

**UNIVERSIDAD NACIONAL
“JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN”
FACULTAD DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**



TESIS:

**“DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL, HÁBITOS ALIMENTARIOS Y
ACTIVIDAD FÍSICA EN PREESCOLARES- PROYECTO
EMPRENDE MUJER EN EL DISTRITO DE BARRANCA”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN**

PRESENTADO POR LAS BACHILLERES:

***SONIA MIRYAM FERNÁNDEZ PRUDENCIO
TATIANA JULIETH JAMANCA POPAYAN***

ASESOR:

Lic. RODOLFO WILLIAN DEXTRE MENDOZA

HUACHO – PERÚ

2015

RESUMEN

Objetivos: Determinar el estado nutricional antropométrico, hábitos alimentarios y actividad física de los preescolares beneficiarios del proyecto Emprende Mujer en el distrito de Barranca. **Muestra:** 40 preescolares de 4-6 años, estrato social bajo y medio bajo, muestreo no probabilístico, intencional. **Métodos:** Diseño descriptivo no experimental, tipo transversal; metodología según Manual del Antropometría del INEI (ENDES, 2012), y raciones de alimentos para niños y niñas de 2 a 6 años (INN 1998). **Resultados:** Las medidas de la circunferencia media del brazo y pliegue tricípital determinó que el 45% de la muestra presenta desnutrición leve a moderada y el 10%, sobrepeso, según los indicadores Peso/Edad, Talla/Edad y Peso/Talla, el 42,5% y 37,5%, presenta valores bajo la norma y el 10% sobre la norma. Los alimentos preferidos son los cereales, los de consumo medio (la carne de pollo, leche fresca y en polvo), los de alto consumo (alimentos grasos, azúcar, bocaditos, golosinas, bebidas y refrescos). Dedicar más de 2 horas en ver televisión y 1 – 2 horas en juegos de video. **Conclusiones:** El 42,5% y 37,5% presenta desnutrición leve a moderada y 10% está con sobrepeso. La mayoría presenta alimentación y actividad física no saludable.

Palabras claves: Desnutrición, hábitos alimentarios, actividad física, masa corporal