

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Aspectos culturales de la alimentación en la segunda infancia.

Trabajo académico presentado para optar el Título Profesional de
Segunda Especialidad en Educación Inicial.

Autora.

Verónica Elena, Arnao Burgas.

TUMBES – PERÚ

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Aspectos culturales de la alimentación en la segunda infancia.

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su contenido
y forma.

Verónica Elena, Arnao Burgas. (Autora)

Oscar Calixto La Rosa Feijoo. (Asesor)

TUMBES – PERÚ

2018



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

En Tumbes, a los once días del mes de agosto del dos mil dieciocho, se reunieron en un ambiente de la I.E. José Antonio Encinas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la educación peruana, al Dr. Segundo Albuquerque Silva, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdena, representante del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana (Secretario) y Mg. Wendy Cedillo Loraña (Vocal), con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "Aspectos culturales de la alimentación en la segunda infancia", para optar el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial a la señora VERÓNICA ELENA, ARNAO BURGAS.

A las once horas veinte minutos y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo BUENO.

Por tanto, VERÓNICA ELENA, ARNAO BURGAS queda APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le otorgue el título profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial.

Siendo las once horas con veinte minutos, el presidente del jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado


Mg. Wendy Cedillo Loraña
Vocal del Jurado

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, VERÓNICA ELENA ARNAO BURGAS estudiante del Programa Académico de Segunda Especialidad de Educación Inicial la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Tumbes.

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo académico titulado: ASPECTOS CULTURALES DE LA ALIMENTACIÓN EN LA SEGUNDA INFANCIA, la misma que presento para optar el título profesional de segunda especialidad.
2. El trabajo Académico no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo Académico presentado no atenta contra derechos de terceros.
4. El trabajo Académico no ha sido publicado ni presentado anteriormente para obtener grado académico previo o título profesional.
5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados.

Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la UNTUMBES cualquier responsabilidad académica, administrativa o legal que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de El Trabajo Académico, así como por los derechos sobre la obra y/o invención presentada.

Tumbes, _____ de 2018

Firma

VERÓNICA ELENA ARNAO BURGAS

ÍNDICE

RESUMEN	6
INTRODUCCIÓN	7
CAPITULO I	9
MARCO TEORICO.....	9
1.1.-Definicion	12
1.2 Concepto de la alimentación.....	14
1.3 Alimentación sana desde los primeros años.....	14
1.4 Desórdenes alimenticios típicos.....	15
1.5 Obesidad Infantil.....	16
1.6 Recomendaciones de la OMS	16
CAPITULO II.....	19
LINEAMIENTOS DE NUTRICIÓN INFANTIL	19
2.1.-Generalidades	19
2.2.-Objetivos.....	19
2.3 Ámbito de aplicación	20
Lineamientos de la nutrición en infantes	20
3.1 Algunos consejos útiles para alimentar a un niño.....	22
3.2. Minerales y oligoelementos	22
3.3.Factores Funcionales.....	23
3.4.-Alimentación en la etapa pre-escolar.....	23
3.5.-Principales problemas nutricionales de los preescolares	23
3.6.-¿Por qué es importante vigilar el crecimiento y desarrollo del niño?.....	24
3.7.- Actividad física durante la infancia y la temprana adolescencia	25
DESNUTRICIÓN EN EL PERÚ.....	29
CONCLUSIONES	31
REFERENCIAS CITADAS	32

RESUMEN

El presente trabajo académico se desarrolla en el campo de la educación, y de forma más específica la alimentación, que es un tema básico y necesario en los educandos. El período desde el nacimiento hasta los dos años de edad es una ventana crítica para la promoción del crecimiento óptimo, la salud y el desarrollo del comportamiento. Sobre la base de estudios longitudinales, se ha demostrado que también es la edad máxima en la que existen trastornos del crecimiento, ciertas deficiencias de micronutrientes y enfermedades comunes de la infancia, como la diarrea. Esperamos que los contenidos desarrollados contribuyan a la formación docente y al cumplimiento de los objetivos del sistema educativo.

PALABRAS CLAVES: Cultura, Alimentación, Infancia.

INTRODUCCIÓN

Club Ensayos, (2013) en referencia a la comida expone “La comida es muy importante en los primeros años de la vida de los niños para un buen desarrollo físico y mental. Es el período en el que los padres o cuidadores tienen la importante misión de formar sus hábitos alimenticios, lo que determinará en gran medida su salud y nutrición. En Perú, la malnutrición afecta principalmente a los niños durante los primeros 3 años de vida, lo que los sentencia a una serie de consecuencias para el futuro, ya que está científicamente comprobado que la desnutrición en este período afecta negativamente el crecimiento y el desarrollo intelectual y, en casos extremos, puede ser una causa de muerte.”

“Muchos estudios nos hacen ver que la causa primordial de la mala nutrición en niños es un consumo inadecuado de alimentos, lo que condiciona al organismo a adquirir enfermedades infecciosas y parasitosis. Sin embargo, tanto la ingesta inadecuada de nutrientes como la alta incidencia de enfermedades están enraizadas en la pobreza, lo que conduce a la falta de acceso a servicios de salud, a la falta de servicios de salud de manera efectiva y equitativa, a la falta de información sobre alimentos, entre otros.” (Club Ensayos, 2013)

“El consumo inadecuado de alimentos se refleja en el estado nutricional de los niños, condiciona el retraso en su crecimiento (desnutrición crónica) y causa una alta prevalencia de anemia por deficiencia de hierro. Ante este problema, existen diferentes alternativas de solución de alimentos. Estos incluyen: programas de educación nutricional, promoción de fortificación de alimentos y programas de asistencia alimentaria.” (Club Ensayos, 2013)

El presente trabajo académico persigue objetivos que lo guían en su desarrollo y entre ellos tenemos al **OBJETIVO GENERAL**: Comprender la importancia los aspectos culturales de la alimentación en la segunda infancia asimismo, tenemos **OBJETIVOS**

ESPECÍFICOS: 1. Conocer el marco conceptual de la nutrición, también 2. Conocer las implicancias de la nutrición en la segunda infancia en el Perú

CAPITULO I

MARCO TEORICO

ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN:

Universidad Xochicalco, (2016) explica “La historia de la nutrición está estrechamente relacionada con la evolución del hombre. Los hábitos alimentarios del ser humano han ido variando a través de los tiempos para poder adaptarse a las adversidades que el medio presentaba. En principio el hombre se vio obligado a comer aquellos alimentos que tenía más próximos y eran más fáciles de obtener con las escasas herramientas que poseía. Lentamente el tipo de manutención fue variando hasta nuestros días, en los que, en los países desarrollados, la oferta de alimentos es muy amplia y se hace necesario la adquisición de conocimientos que nos facilite elecciones saludables.”

|

“Actualmente la sociedad moderna se caracteriza por disponer de más alimentos de los que es posible consumir y no existe prácticamente limitación alguna respecto a la variedad de alimentos consumibles, ni siquiera a la posibilidad de adquirirlos. De la mano de esta sobreabundancia con frecuencia se suma la inactividad, cada vez los niños pasan más horas frente al televisor y la consola y menos en actividades deportivas. La obesidad es el cuadro de malnutrición por exceso más frecuente y los trastornos del comportamiento alimentario empiezan a adquirir una relevancia importante. Los hábitos de vida sanos, el ejercicio físico, la higiene y los avances médicos contribuyen al incremento de la esperanza de vida y el reto está en que se consiga en condiciones de salud óptimas. Desde este punto de vista, la Nutrición es un pilar básico y fundamental, aunque también intervienen, en menor medida, otros factores como la propia genética del individuo y el medio ambiente.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Los hábitos alimentarios tienen gran repercusión en el estado nutricional de la población y por consiguiente en su salud. Sabemos, como señala la OMS, que entre los diez factores de riesgo claves para el desarrollo de las enfermedades crónicas, cinco están estrechamente relacionados con la alimentación y el ejercicio físico: la obesidad (que es uno de los factores que más influye en el riesgo de padecer enfermedades y morir prematuramente), el sedentarismo, la hipertensión arterial, la hipercolesterolemia y el consumo insuficiente de frutas y verduras. En Venezuela se estima que aproximadamente 3 de cada 10 niños y 2 de cada 10 adultos padecen un exceso de peso. El problema se agrava con la falta de ejercicio físico, en este sentido La mayoría de los problemas de salud asociados con la alimentación aparecen de forma gradual y no con síntomas inmediatos y espectaculares lo cual disminuye la percepción de que la causa es una dieta inadecuada. Los patrones de alimentación son conductas de estilo de vida habituales, que requieren un cambio conductual a largo plazo” (Universidad Xochicalco, 2016)

“La conducta y los hábitos alimentarios, que influyen en las preferencias de alimentos, se adquieren de forma gradual desde la primera infancia, en un proceso en el que el niño aumenta el control e independencia frente a sus padres, hasta llegar a la adolescencia. Como resultado final se obtiene la configuración de los hábitos alimentarios que marcarán, en la edad adulta, preferencias y aversiones definitivas. Esos hábitos van a influir de forma positiva o negativa no sólo en el estado de salud actual, sino que serán promotores de salud o riesgo a enfermar en las etapas posteriores de la vida. Muchos hábitos duraderos saludables (o poco saludables) se establecen en la adolescencia, consolidándose para toda la vida.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“El entorno familiar y escolar tiene una significativa misión a la hora de estimular la actitud de los niños y adolescentes hacia determinados alimentos y el consumo de los mismos. Es primordial que la familia mantenga una nutrición adecuada a través de dietas sanas, dentro del contexto de la forma de vida de sus miembros y de sus gustos individuales. El placer de comer y el aspecto social y cultural de las comidas son tan importantes para nuestro bienestar como el simple aspecto nutritivo. La alimentación sin duda constituye un placer social, compartir una comida es una buena

manera de relajarse y estrechar las relaciones sociales. Del mismo modo, la alimentación desempeña una función en nuestra identidad cultural. Los platos para las ocasiones especiales y la gastronomía tradicional varían según los países, las regiones y las religiones.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“ De ese modo, el acto de comer con otros constituirá efectivamente un ritual que transformará el mero acto mecánico de la ingesta en un momento en el que placer y salud se encuentren a través de la alimentación.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Creer que, en cuestiones de alimentación, salud y placer van reñidos es un gran error. El deleite de la buena mesa no necesariamente está relacionado con grandes comilonas y complicadas preparaciones culinarias y tampoco una dieta saludable se caracteriza por estrictas prohibiciones y comidas aburridas, renunciando a todo lo que nos gusta. Basta con que elijamos una alimentación variada, sin descuidar nuestros propios gustos y los de nuestra familia, siguiendo unas sencillas normas en la manera de combinar estos alimentos. Para lograr este objetivo es necesario adquirir conocimientos, tener información básica sobre las necesidades del organismo, y las combinaciones de alimentos que admite una alimentación sana y equilibrada. También es necesario disponer el tiempo suficiente para organizar, cocinar y paladear la comida. Es fundamental que todos entendamos, y en especial los jóvenes, que una correcta alimentación, junto con la práctica regular de ejercicio físico, constituye la base principal de un estilo de vida saludable y es el factor protector más importante en la lucha contra enfermedades futuras, muy frecuentes en el medio en que vivimos.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Los países en desarrollo, como la mayoría en América Latina, se encuentran inmersos en una transición alimentaria y nutricional a raíz de factores socioculturales, económicos y de comportamiento. Como consecuencia de este hecho, en Venezuela está ocurriendo una superposición alimentaria en la comunidad, es decir: se observan al mismo tiempo el sobrepeso y el bajo peso. Se ha presentado un incremento en el número de migraciones de los habitantes de zonas rurales a las urbanas en busca de una mejor calidad de vida, así como el aumento del ingreso familiar. Sin embargo, la

población no prevé que se encontrará con una pobreza urbana", comenzando a cambiar la llamada dieta rural por la dieta moderna, en la cual prevalecen los alimentos procesados, ricos en grasas saturadas, azúcares y proteínas de origen animal. En ese ambiente de carencias y mala alimentación, se presenta la llamada doble carga nutricional” (Universidad Xochicalco, 2016)

“La Dra. Mercedes López de Blanco, miembro del Consejo directivo de la Fundación Bengoa y del Grupo de Transición Alimentaria de dicha organización, indica que esta doble carga es una epidemia nutricional que se ha presentado mayormente en países latinoamericanos en desarrollo y algunos del continente asiático. Se le da ese nombre porque al mismo tiempo la población sufre de desnutrición y sobrepeso. Estas condiciones, a pesar de ser idealmente antagónicas, tienen un mismo origen: la mala alimentación. Al ser un país en desarrollo, de acuerdo a la especialista esta epidemia de obesidad y sobrepeso se genera rápidamente en conjunto a la desnutrición existente. En contraste con países desarrollados en los cuales se ha mantenido al margen los problemas de malnutrición y deficiencias alimenticias, que tienen una tendencia de obesidad únicamente.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Según la Dra. Blanco, esta transición en Venezuela empezó a observarse a partir de los años 60, aproximadamente, cuando la desnutrición estaba disminuyendo y empezó a verse mayor sobrepeso y obesidad en adultos. En casi todos los países de Latinoamérica existe este problema, y aunque México y Chile tienen mayor índice de obesidad, según un estudio realizado por el Instituto Nacional de Nutrición, se encontró que más de la mitad de los adultos en Venezuela tienen sobrepeso.” (Universidad Xochicalco, 2016)

1.1.-Definición

González, M., & Sotillet, L, (2005) señalan “Se dice a la nutrición el conjunto de procesos y transformaciones que tienen lugar dentro del organismo, como resultado de consumir un alimento. Conceptualmente, la nutrición es el

proceso por el cual el cuerpo obtiene los nutrientes de los alimentos y los utiliza para construir o reparar sus células” .

“Decimos que es infantil, cuando se refiere a la etapa del ser humano entre 0 y 5 años de edad.” (González, M., & Sotillet, L, 2005)

“Es una ciencia multidisciplinaria que se ocupa de los alimentos, los nutrientes y otras sustancias; su acción, interacción y balance en relación con la salud y enfermedades; los procesos metabólicos (ingere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y excreta). Además debe ocuparse de algunos aspectos sociales, económicos, culturales y psicológicos relacionados con los alimentos y alimentación.” (González, M., & Sotillet, L, 2005)

“El organismo necesita los nutrientes para un óptimo funcionamiento y desarrollo, los cuales se obtienen de los diferentes tipos y grupos de alimentos. Para promover el crecimiento y cubrir los requerimientos fisiológicos del niño en las distintas fases de su desarrollo las necesidades nutricionales varían considerablemente con la edad, nivel de actividad y condiciones ambientales del niño y están en relación directa con la tasa de crecimiento.” (González, M., & Sotillet, L, 2005)

“Durante la fase de aceleración del crecimiento que tiene lugar en la adolescencia, los requerimientos nutricionales aumentan aunque los hábitos alimentarios suelen verse influidos por los factores emocionales, la presión del ambiente y los caprichos dietéticos. La nutrición inadecuada, especialmente durante los periodos críticos de crecimiento, determinan el retraso del crecimiento o aparición de enfermedades. Es por ello que se debe consumir una dieta balanceada la cual debe contener una alimentación variada, es decir aquella que proporciona el organismo todas las sustancias nutritivas de acuerdo con sus requerimientos.” (González, M., & Sotillet, L, 2005)

“Según Barboza y otros: En la naturaleza existen cinco tipos de nutrientes denominados así: Proteínas, lípidos o grasas, carbohidratos o glúcidos, vitaminas y minerales. Las proteínas están contenidas en los siguientes alimentos leche y derivados; pollo, pescado, res, huevos, leguminosas y cereales. Los lípidos o grasas se

encuentran en aceites; semillas y alimentos de origen animal.” (González, M., & Sotillet, L, 2005)

“Carbohidratos o glúcidos los contienen cereales, verduras, frutas, hortalizas y algunos alimentos de origen animal. (2000 p.4). Sin embargo la clasificación del Instituto Nacional de Nutrición (INN) en Venezuela quedo oficialmente establecida en tres grupos. Y esta integrada por proteínas, lípidos o grasas y los carbohidratos o glúcidos mencionados anteriormente.” (González, M., & Sotillet, L, 2005)

1.2 Concepto de la alimentación

Universidad Xochicalco, (2016) expone “A la hora de describir el concepto de alimentación, se puede decir que este es el proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentos con el objetivo de recibir los nutrientes necesarios para sobrevivir. Estos nutrientes son los que luego se transforman en energía y proveen al organismo vivo que sea de aquellos elementos que requiere para vivir. La alimentación es, por tanto, una de las actividades y procesos más esenciales de los seres vivos ya que está directamente relacionada con la supervivencia.”

“Se considera que una buena alimentación para el ser humano es aquella que combina de manera apropiada todos los diferentes alimentos que se encuentran en la naturaleza. La pirámide nutricional es en este sentido un buen método para establecer qué tipos de alimentos deben ocupar un mayor lugar en la alimentación de cada individuo y cuáles un lugar menor. La alimentación humana está en muchos casos ligada a la emocionalidad y por eso pueden desarrollarse fácilmente problemas de salud relacionados con este tema, por ejemplo desórdenes alimentarios, obesidad, diabetes, malnutrición y otros problemas” (Universidad Xochicalco, 2016)

1.3 Alimentación sana desde los primeros años

“La buena nutrición y la dieta balanceada son dos cuestiones fundamentales para que un niño crezca de manera saludable, por ello es imprescindible que los agentes socializadores, escuela, padres, se ocupen de promover en los más pequeños hábitos

saludables en materia de comida y por supuesto desalienten aquellos que no lo son en lo más mínimo. Entre las estrategias más funcionales para conseguirlo se cuentan: establecer un horario regular para la ingesta de cada comida, servir alimentos variados y saludables, ser ejemplo siguiendo una dieta sana, desalentar peleas que tengan a la comida como eje, incentivar que los chicos participen en el proceso de elaboración o selección de los alimentos, siempre siguiendo las pautas de dieta balanceada y saludable.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Otra cuestión primordial es promover la comida en familia, es decir, que la familia en pleno se siente a comer y saborear los mismos alimentos todos juntos. Esta además es una buena manera de fortalecer lazos entre los integrantes y controlar lo que los niños comen.” (Universidad Xochicalco, 2016)

1.4 Desórdenes alimenticios típicos

“Entre los problemas de salud vinculados a una deficiente alimentación se destacan la obesidad y la desnutrición.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“La obesidad es una enfermedad crónica que se caracteriza por la acumulación de grasas en el cuerpo. En tanto, entre las causas de la misma se señala justamente la inclinación por ingerir alimentos ricos en grasas saturadas, es decir, se ingresan al cuerpo una mayor cantidad de calorías de las que el mismo necesita y es capaz de sintetizar. Asimismo a esta tendencia normalmente se le suma el llevar una vida sedentaria, entonces, ambas cuestiones disponen un combo ciertamente peligroso para la salud. La OMS (Organización Mundial de la Salud) ha calificado la obesidad de epidemia global, y estima que en el año 2015 habrá 2.300 millones de personas adultas con sobrepeso y más de 700 millones de obesos. La OMS define la obesidad como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, y que afecta a todas las edades y grupos socioeconómicos.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Los expertos calculan que el 80% de los niños y adolescentes obesos continuarán siéndolo cuando lleguen a adultos si no se adoptan las medidas oportunas. En los

últimos 40 años, la obesidad infantil se ha duplicado en afectando al 28% de los niños, que podrían ver mermada su esperanza de vida por ello.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Hay que distinguir el sobrepeso de la obesidad. Una persona tiene sobrepeso cuando su peso está por encima del aconsejado en relación con la talla, y esto se calcula con el IMC o índice de masa corporal. Se considera que existe sobrepeso cuando el IMC se encuentra entre 25 y 29,9, mientras que a partir de un IMC 30 se considera que la persona es obesa.” (Universidad Xochicalco, 2016)

1.5 Obesidad Infantil

“Es un problema de salud caracterizado por el exceso de grasa corporal en el cuerpo de los niños y niñas. Dicho nivel de adiposidad supone todo un condicionante para su salud general y su bienestar, predisponiéndole a sufrir otras patologías secundarias y asociadas. Según los datos publicados¹ por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la prevalencia de esta enfermedad a nivel internacional es cada vez mayor. En 2010 había unos 42 millones de menores con sobrepeso, registrándose la mayor parte de los casos en países en vías de desarrollo.” (Universidad Xochicalco, 2016)

1.6 Recomendaciones de la OMS

“La publicidad de la OMS y otras formas de mercadotecnia de alimentos y bebidas dirigidas a los niños tienen un gran alcance y se centran principalmente en productos ricos en grasas, azúcar o sal. Muchos datos muestran que la publicidad televisiva influye en las preferencias alimenticias y las pautas de consumo de la población infantil. Además, para promocionar esos productos se recurre a una amplia gama de técnicas que consiguen llegar a los niños en las escuelas, las guarderías y los supermercados, a través de la televisión y de Internet, y en muchos otros entornos.” (Universidad Xochicalco, 2016)

“Se estima que hay unos 43 millones de menores de cinco años obesos o con sobrepeso. Para garantizar que los niños puedan crecer en un entorno saludable, la

OMS publica sus recomendaciones en materia de promoción de alimentos y bebidas dirigida a los niños. (Universidad Xochicalco, 2016)

- “La finalidad de las políticas debe ser reducir el impacto que tiene sobre los niños la promoción de alimentos ricos en grasas saturadas, ácidos grasos de tipo trans, azúcares libres o sal.” (Universidad Xochicalco, 2016)
- “Dado que la eficacia de la promoción depende de la exposición y el poder del mensaje, el objetivo general de las políticas debe ser reducir tanto la exposición de los niños como el poder de la promoción de los alimentos ricos en grasas saturadas, ácidos grasos de tipo trans, azúcares libres o sal.” (Universidad Xochicalco, 2016)
- “Para lograr la finalidad y los objetivos de las políticas, los Estados Miembros deben considerar diferentes métodos, es decir, el progresivo o el integral, para reducir la promoción de alimentos ricos en grasas saturadas, ácidos grasos de tipo trans, azúcares libres o sal dirigida a los niños.” (Universidad Xochicalco, 2016)
- “Los gobiernos deben establecer definiciones claras de los componentes esenciales de las políticas que permitan un proceso de aplicación normalizado. Esto facilitará la aplicación uniforme, con independencia del organismo que se encargue de ella. Al establecer las definiciones esenciales, los estados miembros tienen que reconocer y abordar cualquier desafío nacional específico con miras a obtener el máximo impacto de las políticas.” (Universidad Xochicalco, 2016)
- “Los entornos donde se reúnen los niños deben estar libres de toda forma de promoción de alimentos ricos en grasas saturadas, ácidos grasos de tipo trans, azúcares libres o sal. Dichos entornos incluyen, sin carácter limitativo, guarderías, escuelas, terrenos escolares, centros preescolares, lugares de juego, consultorios y servicios de atención familiar y pediátrica, y durante cualquier actividad deportiva o cultural que se realice en dichos locales.” (Universidad Xochicalco, 2016)
- “Los gobiernos deben ser la parte interesada clave en la formulación de las políticas y aportar el liderazgo, mediante una plataforma múltiple de partes

interesadas, para la aplicación, la vigilancia y la evaluación. Al establecer el marco normativo nacional, los gobiernos pueden optar por asignar funciones definidas a otras partes interesadas, sin menoscabo de proteger el interés público y evitar los conflictos de intereses.” (Universidad Xochicalco, 2016)

CAPITULO II

LINEAMIENTOS DE NUTRICIÓN INFANTIL

2.1.-Generalidades

Nos dice ENDES (Encuesta Nacional de Demografía y Salud) del año 2000, la anemia nutricional afecta a más del 49% de la población infantil menor de 5 años y la desnutrición crónica o el retraso del crecimiento infantil en un 25,4% a la población menor 5 años.

En este sentido, como la nutrición infantil, relacionada con la salud es un área prioritaria del Sector Salud, el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN) del Instituto Nacional de Salud desarrolla el Estándar Técnico "Pautas para la Nutrición Infantil", y El Ministerio de Salud emite la Resolución Ministerial No. 610-2004, mediante la cual su aprobación, difusión e implementación y el cumplimiento de estas Normas a nivel nacional se resuelve a través de las Direcciones de Salud.

2.2.-Objetivos

Establecer criterios técnicos a nivel nacional para orientar al personal de las diferentes instituciones públicas y privadas, de forma tal que sus acciones estén dirigidas a madres y cuidadoras de niños de 0 a 24 meses, con el objetivo de adoptar prácticas saludables en alimentación y nutrición y contribuir para recuperar o mantener su estado nutricional adecuado.

2.3 Ámbito de aplicación

Las Pautas de Nutrición Infantil se aplicarán a nivel nacional, en todos los establecimientos de salud públicos y privados ubicados en la jurisdicción sanitaria de las Direcciones Regionales de Salud.

Lineamientos de la nutrición en infantes

El Ministerio de Salud (MINSA) Plantea los siguientes lineamientos y recomendaciones para una nutrición adecuada en infantes:

1. “Continúe amamantando hasta los dos años de edad o más.” (Minsa, 2004)
2. “Comenzando a los 6 meses de edad, comience la alimentación complementaria.” (Minsa, 2004)
3. “Practique la alimentación interactiva mientras está atento a las señales del niño, respondiendo con paciencia y amor” (Minsa, 2004).
4. “Promover buenas prácticas de higiene en la manipulación de alimentos, para evitar infecciones.” (Minsa, 2004)
5. “Comience con alimentos semisólidos (papillas, mazamorras, purés) evitando el uso de bebidas azucaradas de bajo valor nutricional. Gradualmente, modifique la consistencia a medida que el niño crece y se desarrolla, de acuerdo con su edad, ofreciendo alimentos triturados, triturados y luego picados, hasta que el niño se incorpore a la dieta familiar” (Minsa, 2004).
6. “Alimente al niño durante el día con tres comidas principales y dos entre comidas adicionales a medida que crece y se desarrolla de acuerdo con su edad.” (Minsa, 2004)
7. “Aumente la cantidad de comida que se le ofrece al niño en cada comida, ya que crece y se desarrolla según su edad.” (Minsa, 2004)
8. “Incluya alimentos diarios de origen animal como carne, hígado, pescado, sangre y huevo. Incorpore leche y / o productos lácteos en las comidas del niño.” (Minsa, 2004)
9. “Promover el consumo diario de frutas y verduras disponibles en el área.” (Minsa, 2004)

10. “Enriquezca una de las principales comidas del niño con una cucharadita de grasa.” (Minsa, 2004)
11. “Suplemento con necesidades de sulfato ferroso, vitamina A y yodo.” (Minsa, 2004)
12. “Durante procesos infecciosos, divida las comidas del niño, ofreciéndolas con mayor frecuencia para mantener una ingesta adecuada. Ofrezca una comida extra hasta dos semanas después de los procesos infecciosos.” (Minsa, 2004)

CAPITULO III

CONSIDERACIONES GENERALES

3.1 Algunos consejos útiles para alimentar a un niño

La leche materna es lo mejor para un niño y es beneficiosa incluso si la madre amamanta al niño durante un corto período o lo alterna con otro alimento. Las madres que trabajan pueden usar una bomba de leche en sus períodos de descanso y almacenarla en un refrigerador y luego dársela al niño con un biberón. La leche materna refrigerada debe usarse dentro de las 24 horas desde el momento de la extracción. Acuerdan alimentar a un niño con leche materna hasta que tengan 1 año. Desde ese momento, puedes darle leche entera. Los niños menores de dos años no deben tomar leche desnatada o leche baja en grasa.

3.2. Minerales y oligoelementos

- “Hierro: la leche materna tiene una concentración de hierro de unos 100mg/dL. Su biodisponibilidad es elevada. La absorción varía en un 45-75% de su contenido total en comparación al 10% de la leche de vaca.” (Goyes, s.f)
- “Zinc: con una concentración de 2-4 mg/mL. Es más alta en el calostro y va disminuyendo según avanza la lactancia.” (Goyes, s.f)
- “Calcio: la concentración es de 27 a 32 mgr/dL. Se absorbe en función del contenido de lactosa y de la buena digestibilidad de las grasas.” (Goyes, s.f)
- “Fósforo: con 14-15mg/dl de concentración. Tiene una buena biodisponibilidad.” (Goyes, s.f)

- “Cobre: Las concentraciones son más elevadas en el calostro que la leche madura.” (Goyes, s.f)
- “Selenio: Las concentraciones de selenio varían entre 0.7 y 0.0033 ppm.” (Goyes, s.f)
- “Fluor: se encuentra en escasas cantidades en la leche materna.” (Goyes, s.f)
- “Magnesio: contiene unos 4mg/dL.” (Goyes, s.f)

3.3. Factores Funcionales

En la leche materna se encuentran altas concentraciones de hipófisis, hormonas tiroideas, estrógenos y factores de crecimiento nervioso y epidérmico.

3.4.-Alimentación en la etapa pre-escolar

Los niños de edad de 3 a 5 años aceptan solo un número limitado de comidas y, a veces, excluyen ciertos alimentos.

Entre las edades de 3 a 5 años, los niños deben cambiar gradualmente a una dieta que aporta el 30% de la energía total en forma de grasa, constituyendo el tercio saturado de la misma. La dieta de un niño que contiene menos del 30% de la energía de los lípidos puede no proporcionar suficientes calorías para el crecimiento

3.5.-Principales problemas nutricionales de los preescolares

- Usando el índice de alimentación saludable, se ha observado que aproximadamente el 75% de los preescolares necesitan mejorar su salud nutricional. De La deficiencia de hierro es la más frecuente y se deriva de ella: anemia, crecimiento inadecuado y retraso en la maduración cognitiva y del lenguaje. La ingesta inadecuada de fibra y líquidos puede causar estreñimiento.

- Las recomendaciones, en términos de gramos de fibra por día, se basan en el uso de la siguiente fórmula: edad del niño en años + 5.
- Las recomendaciones para fluidos son de aproximadamente 1200 mL para preescolares, que aumenta a 2200 mL para adolescentes.
- El consumo excesivo de dulces y refrigerios puede contribuir al desarrollo de la caries dental. En muchos casos, se recomienda la administración de suplementos con fluoruro
- En nuestro país y en algunos lugares específicos, la deficiencia de vitamina A es una de las principales e importantes deficiencias vitamínicas

3.6.-¿Por qué es importante vigilar el crecimiento y desarrollo del niño?

Nutrición Y Salud A. Relación Entre Crecimiento Y Alimentación, (s.f) expone “El aumento de tamaño se relaciona más con el crecimiento y la capacidad funcional del ser humano y con el concepto de desarrollo o de maduración. La estatura de los niños y niñas y su ritmo de crecimiento se ve afectado por diversos factores genéticos, hormonales, ambientales y especialmente nutricionales, que interactúan desde el momento de la concepción hasta el final de la pubertad.”

“El crecimiento de cada niño y niña tiene características individuales, incluso dentro de una misma familia. La medición periódica de peso y talla es uno de los procedimientos para establecer si el niño o niña están dentro de los límites normales para su edad y sexo. El individuo en el primer año de vida y el inicio de la adolescencia tienen un crecimiento acelerado y en el caso del inicio de la adolescencia el desarrollo emocional e intelectual también es más rápido, los cuales suelen afectar los hábitos alimentarios.” (Nutrición Y Salud A. Relación Entre Crecimiento Y Alimentación, s.f)

“En la etapa preescolar y el inicio de la etapa escolar, el crecimiento es lento pero continuo y es más notorio su desarrollo cognoscitivo, por lo que la cantidad y calidad de los alimentos, debe ser la necesaria para aportar las sustancias nutritivas que necesitan y habrá que motivarlos para que

consuman alimentos en pequeñas cantidades y con mayor frecuencia. Una vez iniciada la adolescencia, la cantidad de las porciones de alimentos será superior a la de los escolares. ” (Nutrición Y Salud A. Relación Entre Crecimiento Y Alimentación, s.f)

3.7.- Actividad física durante la infancia y la temprana adolescencia

Foodinsight, (2006) señala que “Desde hace mucho tiempo, los nutricionistas y otros profesionales de la salud reconocen la importancia de establecer prácticas de nutrición saludables durante la niñez y la temprana adolescencia. La dieta y el ejercicio adoptados durante estos años fundamentales para el desarrollo preparan el terreno para adquirir hábitos para toda la vida que pueden marcar la diferencia entre la vitalidad y la falta de ella en años futuros.”

“El período que va desde el nacimiento hasta los dos años de edad es una ventana crítica para la promoción del crecimiento, la salud y el desarrollo comportamental óptimos. Sobre la base de estudios longitudinales, se ha comprobado que también es la edad pico donde aparecen trastornos del crecimiento, ciertas deficiencias de micronutrientes y enfermedades comunes de la niñez, como la diarrea” (Foodinsight, 2006)

“El déficit nutricional que se produce durante estos años formativos tiene consecuencias inmediatas y a largo plazo. Las consecuencias inmediatas incluyen el retraso en el desarrollo motriz y mental. Las consecuencias a largo plazo se asocian con deterioros del desempeño intelectual, de la capacidad de trabajo, con consecuencias en la capacidad reproductiva y en el estado de salud general durante la adolescencia y la edad adulta. Por estos motivos, la nutrición adecuada es esencial para que el niño desarrolle todo su potencial humano.” (Foodinsight, 2006)

“Las guías de alimentación de la Organización Mundial de la Salud y UNICEF propician la alimentación exclusivamente dando el pecho durante los primeros seis meses de vida y la continuación de este tipo de alimentación, junto con alimentación complementaria adecuada, hasta los dos años de edad o más. La alimentación con leche materna tiene beneficios nutricionales e inmunológicos para el niño. Además, la actual evidencia científica demuestra que la alimentación con leche materna puede tener un efecto protector contra la obesidad infantil. Aunque bien se recomienda altamente dar el pecho, si no es posible, la fórmula infantil fortificada con hierro también es aceptable para los niños.” (Foodinsight, 2006)

“La alimentación complementaria es apropiada cuando no es suficiente, por si misma, la alimentación con leche materna para cubrir los requerimientos nutricionales del niño, y cuando se necesitan otros sólidos y líquidos sumados a la leche materna” (Foodinsight, 2006).

“El aprestamiento del desarrollo para ingerir alimentos complementarios varía considerablemente de un niño a otro. La Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics - AAP) recomienda a los padres introducir los primeros alimentos complementarios entre los cuatro y los seis meses de edad.”(International Food Information council Foundation, 2010)

“De acuerdo con la AAP, los bebés deben ser alimentados primero con alimentos simples y básicos. La mejor opción es un cereal para bebés de un solo tipo de grano fortificado con hierro. A menudo se recomienda el cereal de arroz molido semilíquido porque no contiene gluten y se asocia con menos frecuencia a una respuesta alérgica (el gluten es una proteína que a veces puede provocar reacciones alérgicas). El hierro que contiene el cereal fortificado para bebés ayuda a prevenir la anemia por falta de hierro, un trastorno nutricional común durante la infancia (aproximadamente a los seis meses de edad, se pierden los depósitos naturales de hierro en el bebé). Una vez que los bebés logran

dominar esto, pueden pasar gradualmente a los alimentos colados o en puré y, en algún momento entre los siete y los diez meses de edad, pueden comenzar a comer alimentos de mesa cortados en trozos muy pequeños.” (International Food Information Council Foundation, 2010) Foodinsight, (2006) propone que “ Además de la edad, a continuación incluimos algunos indicadores para saber si el bebé está listo para comenzar a ingerir alimentos sólidos”:

- “El bebé se sienta con ayuda o con apoyo. ” (Foodinsight, 2006)
- “Cuando está acostado boca abajo, el bebé se levanta usando los brazos con los codos extendidos. ” (Foodinsight, 2006)
- “El bebé muestra interés en la comida cuando otros comen.” (Foodinsight, 2006)

“De a uno por vez es el mejor método para introducir nuevos alimentos en los bebés. Esto les da oportunidad de acostumbrarse a nuevos sabores y texturas y permite a los padres identificar reacciones adversas a alimentos específicos. Si un alimento en particular provoca una reacción (por ejemplo: diarrea, inflamación, gases), debe ser eliminado de la dieta durante uno a tres meses antes de dárselo nuevamente. Los estudios sugieren que aproximadamente al año de edad, la mayoría de los bebés pueden tolerar alimentos que antes les provocaban reacciones. Si se da a los bebés una variedad de alimentos y sabores en los primeros dos años de edad, esto puede aumentar la probabilidad de que prueben nuevos alimentos.” (Foodinsight, 2006)

“Los bebés siempre deben estar sentados para comer o beber, en una posición tal que puedan ver la cara de la persona que les da de comer. Los momentos de la comida ofrecen oportunidades importantes para que los bebés y quienes los cuidan sonrían, se rían y disfruten comer juntos. Además, no se debe dar de comer a los bebés cuando sus padres están apurados o apremiados por el tiempo. Además, el apetito de cada bebé puede variar de un día a otro y ellos les harán saber a quienes los

cuidan que están llenos dando vuelta la cara cuando se les acerca la cuchara o manteniendo los labios cerrados. Nunca se debe forzar a los bebés a comer después de que han dado señales de que están llenos.” (Foodinsight, 2006)

“En los niños menores de dos años de edad, las grasas en los alimentos tienen una función clave en la formación de los tejidos nerviosos vitales y del cerebro. Los profesionales de la salud no recomiendan dar alimentos reducidos en grasas a los niños de esta edad. Por ejemplo, se aconseja el uso de la leche entera en lugar de la leche total o parcialmente descremada.” (Foodinsight, 2006)

“Para ayudar a prevenir el desarrollo de caries dentales provocadas por la mamadera, quienes cuidan al bebé nunca deben llevarlo a dormir con una mamadera que contenga leche, fórmula ni otro líquido.” (Foodinsight, 2006)

CAPITULO IV

DESNUTRICIÓN EN EL PERÚ

Amaya, N, (2017) expone en su tesis “Perú es uno de los países con mayor prevalencia de desnutrición crónica en toda América del Sur, después de Bolivia y Ecuador, con una escasez de altura que alcanza casi una cuarta parte del total de niños menores de cinco años (24,2%). ”

Bonvecchio, A, et el, (2015) señala que “Esta situación aumenta el riesgo de enfermedad y muerte e inhibe el desarrollo cognitivo y físico de niñas y niños, afectando su estado de salud crónica y su futuro potencial productivo, con consecuencias económicas y sociales para la persona, la familia, la comunidad y el país”

“La desnutrición es un estado del organismo consecuencia de un insuficiente aporte de sustancias nutritivas, sales minerales o elementos vitamínicos.” (Bonvecchio, A, et el, 2015) (Borjes, J. 2000. p. 609)La definición de la desnutrición protéico-energética resultó ser más difícil de lo que se podría haber anticipado para una condición tan común. Este termino se utiliza para describir una amplia variedad de situaciones clínica que van en gradación continua, desde estadios leves y moderados de desnutrición hasta los síndromes más avanzados de los cuales los dos más importantes son Kwashiorkor y el marasmo nutricional. (Jelliffe, 1999. p. 5)

La mal nutrición protéico-energético no se limita a los niños, pero es mucho más prevalente durante la primera infancia. El Kwashiorkor o cuadro similares y el marasmo pueden encontrarse en adultos durante las Hambrunas o como cuadros secundarios y una amplia variedad de enfermedades infecciosas

como el SIDA y la tuberculosis, síndrome de malabsorción, enfermedades renales y hepáticas, carcinomas y otros tumores malignos y anorexia nerviosa.

Ramos, C y Galvan, P. (1999) define a la desnutrición como “un estado patológico, inespecífico, sistémico y potencialmente reversible, que se origina como resultado de la deficiente utilización por las células del organismo de los nutrientes esenciales; que se acompaña de variadas manifestaciones clínicas de acuerdo a factores ecológicos y que reviste diversos grados de intensidad” (p.8)

Según la OMS/FAO (2000) citado por Martínez, J. refiere que la desnutrición es un rango de condiciones patológicas que surgen de la falta o incidencia, en proporciones variables de proteínas y energía presentándose más frecuentemente en lactantes y niños pequeños y comúnmente asociada con infecciones. Mas recientemente Carmuega, E. (2000) señala a la desnutrición como un “estado fisiopatológico resultante de una ingesta inadecuada en proteínas y/o energía para satisfacer las necesidades individuales durante un periodo prolongado de tiempo sobre pasa los mecanismos adaptativos del ayuno” (p.12)

Todo lo adecuado que puedan suponerse de estas definiciones parecería que en realidad resultan insuficientes para hacer notar algunos hechos de vital importancia y por ello parece necesario afirmar que tratándose de seres humanos, la desnutrición es un padecimiento íntimamente ligado a los fenómenos sociales y culturales que caracterizan a un país, una colectividad o familia y depende en gran parte de las actitudes que los hombres tienen frente a sus problemas vitales, pero al mismo tiempo está influenciado por las características genéticas y neuroendocrinas, y por el momento biológico en que se considere el problema

CONCLUSIONES

PRIMERA: La nutrición juega un papel decisivo en el desarrollo del ser humano, ya que influye en todos los aspectos que hacen a una persona saludable, adquiriendo hábitos alimenticios adecuados, consumiendo todos los grupos de alimentos de forma moderada y variada. Es así que la nutrición está directamente relacionado con nuestra estado de ánimo, disposición actitudinal y con nuestra rendimiento académico

SEGUNDA: Posteriormente, se puede suponer que si un niño llega a la edad escolar después de haber sufrido desnutrición crónica en sus primeros años, retraso en el crecimiento y retraso en el desarrollo cognitivo, es muy probable que su rendimiento educativo se vea afectado negativamente de alguna manera. e intensidad

TERCERO: Es importante mantener una nutrición óptima de la madre y el niño, prevenir la enfermedad y asegurar el desarrollo del potencial genético de cada individuo, a través de acciones de autocuidado y promoción de la salud, que comienzan en el momento de la concepción y continúan a lo largo de todo el proceso. período de crecimiento y desarrollo del niño

REFERENCIAS CITADAS

Amaya, N. (2017). Prácticas Alimentarias De La Madre Y Estado Nutricional Del Lactante De 6 A 12 Meses. Puesto De Salud Garatea. Nuevo Chimbote – 2014 (Tesis de Maestría). Universidad Nacional del Santa. Chimbote. Perú. Recuperado de:<https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/2877/42879.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bonvecchio, A, et el. (2015). Guías Alimentarias Y De Actividad Física en Contexto De Sobrepeso Y Obesidad En La Población Mexicana. Recuperado de:<https://secure.plagscan.com/2/d4753749-2626-4089-a9d2-6439f55e1d5c>

Chávez, L, et al. (2015). Efectos de la nutrición en el rendimiento académico de estudiantes de 1º, 2º y 3º Ciclo del Centro Escolar San José Quelepa, San Miguel, periodo comprendido 2015. Recuperado de:<https://dokumen.site/download/efectos-de-la-nutricion-en-el-rendimiento-academico-de-los-estudiantes-a5b39f0039924c>

Club Ensayos. (2013). Nutrición. Recuperado de:<https://www.clubensayos.com/Acontecimientos-Sociales/Nutricion/924112.html>

Daza CH. La transición nutricional en América Latina. El problema epidemiológico de la obesidad. Conferencia Internacional de Promoción de la Salud. Santafé de Bogotá; Ministerio de Salud de Colombia, OPS/OMS, 1992.

Foodinsight. (2006). Niñez Y Temprana Adolescencia. Nutrición, Salud Y Actividad Física En Estas Etapas. Recuperado de:<https://www.infoalimentos.org.ar/temas/nutricion-y-estilos-de-vida/187-ninez-y-temprana-adolescencia-nutricion-salud-y-actividad-fisica-en-estas-etapas>

Goyes. (s.f). [Documento sobre la desnutrición]. Recuperado de:http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/1281/2/PG%20338_DRA%20GOYES%20PARTE%201%20IMPRIMIR.pdf

González, M., & Sotillet, L. (2005). Factores Socioeconómicos Asociados A La Desnutrición De Los Niños En Edad Comprendida Entre 0-2 Años Del Barrio La Constituyente De Maturín Estado Monagas En El 2do Trimestre Del Año 2005. Recuperado de:<http://saber.ucv.ve/xmlui/bitstream/handle/123456789/338/tesis%20de%20enfermeria%20correcciones1.pdf;jsessionid=5B4CE14FCEE4766D5C9C0329673970D4?sequence=1>

International Food Information council Foundation. (2010). Nutricion, salud y actividad fisica en ninos y adolescentes Antecedentes. Recuperado de:<https://foodinsight.org/nutricion-salud-y-actividad-fisica-en-ninos-y-adolescentes-antecedentes/>

Minsa. (2004). Lineamientos de nutrición materno infantil del Perú. Recuperado de:<https://www.minsa.gob.pe/portalminsa/destacados/archivos/75/CENAN%20LINEAMIENTOS-EXPOSICION%2028-01-2005.pdf>

Universidad Xochicalco. (2016). Apuntes sobre la importancia alimenticia , Apuntes de Nutrición. Recuperado de:<https://www.docsity.com/es/apuntes-sobre-la-importancia-alimenticia/631757/>

Aspectos culturales de la alimentación en la segunda infancia

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	saber.ucv.ve Fuente de Internet	4%
2	www.scribd.com Fuente de Internet	3%
3	www.alimentacionynutricion.org Fuente de Internet	2%
4	repositorio.upp.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	www.uchospitals.edu Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
7	es.wikipedia.org Fuente de Internet	1%
8	www.monografias.com Fuente de Internet	1%
9	pt.scribd.com Fuente de Internet	1%

10	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
11	dspace.uniandes.edu.ec Fuente de Internet	1%
12	childhoodpedagogy.blogspot.com Fuente de Internet	1%
13	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	1%
14	www.infoalimentos.org.ar Fuente de Internet	1%
15	foodinsight.org Fuente de Internet	1%
16	docobook.com Fuente de Internet	<1%
17	Submitted to University of Hertfordshire Trabajo del estudiante	<1%
18	Submitted to Mariano Galvez University Trabajo del estudiante	<1%
19	Submitted to Universidad ESAN -- Escuela de Administración de Negocios para Graduados Trabajo del estudiante	<1%
20	www.lasendanatural.com Fuente de Internet	<1%

21 es.slideshare.net <1%
Fuente de Internet

22 www.cepis.org.pe <1%
Fuente de Internet

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía Activo