



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

TESIS DE GRADO

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO EN
LICENCIADAS EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

TEMA

FACTORES NUTRICIONALES QUE INFLUYEN EN EL ADULTO MAYOR CON ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES, EN LA PARROQUIA LODANA, CANTÓN SANTA ANA, JUNIO – NOVIEMBRE DEL 2012.

AUTORAS

Mariana Katusca Saltos Zamora

María Auxiliadora Zamora Cevallos

DIRECTORA DE TESIS

Lic. Silvana Zambrano

Portoviejo - Manabí - Ecuador

2012 - 2013

RESUMEN

Se conoce que el estado nutricional de los adultos mayores está determinado por los requerimientos y la ingesta de alimentos ,que a su vez son influenciados por otros factores como la actividad física , de esta forma la investigación trató de estudiar los factores nutricionales que influyen en el adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles, en la Parroquia Lodana, Cantón Santa Ana, junio – noviembre del 2012, en cuya ejecución se encontró que los hábitos alimentarios están desordenados, pues se pudo percatar que tienen una dieta rica en carbohidratos, grasa saturada, pobre en alimento que contiene calcio y proteína de alto valor biológico esto favorece al bajo peso que padecen la mayoría de ellos, lo cual a su vez conlleva al riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles. También se observó que los adultos mayores que fueron objetos de estudio llevan una vida sedentaria y que aunque se sometan a una buena alimentación y un tratamiento médico adecuado, no se obtenga una recuperación satisfactoria a los padecimientos de sus enfermedades.

DESCRIPTORES DE TESIS

Factores nutricionales, adultos mayores, enfermedades crónicas no transmisibles, ingesta de alimentos.

OBJETIVOS

GENERAL

Determinar los factores nutricionales que influyen en el adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles.

ESPECÍFICOS

Evaluar el estado nutricional de los adultos mayores.

Identificar las enfermedades crónicas no transmisibles de los adultos mayores.

Analizar los factores nutricionales que influyen en el adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles.

Diseñar un recetario para los adultos mayores que están padeciendo enfermedades crónicas no transmisibles.

DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de diseño o estudio

El tipo de diseño que se aplicó fue prospectivo, porque se basó en la aplicación de encuestas a los adultos mayores y a sus familiares y al médico nutricionista, la investigación se la realizó de forma descriptiva de las variables planteadas para determinar los factores nutricionales en el adulto mayor y las enfermedades crónicas no transmisibles.

Metodología

La metodología de la investigación diagnóstica - propositiva que, fundamentalmente, trató de adquirir los conocimientos necesarios de los factores nutricionales en el adulto mayor y las enfermedades crónicas no transmisibles para posteriormente emitir una planificación factible que permita la superación de la problemática descrita.

Métodos, técnicas e instrumentos

Investigativo; se indagó y conoció la realidad de forma objetiva y subjetiva en cuanto a las enfermedades crónicas no transmisibles, se emplearán técnicas de encuesta dirigida a los involucrados, y así también entrevistas al geriatra como al nutricionista, ya que con esto se permitirán el cumplimiento de los objetivos.

Bibliográfico; permitió fundamentar el trabajo de manera científica para la comprensión de la problemática planteada, a través de las técnicas de la recopilación documental para seleccionar la información más relevantes investigaciones y teorías que guarden relación con la problemática en tratamiento.

Estadístico; permitió demostrar de forma cuantitativa y cualitativa los resultados obtenidos en la investigación, que fue representada mediante gráficos de los cuadros estadísticos. Las técnicas en que se apoyó fueron la

tabulación, codificación, graficación e interpretación estadísticas, los instrumentos que se utilizarán serán los gráficos estadísticos.

Técnicas.

Encuesta a los Adultos Mayores.

Entrevista al Geriatra

Entrevista al Nutricionista

Instrumento.

Guía de Encuesta dirigido a los adultos mayores

Entrevista al Geriatra

Entrevista al Nutricionista

CONCLUSIONES

Se determina que los factores nutricionales si influyen en el adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles, ya que la alimentación es fundamental en el desarrollo, prevención de las enfermedades y en la recuperación de la salud.

Se evaluó el estado nutricional de los adultos mayores de tal manera que se destacó que la mayoría de ellos tenían bajo peso.

Se identificó las enfermedades crónicas no transmisibles de los adultos mayores, entre las enfermedades más comunes en ellos están la hipertensión, problemas dentarios, problemas visuales, siendo las más frecuentes.

Se determinó que entre los factores nutricionales de los adultos mayores se resaltan una dieta rica en carbohidratos, grasas saturadas, verduras y frutas, pobre en proteínas de alto valor biológico, tienen un horario establecido en las comidas y en sus adicciones resalta el mal hábito de consumir café, en su mayoría toman más de tres medicamentos por día y son sedentarios, lo cual lo aleja en obtener una nutrición saludable.

Se concluyó que el recetario que se creó, fue aceptado por el adulto mayor, porque facilitó información con mayor entendimiento, ayudando a mejorar su salud.

RECOMENDACIONES

En el adulto mayor el estado nutricional es muy importante, de tal forma una deficiente alimentación aumenta la susceptibilidad a las agresiones y disminuye su capacidad de respuesta y de recuperación, por ello se debe de seguir manteniendo en las personas al mejorar su salud.

Es fundamental que periódicamente se esté evaluando el estado nutricional de los adultos mayores, para que de esta manera se disminuya la incidencia de complicaciones de enfermedades y perjudiquen su salud.

Las enfermedades en el adulto mayor surgen de una forma muy frecuente, ya sea por varios motivos, pero es donde se tienen que tomar las medidas de prevención optimas, como por ejemplo ir a su al médico, realizar ejercicios físicos, tener un buen consumo de alimentos, y esto ayudara a que los adultos mayores tengan un vida apropiada y se sienta bien.

Se debe cuidar el consumo de alimentos con alto contenido de azúcar y de grasas y sería bueno que los adultos mayores tengan una guía de alimentación que considere la adecuada ingesta de proteínas, que pueden ser obtenidas a través del consumo de lácteos desgrasados.

Se tiene que promover los beneficios y los detalles específicos de los alimentos a que consumen los adultos mayores, ya sean por intermedio de charlas, talleres o capacitaciones para que se exista un control más detallado sobre este aspecto.