



DOI: 10.26820/reciamuc/8.(1).ene.2024.125-135

URL: <https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/1253>

EDITORIAL: Saberes del Conocimiento

REVISTA: RECIAMUC

ISSN: 2588-0748

TIPO DE INVESTIGACIÓN: Artículo de revisión

CÓDIGO UNESCO: 32 Ciencias Médicas

PAGINAS: 125-135







Factores de riesgo de nutrición y alimentación en la atención integral de los adolescentes

Nutrition and dietary risk factors in comprehensive adolescent care

Nutrição e fatores de risco alimentar nos cuidados globais dos adolescentes

Gabriela Isabel Laje Olvera¹; Patricia Raquel Narváez Veloz²; Hernan Rafael Narváez Veloz³; Aura Gisela Gaviria Vasquez⁴

RECIBIDO: 10/10/2023 **ACEPTADO:** 23/11/2023 **PUBLICADO:** 18/01/2024

1. Magíster en Enfermería Mención en Enfermería de Cuidados Críticos; Maestría Internacional en Nutrición y Dietética Especializado en Nutrición Clínica; Licenciada en Enfermería; Hospital Sagrado Corazón de Jesús; Quevedo, Ecuador; gabriela_laje@hotmail.com;  <https://orcid.org/0000-0001-8063-1520>
2. Licenciada en Ciencias de la Enfermería; Investigadora Independiente; Guayaquil, Ecuador; patriciaraquelnarvaezveloz@gmail.com;  <https://orcid.org/0000-0002-4621-2290>
3. Licenciado en Enfermería; Centro de Salud la Esperanza; Quevedo, Ecuador; hachenarvaez1997@gmail.com;  <https://orcid.org/0009-0002-8850-8943>
4. Maestría en Gerencia de Servicios Hospitalarios; Licenciada en Enfermería; Hospital Sagrado Corazón de Jesús; Quevedo, Ecuador; gislagaviria83@hotmail.com;  <https://orcid.org/0009-0006-4855-4872>

CORRESPONDENCIA

Gabriela Isabel Laje Olvera
gabriela_laje@hotmail.com

Quevedo, Ecuador

RESUMEN

Introducción: Adolescencia etapa más importante de la vida, se dan las primeras experiencias psicosexuales, la imagen corporal, necesidad de independencia, impulsividad emocional y conductas grupales, en este periodo existe amenazas para su estado de salud, viéndose afectado su estilo de vida por la importancia de la imagen corporal. **Objetivos:** Identificar los factores de riesgo en la nutrición y alimentación en la atención integral de los adolescentes. **Metodología:** El reciente artículo corresponde a una investigación cualitativa, el cual está respaldado por artículos científicos publicados entre el 2019 hasta la actualidad 2023, tomando en cuenta investigaciones sobre alimentación y nutrición en la atención integral de los adolescentes, de acuerdo a su alcance es una investigación tipo descriptiva. **Resultados:** Varias investigaciones revelan que los principales factores de riesgo encontrados son: el consumo alcohol, tabaco, embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, alteraciones de la alimentación y enfermedades no trasmisibles. La OMS demuestra que existe un 5.6 % de adolescentes con obesidad factor de riesgo considerado para diabetes. **Conclusiones:** Con el método de revisión sistemática se logró identificar que dentro de los factores de riesgo en la nutrición y alimentación en los adolescentes de 10 a 19 años predomina la obesidad, consumo de alcohol, tabaco, enfermedades no transmisibles, también se pudo observar que existe déficit de conocimiento en la atención integral de los adolescentes por parte del personal de salud y los centros de atención primaria no cuentan con nutricionistas.

Palabras clave: Adolescentes, Alimentación, Nutrición, Atención Integral.

ABSTRACT

Introduction: Adolescence is the most important stage of life, with the first psychosexual experiences, body image, need for independence, emotional impulsivity and group behaviors. During this period, there are threats to their health, affecting their lifestyle due to the importance of body image. **Objectives:** To identify risk factors in nutrition and feeding in the comprehensive care of adolescents. **Methodology:** The recent article corresponds to a qualitative research, which is supported by scientific articles published between 2019 and 2023, taking into account research on food and nutrition in the comprehensive care of adolescents, according to its scope it is a descriptive type of research. **Results:** Several studies reveal that the main risk factors found are: alcohol consumption, smoking, unwanted pregnancies, sexually transmitted diseases, dietary disorders and non-communicable diseases. The WHO shows that there is a 5.6 % of adolescents with obesity risk factor considered for diabetes. **Conclusions:** With the systematic review method it was possible to identify that among the risk factors in nutrition and feeding in adolescents aged 10 to 19 years, obesity, alcohol consumption, tobacco, non-communicable diseases predominate, it was also observed that there is a lack of knowledge in the comprehensive care of adolescents by health personnel and that primary health care centers do not have nutritionists.

Keywords: Adolescents, Food, Nutrition, Comprehensive Care.

RESUMO

Introdução: A adolescência é a etapa mais importante da vida, com as primeiras experiências psicosssexuais, a imagem corporal, a necessidade de independência, a impulsividade emocional e o comportamento grupal. Durante este período existem ameaças ao seu estado de saúde, afetando o seu estilo de vida devido à importância da imagem corporal. **Objetivos:** Identificar fatores de risco na alimentação e nutrição no cuidado integral dos adolescentes. **Metodologia:** O recente artigo corresponde a uma pesquisa qualitativa, que se apoia em artigos científicos publicados entre 2019 e 2023, tendo em conta a investigação sobre alimentação e nutrição no cuidado integral dos adolescentes, de acordo com o seu âmbito é uma pesquisa do tipo descritiva. **Resultados:** Vários estudos revelam que os principais fatores de risco encontrados são: consumo de álcool, tabagismo, gravidez indesejada, doenças sexualmente transmissíveis, distúrbios alimentares e doenças não transmissíveis. A OMS revela que existe uma percentagem de 5,6 % de adolescentes com obesidade considerada fator de risco para a diabetes. **Conclusões:** Utilizando o método de revisão sistemática, foi possível identificar que a obesidade, o consumo de álcool, o tabagismo e as doenças não transmissíveis predominam entre os fatores de risco na alimentação e nutrição em adolescentes de 10 a 19 anos. Também foi possível observar que existe uma falta de conhecimento na atenção integral aos adolescentes por parte do pessoal de saúde e que os centros de atenção primária à saúde não contam com nutricionistas.

Palavras-chave: Adolescentes, Alimentação, Nutrição, Atenção Integral.

Introducción

La adolescencia es una de las etapas más trascendental y más importante de la vida, es sustancial ya que se habla de ella en el presente y el futuro. En esta etapa de la vida se dan las primeras experiencias psico-sexuales, la imagen corporal, la necesidad de independencia, impulsividad emocional, conductas grupales que tiene mucha influencia con las amistades; también es una etapa crítica ya que en este periodo existe amenazas para su estado de salud, viéndose afectado su estilo de vida por la importancia de la imagen corporal (1,4).

La organización mundial de la salud define al adolescente como un crecimiento y desarrollo que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, comprende entre los 10 y 19 años, caracterizado por muchos cambios como: social, psicosocial y biológico que lo preparan para la vida adulta. En la actualidad existen 110 millones de adolescentes con mal nutrición, por lo cual los problemas de salud se verán reflejado en la vida adulta. En América latina el 24.5% de adolescentes ha sufrido variaciones en el estilo de vida, centrándose en la alimentación y la actividad física, según la OMS en las estadísticas demuestra que existe un 5.6 % de adolescentes con obesidad factor de riesgo considerado para diabetes (4,5).

El cuidado de la salud de los adolescentes prevalece en cualquier parte del mundo, se pretende posibilitar la atención integral de salud para este grupo de población. Las enfermedades crónicas son las principales causas de muerte en los países desarrollados, siendo muchas de ellas prevenibles cambiando el estilo de vida. Existe relación directa entre los hábitos de vida y la alimentación adquirida en la infancia sobre el riesgo de desarrollar enfermedades a lo largo de la vida (2,3).

En las últimas décadas la morbi-mortalidad en los adolescentes ha cambiado sustancialmente, ya que no solo se debe a las enfermedades físicas si no por lo contrario

los principales problemas de salud como: el consumo de alcohol y drogas, los accidentes de tránsito, trastornos de alimentación, embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual, todos estos factores son consecuencias debido al estilo de vida que lleva cada adolescente (2).

La alimentación es un acto voluntario que todo ser humano realiza por necesidad fisiológica, el cual prepara los alimentos y luego los consume para tener una nutrición saludable, dicha alimentación depende de los hábitos alimentarios, la cultura, el factor socio económico, la interacción con el ambiente y sobre todo el estilo de vida de cada individuo (6).

La alimentación saludable es aquella que es variada, contribuye energía y aporta nutrientes esenciales, que cada persona necesita para mantenerse sano y en condiciones óptimas de salud, permitiendo una mejor calidad de vida en todas las edades; al mismo tiempo previene de enfermedades como la diabetes, hipertensión, obesidad, desnutrición y algunos tipos de cáncer (7).

La salud integral no es solo la ausencia de una enfermedad si no es la habilidad que desarrolla cada persona; según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la salud integral es el estado de bienestar físico, emocional y social de un individuo. Es decir que cada persona debe tener su cuerpo y mente sana. Dentro de la atención integral en los adolescentes se debe aplicar de manera individualizada ya que no se debe comparar ninguna persona debido a que su crecimiento ha sido dentro de otras circunstancias, tienen diferentes reacciones físicas, emocionales y ambientales, así mismo teniendo distintos tipos de alimentación y actividad física (8).

El ministerio de salud pública y bienestar social recomiendan que la alimentación de los adolescentes debe ser variada que contenga abundantes cereales, verduras, frutas, baja en sal y en grasas saturadas, pero a su vez que tenga el suficiente hierro

y calcio para satisfacer los requerimientos del organismo, sin dejar a un lado la actividad física. La alimentación y la atención integral en los adolescentes constituye un tema de interés para la promoción de salud y prevención de enfermedades que se pueden dar durante esta etapa y el impacto que puede presentar en la salud actual y futura de los adolescentes (9,10).

En Ecuador existen factores que limitan aplicar una adecuada nutrición y atención integral en los adolescentes tales como: la falta de transporte para la población, deficiencia de información sobre la atención, déficit de material informativo, descoordinación en las unidades educativas, falta de nutricionistas en los centros de atención primaria. Varias investigaciones realizadas por el ministerio de salud pública indican que en Cuba para preservar la atención integral en los adolescentes abarcan varios factores como: condiciones biopsicosociales, el sexo, requerimientos sanitarios de desarrollo y buen estado a nivel social. En cambio, en Perú determinan la atención integral como un programa donde busca priorizar, promover, prevenir, cuidar la salud, disminuir los riesgos y afectaciones del ser humano, sobre todo en la población infantil, adolescente, femenina, el adulto mayor y de la población con discapacidad.

La organización Panamericana de la salud determina que los adolescentes deben tener atención sanitaria a modo de seres integrales, con la finalidad de promover a través de la atención integral, la importancia y conocimiento de su cuerpo, sexualidad, emociones y alimentación para gozar de buena salud y tener una vida plena en la adultez. Tanto el estado de nutrición y la atención integral en los adolescentes requiere atención oportuna para promover, prevenir, tratar y rehabilitar la salud de los adolescentes, fomentando medidas de orientación como aprender a cuidarse, manteniendo un estado nutricional adecuado con una dieta balanceada, evitando sustancias psicotró-

picas, ejerciendo la actividad física y sobre todo manteniendo orientación y asesorías guiadas (11).

Los principales factores de riesgo están relacionados con la salud de los adolescentes entre ellos se encuentran: los trastornos del comportamiento alimentario debido a las alteraciones por la imagen corporal ya que en esta etapa los adolescentes tienen preocupaciones por su peso, su alimentación, figura corporal generando en ellos hábitos y estilo de vida poco saludables. Dentro de otros factores encontramos las prácticas sexuales de riesgo, la hipertensión, el consumo de tabaco y alcohol, la falta de higiene y las enfermedades no transmisibles entre ellas: Diabetes, enfermedades cardiovascular, obesidad y colesterol (12,16).

El objetivo de la presente investigación es Identificar los factores de riesgo de nutrición y alimentación en la atención integral de los adolescentes.

Materiales y métodos

El presente artículo corresponde a una investigación cualitativa, el cual está respaldado por artículos científicos publicados entre el 2019 hasta la actualidad 2023, tomando en cuenta investigaciones sobre alimentación y nutrición en la atención integral de los adolescentes.

Según su alcance se considera investigación de tipo descriptiva ya que se pretende Identificar los factores relacionados de nutrición y alimentación en la atención integral en los adolescentes. La finalidad de la investigación es que los adolescentes mantengan tanto el estado de nutrición y la atención integral como una atención oportuna para prevenir, tratar y rehabilitar la salud de los adolescentes, fomentando medidas de orientación como aprender a cuidarse, manteniendo un estado nutricional adecuado con una dieta balanceada, evitando sustancias psicotró-

do orientación y asesorías guiadas. Se realizará mediante revisión bibliográfica con método de análisis y discernimiento de la información, a partir de ello se elaborará la síntesis de la información más relevante.

Criterios de inclusión

Se incluirán en la revisión artículos sin restricciones de idioma de los cuales se recolectará la información que se encuentra en bases de datos como PubMed, Scielo, Dialnet, Lilacs y en el caso de revistas indexadas como Portales Médicos. Se tomará en cuenta que más de un 50% de estos documentos no sean de años inferiores a 2019; en entidades que sea necesario datos y cifras tales como la OMS, OPS y bienestar social deberán tomarse en cuenta las cifras que estén más actualizadas; además se incluirán en la revisión libros, tesis de pregrado, posgrados o doctorado. Dentro de esta revisión estarán todos los artículos en los cuales consten pacientes adolescentes de determinada edad entre los 10 y 19 años de edad, sin importar el sexo y sin distinción de raza o etnia.

Criterios de exclusión

Serán excluidos del proceso de revisión artículos científicos que no estén indexadas a ninguna revista o que no consten en las bases de datos mencionadas, artículos de fuentes informativas no indexadas como periódicos, revistas, entrevistas. Se excluirán de este artículo todas las personas ajenas al grupo de adolescentes, como grupo infantil, adultos, mujeres embarazadas y adultos mayores entre otros; excluyéndose ya que la presente investigación es claramente sobre los factores relacionados de nutrición y alimentación en la atención integral de los adolescentes.

Resultados

La etapa de la adolescencia es la más crítica porque existe evolución física y psicosocial de los adolescentes ya que se encuentran desarrollándose en la vida adulta. En

esta etapa de su desarrollo están expuestos a múltiples factores de riesgos como: la pobreza, el alcohol, el consumo de sustancias psicoactivas, embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, violencia, abandono escolar, trastornos psicológicos y alteraciones de la alimentación. La atención integral en el adolescente debe ser realizada por el equipo multidisciplinario integrado por médicos, enfermeros/as, obstetras, odontólogos/as, nutricionistas, educadores, psicólogos y trabajadoras sociales con la finalidad de brindar atención integral de calidad con calidez (15).

En los últimos 20 años la organización mundial de la salud (OMS) ha respaldado la obtención de programas destinados a afrontar problemas y conductas relacionadas con la salud de los adolescentes, numerosos factores favorecen en varios niveles. El nivel individual como: la edad, el sexo, conocimiento, preparación de alimentos y capacidad de acción; a nivel familiar los adolescentes tienen sus relaciones más cercanas; a nivel de la comunidad existen organizaciones que promocionan servicios y oportunidades a los adolescentes como: la escuela y centros de salud. De manera menos directa los adolescentes influyen algunas prácticas culturales a través de los medios digitales (13).

Un estudio realizado en Imbabura - Ecuador con 383 adolescentes entre ellos de 10 a 14 años con el 82,5% y de 15 a 19 años con un 17,5%; nos demuestran que dentro de los hábitos alimentarios en su dieta incluyen el pan, lácteos, frutas y cereales lo consumen una vez al día al igual que el dulce y las golosinas, el consumo de carnes, huevos, hortalizas, verduras y tubérculos lo consumen de 2 a 3 veces por semana. La gran mayoría de adolescentes aquí practica actividad física de manera intensa (14).

Un estudio realizado en Perú con 242 adolescentes sobre los conocimientos, actitudes y prácticas acerca de la alimentación saludable según el sexo de los participan-

tes nos demuestra que no existe diferencia significativa entre ambos grupos como se puede observar en la tabla descriptiva.

Tabla 1. Análisis de los conocimientos, actitudes y prácticas acerca de alimentación saludable según sexo

Variables	Total (242)		Femenino (102)		Masculino (140)		
	n	%	N	%	n	%	
Conocimientos							
Bajo	61	25,2	26	25,5	35	25,0	1,000*
Alto	181	74,8	76	76,5	105	75,0	1,000*
Actitudes							
Desfavorables	66	27,3	25	24,5	41	29,3	0,466*
Favorables	176	72,7	77	75,5	99	70,7	0,466*
Prácticas							
Inadecuadas	73	30,2	28	27,5	45	32,1	0,480*
Adecuadas	169	69,8	74	72,5	95	67,9	0,480*

Fuente: (16).

La organización mundial de la salud (OMS) menciona que en la región de las Américas existe gran prevalencia en los factores de riesgo a nivel mundial representa el 36.6% en obesidad debido al alto consumo de azúcares y grasas procesadas esto se debe a que son de fácil acceso y bajo costo. El colesterol con un 12.6% y a nivel mundial con 9.5%, el consumo de tabaco con un 19% y a nivel mundial con 22.1%, la hipertensión con un 19.3% a nivel mundial con el 23.3%. Esto demuestra que los factores de Riesgo en las Américas se encuentran entre el tercer al sexto lugar con bajas probabilidades de muertes prematuras en enfermedades no transmisibles.

Un estudio realizado en la Unidad Educativa "Valle del Chota" de la ciudad de Imbabura con 179 adolescentes entre ellos hombres y mujeres nos demuestra que el 24.6% consume bebidas alcohólicas y el 75.4% no consume bebidas alcohólicas siendo el mayor consumo una vez al mes, dentro del consumo de cigarrillos siendo si con 3.9% y el no consumo con un 96.1%. Así mismo demostrando las Enfermedades Crónicas no transmisibles en obesidad se encuentra el 10.6% y el no con el 89.4%, en Diabetes

Mellitus si con el 17.9% y no con el 82.1%, la Hipertensión Arterial con un 22.9% mientras que el no con un 77.1%, dentro de las enfermedades cardiovasculares indicaron que si el 8.4% y no con un 91.6% (17,25).

Una Investigación realizada en Cuba en la provincia de Villa Clara con 41 adolescentes entre ellos hombres y mujeres de 14 a 17 años donde predomina el sexo masculino, demuestra que dentro de los factores de riesgo se encuentra la hipertensión y la obesidad causada por la mal nutrición, exposición al tabaco, sedentarismo, dieta inadecuada y antecedentes patológicos familiares de hipertensión arterial. Más de la mitad de la muestra tienen alteraciones de presión arterial en un 51,2% y mayor frecuencia de sobrepeso siendo este el 56,1%. En la tabla 2 describiremos todo su porcentaje (18).

Tabla 2

EVALUACIÓN NUTRICIONAL Y PRESIÓN ARTERIAL										
Evaluación nutricional	Normotenso		Alteración en la presión arterial (prehipertensos)		Hipertensión grado I		Hipertensión grado II		Total	
Sobrepeso	14	70%	8	50%	1	25%	0	0%	23	56.1%
Obesidad grado I	4	20%	5	31.2%	3	75%	0	0%	12	29.3%
Obesidad grado II	2	10%	3	18.8%	0	0%	0	0%	5	12.2%
Obesidad grado III	0	0%	0	0%	0	0%	1	100%	1	2.4%
Total	20	100%	16	100%	4	100%	1	100%		100%

Fuente: (18).

Un estudio realizado en Perú con 51 adolescentes entre ellos de 12 a 17 años donde prevalece el sexo femenino con un 62.7% y el masculino con 37.3% donde la información se obtuvo a través de respuestas verbales y escritas, sobre la frecuencia de los factores de riesgo de los adolescentes al acudir a la Atención Integral del Servicio Amigable, donde el 66,7% opinan baja probabilidad y el 33,3% indican que existe una alta probabilidad de factores de riesgo (12).

A nivel mundial la atención integral de los adolescentes es un tema relevante, en Ecuador en el centro de salud Eugenio Espejo de la provincia de Imbabura dentro de la atención de adolescente de 10 a 19 años se encuentra en un 15% para dicha población, un porcentaje intrascendental donde intervinieron con el propósito de brindar atención a los jóvenes que acuden a la unidad de salud.

Este estudio realizo encuesta a 9 profesionales de la salud, a 415 adolescentes y a 320 padres de familia. Se reveló que el personal de salud en un 44.4% no conoce

acerca de la atención integral del adolescente, así mismo el 88.9% no conoce que existe la guía de supervisión “Salud de adolescentes” del MSP. En los adolescentes se demostró que el 36% consume bebidas alcohólicas y el 64% no; también dentro del consumo de tabaco en un 21% manifestaron que sí y el 79% que no consumen tabaco. En los padres se pudo comprobar que el 90.3% no habla con sus hijos sobre sexualidad, alcohol y tabaco, mientras un 9.7% si lo realiza (19,20).

La atención integral en México en la ciudad de Tepeaca forma parte del programa público donde una investigación nos demuestra que un análisis de la política pública de alimentación en la población infantil y adolescente existe un 55.2% que mantienen pobreza moderada, con una carencia de alimentación, el 16. 8% con un promedio menor y el 27. 6 % con un término bajo. Por lo tanto, bajo este contexto el programa que se lleva a cabo se denomina “Desayunos escolares en modalidad calientes” con la finalidad de mejorar la calidad de nutrición en los adolescentes (21,24).



En la etapa de la adolescencia es donde se considera el cuidado de su salud principalmente su alimentación ya que muchos nutrientes aseguran su desarrollo y crecimiento. Así mismo considerando que los adolescentes necesitan cuidados integrales para elevar en su salud, debe ser evaluado su estado físico, mental y social. Un estudio realizado en Perú en la ciudad Ica con 150 adolescentes nos demuestran que dentro de la calidad de dieta solo el 28% consume alimentos saludables, el 57.3% es medianamente saludable y el 14.7% es no saludable (22,23).

Discusión

La alimentación es una de las necesidades vitales del ser humano, existen personas que no pueden adquirir a la alimentación adecuada debido a la falta de recursos económicos. La ley general de derechos de niños, niñas y adolescentes indica que tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud, con el fin de combatir la desnutrición, obesidad, enfermedades no transmisibles y trastornos de conducta alimentaria.

Un problema de salud pública es la forma de alimentación que tenemos desde la infancia, solo pensamos en comer de manera suficiente y no de manera nutritiva. Es preciso que los adolescentes participen en las decisiones que opten para mejorar su salud y su desarrollo en general; al mismo tiempo debe facilitársele información que les ayude a resolver y comprender problemas sobre el alcohol, tabaco, enfermedades de transmisión sexual y alteraciones en la nutrición (13,21).

Los hábitos alimentarios se adquieren desde la infancia siendo influencia los padres y cultura; los adolescentes debido a sus cambios emocionales, psicológicos y ambientales deciden ellos mismo elegir sus alimentos. Los conocimientos sobre alimentación saludable en los adolescentes son similares en ambos sexos, pero queda demostrado que las mujeres llevan el porcentaje más alto en conocimiento nutricional a diferencia de los hombres (14,16).

A nivel mundial se observa que la mayoría de los adolescentes dentro de los factores de riesgo se encuentra la obesidad con un 36.6% debido al consumo de grasas procesadas y azúcares, seguido de la hipertensión con un 23.3%. Dentro de los ecuatorianos se demuestra que el 24.6% consume bebidas alcohólicas con mayor frecuencia siendo la cerveza consumida 1 vez al mes, así mismo se puede evidenciar el consumo de tabaco con un 3.9% siendo este consumido una vez al mes, este porcentaje es favorable debido que así evitan padecer de diferentes patologías que puede causar el consumo excesivo de tabaco (17,25).

Dentro de los factores de riesgo uno de los más importante es la hipertensión arterial en los adolescentes el cual tiene relación directa con la obesidad; por lo tanto los adolescentes presentan alteraciones en el estado nutricional. Varios actores indican que las cifras elevadas de hipertensión arterial predominan en el sexo masculino y en adolescencia tardía. En México se evidencia que el mayor índice de hipertensión arterial predomina el sexo femenino con un 6.4% y el sexo masculino con un 5.5%. Debido al efecto inadecuado de los hábitos alimentarios en los adolescentes prevalece el riesgo de obesidad, mal nutrición, enfermedades no transmisibles como la diabetes, la hipertensión arterial, las dislipidemias y las enfermedades cardiovasculares (18).

La atención integral en los adolescentes se involucra en todas sus dimensiones, el personal de salud de atención del primer nivel es el encargado de prestar sus servicios ya que son ellos la primera puerta de entrada, se encuentran en la obligación de conocer las guías del ministerio de salud pública. Los adolescentes tienen derecho a ser atendidos con calidad y calidez si mismo cumplir con los programas que brinda el órgano regular rector.

Se puede mencionar que entre las estrategias del MSP se encuentra la atención integral en los adolescentes, actualmente

existe más de mil servicios establecidos. La atención integral en los adolescentes toma en cuenta todas las necesidades, no solo las necesidades médicas y físicas, ya que la salud es considerada no solo la ausencia de enfermedad si no el estado completo del desarrollo de bienestar (19).

La calidad de dieta en los adolescentes es primordial ya que se encuentra en etapa de desarrollo y crecimiento. Dentro de los factores de riesgo se encuentra su imagen corporal donde ellos desean verse y sentirse bien por tal motivo se someten a dietas poco nutritivas; se puede observar que la calidad de dieta es medianamente saludable con 57.3%, seguido de una dieta saludable en el 28%, y una dieta no saludable en el 14.7%. Existe el buen consumo de alimentos básico, pero así mismo esta con mayor frecuencia el consumo de alimentos procesados, ricos en grasas y azúcares (4,22).

Conclusiones

Con el método de revisión sistemática se logró identificar que dentro de los factores de riesgo en la nutrición y alimentación en los adolescentes de 10 a 19 años predomina la obesidad, consumo de alcohol, tabaco, enfermedades no transmisibles como: diabetes, hipertensión sin dejar a un lado el sedentarismo debido a la falta de actividad física ya que en la actualidad existe el uso constante del celular y las redes sociales.

Se puede observar que existe falta de conocimiento acerca de la atención integral en los adolescentes por parte de los profesionales de la salud en atención primaria ya que solo el 44.4% tuvo conocimiento según la encuesta realizada en Ecuador en el centro de salud Eugenio Espejo de la provincia de Imbabura, también el 88.9% no conoce acerca de la guía de supervisión “salud de adolescente”, del MSP. Se puede evidenciar que en los centros de atención primaria no se cuenta con nutricionista debido a esto es la falta de conocimiento en los adolescentes sobre una nutrición balanceada y adecuada según su edad.

La organización Panamericana de la salud determina que los adolescentes deben tener atención sanitaria a modo de seres integrales, con la finalidad de promover a través de la atención integral, la importancia y conocimiento de su cuerpo, sexualidad, emociones y alimentación para gozar de buena salud y tener una vida plena en la adultez.

Bibliografía

- Aliño M, López J, Navarro R. Adolescencia aspectos generales y atención a la salud. *Rev. Cubana Med. Gen. Integr.* [Internet]. 2006. [citado el 31 de Octubre 2023]; 22 (1): 0 - 0. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252006000100009&script=sci_arttext
- Gonzales B, Evaluación de los estilos de vida en adolescentes en una institución educativa, Moquegua 2022 [Tesis de pregrado en línea]. Universidad continental; 2023. [Citado el 31 de octubre del 2023]. Disponible en: file:///C:/Users/LENOVO%202022/Downloads/IV_FCS_504_TE_Gonzales_Villafuerte_2023.pdf
- Olivares M, Chavez E, Uso de las redes sociales como estrategia de promoción de alimentación saludable en adolescentes. *ECIMED.* 2019; 11 (1): 113 - 124. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubinfmed/cim-2019/cim191i.pdf>
- Aláez M, Madrid J, Antona A. Adolescencia y salud. *Papeles del psicólogo.* [Internet]. 2003. [citado el 31 de Octubre 2023]; 23 (84): 45 - 53. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808405.pdf>
- Gonzalez O, Exposito H. Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatr integral.* [Internet]. 2020. [citado el 31 de Octubre 2023]; 26 (2): 98 – 107. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2020/04/Pediatrica-Integral-XXIV-2-WEB.pdf#page=38>
- Ministerio de salud. Guías alimentarias para la población peruana [Internet]. Lima: MINSAL; 2019 [citado 01 de Noviembre 2023]. Disponible en: file:///C:/Users/202022/Downloads/IV_FCS_504_TE_Gonzales_Villafuerte_2023.pdf
- Alcaraz S, Velázquez P. Prácticas alimentarias y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo privado subvencionado de la ciudad de Luque en agosto de 2019. *Rev. cient. cienc. Salud.* [Internet]. 2021.[citado 01 de Noviembre 2023]; 3 (2): 0 – 0. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?pid=S2664-28912021000200026&script=sci_arttext

- Marcenaro J. Nutrición como parte de la salud integral. PRODUCIR XXI. [Internet] 2022. [citado 01 de Noviembre 2023]; 1 (1): 0 – 0. Disponible en: <https://producirxxi.com.ar/nutricion/la-nutricion-como-parte-de-la-salud-integral/>
- Ministerio de salud publica. . Modelo de abordaje de promoción de la salud: Acciones a desarrollar en el eje temático de Alimentación y Nutrición Saludable [Internet]. Lima: MINSA; 2006 [citado el 03 de noviembre 2023]. Disponible en: http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf
- Román V, Quintana M. Nivel de influencia de los medios de comunicación sobre la alimentación saludable en adolescentes de colegios públicos de un distrito de Lima. An. Fac. med. [Internet]. 2010. [citado el 03 de noviembre 2023]; 71 (3): 0 - 0. Disponible en: DOI: <https://doi.org/10.15381/anales.v71i3.93>
- Ávila M. Estándares de calidad del programa de atención integral para adolescentes en el Distrito 09-D24, Durán - Ecuador 2020. [Tesis de postgrado en línea]. Universidad Cesar Vallejo; 2020. [citado el 03 de Noviembre 2023]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49142/Avila_PMN-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
- Córdova M. Satisfacción de las y los adolescentes en relación a los factores de riesgo en la atención integral en el servicio amigable del hospital de apoyo Junín; octubre 2017- junio 2018 [Tesis de postgrado en línea]. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión; 2023. [citado el 12 de Noviembre 2023]. Disponible en: http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/3231/1/T026_41439165_M.pdf
- Barriga M. Gestión de la salud para adolescentes. Pol. Con. [Internet]. 2020 [citado el 11 de noviembre 2023]; 5 (53): 185 – 201. Disponible en: [file:///C:/Users/LENOVO%202022/Downloads/Dialnet-GestionDeLaSaludParaAdolescentes-8042574%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/LENOVO%202022/Downloads/Dialnet-GestionDeLaSaludParaAdolescentes-8042574%20(1).pdf)
- Guerrero J, Espín C, Perugachi I, Goyes B, Barahona A, González S. Hábitos alimentarios en adolescentes de las comunidades del Valle del Chota. Imbabura-Ecuador, 2019. Rev. Esp. Nutr. Comunitaria. [Internet]. 2021 [citado el 11 de noviembre 2023]; 27 (3): 155 – 159. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2021_3_art_1.pdf
- Miranda O, Toro V, Bonilla S, Sánchez B, Tacuri H. Atención integral en la adolescencia. [Internet]. Primera edición. Quito: Editorial el siglo; 2019 [citado el 15 de noviembre 2023]. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Belkis-Martinez-3/publication/336207669_Atencion_Integral_en_la_adolescencia/links/5d93fd7fa6fdcc2554abcdd0/Atencion-Integral-en-la-adolescencia.pdf
- Rivas S, Saintila J, Rodríguez M, Calizaya Y, Aliaga D. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes peruanos: un estudio transversal. Scielo. [Internet]. 2021 [citado el 11 de Noviembre 2023]; 25 (1): 0 – 0. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S2174-51452021000100087&script=sci_arttext
- Criollo D, Cuásquer R. Evaluación del estado nutricional y factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (ecnt) en adolescentes de educación general básica (egb) de la unidad educativa “valle del chota”, Carpuela, Imbabura, 2019. [Tesis de pregrado en línea]. Universidad técnica del norte; 2020. [citado el 12 de Noviembre 2023]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10159/2/06%20NUT%20347%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
- Méndez L, Durán N, Cairo G, González D, García E. Morbilidad oculta por hipertensión arterial en adolescentes con exceso de peso y otros factores. Acta Med. Cent. [Internet]. 2021. [citado el 15 de Noviembre 2023]. 5(2):215-228. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medicadelcentro/mec-2021/mec212e.pdf>
- Rueda G. atención integral al adolescente en el centro de salud Eugenio Espejo, del cantón Otavalo, provincia de Imbabura en el año 2017. [Tesis de posgrado en línea]. Universidad técnica particular de Loja; 2017. [citado el 15 de Noviembre 2023]. Disponible en: <https://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/20.500.11962/21088/1/RUEDA%20SANDONVAL%20GISELLE%20VERONICA.pdf>
- Dávila M. Acceso universal de las/los adolescentes a una atención integral de calidad. Recuperado el 06 de 2017. [citado el 15 de Noviembre 2023]. Disponible en: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Acceso%20universal%20de%20>
- Bonilla E, Medel J. Atención integral del programa público Desayunos Escolares Calientes. [Internet]. México: Editorial Asociación Mexicana de Estudios y Estrategias en Comercio Internacional; 2021 [citado el 18 de Noviembre 2023]. Disponible en: <https://play.google.com/books/reader?id=RrFOEAAQBAJ&pg=GBS.PA6&hl=es>

Mendoza S. "Calidad de la dieta y su relación con el estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa Víctor Manuel Maurtua Parcona Ica 2022". [Tesis de pre grado en línea]. Universidad nacional "san Luis Gonzaga"; 2023. [citado el 18 de Noviembre 2023]. Disponible en: <http://repositorio.unica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13028/4359/Calidad%20de%20la%20dieta%20y%20su%20relaci%c3%b3n%20con%20el%20estado%20nutricional%20en%20adolescentes%20de%20la%20Instituci%c3%b3n%20Educativa%20V%c3%adctor%20Manuel%20Maurtua%20Parcona%20Ica%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Organización Mundial de la Salud. Salud del adolescente y el joven adulto. [Internet]. Ginebra: OMS; 2021. [Citado 23 el 18 de noviembre del 2023]. Disponible en. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Arriguite J, Vega S, Radilla C, Barquera S, Hernández L, Rojo A, et al. Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la ciudad de México y Michoacán. Rev Esp Nutr Comunitaria. [Internet].2017 [Citado 23 el 18 de noviembre del 2023]; 23(1): 1-10. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2017_1_06._Vega_y_Leon__S._CONDUCTAS_ALIMENTARIAS_EN_ADOLESCENTES_DE_MICHOACAN.pdf

Consejo Nacional de Planificación. Plan Nacional de Desarrollo 2017 - 2021 - Todo una Vida. [Internet].; 2017 [Citado 23 el 18 de noviembre del 2023]; Disponible en: http://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV26-OCT-FINAL_0K.compressed1.pdf.

CITAR ESTE ARTICULO:

Laje Olvera, G. I., Narváez Veloz, P. R., Narváez Veloz, H. R., & Gaviria Vasquez, A. G. (2024). Factores de riesgo de nutrición y alimentación en la atención integral de los adolescentes. RECIAMUC, 8(1), 125-135. [https://doi.org/10.26820/reciamuc/8.\(1\).ene.2024.125-135](https://doi.org/10.26820/reciamuc/8.(1).ene.2024.125-135)



CREATIVE COMMONS RECONOCIMIENTO-NOCOMERCIAL-COMPARTIRIGUAL 4.0.