESENTE INFORME, SON DE EXCLUSIVA Y ABSOLUTA RESPONSABILIDAD DE SU AUTORA.

Mónica Birmania Cevallos Orbe

AGRADECIMIENTO:

Al culminar el presente trabajo de investigación quiero dejar constancia de mi agradecimiento y gratitud imperecedera a las autoridades de la Universidad Nacional de Loja, a las autoridades del Área de la Salud Humana, a los docentes coordinadores de los diversos módulos de la carrera de Medicina Humana, quienes con sus sabios conocimientos y calidad profesional, orientaron y contribuyeron significativamente en mi formación académica profesional.

De igual manera mi directora de tesis Dra. Alba Mogrovejo, por su valioso aporte académico científico en la conducción de la investigación del Estado Nutricional de los Alumnos del Tercer Año de Bachillerato de los Colegios “27 de Febrero y Doctor Eduardo Mora Moreno” lo cual permitió realizar un estudio comparativo, determinándose como prevalente el índice masa corporal normal; a quien reitero mi gratitud y reconocimiento.

Un agradecimiento especial a los señores Rectores de los Colegios: “27 de Febrero y Doctor Eduardo Mora Moreno por la colaboración brindada al permitirme trabajar con sus alumnos y de esta manera desarrollar mi proyecto de tesis, constituyéndose en uno de los insumos fundamentales para la conclusión final de mi investigación.

Finalmente a todas las personas que de alguna forma participaron e hicieron posible la realización de este proyecto, muchas gracias por su apoyo.

Mónica Birmania

DEDICATORIA:

Dedico este proyecto de tesis a mis padres, Marco y Birmania, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación, depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba, sin dudar ni un sólo momento de mi inteligencia y capacidad. Gracias por el apoyo incondicional que me brindaron, por todos los sacrificios que hicieron a lo largo de mi carrera, así como su comprensión y paciencia en los momentos difíciles. Porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, a ustedes debo este triunfo profesional.

Mónica Birmania

INDICE GÉNERAL

CERTIFICACIÓN	i
AUTORÍA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
ÍNDICE GENERAL	v
TÍTULO	1
RESUMEN	3
SUMARY	5
INTRODUCCIÓN	6
REVISIÓN DE LITERATURA	10
Importancia de la nutrición en adolescentes.....	11
Grupos básicos de alimentos.....	14
Recomendaciones básicas para una nutrición saludable.....	21
Alimentación saludable y promoción de la actividad física.....	24
Trastornos del comportamiento alimentario (TCA).....	26
1. Desnutrición calórico-proteica.....	27
2. Obesidad.....	32
Valoración del estado nutricional.....	37

MATERIALES Y MÉTODOS	45
RESULTADOS	51
DISCUSIÓN	60
CONCLUSIONES	66
RECOMENDACIONES	69
BIBLIOGRAFÍA	72
ANEXOS	76