



UNIVERSIDAD DEL NORTE
SANTO TOMÁS DE AQUINO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

LICENCIATURA EN NUTRICION

CULTURA ALIMENTARIA REGIONAL Y ESTADO NUTRICIONAL DE
ADOLESCENTES DE LOS DEPARTAMENTOS DE TAFÍ VIEJO, LULES Y SIMOCA

Directora: Graciela Di Benedetto Puerto

Autor: Ada Giselle Soria

Asesor Metodológico: Lic. Karina Montoya.

AÑO: 2015

Indice

RESUMEN	4
ABSTRACT	5
INTRODUCCIÓN	6
CAPITULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACION	7
Justificación de la Investigación	8
Interrogantes de Investigación	9
Objetivo general	9
Objetivos específicos	10
CAPITULO II: ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN	11
Antecedentes de investigación	12
CAPITULO III: MARCO TEÓRICO	16
Cultura	17
Cultura alimentaria	17
Cultura alimentaria regional	22
Cultura alimentaria regional del Noroeste Argentino	23
Tucumán	32
Departamento de Tafí Viejo	32
Departamento de Lules	33
Departamento de Simoca	34
Adolescencia	35
Estado nutricional en el adolescente	37
CAPITULO IV: METODOLOGIA	44
Tipo de estudio	45
Diseño de investigación	45
Población	46
Muestra	46
Técnicas y procedimientos de análisis de datos	47
Hipótesis de investigación	48
Definición de variables	49
CAPITULO V: ANALISIS DE DATOS	53

Departamento de Tafí Viejo	54
Departamento de Lules	57
Departamento de Simoca	60
Comparación entre departamentos	63
Comprobación de hipótesis Tafí Viejo	69
Comprobación de hipótesis Lules	77
Comprobación de hipótesis Simoca	85
CAPITULO VI: CONCLUSIÓN, DISCUSIÓN Y PROPUESTAS	93
Conclusión	94
Discusión	95
Propuestas	97
Bibliografía	99
Anexos	107
Anexo 1: Test de cultura alimentaria regional	108
Anexo 2: Recordatoria de 24 horas	109
Anexo 3: Programa Who Anthro Plus	110
Anexo 4: Balanza y estadiómetro	111
Anexo 5: Programa SARA	112
Anexo 6: Mapa Departamento de Tafí Viejo	113
Anexo 7: Mapa Departamento de Lules	114
Anexo 8: Mapa Departamento de Simoca	115
Anexo 9: Nota para Escuela	116
Anexo 10: Consentimiento informado	117
Anexo 11: Aceptación	118

Agradecimientos

Primero me gustaría agradecer a mi Directora de tesis Dra. Graciela Di Benedetto Puerto, por su dedicación, su orientación y su motivación que han sido fundamentales a la hora de realizar esta investigación.

A los asesores metodológicos Lic. Karina Montoya y Lic. Sergio Mejail, que fueron fundamentales a la hora de estructurar y llevar a cabo esta investigación.

A mi familia por su apoyo constante e incondicional en toda mi vida y en especial en estos años de carrera.

A mi novio por estar siempre a mi lado en las buenas y en las malas; dándome fuerza y ánimos para seguir adelante

A mis compañeras y amigas por ser un pilar fundamental y por ser un gran apoyo durante mi carrera y siempre.

Un agradecimiento especial para todas aquellas personas que contribuyeron de una u otra forma.

Resumen

Introducción: Las comidas tradicionales constituyen parte del patrimonio de las sociedades. Además de ser un elemento de identidad, son fundamentales para las economías regionales y locales. La modernidad puede producir un deterioro de los patrones alimentarios llegando a una pérdida de la producción local y podría verse afectado el estado nutricional, especialmente en sectores etarios vulnerables como lo son los adolescentes.

Objetivo: Determinar si la adhesión a la cultura alimentaria regional promueve un resultado favorable en el estado nutricional de una muestra de adolescentes de ambos sexos de los Departamentos de Tafí Viejo, Lules y Simoca de la provincia de Tucumán, en Septiembre de 2014.

Materiales y métodos: Estudio transversal, descriptivo-correlacional, no experimental. Se trabajó con 90 adolescentes de 17 y 18 años de edad de ambos sexos. Las variables en estudio fueron: nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional, estado nutricional antropométrico, ingesta calórica, de hierro, calcio, fibra y grasas. Su valoración se realizó a través de un test de nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional, un recordatorio de 24 horas y el analizador Who Antrho Plus propuesto por la OMS para evaluar el Índice de Masa Corporal en adolescentes. Para el análisis de datos se utilizó el programa Excel.

Resultados y conclusión: El nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional que presentaron los adolescentes fue medio. Hubo un predominio en Simoca con el 56,6%. En cuanto al estado nutricional observado fue eutrófico. La ingesta calórica fue inadecuada por exceso en Tafí Viejo y Lules, en Simoca. El consumo de hierro fue adecuado en los tres departamentos destacándose Simoca con el 66,6%. En cuanto a la ingesta de calcio, fibras y grasas totales se evidenció un consumo inadecuado.

Palabras clave: cultura alimentaria regional- estado nutricional- adolescente.

Abstract

Introduction: Traditional meals represent part of the heritage of societies. As well as being an identifying element, they are essential for the regional and local economies. Modern times may cause deterioration in the dietary patterns leading to a loss in the local production and could affect the nutritional status, especially in vulnerable age groups such as adolescents.

Objectives: Determine whether adherence to regional food culture promotes a favorable outcome in the nutritional status of a sample of adolescents of both sexes from the Departments of Tafi Viejo, Lules and Simoca of Tucuman province, in September 2014.

Materials and Methods: Transversal, descriptive, co-relational and non-experimental study. The subjects were 90 adolescents between the ages of 17 and 18 years old of both sexes. The variables on the study were: level of adherence to regional food culture, anthropometric nutritional status, calorie intake of iron, calcium, fiber and fat. It's assessments was carried out using a test of level of adherence to regional food culture, a 24 hours notes' file and the analyzer Who Anthro Plus proposed by the WHO to assess the Body Mass Index (BMI) in adolescents. The Excel program was used for data analysis.

Results and Conclusion: The level of adherence to regional food culture medium was presented adolescents. There was a predominance in Simoca with 56.6%. Regarding the nutritional status was eutrophic observed. Caloric intake was inadequate excess Tafi Viejo and Lules in Simoca consumption was adequate. The iron intake was adequate in the three departments highlighting Simoca with 66.6%. Regarding the intake of calcium, fiber and total fat consumption showed inadequate.

Keywords: food culture regionally- nutritionally been- teenager.

Introducción

La cultura es una totalidad compleja que comprende un conjunto de valores, conocimientos, arte, moral, creencias, prácticas, costumbres, tradiciones entre otras capacidades que son adquiridas, compartidas y transmitidas entre los miembros de una sociedad a manera de símbolos con un valor funcional (Stenhouse, 1991). Dentro de los sistemas simbólicos se incluye a la gastronomía la cual comunica la tradicionalidad en una sociedad y es fiel reflejo de la cultura. La misma implica un cúmulo de diversos conocimientos que se van transmitiendo y heredando de una generación a otra, tales conocimientos se plasman en la mente de los individuos quienes transmitirán el saber, asegurando su permanencia dentro de una sociedad (Mejía López y col., 2014).

El consumidor actual muestra un alejamiento entre la producción del alimento y su consumo, la modernización de la sociedad lleva a sufrir una serie de cambios culturales y sociológicos que afectan los hábitos y preferencias alimentarias, produciendo así el virtual deterioro de los patrones alimentarios tradicionales (Ayeche Díaz y Durá Travé 2010). Se asiste a una marcada tendencia a la globalización alimentaria ofrecida al consumidor en las góndolas de los supermercados nacionales e internacionales. Estos productos novedosos tientan a su incorporación en la dieta y en general implican un gasto mayor. En tanto, los alimentos locales suelen ser más baratos haciendo evidentes las relaciones de la comida con la geografía local, la ecología, la tecnología y la economía. (Petrini, 2010).

El deterioro virtual de los patrones alimentarios tradicionales tiene lugar en sectores poblacionales susceptibles de ser influenciados por su entorno; en especial este fenómeno afecta a niños y adolescentes que son quienes necesitan una alimentación adecuada que garantice un crecimiento y desarrollo óptimo. Según lo expuesto por Martínez Roldán y col. (2005) la valoración del estado nutricional como indicador del estado de salud es un factor fundamental para los grupos en riesgo de malnutrición tanto por déficit como por exceso ya que puede predisponer a enfermedades crónicas.

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Justificación

La naturaleza de la especie humana ha sido moldeada por la selección biológica y cultural, mediante su interacción con el ambiente geográfico y biológico y los cambios generados por la vida social (Bourges Rodríguez y Vargas Guadarrama, 2015).

Las tradiciones, creencias, formas de vida, prácticas, vivencias y costumbres alimentarias son parte del patrimonio que la cultura resguarda (Mejía López, y col., 2013). Dentro de este patrimonio, la cultura alimentaria constituye una compleja construcción histórica, social y antropológica que permite leer en clave simbólica elementos naturales como los alimentos y sus necesidades (Aguirre, 2004). Hay una relación estrecha entre el alimento y la identidad cultural; esta relación está constituida por una serie de atributos que identifican a una cultura de otra (Contreras, 1999). Con la llegada de la modernidad se produjo un deterioro en los patrones alimentarios tradicionales; así se fue sustituyendo la alimentación autóctona; este proceso afecta una etapa particularmente importante como lo es la adolescencia (Ayeche Díaz y Durá Travé, 2010); en ella ocurren múltiples cambios psicofísicos que a su vez condicionan tanto las necesidades nutricionales como los hábitos de alimentación. Este período se caracteriza por un acelerado crecimiento y desarrollo y como resultado de esto las necesidades nutricionales resultan incrementadas (FAO/WHO/OMS, 1985). Es por ello que la valoración del estado nutricional en la adolescencia va a cumplir un papel fundamental ya que determina el estado de salud del individuo o de grupos poblacionales según como influya sobre ellos la ingesta y la utilización de nutrientes (De Girolami y Freylejeres, 2008). La presencia de ciertos factores y malos hábitos alimentarios en esta etapa vital incrementaría de forma notable la probabilidad de desarrollar ciertas patologías crónicas en la vida adulta (Avena, 2003).

El presente estudio se desarrolló para conocer la alimentación de adolescentes de zonas rurales de la ciudad de Tucumán donde el impacto de la globalización aún no se hizo tan evidente. El objetivo de esta investigación fue

determinar el nivel de adhesión de los adolescentes a la cultura alimentaria regional y el impacto de ésta en el estado nutricional de los mismos.

1.2 Interrogantes

En la presente investigación se consideraron las siguientes preguntas referentes a adolescentes de 17 y 18 años residentes en los departamentos de Tafí Viejo, Lules y Simoca de Tucumán.

1. ¿Cuál es el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional que predomina en los adolescentes?
2. ¿Cuál es el estado nutricional antropométrico de los adolescentes?
3. ¿Cuál es la ingesta calórica de los adolescentes?
4. ¿Cuál es el consumo diario de hierro?
5. ¿Cuál es el consumo diario de calcio?
6. ¿Cuál es el consumo diario de fibra?
7. ¿Cuál es el consumo diario de grasas totales?
8. ¿Existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional?

1.3 Objetivo general

Determinar si la adhesión a la cultura alimentaria regional, promueve un resultado favorable en el estado nutricional de una muestra de adolescentes de ambos sexos de los departamentos de Tafí Viejo, Lules y Simoca, de la provincia de Tucumán en el mes de Septiembre del 2014.

1.4 Objetivos específicos

1. Determinar el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional en adolescentes.
2. Determinar el estado nutricional antropométrico.
3. Cuantificar el valor calórico total de la ingesta diaria en adolescentes.
4. Determinar el consumo diario de hierro.
5. Cuantificar el consumo diario de calcio.
6. Valorar el consumo diario de fibra.
7. Determinar el consumo diario de grasas totales.
8. Determinar si existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

CAPÍTULO II: ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN

2.1 Antecedentes de investigación

Se encontraron pocos antecedentes que indagaran la cultura alimentaria, específicamente desde el enfoque de esta investigación. Un estudio realizado por Ayechu Díaz y Durá Travé (2010) en el municipio de Pamplona, España; se enfocó en conocer el nivel de adhesión de adolescentes a una dieta cultural, al observar que la modernización de la sociedad trae aparejados una serie de cambios culturales y sociológicos que afectan los hábitos y preferencias alimentarias. Para realizar este estudio se utilizó como instrumento un test denominado *kidmed* el cual valora la adherencia a la dieta mediterránea. Este trabajo concluyó que hay un deterioro progresivo de los patrones culturales presentando un nivel de adherencia media-baja entre los adolescentes.

Otro estudio vinculado a la cultura alimentaria que indaga la relación de la producción y consumo de alimentos tradicionales, es la investigación del equipo de Torres y col. (2004). El referido trabajo desarrolla un análisis de las cualidades patrimoniales del alimento de la cocina nacional. Se define el concepto de patrimonio en sus variantes tangible e intangible. El alimento encuadraría en la esfera de lo intangible, se constituye en el eje del análisis y se establecen sus relaciones tanto con el patrimonio en general, como con el proceso de construcción de identidad de un grupo social determinado. Se consideran algunos platos o comidas propias de la región del Noroeste Argentino como ejemplos de referentes identitarios.

Otro antecedente es el trabajo de Álvarez y Sammartino (2009). Tuvo como objetivo analizar críticamente las dinámicas contemporáneas que entrecruzan los campos de la cultura y el turismo donde los alimentos y la producción culinaria, con marca de tradición y autenticidad, se convierten en patrimonio y recursos en el contexto de gestiones para el desarrollo local y regional, que asumen la promoción turística de la diversidad cultural.

En Tucumán un antecedente que analiza ciertas variables de interés para esta investigación es el realizado por Bassett y col. (2010). En él se analizó el patrón de consumo y se evaluó el estado nutricional y los nutrientes críticos que son aquellos cuyo déficit o exceso en la alimentación ocasionan o pueden

ocasionar un problema de salud pública de una muestra representativa. Se tomó como valores de referencia los propuestos por WHO/FAO/UNU (2007). Se calculó la ingesta de energía la cual se determinó a partir de un recordatorio de 24 horas; si bien no propone un análisis desde la perspectiva de la adhesión a la cultura alimentaria regional al realizar los análisis de la ingesta alimentaria y estado nutricional surgieron las siguientes conclusiones: la población presentó según el Índice de Masa Corporal medio para hombres y mujeres, una prevalencia alta de sobrepeso y obesidad los cuales son importantes factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares y crónicas. Se encontraron también ingestas insuficientes de ciertas vitaminas y minerales, y se concluyó que la sustitución de los platos tradicionales por otros patrones de alimentación de tipo occidental y pérdida de las producciones típicas de la región se refleja en el patrón dietario y en los déficit de nutrientes encontrados.

La investigación realizada por Castañeda-Sánchez y col. (2008); tuvo como objetivo evaluar los hábitos alimentarios de los adolescentes y su relación con el estado nutricional. Se llegó a la conclusión de que los hábitos alimentarios de la mitad de los adolescentes resultaron malos y en una cantidad igual se presentaron alteraciones del estado nutricional, lo que se reflejó en exceso o déficit ponderal.

El trabajo de Pérez Cueto y col. (2009) evaluaron la transición nutricional al establecer los patrones de la dieta de un grupo de estudiantes de secundaria con escaso contacto con las zonas urbanas. Se realizó una encuesta de consumo de alimentos; se evaluaron las medidas antropométricas y la información sociodemográfica. Los resultados mostraron 9 % de sobrepeso en la muestra, siendo mayor en un 25 % en las mujeres, el promedio de la ingesta calórica repartida entre las cinco comidas regulares fue 22 % en el desayuno (la mayoría de los adolescentes lo realizan de manera regular), 20% de la ingesta de calorías se realiza en el recreo donde el consumo es altamente calórico, 24% en el almuerzo, 12% a la hora del té, y 22% en la cena. El 44% de la ingesta calórica de los adolescentes proviene de alimentos preparados y consumidos fuera del hogar, en cuanto a la comparación de las características antropométricas entre los varones de Calama con varones de la ciudad de La

Paz, las diferencias fueron solamente significativas con respecto a los niños de colegios privados.

Díaz y col. (1996) propusieron el empleo del Índice de Masa Corporal (IMC) según desarrollo puberal de acuerdo a las etapas de Tanner como un método de evaluación nutricional de adolescentes sobre la base de un estudio previo realizado en 4 regiones de Chile. El índice mencionado aumenta significativamente con cada etapa del desarrollo puberal, entre 0,5 y 1,3 kg/m² en mujeres. Se desarrolló una gráfica para clasificar el estado nutricional según este indicador, utilizando los p10 y p90 del indicador propuesto como punto de corte para déficit y exceso, respectivamente. De este modo, se clasifica como sobrepeso-obesidad a varones en etapas II-III con valores de IMC >21 kg/m², en etapa IV >22 kg/m² y en etapa V >23 kg/m². Para mujeres con desarrollo puberal en etapa II el valor límite fue >21 kg/m², que incrementó en 1 kg/m² con cada etapa de desarrollo, hasta completar >24 kg/m² en la etapa V.

Oyhenart y col. (2008) analizaron el estado nutricional en seis provincias Argentinas, para comparar el estado nutricional ya sea por malnutrición por exceso o por déficit empleando la misma metodología de estudio a fin de disponer de elementos diagnósticos que permitan su contrastación. Se midió el peso y talla de una muestra de escolares, para la determinación del estado nutricional se consideraron cuatro índices antropométricos 1- Talla/Edad, 2- Peso/Talla, 3-Peso/Edad y 4- Índice de Masa Corporal (IMC). A fin de disponer de información socio-ambiental de las zonas de estudio se analizaron indicadores demográficos, económicos, sociales y ambientales. Esta investigación concluyó que las prevalencias de exceso de peso ya sea obesidad o sobrepeso por edad y sexo, se encontraron en la zona del Noroeste Argentino; en la provincia de Jujuy fue menor con un 12,8% y el mayor porcentaje se encontró en la provincia de Chubut con un 26,7%. Este trabajo concluyó que las prevalencias de malnutrición mostraron diferencias regionales con variación clinal (Este, Oeste, Norte, Sur): mientras la desnutrición decreció del Norte al Sur del país; el exceso de peso mostró una situación inversa: mayor en el Sur y menor en el Norte del país, la variación

observada se correlacionaría tanto con los ingresos como con las condiciones sanitarias a las que están expuestas las poblaciones consideradas.

En la investigación realizada por Norry (2007), en Tucumán, el objetivo fue conocer los hábitos alimentarios, el estado nutricional, la relación entre ambos, los hábitos sedentarios y la opinión de los participantes sobre su peso e imagen corporal. Se trató de un estudio descriptivo transversal. Como instrumento usó una encuesta y la toma de medidas antropométricas en 196 alumnos de edades que van desde los 15 a 19 años, de ambos sexos. Se observó que tanto las alteraciones del estado nutricional como los hábitos alimentarios y el sedentarismo son un problema vigente.

CAPÍTULO III: MARCO TEÓRICO

3.1.1 Cultura

La cultura es la configuración de conductas aprendidas y de los resultados de las conductas, cuyos elementos se comparten y transmiten a los individuos de una sociedad (Linton, 1985).

El hombre, a diferencia de todo ser vivo ha desarrollado cultura para asegurar su existencia, también para controlar y dominar su entorno físico y social; la cultura tiene como origen una sociedad, la cual se define como un conjunto de personas que interactúan entre si y que están vinculadas unas con otras por diferentes aspectos; toda sociedad participa de una cultura, la perpetúa y la modifica. Por lo tanto el término cultura hace referencia a la forma de vida de una sociedad; toda sociedad posee una cultura por más sencilla que sea y todo ser humano es culto en el sentido de que es portador de una cultura u otra (Linton, 1985).

3.1.2 Cultura alimentaria

La cultura alimentaria es una compleja construcción histórica, social y antropología, que permite leer en clave simbólica elementos naturales como los alimentos y sus necesidades (Aguirre, 2004).

El ser humano ha estado acompañado de una evolución en la nutrición, convirtiendo a la comida en un acto cultural y en la expresión más fiel de las tradiciones de un pueblo que implica una interacción social y es fundamental para el establecimiento de una identidad cultural. Dentro de la cultura alimentaria se considera el consumo y la elaboración de los platos como acciones simbólicas que se van transformando en costumbres alimenticias, conjunto de reglas y maneras tradicionales para elegir, preparar y consumir alimentos. Los elementos incluidos dentro de la cocina están cargados de sentido y adquieren un valor significativo (Mejía López y col., 2014).

En el acto de comer el ser humano afirma su condición común de hombre y comprende a los otros en su existencia; además de ser una de las actividades más cotidianas y repetidas en cualquier geografía y en cualquier tiempo, su necesidad y relevancia le otorga un lugar central en todas las culturas (Lomaglio, 2012), es por ello que en el acto de la alimentación el ser humano biológico y el ser humano social están fuertemente vinculados y los comportamientos socioculturales son poderosos y complejos. La categorización de los distintos alimentos, las prescripciones y las prohibiciones tradicionales y/o religiosas, los ritos en la mesa y en la cocina, todo ello estructura la alimentación cotidiana. Por lo tanto la cultura alimentaria es un conjunto de representaciones, creencias, conocimientos y prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos o un grupo social determinado dentro de una cultura (García, 2005).

En la cultura alimentaria el consumo de alimentos en forma de comida permite clasificar a los comensales según su género, edad y clase social de pertenencia; existe un estilo alimentario para los niños simbolizado por papillas y golosinas, también está legitimado entre los adolescentes el consumo de hamburguesas y otras comidas rápidas, las embarazadas procuran el consumo de lácteos y los ancianos consumen sopas y guisados blandos. Existen preparaciones cuyo consumo es propio de los varones como las carnes rojas y salsas picantes. En tanto el consumo de carnes blancas y ensaladas es típico del patrón alimentario femenino. La elección de los alimentos también muestra diferencias entre clases sociales, comunidades étnicas y otros grupos humanos. En las clases sociales de bajos ingresos se desarrolla un mecanismo de defensa y adaptación que determina el gusto por comer aquellos alimentos que de una u otra forma se está obligado a consumir. Así los fideos guiseros dominan el consumo de los sectores de ingresos bajos, las pastas rellenas están presentes en los sectores de ingresos medios y finalmente las preparaciones gourmet, los pescados y el queso semiduro caracterizan el patrón de consumo de ingresos altos (Aguirre, 2004). Es por ello que la conducta alimentaria denuncia sin modelar quien se mueve tras ella, que

intereses la conducen, que historia la preexiste o atraviesa y en definitiva cual es la trama social y cultural que la sostiene. (Di Benedetto Puerto, 2010).

El alimento se constituye en un elemento de funcionalidad o disfunción ya que promueve la sociabilidad y la armonía entre grupos e individuos. Representa valores, costumbres, tradiciones y en algunos casos es un símbolo que en sus diversidades y características expresa unidad, tradición, estatus y distinción, también porta significados espirituales o de éxito al ser considerado un elemento de transferencia de actitudes y sentimientos negativos o positivos. Los diferentes usos de los alimentos, el orden, la composición, la hora y el número de las comidas diarias, todo parece estar codificado de un modo preciso, un cierto número de indicadores gustativos afirman una identidad alimentaria y delimita la pertenencia culinaria a un territorio determinado. En consecuencia, las historias nacionales y las actitudes individuales relativas a la alimentación no pueden ser comprendidas completamente sino se relacionan con las diferentes costumbres alimentarias y con las particularidades que le son propias (García, 2005).

En el terreno de la alimentación, dieta, comida y cultura son valoradas desde diferentes campos: histórico, biológico, económico, político y el social. En efecto la humanidad por su relación vital con la alimentación se constituye en el actor principal y ocupa un lugar destacado vinculado con el conocimiento y el equilibrio de una sociedad o comunidad (Lomaglio, 2012).

3.1.2.1 Alimentación e identidad cultural

La identidad cultural es el fuerte lazo que tiene el hombre con sus raíces, con su cultura de pertenencia, esta identidad se encuentra integrada por creencias, valores, costumbres propias de la región. Hay una estrecha relación entre el alimento y la identidad cultural de los hombres. Por ejemplo a los estadounidenses los caracteriza la hamburguesa y el tocino frito; al mexicano los tacos, al italiano la pizza y las pastas y a los Argentinos la empanada, el asado, la humita, el dulce de leche, entre otros. Este sello caracteriza a una

cultura de otra, no es estático sino como todo aspecto de identidad, están en permanente redefinición y sujeta a los cambios del mundo actual. El hombre frecuentemente se integra a otras culturas, pero hay momentos en donde reconoce que está en amenaza el sentimiento de identidad y busca volver a sus costumbres (Contreras, 1999).

3.1.2.2 Soberanía alimentaria y seguridad alimentaria

La soberanía alimentaria constituye un concepto relativamente nuevo que implica la facultad de cada pueblo o comunidad para establecer sus propias estrategias agrarias y alimentarias para el desarrollo de un proyecto sostenible y sustentable en un marco regional. Significa la protección del mercado doméstico contra los productos excedentarios del mercado internacional (Massun, 2004). A diferencia de la seguridad alimentaria la cual promueve la disponibilidad de alimentos, la soberanía pone énfasis en la importancia del modo de producción de los alimentos y su origen (Velázquez, 2010).

La representación pura de este concepto se encuentra en comunidades de pueblos originarios que aún hoy encuentran sus alimentos en los frutos del monte. Como ejemplo pueden citarse los *Wichis* en el chaco Salteño y su patrón alimentario sostenido desde una antropología alimentaria enriquecida desde las Teofanías de *Tokuaj* y *Tapaicsol* entre otras (Arenas, 2003). Sin dudas la mayor aceptabilidad a los alimentos se da en el contexto del encuentro entre el hombre y su medio natural. Es que la cultura alimentaria, sustentada en los saberes tradicionales y al resguardo de la seguridad y soberanía alimentaria ha permitido la subsistencia del hombre desde la antigüedad, es así que si este proceso ha permitido la perpetuación de la especie, también ha garantizado un estado nutricional donde la fertilidad humana y los nutrientes no estaban ausentes. (Meléndez Torres y Cañez De La Fuente, 2010).

A continuación en la siguiente tabla (Tabla N°1) se presentan dos movimientos abocados a preservar la identidad cultural y promover la seguridad alimentaria.

Tabla N°1: Movimientos abocados a preservar la identidad cultural y promover la seguridad alimentaria

Locavoros	<ul style="list-style-type: none">• Movimiento, originado en Estados Unidos en el año 2005.• Fundado por Jessica Prentice.• Defiende el consumo de alimentos desarrollados o producidos localmente o en un radio cercano.• apoya que los consumidores adquieran los productos en los mercados de agricultores y ganaderos locales o produzcan sus propios alimentos.• Los locavoros argumentan que los alimentos de producción local son más frescos y nutritivos y requieren menos combustibles fósiles para su transporte.
Slow Food	<ul style="list-style-type: none">• Movimiento, originado en Italia en contraposición al “fast food” en el año 1989.• Fundado por Carlos Petrini.• Originado para recuperar las tradiciones alimentarias

	<p>locales, luchar contra la pérdida de interés por nuestros alimentos, sus sabores y sus orígenes.</p> <ul style="list-style-type: none">• Promueve la producción de alimentos buenos, limpios y justos en un contexto de protección a la biodiversidad.• Slow Food es una red de voluntarios colaboradores presentes en 150 países de la tierra, se organizan en Convivium que desarrollan actividades vinculadas a sus principios y filosofía. En Tucumán actualmente se encuentra activo el Convivium Faro Tucumán.
--	--

Fuente: Mahan (2013); Petrini (2010)

3.1.3 Cultura alimentaria regional

El término región se asocia tradicionalmente a un pueblo, sociedad o nación que tiene rasgos específicos que se exteriorizan en elementos culturales de la misma, especialmente el lenguaje, la arquitectura y los alimentos, con los cuales un pueblo puede ser identificado. Una región, desde su historia, sus símbolos y relatos, dibuja una forma de identidad que la caracteriza y diferencia de las otras (Nader, 2006).

La cocina nacional procede de los productos regionales, la alimentación popular es una manifestación regional, no se puede hablar de una cocina nacional sino de la suma de cocinas regionales, interrelacionadas debido a las constantes migraciones internas. Los alimentos tradicionales son aquellos que se desarrollan a través de la historia mediante el consumo particular de una determinada región y fundamentalmente producidos en los hogares de sus habitantes. Están elaborados con materias primas propias de una determinada región del país, con procedimientos artesanales, con herramientas rústicas y/o

mediante el uso de tecnologías de la industria alimentaria. Los mismos expresan valores culturales, transmitidos a través de generaciones. Los alimentos tradicionales conforman el pasado de una región y de su pueblo, son difundidos a través del tiempo por las diferentes generaciones, las inmigraciones. Durante la colonización difundieron varios alimentos, los cuales dieron origen a su vez a diferentes platos. Cada región aporta a sus alimentos características únicas y tiene una particularidad que los identifica (Sevilla, 2012).

3.1.3.1 Cultura alimentaria regional argentina

El mestizaje ha desempeñado un papel fundamental en la gastronomía y composición étnica de la población Argentina. La penetración incaica en nuestro territorio trajo apreciables modificaciones, que enriquecieron las distintas culturas indígenas. Luego con la llegada de los colonizadores europeos se acentuó y afirmó dicha penetración. Es por ello que la gastronomía Argentina se caracteriza y diferencia de las gastronomías del resto de América por dos grandes aportes europeos: italiano y español, complementados por los aportes derivados de etnias aborígenes. El desarrollo de una tradición alimentaria va sumando hábitos en el transcurso del tiempo, a las prácticas aborígenes se agregaron otras adquiridas por el contacto con grupos colonizadores (Elichondo, 2003).

3.1.4 Cultura alimentaria regional del Noroeste Argentino

Esta región está compuesta por las provincias del Norte de la Argentina: Jujuy, Salta, Catamarca, la Rioja, Tucumán y Santiago del Estero. Aquí localizamos pueblos con creencias ancestrales como el culto a la Pachamama

(tierra), populares carnavales y la multiplicidad de paisajes naturales que nos brinda este territorio.

El Noroeste Argentino como región cultural, se caracteriza principalmente por un importante intercambio étnico que le ha dado una fisonomía netamente mestiza, así como también la introducción de nuevos alimentos y preparaciones (Elichondo, 2003).

3.1.4.1 Comidas tradicionales del Noroeste Argentino

Uno de los principales ingredientes utilizados en la comida tradicional del Noroeste Argentino es el maíz, el cual forma parte de diversas preparaciones como el mote que resulta del cocimiento de granos de maíz previamente ablandados la noche anterior. Se los cocina con trozos de panza, papa y ají frito en grasa, este es un plato simple por sus escasos ingredientes requeridos y por la sencillez de su elaboración. Los tamales, en cambio, requieren tiempo, habilidad y variedad de elementos; la humita constituye otro exponente del arte culinario norteco a veces envuelta en chala y otras presentada en la olla de barro, es conocida además en otras regiones argentinas. Se prepara a base de choclos tiernos rallados. Otra comida típica es la empanada, cuya composición varía según las provincias. El estofado, también conocido en otras regiones, en Catamarca se lo prepara con carne cortada en trozos, pelones y cebollas, condimentado a gusto. La carne vacuna se mezcla con la de cerdo y la de gallina en la elaboración de este plato. La carne de gallina o pollo es un ingrediente principal de algunas variedades de empanadas nortecas y del pastel de novia. En Catamarca y Tucumán se preparan cabezas de vaca asadas según un procedimiento antiquísimo, se trata de la cabeza guateada que se cocina enterrada en cenizas durante muchas horas (Elichondo, 2003).

3.1.4.2 Postres típicos de la región del Noroeste Argentino

Los postres típicos de esta región van desde la miel silvestre recogida en todo el país, los turronec que con ella se preparan, además de dulce y golosinas. Una de las golosinas preciadas es el turrón que suele prepararse en el Noroeste con miel o melaza. En cuanto a los dulces se obtiene una gran variedad. Entre ellas destacan las del fruto del mistol y el chañar, de las cuales se obtienen distintos arropes; las pasas de duraznos y damascos, llamados también pelones, suelen ser acompañadas con nueces, como postre en la Rioja y en Catamarca. En Tucumán se elaboran con miel de caña las chancacas, dulce solido en forma de tabletas. Quesos y quesillos ocupan un lugar importante en la alimentación popular (Elichondo, 2003).

El quesillo se elabora a partir de la leche de vaca o de cabra; el trabajo se hace a partir de un queso oreado fraccionado en rodajas finas, que se las coloca en agua caliente con sal, cuando se forman fibrillas, se las retira del agua y se las amasa hasta lograr una pasta lisa y suave, luego se da forma a los quesillos y se los seca en alambres tendidos al aire (Elichondo, 2003).

3.1.4.3 Cultura alimentaria en Tucumán



Marín (2002), afirma que en el Noroeste Argentino no sólo se pueden observar hermosos escenarios naturales, también la comida autóctona tiene su especial atracción.

La comida en Tucumán encuentra sus raíces en la tradición norteña, en ella se reflejan los aportes de las preparaciones españolas e indígenas. Son estas influencias las que se presentan con mayor importancia en los platos tucumanos; esto explica la gran cantidad de recetas a base de maíz y condimentos fuertes, como el pimento y el ají.

Entre los alimentos típicos de Tucumán se encuentran, los citados en las tablas N°2, 3, 4 y 5.




Tabla N°2: Principales alimentos tradicionales de la cultura alimentaria en Tucumán

Comidas principales	
	<p><i>Empanadas:</i> los españoles trajeron las empanadas a la Argentina, estos las heredaron de los árabes, que a su vez las heredaron de los persas. En Argentina se convirtieron en un plato típico a tal punto que cada provincia tiene su propio estilo.</p>
	<p><i>Locro:</i> nació entre las comunidades quechuas con la llegada de los conquistadores que introdujeron al ganado vacuno. Comenzaron a agregarle carne, achuras y chorizo colorado.</p> <p>El locro surgió de la combinación de pobreza e imaginación, paso luego a ser un icono de la cocina criolla argentina.</p>
	<p><i>Tamales:</i> Etimológicamente el término tamal proviene (<i>del náhuatl tamalli y significa envuelto</i>) es un plato de origen pre-hispánico preparado con una masa de maíz cocida y envuelto en hojas de maíz. El tamal es una preparación típica del Noroeste Argentino.</p>

	<p>Humita: es un plato tradicional heredado de los incas. Viene de la palabra quechua jumint´a. Es un plato a base de maíz rallado y cocido envuelto en las hojas de la misma mazorca del maíz. En el Norte del país, las encontramos de dos maneras, en chala y a la olla, lo que cambia es la consistencia de la preparación en cada una.</p>
	<p><i>Pastel de Novios</i>: plato antiguo y clásico del Norte argentino, que se sirve en casamientos, especialmente los celebrados en el campo. Es una preparación agridulce. Típico de Simoca.</p>
	<p><i>Asado</i>: el asado es una técnica de cocción en la que trozos de carne son expuestos al calor del fuego o brasas para que se cocinen lentamente. Los tradicionales habitantes del campo, son especialistas en la elaboración del "asado a la cruz", esto es, las porciones de carne colgadas en un asador de hierro que se clava en la tierra alrededor de un fogón de leña.</p>

Fuente: (Capuano, 2012)


Tabla N°3: Principales postres tradicionales de la cultura alimentaria en Tucumán

Postres	
	<p><i>Budín de pan:</i> es uno de los postres tradicionales de la gastronomía argentina, que tuvo su origen a principios del siglo XX.</p>
	<p><i>La mazamorra:</i> encuentra su base fundamental en el maíz blanco partido y hervido en agua, o en leche, y azucarado. Comida típica argentina.</p>
	<p>El arroz con leche es un postre típico que se realiza, cocinando lentamente el arroz en leche con azúcar.</p>

Fuente: (Capuano, 2012)

Tabla N°4: Principales golosinas tradicionales de la cultura alimentaria en Tucumán

Golosinas	
	<p><i>Alfeñique:</i> la palabra alfeñique viene del español y procede de la palabra sánscrita phanita que alude al concentrado de guarapo (jugo de caña). En Argentina se conoce así al caramelo con base de azúcar pura de caña que se estira hasta obtener un color blancuzco y se anuda dando una forma particular. Su origen es español.</p>
 	<p><i>Alfajores de miel de caña:</i> en el Norte Argentino por su gran producción de azúcar, se reemplazó la miel de abejas por miel de caña para obtener este postre.</p> <p>Otro uso de la miel de caña es para la realización de una golosina llamada chancaca, que son barritas hechas a partir de esta miel.</p>

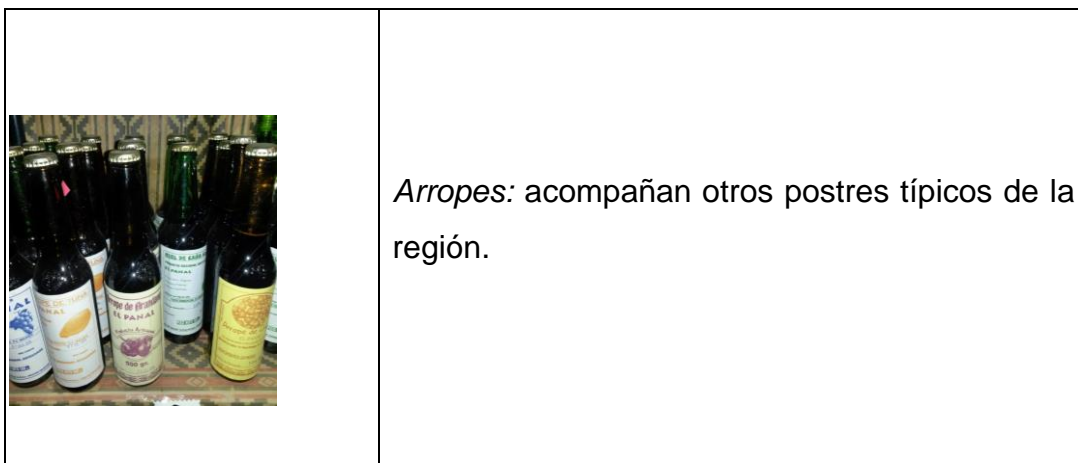
	<p><i>Nueces confitadas:</i> otro dulce tradicional que se realiza con nueces, dulce de leche y glaseado.</p>
---	---

Fuente: (Capuano, 2012)

Tabla N°5: Principales dulces y quesos de la cultura alimentaria en Tucumán

Dulces y Quesos	
	<p><i>Quesillo:</i> su origen se remonta a la conquista española donde se combinan los productos, las costumbres europeas y recetas criollas tradicionales.</p> <p>El quesillo es un queso típico que se realiza en el Noroeste Argentino, es obtenido por coagulación de la leche pasteurizada o cruda de vaca o cabra por medio del cuajo, complementado por la acción de bacterias lácticas específicas y mediante un proceso de elaboración conocido como hilado, que es el responsable de otorgarle al producto sus</p>

	<p>características particulares y distintivas. Los quesos y quesillos de leche cruda preservan mejores sabores. El quesillo es característico de Tucumán.</p>
	<p><i>Miel de caña:</i> la caña de azúcar, es el símbolo de identidad cultural y desarrollo local de mayor importancia económica y social del Noroeste argentino</p> <p>Proceso de elaboración de la miel de caña a partir de la caña de azúcar:</p> <p>Se pela y se limpia la caña de azúcar, luego esta pasa por un proceso de molienda realizado por medio de un trapiche, con el cual se extrae todo el jugo de la caña. Este se coloca en una olla y se hierve a fuego lento durante quince horas aproximadamente.</p>
	<p><i>Dulce de cayote:</i> la fruta con la cual se realiza el dulce se encuentra en Mendoza y en las provincias del Norte.</p> <p>Este dulce se realiza con la fruta cayote y azúcar, se lo puede consumir con nueces y también acompañado de quesillo.</p>



Fuente: (Capuano (2012); Di Benedetto Puerto (2013))

3.2.1 Tucumán

Tucumán es una provincia argentina situada en la región geográfica del Noroeste Argentino según la clasificación regional de INDEC. Limita al Norte con la provincia de Salta, al Este y Sur con Santiago del Estero y al Oeste y Sur con Catamarca. Su capital es la ciudad de San Miguel de Tucumán. Se ubica entre los paralelos 26° y 28° de latitud sur, y los meridianos de 64° 30' y 66° 30' de longitud oeste. Posee una superficie de 22.524 km², que representa el 4,79% de la región Noroeste y 0,6% del país. Es la provincia de menor superficie de la Argentina. Se encuentra dividida en 17 departamentos, 19 municipios y 93 comunas. Según censo 2010 el número de habitantes fue de 1.448.188 (Soubié y col. 2015).

3.2.1.1.1 Departamento de Tafí Viejo

Limita al Norte con el departamento Trancas, al Este con Burruyacú y Cruz Alta, al Sur con Capital, Yerba Buena y Lules, y al Oeste con Tafí del Valle.(Ver anexo n°6).

Según el último censo realizado en el año 2010, Tafí Viejo cuenta con 33.668 viviendas y su población es de 122.752 habitantes. El censo 2001 mostró para el mismo departamento 36.695 habitantes lo que muestra un importante fenómeno de crecimiento demográfico que se acompaña de la inauguración de numerosos emplazamientos habitacionales entre otros en el complejo denominado *Lomas de Tafí*. En el pasado los talleres ferroviarios ubicados en la ciudad de Tafí Viejo constituyeron el motor de la economía departamental. Actualmente, la actividad económica del departamento tiene sus bases en la producción de cítricos, en especial de limón, encontrándose en la ciudad dos plantas citrícolas de avanzada tecnología que cuentan con varias empacadoras. En este departamento se realiza la Fiesta Nacional del Limón, la cual convoca a visitantes de diversas latitudes, que recorren la exquisita carpa gourmet donde los chefs exponen y ofrecen platos para degustar; y también disfrutan de expresiones artísticas, como esculturas y pinturas; además observan las obras que los artesanos realizan con sus propias manos, utilizando materiales como cuero; lanas; madera; y cerámica (Soubié y Col., 2015).

3.2.1.2.1 Departamento de Lules

Limita al Norte con los departamentos Tafí Viejo, Yerba Buena y Capital, al Este con los departamentos Cruz Alta y Leales, al Sur con el departamento Famaillá y al Oeste con el departamento Tafí del Valle (Ver Anexo n°7).

La ciudad de San Isidro de Lules constituye su cabecera y centro urbano más importante. Otras localidades importantes, San Pablo y El Manantial, esta última perteneciente al conglomerado del Gran San Miguel de Tucumán. Según el censo realizado en el año 2010 Lules cuenta con 17.605 viviendas y 68.151 habitantes. La agricultura y un creciente sector industrial constituyen la base de su economía. En la ciudad de Lules y sus alrededores se levantan empresas textiles, de producción de alimentos *Arcor* y de papel. Algunos de los

principales atractivos turísticos de la provincia de Tucumán se encuentran localizados en el territorio de este departamento: por ejemplo la ya citada Villa Nougés y La Quebrada de Lules. En este departamento se realiza un evento anual llamado Lules canta a la patria, este es un festival folklórico en el que participan artistas folklóricos del momento, en el año 2014 con una jornada cultural, se dio inicio a la primera fiesta provincial de la juventud y la frutilla, el objetivo de la fiesta es lograr una mayor participación de los adolescentes en actividades culturales y recreativas; del evento participan instituciones muy importantes de la provincia, como la Universidad Nacional de Tucumán, la Universidad de San Pablo T, el Ente Cultural Tucumán y la Secretaría de Prevención contra las Adicciones (Soubié y col., 2015).

3.2.1.3.1 Departamento de Simoca

Ubicado a 50 km al sudeste de San Miguel de Tucumán (capital de la provincia). Limita al Norte con el departamento Leales, al Este con la provincia de Santiago del Estero, al Sur con Graneros y al Oeste con los departamentos Río Chico, Chicligasta y Monteros (Soubié y col., 2015)(Ver anexo n°8).

Según censo realizado en el año 2010 Simoca cuenta con 8976 viviendas y 32.065 habitantes.

El departamento de Simoca forma parte del área cañera marginal de la provincia; sin industrias significativas, posee una zona agrícola de pequeños productores (minifundios) cañeros, alternada con actividades hortícola y escasa explotación avícola y pecuaria de ganado menor. Esta microeconomía mantiene a la única Feria auténtica de la Provincia donde se intercambian productos alimenticios y artesanales. Desde hace más de 300 años la Feria de Simoca convoca cada sábado a cientos de pequeños artesanos, agricultores, cocineras y potenciales compradores. La Feria se ubica en un predio lindante a la Estación de Ferrocarril, y se extiende a lo largo de seis cuerdas, donde se presenta una verdadera exposición de productos regionales y de toda índole.

En el predio se ubican innumerables ranchos con la característica construcción con cubierta de paja, hojas de caña de azúcar o totoras; allí se expenden comidas regionales como locro, tamales, empanadas lechones asados a las brasas, tabletas de miel de caña, alfeñiques, miel de caña, empanadillas y el clásico pastel de novia, arrope de chañar, patay, cigarrillos de chala y anís. A partir de la década de 1980 las autoridades comenzaron a planificar estrategias con el objeto de revalorizar el patrimonio cultural y de costumbres, tradiciones, folklore y comidas regionales (De Desjardins, 2015)

3.3.1 Adolescencia

La adolescencia, abarca por lo general el periodo comprendido entre los 11 a 20 años (Papalia, 2010). Conformar una etapa del ser humano, en la que se puede evidenciar una doble naturaleza: *biológica* y *cultural*, ambos procesos son complejos, pero fundamentales para la vida actual y futura del adolescente. Desde el punto de vista biológico se asocia a este periodo al desarrollo del cuerpo con la pubertad, en el cual se produce un crecimiento rápido del tamaño corporal; igualmente se aumenta al máximo el funcionamiento endocrino y gameto genético de las gónadas, con la subsecuente aparición de los caracteres sexuales secundarios, que hacen posible la reproducción. El incremento del tamaño corporal está regulado por la hormona del crecimiento, la cual genera aumento de peso, estatura y cambios de las proporciones del cuerpo. Estos cambios están asociados a un incremento del apetito del adolescente (Osorio y col., 2011).

Desde el punto de vista cultural, la adolescencia comprende el desarrollo del individuo en distintas dimensiones, articuladas todas al proceso biológico de maduración por el cual pasa el adolescente, inicia el trabajo de crear nuevos conceptos originales, individuales, cada vez más complejos, diferenciados y abstractos. La adolescencia como período de transición, se caracteriza por la formación de la identidad personal y el desarrollo de un sistema de creencias, valores y prácticas. Además el

fenómeno adolescente se encuentra inserto en una estructura social que pertenece a un determinado tiempo histórico y un espacio geográfico. La cultura tiene gran influencia en el desarrollo de los mismos, desde el momento de la concepción, el proceso de desarrollo del ciclo humano de vida toma lugar en el contexto de la cultura; además de cobrar importancia en las relaciones con los patrones de comportamientos aprendidos y del efecto del contexto sociocultural donde los adolescentes viven su cotidianidad (Osorio y col., 2011).

3.3.1.1 Alimentación del adolescente desde la biología y la cultura

La alimentación en la adolescencia, se enfoca desde dos aspectos, el primero, corresponde a las prácticas alimenticias, desde una percepción biológica y tiene que ver con la necesidad de un aumento en el aporte de nutrientes y energía a través de los alimentos, debido a que en el crecimiento y desarrollo se ven incrementados en el individuo. El segundo, compete a las prácticas alimentarias, desde lo cultural, las mismas están relacionadas con los significados que tienen los alimentos desde el punto de vista cultural, lo que hace que su ingestión obedezca a una serie de creencias. Las prácticas alimentarias en el adolescente son el resultado de diversos factores individuales y sociales, que están relacionados con la cultura e influenciados por las condiciones sociales y económicas. También se vinculan con otros aspectos tales como, sitio de origen, tendencias psicológicas y actitudes ante los diferentes alimentos. Además representan la forma en que los adolescentes seleccionan, consumen y utilizan determinados alimentos; están asociadas con actividades relacionadas al consumo de los mismos, tales como el número de comidas diarias, los horarios, los tipos de alimentos consumidos, su preparación y distribución. La identidad alimentaria de los adolescentes se ve atravesada por la influencia de la familia, la cual condiciona las prácticas alimentarias de los mismos, ya que provee los alimentos e influencia en las actitudes alimentarias, preferencias y valores que afectan los hábitos alimentarios en el transcurso de la vida. También la

escuela ejerce un gran impacto en las prácticas alimentarias y en su calidad de dieta, ya que ellos pasan allí gran parte del tiempo con sus pares, compartiendo comportamientos comunes, y por último los medios de comunicación influyen ampliamente en las preferencias alimentarias y en las prácticas, masificando el consumo de ciertos productos que no son necesariamente los más adecuados, pero que si generan gran ingreso a las industrias alimenticias (Osorio y col.,2011).

3.3.2 Estado nutricional en el adolescente

Carías y col. (2009) define al estado nutricional de un individuo, como la condición que resulta del equilibrio entre la ingesta de nutrientes y el gasto de energía producido por el organismo. Básicamente, es la resultante de (Torresani, 2003)

- La disponibilidad de alimentos que se incluye en el contexto político-económico y que condiciona la producción y distribución de dichos alimentos.
- Los hábitos alimentarios que derivan de condiciones geográfico-climáticas mediatizadas por influencias culturales *educación, costumbres, creencias*.
- Los requerimientos correspondientes a cada una de las etapas del ciclo de vida.

Además refiere que la adolescencia es un periodo en donde el desarrollo físico, psíquico y social, se producen en forma rápida e intensa, es por ello que en este proceso biopsicosocial, la nutrición juega un papel importante. Una

inadecuada alimentación produce malnutrición la cual puede afectar la productividad y capacidad intelectual de los individuos (Carías y col., 2009).

Se considera como malnutrición al desbalance *deficiencia o exceso* en la ingesta de nutrientes de la dieta, necesarios para una vida saludable (Oyhenart y col., 2008). Se manifiesta de tres formas diferentes:

- Desnutrición, deficiencia en calorías y/o proteínas.
- Deficiencia en micronutrientes *minerales y vitaminas*.
- Sobrenutrición por exceso de calorías, acompañada frecuentemente de deficiencia en minerales y vitaminas.

Muchos de los hábitos que van a influir en la salud física y mental en la edad adulta se adquieren durante la niñez y la adolescencia, es por ello que es muy importante una correcta valoración nutricional en estas etapas. El estudio de la situación nutricional del individuo se basa en el resultado entre la ingesta de los alimentos que recibe y el gasto energético que presenta. La valoración nutricional abarcaría el conjunto de procedimientos, de carácter progresivo, que permite evaluar el nivel de salud, bienestar, carencias y déficit de individuos desde la panorámica de su situación nutricional. Estos procedimientos se llevan a cabo a través de una serie de parámetros como ser medidas antropométricas, análisis de la dieta, parámetros bioquímicos, hematológicos e inmunológicos (Romeo y col., 2007).

3.3.2.1 Análisis de la ingesta

El análisis de la ingesta se lleva a cabo mediante diversos métodos, su elección dependerá del tipo de información que se desea obtener.

3.3.2.2 Requerimientos nutricionales en los adolescentes

3.3.2.2.1 Requerimiento energético

La energía es requerida para mantener las funciones corporales, incluyendo la respiración, circulación, trabajo físico y síntesis de proteínas. Es provista por carbohidratos, proteínas y grasas de la dieta Mahan (2013). En la tabla N°6 se mencionan los requerimientos diarios de energía, para una adecuada nutrición del adolescente.

Tabla n°6: Requerimientos de energía.

Sexo	Edad (años)	(Kcal/día)
Varón	17	2796
Varón	18	2823
Mujer	17	2042
Mujer	18	2024

Fuente: Mahan (2013).

3.3.2.2.2 Requerimientos de minerales

El consumo de minerales es de gran importancia en múltiples reacciones orgánicas e indispensables en el metabolismo intermedio de otros nutrientes. Además algunos de ellos son componentes estructurales del organismo y necesarios en diferentes procesos que afectan el crecimiento y desarrollo, así como la función inmune y el transporte de oxígeno. En la nutrición del adolescente; se recomienda que el consumo de éstos sea adecuado ya que de lo contrario puede traer consecuencias al organismo. Los minerales esenciales durante este periodo son el hierro y el calcio (Suarez y col., 2005).

El hierro es necesario para el crecimiento de la masa muscular, de la esquelética y del volumen sanguíneo. Desde el punto de vista clínico, la deficiencia de este mineral puede causar anemia y tener implicancias

neurológicas, un bajo rendimiento escolar, fatiga crónica, entre otras (Suarez y col., 2005). Además en la mujer en edad reproductiva la pérdida de hierro es mayor, lo que determina un aumento de los requerimientos de este mineral, lo que hace que este grupo sea más vulnerable a experimentar una deficiencia de hierro (Olivares y Walter, 2003).

El aporte de calcio es esencial durante toda la infancia y adolescencia para la mineralización del esqueleto y para lograr una adecuada masa ósea así como para evitar el deterioro del esmalte dentario y la aceleración de las caries; además previene de la hipertensión (Hidalgo y Güemes, 2011). En la tabla N°7 se encuentran los requerimientos diarios adecuados de los minerales hierro y calcio.

Tabla n°7: Requerimientos de minerales.

Sexo	Edad	Calcio mg/día	Hierro mg/día
Varones	14-18	1300	11
Mujeres	14-18	1300	15

Fuente: Mahan (2013).

3.3.2.2.3 Requerimientos de fibra

La fibra proporciona una protección óptima frente a la enfermedad cardiovascular (ECV) y el cáncer (Mahan, 2013) en tabla n°8 se encuentran los requerimientos diarios adecuados de fibra.

Tabla n° 8: Requerimientos de fibra

Fibra	Requerimiento gr/día
Varones	38
Mujeres	26

Fuente: Mahan (2013)

3.3.2.2.4 Requerimientos de grasas

No se han establecido los valores de Ingesta Diaria Recomendada (IDR) para la ingesta total de grasas. No obstante, lo recomendado es que no supere el 30-35% de la ingesta calórica total (Mahan, 2013).

Para valorar si la ingesta calórica, de micronutrientes, fibras y macronutrientes es adecuada o inadecuada se aplica fórmula de adecuación (López Lampa, 2009) (Ver tabla n°9 y n°10).

Tabla N°9: Fórmula de adecuación

$\% \text{ de adecuación} = \frac{\text{Kcal Ingeridas}}{\text{Kcal Recomendadas}} \times 100$
--

Fuente: López Lampa (2009).

Con los resultados se determinó si la ingesta fue:

Tabla N°10: Clasificación de adecuación

Adecuación	Porcentaje de adecuación
Adecuada	Resultado entre 90% y 110%
Inadecuada por exceso	Resultado mayor a 111 %
Inadecuada por déficit	Resultado menor a 89 %

Fuente: López Lampa (2009).

3.3.2.4.5 Evaluación antropométrica

Las medidas de crecimiento o variables antropométricas son consideradas buenos indicadores del estado nutricional y calidad de vida de una población. El crecimiento en la adolescencia es un proceso acelerado, en el cual la nutrición y la actividad física son factores importantes, que tienen

marcada influencia en este complejo proceso y el grado de adiposidad depende del equilibrio entre la ingesta y el gasto energético. La valoración cuantitativa de estos cambios con frecuencia ha sido valorada por el método antropométrico, el cual aporta considerable información sobre el estado nutricional individual y de la población y por consiguiente del estado de su salud, la valoración del estado nutricional durante la adolescencia permite evaluar la interacción del patrón genético y los factores ambientales. (Vidaillet y col., 2003).

3.3.3 Mediciones antropométricas

3.3.3.1 Peso

Es la variable que refleja el estado nutricional; resulta el registro más ampliamente usado y es un indicador global del estado nutricional. Se trata de una medición precisa y confiable que expresa la masa corporal total pero no define compartimientos. Junto a la talla permite definir el Índice de Masa Corporal (IMC) (De Girolami, 2003)

- *Instrumental:* Balanza de precisión o báscula de pie con un margen de 100 g (Anexo n°4).
- *Método:* Paciente de pie, parado en el centro de la balanza, con ropa interior o prendas livianas y descalzo. Se toma a primera hora de la mañana.
- *Resultado:* En Kilogramos (Kg).
- *Observaciones:* Calibrar la balanza frecuentemente y tomar registros sucesivos siempre a la misma hora para que los datos sean comparables.

3.3.3.2 Talla

Talla de pie o estatura (De Girolami, 2003).

- Instrumental: medidor de talla (Anexo n°4).
- Método: paciente de pie, descalzo, con el cuerpo erguido en máxima extensión y la cabeza erecta mirando al frente, Se lo ubica de espalda con los talones tocando el plano posterior, con los pies y rodillas juntas.
- Resultados: en centímetros (cm).
- Observaciones: Verificar la correcta postura del cuerpo y la cabeza. Mediciones sucesivas deben hacerse a la misma hora. La talla es mayor a la mañana y menor a la noche.

3.3.3.3 Índice de masa corporal (IMC)

Este índice relaciona el peso con la talla de un individuo, como forma de obtener un índice que refleje la situación ponderal y el riesgo (De Girolami, 2003). La fórmula se muestra a continuación en la tabla N°10.

Tabla N°10: Fórmula de IMC

$$\text{IMC: } \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Talla}^2 \text{ (en metros)}}$$

Fuente: López Lampa (2009)

CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA

4.1 Tipo de estudio

El presente trabajo de investigación corresponde al tipo de estudio descriptivo-correlacional. Según Hernández Sampieri (2010) los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de las personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Miden o evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno o fenómenos a investigar. Los estudios correlacionales tienen el propósito y la utilidad principal de saber cómo puede comportarse un concepto o variable conociendo el comportamiento de otra u otras variables relacionadas. En este caso se describió y relacionó el estado nutricional de adolescentes y el nivel de adhesión de los mismos a la cultura alimentaria regional de Tucumán.

4.2 Diseño de investigación

En este trabajo de investigación se aplicó un diseño no experimental transversal descriptivo. Según Hernández Sampieri (2010), los diseños no experimentales son aquellas investigaciones en las cuales no se manipulan premeditadamente las variables lo que se hace en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos.

Este estudio es transversal debido a que los datos se recolectaron en un solo momento, en un tiempo único. Los diseños transversales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia y los valores en que se manifiesta una o más variables. El procedimiento consiste en medir en un grupo de personas u objetos una o más variables y proporcionar su descripción. Son, por lo tanto, estudios puramente descriptivos que cuando establecen hipótesis, éstas son también descriptivas.

En esta investigación se observó el estado nutricional de los adolescentes y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional que se manifestaron en un determinado momento.

4.3 Población

Adolescentes de 17 y 18 años de ambos sexos pertenecientes a los departamentos de Tafí Viejo, Lules y Simoca, en la Provincia de Tucumán, en el mes de Septiembre del año 2014.

4.4 Muestra

Muestra N°1: 30 alumnos adolescentes de ambos sexos con edades comprendidas entre 17 y 18 años que concurren a la escuela secundaria de Lomas de Tafí, departamento de Tafí Viejo, en la provincia de Tucumán, en el mes de septiembre del año 2014.

Muestra 2: 30 alumnos adolescentes de ambos sexos con edades comprendidas entre 17 y 18 años que concurren a la escuela secundaria Técnica N° 1 de Lules, departamento Lules, en la provincia de Tucumán, en el mes de septiembre del año 2014.

Muestra 3: 30 alumnos adolescentes de ambos sexos con edades comprendidas entre 17 y 18 años que concurren a la escuela secundaria Manuel Belgrano, departamento Simoca, en la provincia de Tucumán, en el mes de septiembre del año 2014.

Criterios de exclusión:

- Alumnas embarazadas.
- Alumnos con intolerancias o alergias alimentarias.

- Alumnos que se nieguen a participar de la investigación.
- Alumnos que tengan alguna incapacidad, la cual impida la toma de mediciones.

Técnica de muestreo:

Técnicas de muestreo utilizada para la selección de la muestra fue el método probabilístico, aleatorio sistemático para el cual se realizó un listado de los alumnos ordenados alfabéticamente. Se seleccionó a 1 de cada 3 en función al número de orden.

4.5 Técnicas y procedimientos de recolección de datos

Para realizar este trabajo de investigación, se solicitó autorización a las autoridades correspondientes de las escuelas secundarias, Técnica N°1 de Lules, Escuela secundaria de Lomas de Tafí y escuela Manuel Belgrano de Simoca.

Luego se llevó a cabo la recolección de datos, se trabajó con la totalidad de adolescentes que cumplieron con los requisitos para el estudio. Las mediciones se llevaron a cabo en un aula a la que ingresaban grupos de tres adolescentes por vez para favorecer el proceso de mediciones antropométricas. Se realizó la toma de medidas utilizando como instrumento una balanza CAM con la cual se midió el peso y un estadiómetro CAM para medir la talla (ver anexo N°4). Una vez obtenidos los resultados estos fueron cargados en el programa Who Anthro Plus para varones y mujeres adolescentes de hasta 19 años (ver anexo N°3)

Posteriormente se realizó una entrevista en la cual se completó un recordatorio de 24 horas (ver anexo N°2), instrumento que sirve para el cálculo de la ingesta del día anterior. Para ello se utilizó alimentos como modelos visuales para relacionar los pesos y utensilios como ser platos, cucharas, vasos, tazas de diferentes tamaños, que se correlacionan con las medidas que

se encuentran en las tablas de gramos y porciones de la cátedra de fundamentos de la nutrición, técnicas dietéticas y elaboración y manejo de alimentos de la UNSTA. Luego se repartió a cada alumno un cuestionario de cultura alimentaria regional (ver anexo N° 1) el cual consta de un listado de alimentos regionales y la frecuencia de consumo de los mismos, con tres niveles de clasificación, nivel de adhesión alto, medio y bajo. Este test fue entregado a los adolescentes para que marcaran la frecuencia con que consumen dichos alimentos.

Para el análisis de datos se utilizó el programa Excel que permitió la elaboración de tablas y gráficos, así como también la aplicación de la prueba estadística no paramétrica Chi² para una y dos variables que permitió el análisis inferencial.

4.6 Hipótesis de investigación

- 1 El nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional en adolescentes del departamento Tafí Viejo, Lules y Simoca es medio.
- 2 El estado nutricional antropométrico de los adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca es eutrófico.
- 3 El valor calórico total de la ingesta diaria en adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca es inadecuada por exceso.
- 4 El consumo diario de hierro en adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca es inadecuado.
- 5 El consumo diario de calcio en adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca es inadecuado.
- 6 El consumo diario de fibras en adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca es inadecuado.
- 7 El consumo diario de grasas totales en adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca es inadecuado por exceso.

- 8 Existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional en adolescentes de Tafí Viejo, Lules y Simoca.

4.7 Definición de variables

Variable N°1: Nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Definición conceptual: Es el grado en que se manifiesta la ingesta de alimentos vinculados a la identidad regional en un periodo de tiempo.

Definición operacional: Para determinar el nivel de adhesión se utilizó un cuestionario de nivel de adhesión a la cultura alimentaria (ver anexo n°1). Consta de una grilla con alimentos pertenecientes a la cultura alimentaria regional, este cuenta con dos columnas que identifican el nivel de frecuencia de consumo, a cada alumno se le solicitó marcar cuales alimentos consumió con una frecuencia mensual y semanal, aquellos alimentos que registraban una frecuencia mensual se le asignó un punto, mientras aquellos a los que se les asignó una frecuencia semanal se les asignó dos puntos. Para obtener la categorización se sumaron los puntajes obtenidos y luego se totalizó, las puntuaciones para categorizar el resultado se presentan en la tabla N°11 (Di Benedetto Puerto, Mejail 2014).

Tabla n°11: Nivel de adhesión a la cultura alimentaria

Nivel de adhesión	Puntuación
Alto	Mayor a 8 puntos.
Medio	Entre 4 y 8 puntos.
Bajo	Entre 0 y 4 puntos.

(Fuente: Di Benedetto Puerto, Mejail 2014)

Variable N°2: Estado nutricional antropométrico

Definición conceptual: El estado nutricional antropométrico, es el conjunto de mediciones corporales con el que se determinan los diferentes niveles y grados de nutrición de un individuo mediante parámetros antropométricos e índices derivados de la relación entre los mismos (Bueno y col. 2003).

Definición operacional: Para determinar el estado nutricional antropométrico se utilizó el peso corporal (Kg) y la Talla (cm). El peso se midió con balanza calibrada tipo CAM (ver anexo n°4) con resolución de hasta 100 g. La talla se obtuvo con un estadiómetro CAM con resolución de hasta un milímetro (Ver anexo n°4). A partir de los datos obtenidos se calculó el índice de masa corporal (IMC) a través del programa Who Anthro Plus establecido por la OMS (2007) (Anexo n° 3). El IMC resulta de la aplicación de la siguiente fórmula: $\text{Peso (Kg)}/\text{Talla (cm)}^2$, luego se utilizó tabla de IMC de la OMS (2007) para los adolescentes de hasta 19 años. A partir de la información obtenida se categorizó la variable con la clasificación que se presenta en tabla n°12.

Tabla n°12: Estado nutricional

Estado Nutricional	IMC según Percentil
Bajo peso	Valores de IMC por debajo del percentil 25.
Eutróficos	Valores de IMC entre los percentil 25 y 75.
Sobrepeso/Obesidad	Valores de IMC por arriba del percentil 75

Fuente: (OMS, 2007)

Variable N°3: Ingesta calórica diaria.

Definición conceptual: La ingesta calórica diaria es el aporte energético de la dieta de un individuo, en un periodo de tiempo determinado.

Definición operacional: se utilizó un recordatorio de 24 horas de consumo de alimentos (Ver anexo n°2), en el cuál se registraron los alimentos consumidos el día anterior a la entrevista. Con los datos recolectados se determinó la ingesta calórica para un día empleando el programa SARA del

Ministerio de Salud de la Nación (Ver anexo n°5). La ingesta calculada se comparó con los valores de referencia para la edad y sexo de Mahan (2013) (Ver tabla n°6), luego se aplicó la fórmula de adecuación de la ingesta (Ver tabla n°9).

Variable N°4,5 y 6: Consumo de hierro, consumo de calcio y consumo de fibras

Definición conceptual: Es la cantidad de hierro, calcio y fibras incorporada al organismo de un individuo a través de la dieta.

Definición operacional: Se utilizó un recordatorio de 24 horas (Ver anexo n°2) de consumo de alimentos, en el cuál se registraron los alimentos consumidos el día anterior a la entrevista. Con los datos recolectados se determinó la ingesta de hierro, calcio y fibras para un día empleando el programa SARA del Ministerio de Salud de la Nación (Ver anexo n°5). La ingesta calculada se comparó con los valores de referencia para la edad y sexo Mahan (2013) (Ver tabla N°7 y 8), luego se aplicó la fórmula de adecuación de la ingesta (Ver tabla N°9) y los resultados obtenidos se clasificaron con los datos presentados en tabla N°13.

Tabla N°13: Requerimientos de hierro, calcio y fibras

Nutriente	Consumo adecuado	Consumo inadecuado
Hierro	Mujeres: 15 mg/día Hombres:11mg/día	No cubre la ingesta diaria requerida: Mujeres: 15 mg/día Hombres:11mg/día
Calcio	1300 mg/día	Menor a 1300 mg/día
Fibra	Mujeres: 26 gr/día Hombres:38 gr/día	Menos de: Mujeres: 26 gr/día Hombres:38 gr/día

Fuente: Mahan (2013)

Variable N°7: consumo de grasas.

Definición conceptual: Es la cantidad de grasas incorporada al organismo de un individuo a través de la dieta.

Definición operacional: Se utilizó un recordatorio de 24 horas de consumo de alimentos (Ver anexo n°2), en el cuál se registraron los alimentos consumidos el día anterior a la entrevista. Con los datos recolectados se determinó la ingesta grasas para un día empleando el programa SARA del Ministerio de Salud de la Nación (Ver anexo n°5). La ingesta calculada se comparó con los valores de referencia presentados en tabla n°14 (Mahan, 2013) y se aplicó la fórmula de adecuación de la ingesta (López Lampa, 2009) (Ver tabla n°9).

Tabla N°14: Requerimientos de grasas

Consumo deficiente	Menor al 30% del valor calórico total.
Consumo Adecuado	Cubre el 30% del valor calórico total.
Consumo Excesivo	Excede el 30% del valor calórico total.

Fuente: Matlan (2013)

CAPITULO V: ANALISIS DE DATOS

Este trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar si la adhesión a la cultura alimentaria regional, promueve un resultado favorable en el estado nutricional de una muestra de adolescentes de 17 y 18 años de ambos sexos que concurren a instituciones educativas públicas de los departamentos de Tafí viejo, Lules y Simoca de Tucumán, en Septiembre de 2014.

Se trabajó con una muestra total de 90 adolescentes y se tomó como muestra representativa 30 alumnos de cada escuela secundaria.

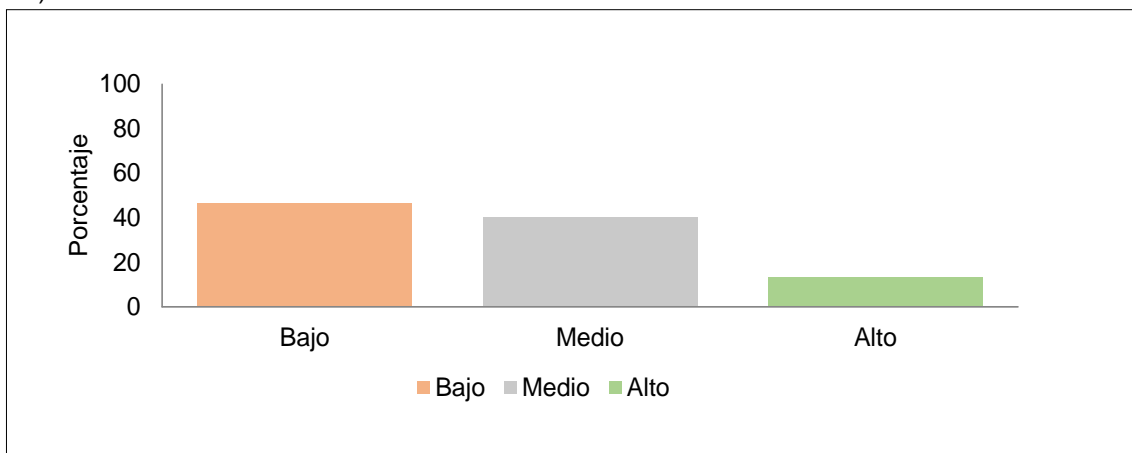
A continuación se presentan los hallazgos en relación al problema de investigación. Este capítulo consta de cuatro apartados: apartado n°1 departamento de Tafí Viejo, apartado n°2 departamento de Lules, apartado n°3 departamento de Simoca y apartado n° 4 comparación entre los tres departamentos en estudio.

5.1. Departamento de Tafí Viejo

Nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional

En cuanto al nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes pertenecientes al departamento de Tafí Viejo se evidenció que el 46,6% (n=14) de los adolescentes presentó un nivel bajo de adhesión a la cultura alimentaria regional, el 40% (n=12) representó un nivel de adhesión medio y el 13,3% (n=4) de representó una adherencia alta a la cultura alimentaria regional (Gráfico n°1).

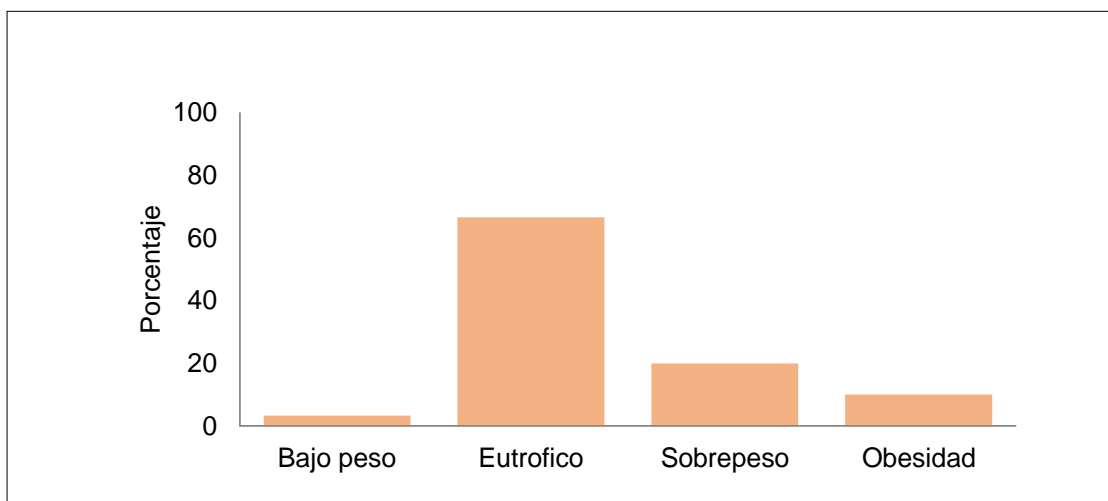
Gráfico N°1: Distribución de la muestra según nivel de adhesión a la cultura alimentaria (N: 30).



Estado nutricional antropométrico

Según el estado nutricional que presentaron los adolescentes pertenecientes al departamento de Tafí Viejo, el 66,6% (n=20) se encontraron dentro de la clasificación eutróficos, el 20% (n=6) presentó sobrepeso, el 10% (n=3) obesidad y el 3,3% (n=1) bajo peso (Gráfico n°2).

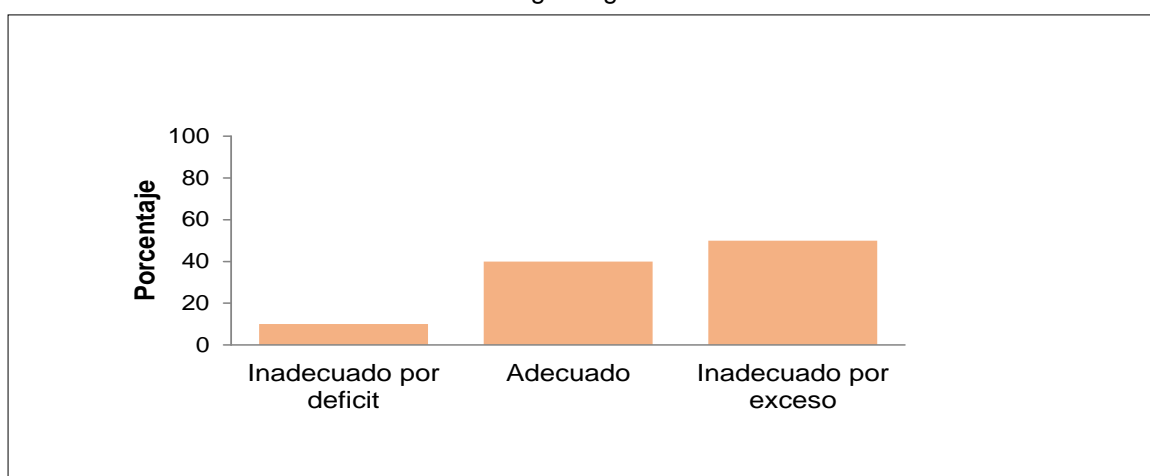
Gráfico N°2: Distribución de la muestra según estado nutricional antropométrico



Ingesta calórica diaria

En cuanto a la ingesta calórica el 50% (n=15) de los adolescentes presentó una ingesta inadecuado por exceso, el 40% (n=12) de la ingesta fue adecuada y solo el 10% (n=3) presento una ingesta inadecuada por déficit (Gráfico n°3).

Gráfico N°3: Distribución de la muestra según ingesta calórica diaria



En cuanto al consumo adecuado e inadecuado de hierro, calcio y fibras los resultados se presentan en la tabla n°15.

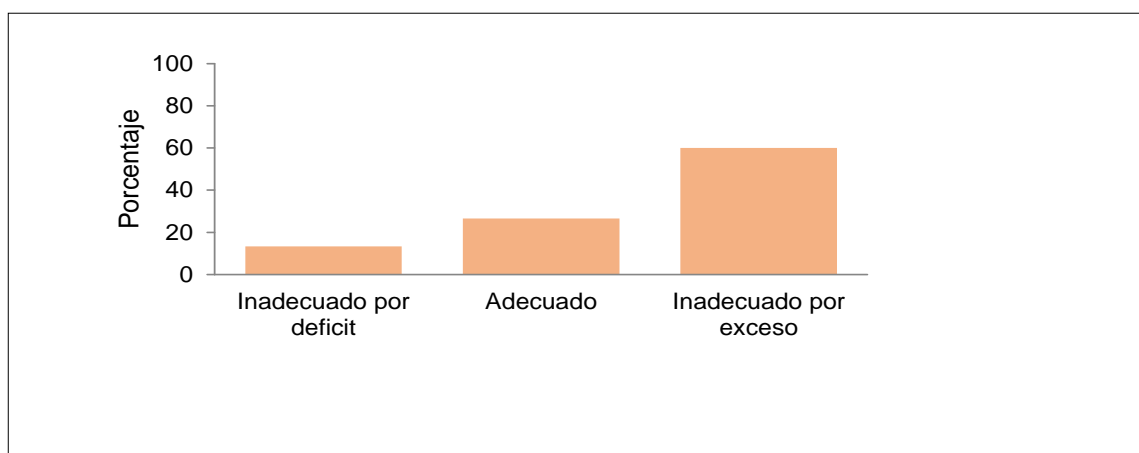
Tabla n°15: Consumo diario de nutrientes hierro, calcio y fibra

Nutrientes	Consumo	
	Adecuado	Inadecuado
Hierro	56,6% (n=17)	43,3% (n=13)
Calcio	50% (n=15)	50% (n=15)
Fibras	26,6% (n=8)	73,3% (n=22)

Consumo diario de grasas totales

Se evidenció un consumo de grasas inadecuado por exceso en el 60% de la muestra, un consumo adecuado en el 26,6% y un 13,3% del consumo fue inadecuado por déficit (Gráfico n°6).

Gráfico N°4: Distribución de la muestra según consumo diario de grasas totales

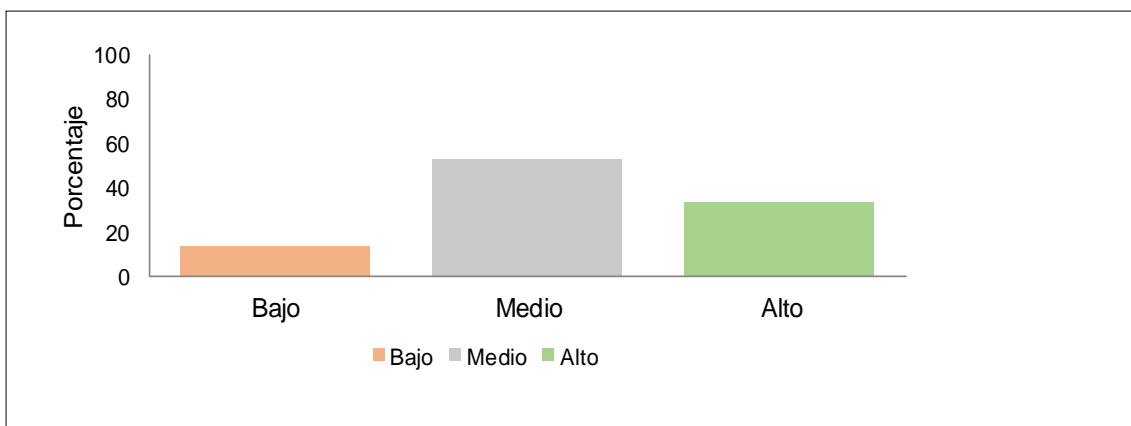


5.2 Departamento de Lules

Nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional

En cuanto al nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes pertenecientes al departamento de Tafí Viejo se evidenció que el 53,3% (N=16) de los mismos presentó un nivel de adhesión medio, el 33,3% (N=10) alto y el 13,3% (n=4) presentó un nivel bajo (Gráfico n°5).

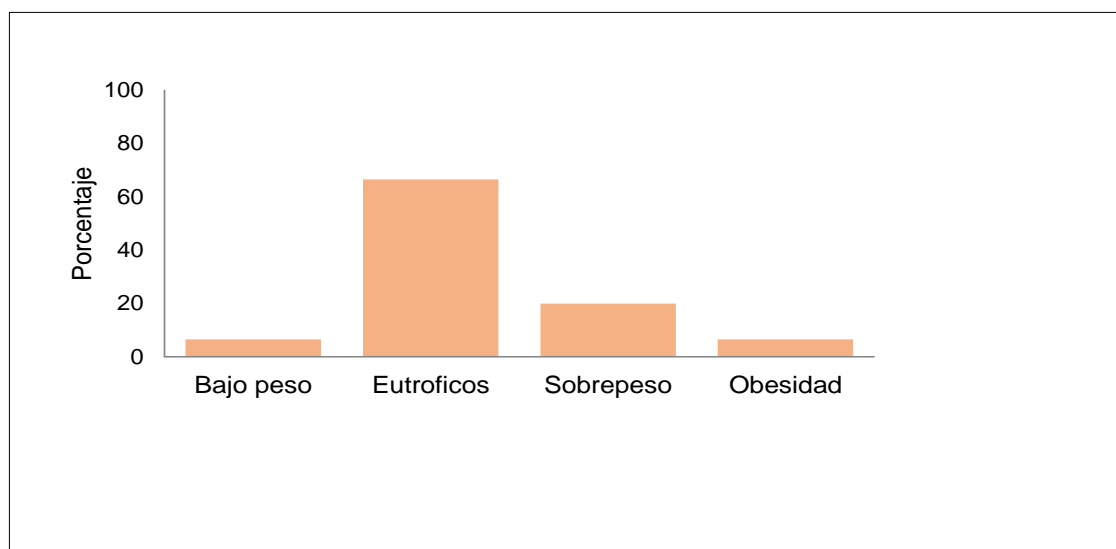
Gráfico N°5: Distribución de la muestra según nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional



Estado nutricional antropométrico

Según el estado nutricional antropométrico que presentaron los adolescentes pertenecientes al departamento de Tafí Viejo, el 66,6% (n=20) se encontraron dentro de la clasificación eutróficos, el 20% (n=6) presentó sobrepeso, el 6,6% (n=2) obesidad y el 6,6% (n=2) bajo peso (Gráfico n°6).

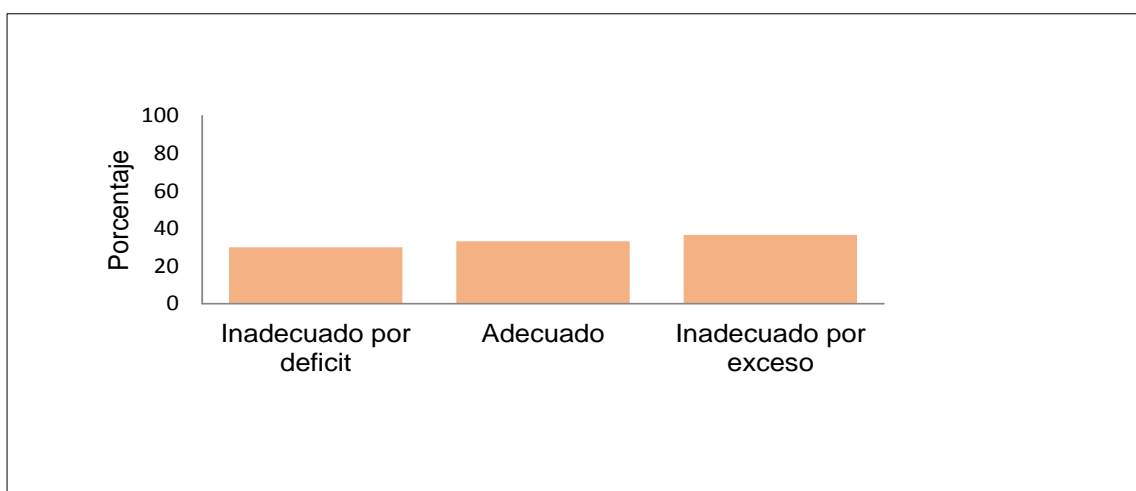
Gráfico N°6: Distribución de la muestra según estado nutricional antropométrico



Ingesta calórica diaria

En cuanto a la ingesta calórica el 36,6% (n=11) de los adolescentes presentó una ingesta inadecuado por exceso; el 33,3% (n=10) de la ingesta fue adecuada y solo el 30% (n=9) presentó una ingesta inadecuada por déficit (Gráfico n°7).

Gráfico N°7: Distribución de la muestra según ingesta calórica diaria



En cuanto al consumo adecuado e inadecuado de hierro, calcio y fibras los resultados se presentan en la tabla n°16.

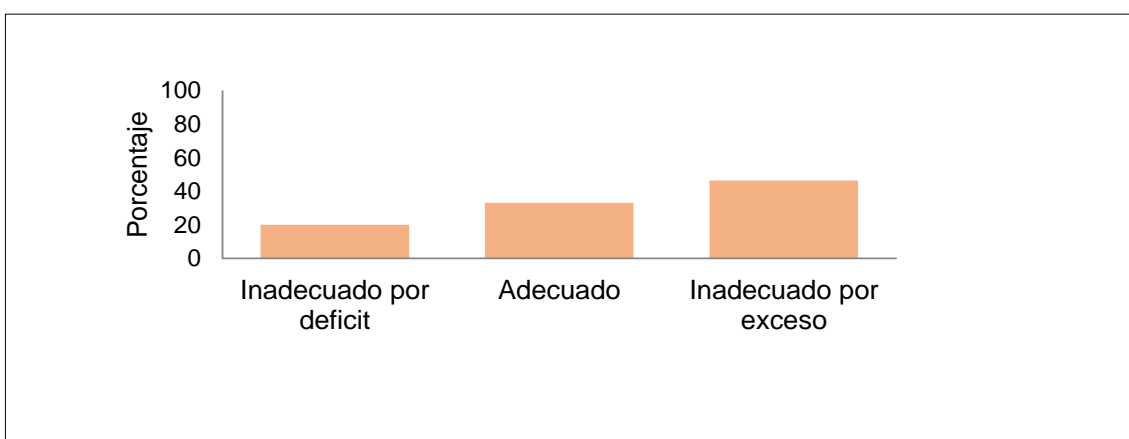
Tabla n°16: Consumo diario de nutrientes hierro, calcio y fibra

Nutrientes	Consumo	
	Adecuado	Inadecuado
Hierro	53,3% (n=16)	46,6% (n=14)
Calcio	40% (n=12)	60% (n=18)
Fibras	16,6% (n=5)	83,3% (n=25)

Consumo diario de grasas totales

Se pudo observar un consumo de grasas inadecuado por exceso en el 46,6% (n=14) de la muestra, un consumo adecuado en el 33,3% (n=10) y un 20% (n=6) del consumo fue inadecuado por déficit (Gráfico n°8).

Gráfico N°8: Distribución de la muestra según consumo diario de grasas totales

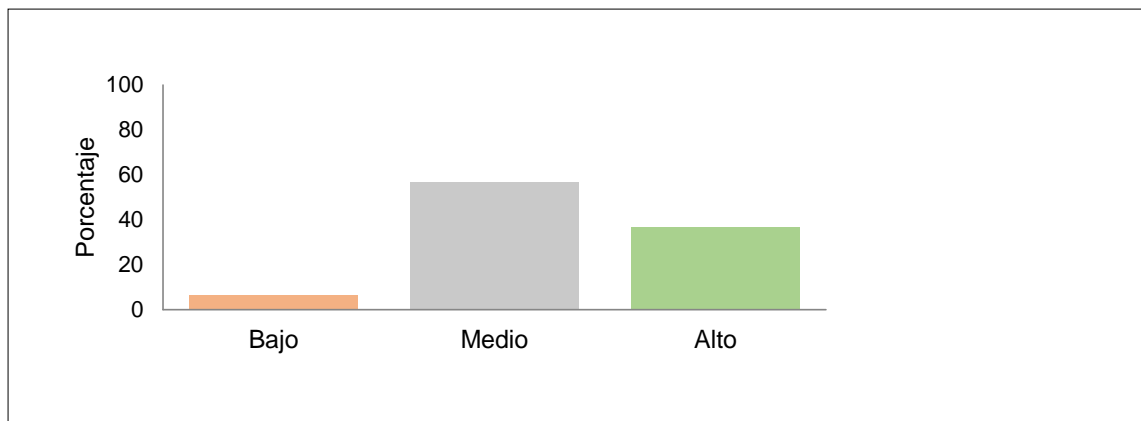


5.3 Departamento de Simoca

Nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional

En cuanto al nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes pertenecientes al departamento de Simoca se evidencio que el 56,6% (n=17) de los adolescentes presento un nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional medio, el 36,6% (n=11) de los adolescentes represento un nivel de adhesión alto y el 6,6% (n=2) de los adolescentes represento al nivel de adhesión bajo (Gráfico n°9).

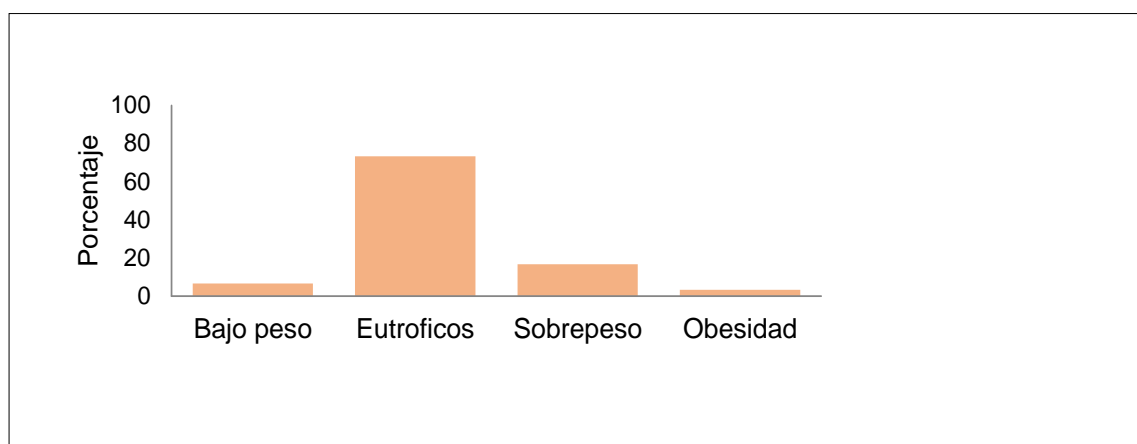
Gráfico N°9: Distribución de la población según nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.



Estado nutricional antropométrico

Según el estado nutricional que presentaron los adolescentes pertenecientes al departamento de Simoca, el 73,3% (n=22) se encuentran dentro de la clasificación eutróficos, el 16,6% (n=5) presentó sobrepeso, el 3,3% (n=1) obesidad y en cuanto al bajo peso el 6,6% (n=2) se encontró dentro de esta clasificación (Gráfico n°10).

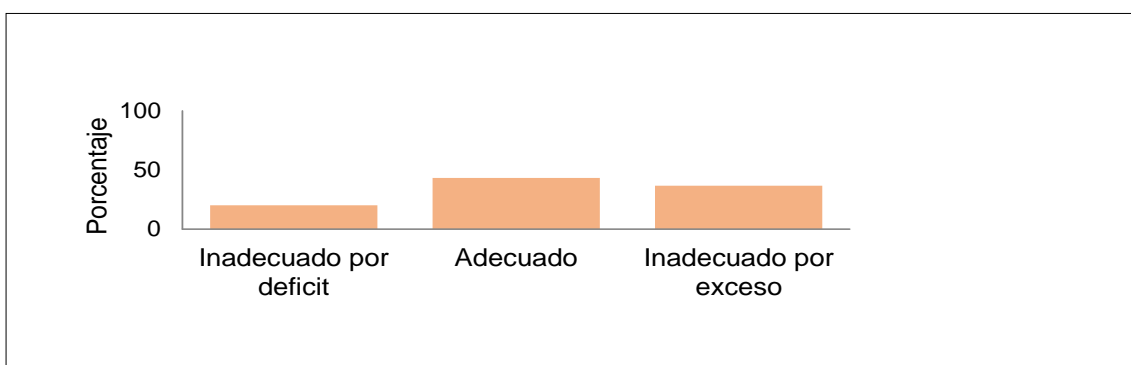
Gráfico N°10: Distribución de la muestra según estado nutricional antropométrico



Ingesta calórica diaria

En cuanto a la ingesta calórica el 43,3% (n=13) de los adolescentes presento una ingesta adecuada, el 36,6% (n=11) de la ingesta fue inadecuada por exceso, y en 20% (n=6) inadecuada por déficit (Gráfico n°11).

Gráfico N°11: Distribución de la muestra según ingesta calórica diaria



En cuanto al consumo adecuado e inadecuado de hierro, calcio y fibras los resultados se presentan en la tabla n°17.

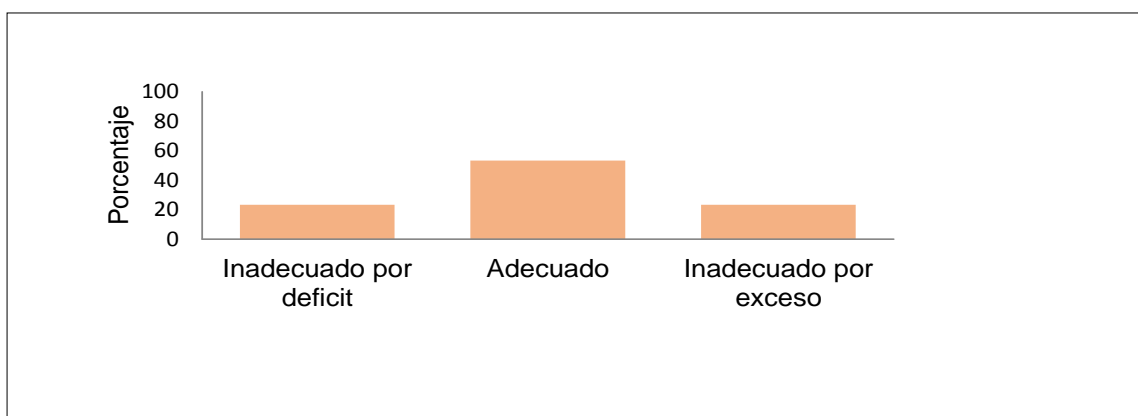
Tabla n°17: Consumo diario de los nutrientes hierro, calcio y fibra

Nutrientes	Consumo	
	Adecuado	Inadecuado
Hierro	66,6% (n=20)	33,3% (n=10)
Calcio	30% (n=9)	70% (n=21)
Fibras	23,3% (n=7)	76,6% (n=23)

Consumo diario de grasas totales

Se pudo apreciar un consumo de grasas adecuado en el 53,3% (n=16) de la muestra, y en cuanto al consumo inadecuado tanto por déficit como por exceso ambos arrojaron los mismos porcentajes 23,3% (n=7) (Gráfico n°12).

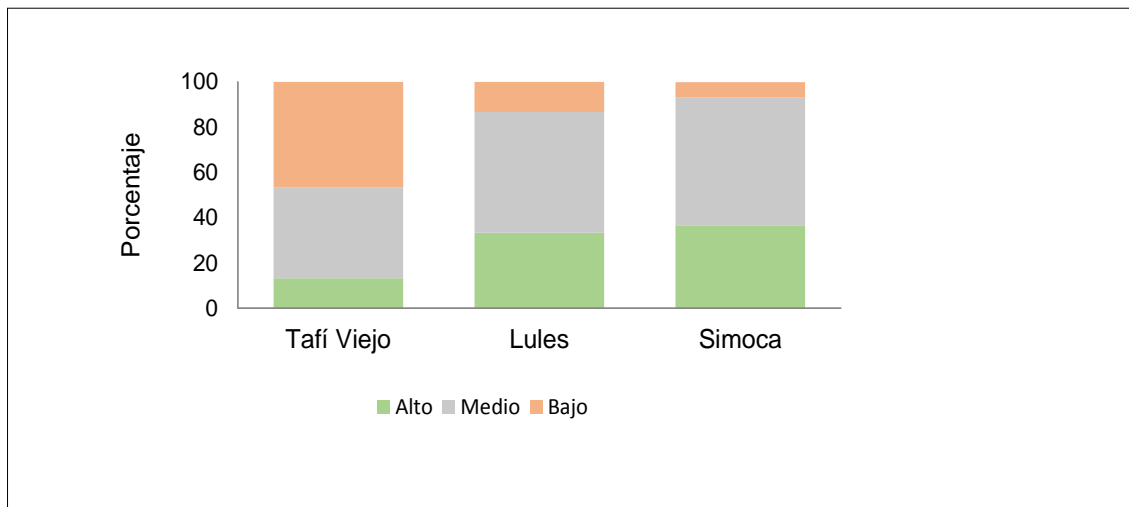
Gráfico N°12: Distribución de la muestra según consumo diario de grasas totales



5.4 Comparación del nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional

Al comparar el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional entre los adolescentes de los distintos departamentos, se encontró que en Tafí Viejo una baja adhesión 46,6% (n=14), en cuanto a Simoca y Lules el nivel de adhesión que predominó fue medio con el 56,6% (n=17) y el 53,3% (n=16) (Gráfico n°13).

Grafico n°13: Comparación del nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional

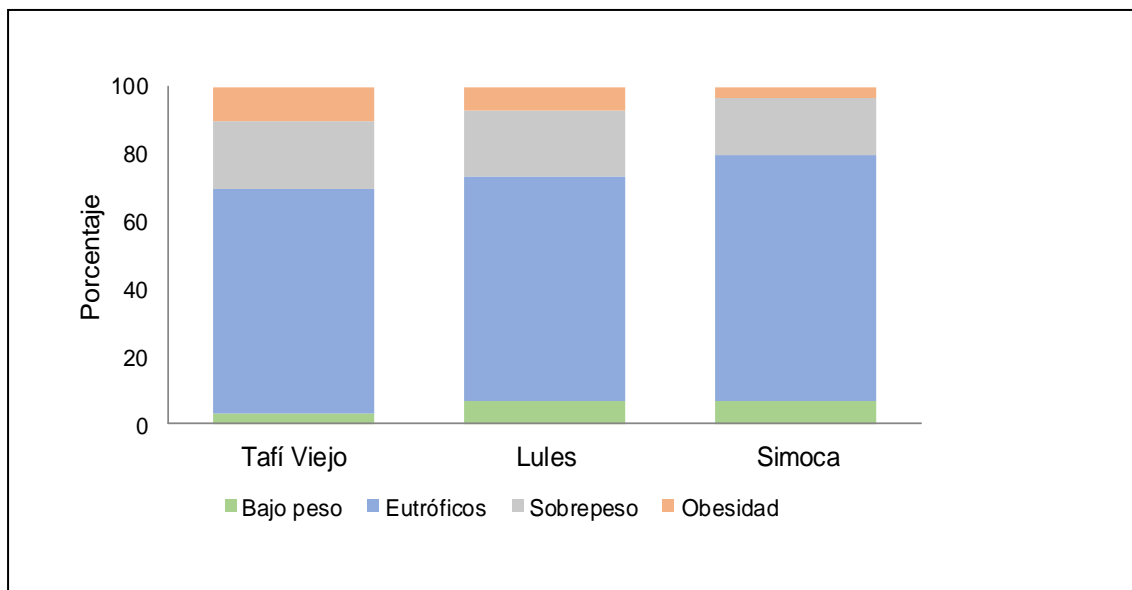


5.4.1 Comparación del estado nutricional antropométrico entre departamentos

Según la comparación del estado nutricional antropométrico en los tres departamentos hubo un predominio de adolescentes eutróficos Simoca 73,3% (n=22), Tafí Viejo 66,6% (n=20), Lules 66,6% (n=20).

En cuanto a los adolescentes malnutridos hubo predominio de los adolescentes con sobrepeso en los tres departamentos Simoca 16,6% (n=5), Tafí Viejo y Lules 20% (n=6) respectivamente (Gráfico n°14)

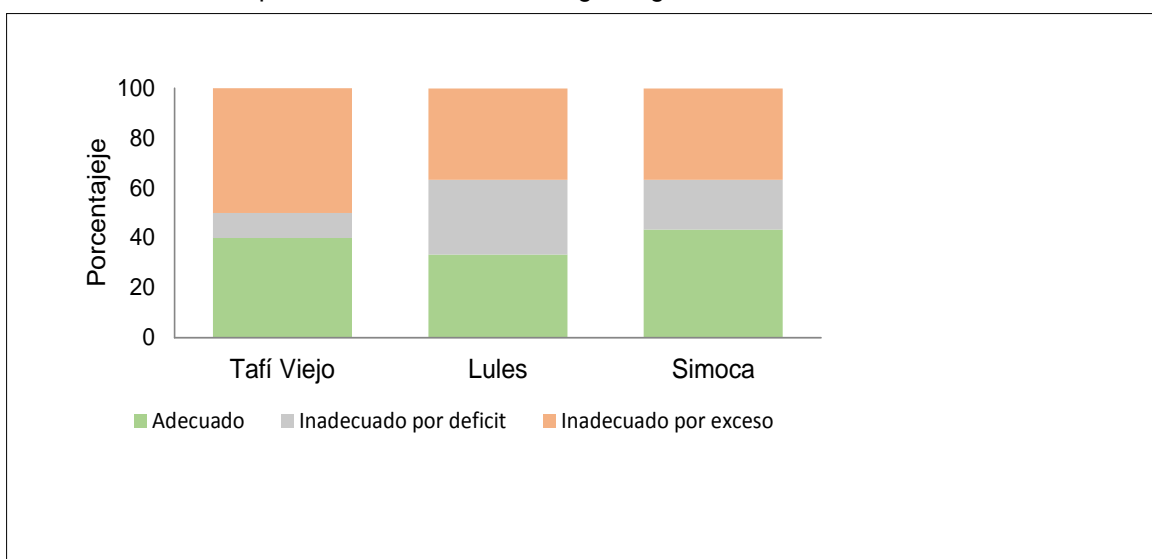
Grafico n°14: Comparación del estado nutricional antropométrico



5.4.2 Comparación de la ingesta calórica diaria

En cuanto a la ingesta calórica en Tafí Viejo y Lules hubo un predominio de ingesta inadecuada por exceso en el 50% (n=15) y en el 36,6% (n=11) respectivamente, en el departamento de Simoca hubo un predominio de ingesta adecuada en el 43,3% (n=13) (Gráfico n°15).

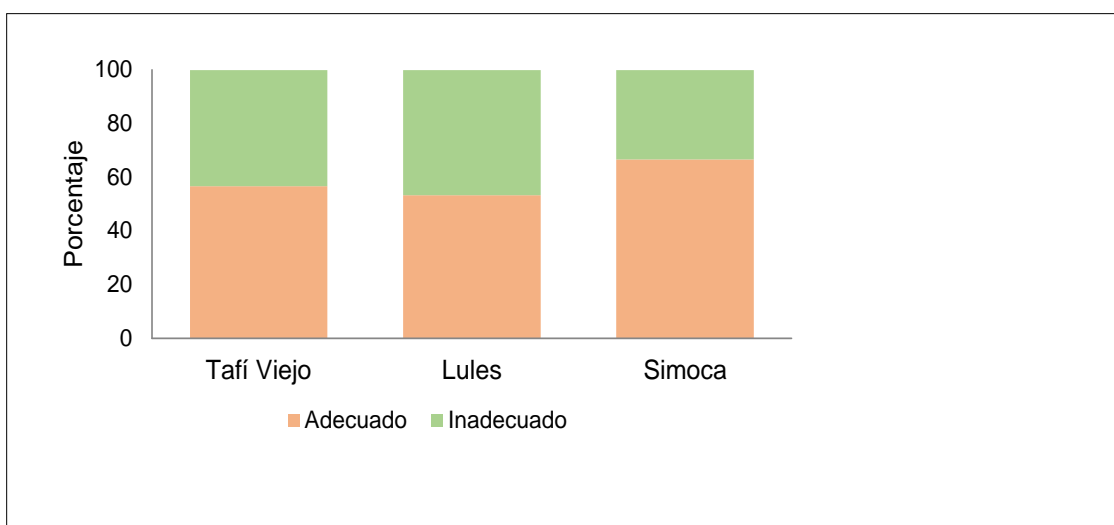
Gráfico n°15: Comparación de adecuación según ingesta calórica diaria



5.4.3 Comparación del consumo de hierro diario entre departamentos

En la comparación del consumo del mineral hierro se pudo evidenciar un consumo adecuado de este mineral en los tres departamentos en estudio Simoca con el 66,6% (n=20), Tafí Viejo 56,6% (n=19), Lules con el 13,3% (n=16) (Gráfico n°16)

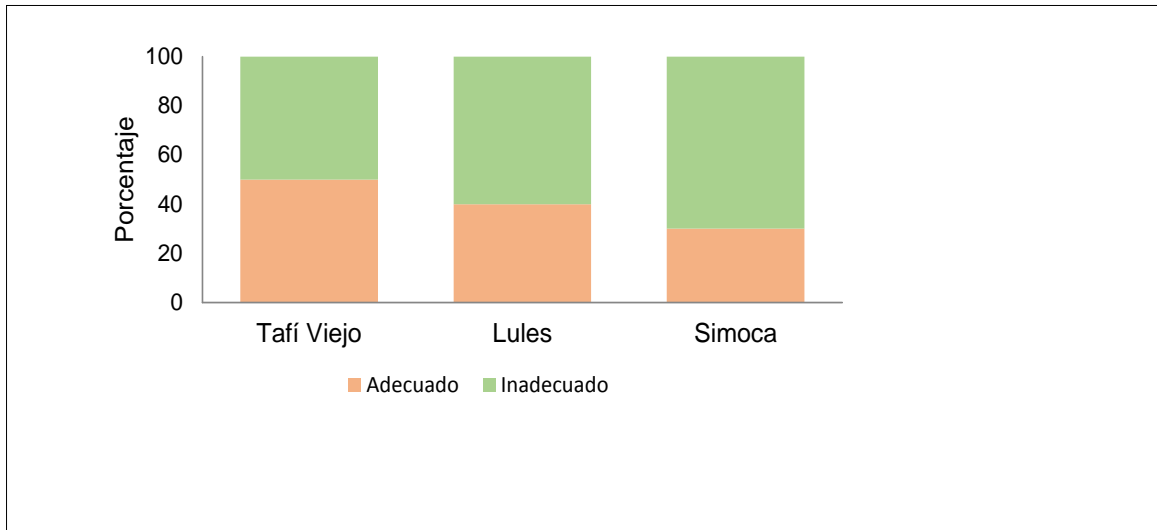
Gráfico n°16: Comparación de adecuación según consumo diario de hierro (N: 90)



5.4.4 Comparación del consumo diario de calcio entre departamentos

Según la comparación de calcio en Simoca se pudo evidenciar un consumo inadecuado de este mineral en el 70% (n=21) de los casos, seguido por Lules con un 60% (n=18) y en cuanto a Tafí Viejo tanto el consumo adecuado e inadecuado estuvieron representado con el 50% (n=15) (Gráfico n° 17)

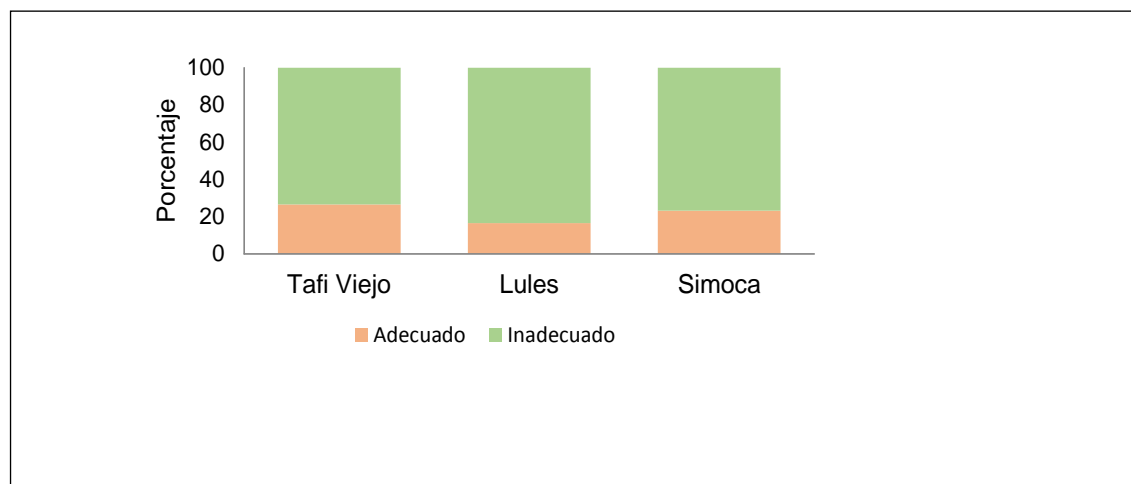
Gráfico n°17: comparación de adecuación según consumo diario de calcio



5.4.5 Comparación del consumo diario de fibras

Según la comparación de fibras se pudo evidenciar en los tres departamentos que el consumo diario fue inadecuado en el 83,3% (n=25) en Lules, en el 76,6% (n=23) para Simoca y 73,3 (n=22) para Tafi Viejo (Gráfico n°18)

Gráfico n°18: comparación según consumo diario de fibra

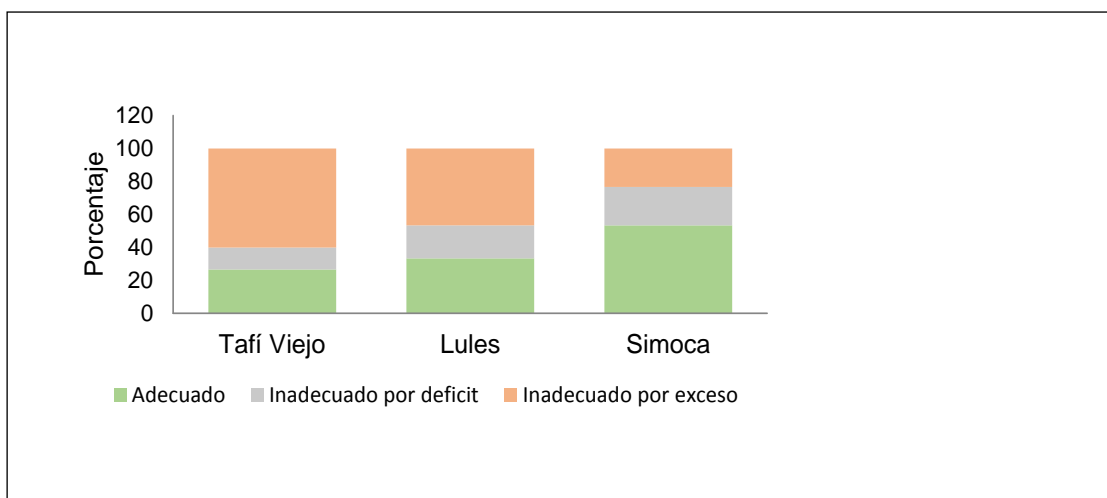


5.4.6 Comparación del consumo diario de grasas totales

En cuanto a la comparación de grasas ingeridas en Tafí Viejo con el 60% (n=18) y Lules con el 46,6% (n=14) se pudo observar que el consumo de las mismas fue inadecuado por exceso.

En Simoca el consumo adecuado de grasas estuvo representado por 53,3% (n=16) (Gráfico n°19).

Gráfico n°19: comparación según el consumo diario de grasas totales



5.5.1 Comprobación de hipótesis Tafí Viejo

Hipótesis 1 (H₁): Entre los adolescentes de Tafí Viejo el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional que predomina es medio.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional en los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₁

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Alto	4	10	-6	36	3,6
Medio	12	10	2	4	0,4
Bajo	14	10	4	16	1,6
Total	30	30	0	--	5,6

α : 0,05; IC: 95%, GL: 2

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 5,6. Siendo el mismo inferior al valor teórico por lo que se refuta la H₁ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que no existen diferencias significativas entre el nivel de adhesión alto, medio y bajo a la cultura alimentaria regional de los adolescentes del departamento de Tafí Viejo.

Hipótesis n°2: Los adolescentes de los departamentos de Tafí Viejo, presentan un estado nutricional eutrófico.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el estado nutricional de los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₂

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Bajo peso	1	7.5	-6.5	42,25	5,63
Eutróficos	20	7.5	12.5	156,25	20,83
Sobrepeso	6	7.5	-1.5	2,25	0,33
Obesidad	3	7.5	-4.5	20,25	2,7
Total	30	30	0	--	29,49

α : 0,05; IC: 95%; GL: 3

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 3 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 7,81.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 29,49. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₂.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que los adolescentes de Tafí Viejo, se encuentran eutróficos.

Hipótesis 3 (H₃): La ingesta calórica diaria de los adolescentes de Tafí Viejo es inadecuada por exceso.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en la ingesta calórica diaria de los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₃

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta inadecuada por déficit	3	10	-7	49	4,9
Ingesta adecuada	12	10	2	4	0,4
Inadecuada por exceso	15	10	5	25	2,5
Total	30	30	0	--	7,8

α : 0,05; IC: 95%; GL: 2

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 7,8. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se comprueba la H₃ refutándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes de Tafí Viejo, la ingesta calórica diaria es inadecuada por exceso.

Hipótesis 4 (H₄): el consumo diario de hierro de los adolescentes de Tafí Viejo es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de hierro de los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₄

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	17	15	2	4	0,26
Ingesta Inadecuada	13	15	-2	4	0,26
Total	30	30	0	--	0,52

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 0,52. Siendo el mismo inferior al valor teórico por lo que se refuta la H₄ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes de Tafí Viejo, no existe diferencias significativas entre el consumo diario adecuado e inadecuado de hierro.

Hipótesis 5 (H₅): El consumo diario de calcio de los adolescentes de Tafí Viejo es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de calcio de los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₅

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	15	15	0	0	0
Ingesta inadecuada	15	15	0	0	0
Total	30	30	0	--	0

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 0. Siendo el mismo inferior al teórico por lo que se refuta la H₅ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes de Tafí Viejo no existen diferencias significativas entre el consumo diario adecuado e inadecuado de calcio.

Hipótesis n° 6: El consumo diario de fibras de los adolescentes de Tafí Viejo es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de fibras de los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₆

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	8	15	-7	49	3,26
Ingesta inadecuada	22	15	7	49	3,26
Total	30	30	0	--	6,52

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 6,52. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₆.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes de Tafí Viejo, no existen diferencias significativas entre el consumo diario adecuado e inadecuado de fibras.

Hipótesis n° 7: El consumo diario de grasas totales de los adolescentes de Tafí Viejo es inadecuado por exceso.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de grasas totales de los adolescentes de Tafí Viejo.

Tabla de comprobación de H₇

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta inadecuada por déficit	4	10	-6	36	3,6
Ingesta inadecuada	8	10	-2	4	0,4
Ingesta inadecuada por exceso	18	10	8	64	6,4
Total	30	30	0	--	10,4

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 10,4. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₇.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes de Tafí Viejo el consumo diario de grasas totales es inadecuado por exceso.

Solo para fines de comprobación de hipótesis, para mayor exactitud de prueba estadística aplicada, se utilizaron dos categorías para variable estado nutricional: Enutridos y Malnutridos.

Hipótesis 8 (H₈): Existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No hay relación existente entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Tabla de comprobación de H₈

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
A	3	2,66	0,34	0,68	0,25
B	8	8	0	0	0
C	9	9,33	0,33	0,66	0,07
D	1	1,33	-0,33	0,66	0,49
E	4	4	0	0	0
F	5	5,34	-0,34	0,68	0,12
Total	30	30,66	0	--	0,93

α : 0,05; IC: 95%; GL: 4

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica χ^2 para dos variables, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 0,93, siendo el mismo inferior al valor teórico por lo que se comprueba la H₀ y se refuta la H₈.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95% de confianza que no hay relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes del departamento de Tafí Viejo.

5.5.2 Comprobación de hipótesis Lules

Hipótesis 1 (H₁): Entre los adolescentes de Lules el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional que predomina es medio.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional en los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₁

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Alto	10	10	0	0	0
Medio	16	10	6	36	3,6
Bajo	4	10	-6	36	3,6
Total	30	30	0	--	7,2

α : 0,05; IC: 95%; GL: 2

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y un intervalo de confianza de 95% y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 7,2. Siendo el mismo superior al valor teórico se refuta la H₀ por lo que se comprueba la H₁.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional argentina es medio entre los adolescentes del departamento de Lules.

Hipótesis n°2: Los adolescentes de los departamentos de Lules, presentan un estado nutricional eutrófico.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el estado nutricional de los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₂

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Bajo peso	2	7,5	-5,5	30,25	4,03
Eutróficos	20	7,5	12,5	156,25	20,83
Sobrepeso	6	7,5	-1,5	2,25	0,3
Obesidad	2	7,5	-5,5	30,25	4,03
Total	30	30	0	--	29,19

α : 0,05; IC: 95%; GL: 3

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 3 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 7,81.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 29,19. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₂.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que los adolescentes del departamento de Lules se encuentran eutróficos.

Hipótesis 3 (H₃): La ingesta calórica diaria de los adolescentes de Lules es inadecuada por exceso.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en la ingesta calórica diaria de los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₃

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta inadecuada por déficit	9	10	-1	1	0,1
Ingesta adecuada	10	10	0	0	0
Inadecuada por exceso	11	10	1	1	0,1
Total	30	30	0	--	0,2

α : 0,05; IC: 95%; GL: 2

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 0,2. Siendo el mismo inferior al valor teórico por lo que se refuta la H₃ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Lules no existen diferencias significativas entre la ingesta calórica diaria inadecuada por déficit, adecuada e inadecuada por exceso.

Hipótesis 4 (H₄): El consumo diario de hierro de los adolescentes de Lules es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de hierro de los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₄

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	16	15	1	1	0,06
Ingesta Inadecuada	14	15	-1	1	0,06
Total	30	30	0	--	0,12

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 0,12. Siendo el mismo inferior al valor teórico por lo que se refuta la H₄ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Lules no existen diferencias significativas entre el consumo diario adecuado e inadecuado de hierro.

Hipótesis 5 (H₅): El consumo diario de calcio de los adolescentes de Lules es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de calcio de los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₅

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	12	15	-3	9	0,6
Ingesta inadecuada	18	15	3	9	0,6
Total	30	30	0	--	0,12

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 0,12. Siendo el mismo inferior al teórico por lo que se refuta la H₅ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Lules no existen diferencias significativas entre el consumo diario adecuado e inadecuado de calcio.

Hipótesis n° 6: El consumo diario de fibras de los adolescentes de Lules es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de fibras de los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₆

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	5	15	-10	100	6,66
Ingesta inadecuada	25	15	10	100	6,66
Total	30	30	0	--	13,32

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 13,32. Siendo el mismo superior al teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₆.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Lules el consumo diario de fibras es inadecuado.

Hipótesis n° 7: El consumo diario de grasas totales de los adolescentes del departamento de Lules es inadecuado por exceso.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de grasas totales de los adolescentes de Lules.

Tabla de comprobación de H₇

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta inadecuada por déficit	10	10	0	0	0
Ingesta adecuada	6	10	-4	16	1,6
Ingesta inadecuada por exceso	14	10	4	16	1,6
Total	30	30	0	--	3,2

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 3,2. Siendo el mismo inferior al teórico por lo que se refuta la H₇ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento Lules no existen diferencias significativas entre el consumo diario de grasas totales inadecuado por déficit, adecuado e inadecuado por exceso.

Solo para fines de comprobación de hipótesis, para mayor exactitud de prueba estadística aplicada, se utilizaron dos categorías para variable estado nutricional: Enutridos y Malnutridos.

Hipótesis 8 (H₈): Existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Tabla de comprobación de H₈

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
A	4	6,66	-2,66	7,07	1,06
B	14	10,66	3,34	11,15	1,04
C	2	2,66	-0,66	0,43	0,16
D	6	3,34	2,66	7,07	2,11
E	2	5,33	-3,33	11,08	2,07
F	2	1,35	0,65	0,42	0,31
Total	30	30	0	--	6,75

α : 0,05; IC: 95%; GL: 4

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba de χ^2 para dos variables, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 6,75. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₈.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que si existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes del departamento de Lules.

5.5.3 Comprobación de hipótesis Simoca

Hipótesis 1 (H₁): Entre los adolescentes de Simoca el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional que predomina es medio.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₁

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Alto	2	10	-8	64	6,4
Medio	17	10	7	49	4,9
Bajo	11	10	1	1	0,1
Total	30	30	0	--	11,4

α : 0,05; IC: 95%; GL: 2

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 11,4. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₁.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional argentina es medio en los adolescentes del departamento de Simoca.

Hipótesis n°2: Los adolescentes de los departamentos de Simoca, presentan un estado nutricional eutrófico.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el estado nutricional de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₂

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Bajo peso	2	7,5	-5,5	30,25	4,03
Eutróficos	22	7,5	14,5	210,25	28,03
Sobrepeso	5	7,5	-2,5	6,25	0,83
Obesidad	1	7,5	-6,5	42,25	5,63
Total	30	30	0	--	38,52

α : 0,05; IC: 95%; GL: 3

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y un intervalo de confianza de 95% y 3 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 7,81.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 38,52. Siendo el mismo superior al teórico al teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₂.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que los adolescentes del departamento de Simoca se encuentran eutróficos.

Hipótesis 3 (H₃): La ingesta calórica diaria de los adolescentes de Simoca es inadecuada por exceso.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en la ingesta calórica diaria de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₃

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta inadecuada por déficit	6	10	-4	16	1,6
Ingesta adecuada	13	10	3	9	0,9
Inadecuada por exceso	11	10	1	1	0,1
Total	30	30	0	--	2,6

α : 0,05; IC: 95%; GL: 2

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 2,6. Siendo el mismo inferior al teórico por lo que se refuta la H₃ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Simoca no existen diferencias significativas entre la ingesta calórica diaria inadecuada por exceso, adecuada e inadecuada por déficit.

Hipótesis 4 (H₄): El consumo diario de hierro de los adolescentes del departamento de Simoca es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario hierro de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₄

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	20	15	5	25	1,66
Ingesta Inadecuada	10	15	-5	25	1,66
Total	30	30	0	--	3,32

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y un intervalo de confianza de 95% y 1 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 3,32. Siendo el mismo inferior al valor teórico por lo que se refuta la H₄ comprobándose la H₀.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Simoca no existen diferencias significativas entre el consumo diario adecuado e inadecuado de hierro.

Hipótesis 5 (H₅): El consumo diario de calcio de los adolescentes de Simoca es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de calcio de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₅

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	9	15	-6	36	2,4
Ingesta inadecuada	21	15	6	36	2,4
Total	30	30	0	--	4,8

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 4,8. Siendo el mismo superior al teórico se refuta la H₀ comprobándose la H₅.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Simoca el consumo diario de calcio es inadecuado.

Hipótesis n° 6: El consumo diario de fibras de los adolescentes del departamento de Simoca es inadecuado.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de fibras de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₆

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta adecuada	7	15	-8	64	4,26
Ingesta inadecuada	23	15	8	64	4,26
Total	30	30	0	--	8,52

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y un intervalo de confianza de 95% y 1 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 3,84.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 8,52. Siendo el mismo superior al teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₆.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento de Simoca el consumo diario de fibras es inadecuado.

Hipótesis n° 7: El consumo diario de grasas totales de los adolescentes de Simoca es inadecuado por exceso.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existen diferencias significativas en el consumo diario de grasas totales de los adolescentes de Simoca.

Tabla de comprobación de H₇

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
Ingesta inadecuada por déficit	7	10	-3	9	0,9
Ingesta adecuada	16	10	6	36	3,6
Ingesta inadecuada por exceso	7	10	3	9	0,9
Total	30	30	0	--	5,4

α : 0,05; IC: 95%; GL: 1

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba no paramétrica de χ^2 para una variable, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grado de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 5,4. Siendo el mismo inferior al valor teórico comprobándose la H₇.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que entre los adolescentes del departamento Simoca que el consumo diario de grasas totales es inadecuado por exceso.

Solo para fines de comprobación de hipótesis, para mayor exactitud de prueba estadística aplicada, se utilizaron dos categorías para variable estado nutricional: Eunutridos y Malnutridos.

Hipótesis 8 (H₈): Existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Hipótesis de Nulidad (H₀): No existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional.

Tabla de comprobación de H₈

Categorías	O	E	O-E	(O-E)(O-E)	(O-E)(O-E)/E
A	0	1,46	-1,46	2,13	1,45
B	14	12,47	1,53	2,34	0,18
C	8	8,06	-0,06	0,0036	0,00045
D	2	0,54	1,46	2,13	3,94
E	3	4,53	-1,53	2,34	0,51
F	3	2,94	0,06	0,0036	0,0012
Total	30	30	0	--	6,08

α : 0,05; IC: 95%; GL: 4

Para la comprobación de la hipótesis se aplicó la prueba de χ^2 para dos variables, el nivel de significación α de 0,05 y 2 grados de libertad. Con estos parámetros se determinó un valor teórico de 5,99.

A partir de la aplicación de la prueba estadística se obtuvo un valor de χ^2 de 6,08. Siendo el mismo superior al valor teórico por lo que se refuta la H₀ comprobándose la H₈.

Por lo tanto se puede afirmar con un 95 % de confianza que si existe relación entre el estado nutricional antropométrico y el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional de los adolescentes del departamento de Simoca.

CAPITULO VI: CONCLUSIÓN, DISCUSIÓN Y PROPUESTAS

6.1 Conclusión

En esta investigación sobre nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional y estado nutricional que presentan los adolescentes de 17 y 18 años de edad de los departamentos de Tafí Viejo, Lules y Simoca, Tucumán. Año 2014, se llegó a las siguientes conclusiones:

Respecto a las hipótesis se pudo comprobar, mediante el análisis descriptivo e interpretación de los datos, que:

- Entre los adolescentes de los departamentos en estudio se pudo comprobar que el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional es medio en los departamentos de Lules y Simoca, en Tafí Viejo hubo un nivel de adhesión bajo a la cultura alimentaria regional.
- En cuanto al estado nutricional antropométrico, en los tres departamentos se evidenció la prevalencia de adolescentes eutróficos.
- La ingesta calórica diaria demostró ser inadecuada por exceso, en el departamento de Tafí Viejo, en cuanto a Lules y Simoca no hubo diferencias significativas entre el consumo adecuado e inadecuado tanto por déficit como por exceso.
- Se observó que entre los adolescentes de los tres departamentos no existen diferencias significativas en cuanto al consumo diario adecuado e inadecuado de hierro.
- Se evidenció que tanto en Tafí Viejo, como en Lules no existen diferencias significativas en el consumo diario adecuado e inadecuado de calcio, y en Simoca se pudo observar que el consumo diario del mismo es inadecuado.

- Según los resultados obtenidos demostraron que no existen diferencias significativas en el consumo diario adecuado e inadecuado de fibras en el departamento de Lules, en cuanto a los departamentos de Tafí Viejo y Simoca se evidenció que el consumo diario de las mismas es inadecuado.
- Se observó un consumo diario inadecuado por exceso de grasas totales en Tafí Viejo y Simoca, en Lules no hubo diferencias significativas entre el consumo diario inadecuado por exceso, adecuado e inadecuado por déficit de las mismas.
- Se concluyó que en Tafí Viejo, no existe relación entre el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional y el estado nutricional antropométrico, y en los departamentos de Lules y Simoca se observó que hay relación existente entre el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional y el estado nutricional antropométrico.

6.2 Discusión

El objetivo de este trabajo fue determinar el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional y el estado nutricional. Se trabajó con una muestra de 90 adolescentes, de edades comprendidas entre 17 y 18 años, pertenecientes a tres departamentos localizados en el interior de Tucumán en el año 2014. Se pudo establecer que el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional presentado por estos adolescentes fue medio, por lo tanto la alimentación de los mismos incluye alimentos propios de su cultura presentando así cierto apego a la cultura alimentaria regional. Los autores Bassett y col. (2010) aseguran que a pesar de que hay una sustitución de los platos tradicionales por alimentos pertenecientes a otras culturas y además de haber una pérdida de producciones típicas todavía hay cierta adherencia con respecto a los alimentos pertenecientes a la cultura alimentaria en Tucumán. Los resultados obtenidos en esta investigación en cuanto al nivel de adhesión a

la cultura alimentaria coinciden con los señalados en un trabajo realizado en España por Ayechu Díaz y Durá Travé (2010), en el cual los adolescentes evaluados presentaron un nivel de adhesión medio a la alimentación cultural, además dichos autores aseguran que la modernidad produce cambios culturales y sociológicos los cuales terminarán por producir un deterioro progresivo de los patrones culturales. Por lo tanto es importante conocer el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional, ya que permite comprender el grado de compromiso que tiene un individuo con su cultura.

Los cambios culturales y sociológicos son un creciente problema para la nutrición que atraviesa la población, a partir de la oferta excesiva de comidas altamente calóricas y el progresivo abandono de la cocina tradicional acompañado del sedentarismo provoca sobrepeso y obesidad. En esta investigación, las mediciones antropométricas evidenciaron que gran parte de los participantes se encontraron eutróficos, pero hubo un predominio de los mismos que sufrían de sobrepeso, por lo que hay que tener en cuenta que esta situación de malnutrición va en aumento. Esto puede deberse al consumo calórico inadecuado, que fue otra variable analizada en esta investigación la cual arrojó como resultado un consumo inadecuado por exceso. La malnutrición por exceso, es un factor de riesgo para la salud pública ya que puede generar enfermedades crónicas no transmisibles como ser diabetes, dislipemia, hipertensión arterial, entre otras, que condicionan la salud del individuo que lo padece (Sánchez-Castillo y col., 2004).

Una encuesta mundial de salud escolar realizada en Argentina en el año 2012, por el ministerio de la salud en 250 escuelas de todo el país indica que uno de cada tres adolescentes argentinos tiene problemas relacionados con el peso (Zeberio, 2013). En Argentina se encuentran problemas nutricionales tanto por déficit como por exceso, los estudios obtenidos de muestras estadísticamente representativas de la población de los últimos años, demuestran una alta prevalencia de peso elevado para la edad y peso elevado para la talla con variaciones regionales asociadas con factores socioeconómicos (FAO, 2010). Este creciente problema denota la transición nutricional que atraviesa la población. Este hallazgo guarda relación con varios

trabajos de investigación realizados por Valdés-Gómez (2011); Yépez y col. (2008); Romeo (2007); Ortiz y Martínez (2003); Castañeda-Sánchez Y col. (2008); Norry, (2007), en los cuales se demuestra que la prevalencia de malnutrición por exceso en la adolescencia se ha incrementado en los últimos tiempos, constituyendo el trastorno nutricional más frecuente tanto en países desarrollados como en los países en vía de desarrollo.

En cuanto a las variables ingesta de calcio y de hierro, el consumo del mineral hierro en esta investigación fue adecuado. Los resultados obtenidos difieren en relación a la investigación realizada por Bianculli y col. (1998) la cual demuestra que el consumo de este mineral en los adolescentes de Argentina es bajo.

Bassett y col. (2010) en su investigación realizada en un zona rural de Tucumán se obtuvieron resultados que concuerdan con esta investigación en cuanto al consumo bajo de calcio, en cuanto a la ingesta de hierro y la ingesta calórica difieren, ya que en dicha investigación el consumo de hierro fue bajo y el consumo calórico fue inadecuado por déficit. El consumo inadecuado de estos minerales puede traer aparejada situaciones patológicas que además de afectar el crecimiento puede tener otras implicancias; el calcio durante la infancia y la adolescencia se encarga de la mineralización del esqueleto y de lograr una adecuada masa ósea así como evita el deterioro del esmalte dentario y la aceleración de las caries; además previene de la hipertensión (Hidalgo y Güemes, 2011). La ingesta de fibras fue inadecuada por lo tanto el consumo de frutas y verduras es bajo entre los adolescentes, la cual es factor a tener en cuenta ya que la fibra proporciona una protección óptima frente a la enfermedad cardiovascular y el cáncer (Lorezana y col., 2002).

6.3 Propuestas

Esta investigación contiene información de interés acerca del comportamiento alimentario de los adolescentes frente al consumo de alimentos pertenecientes a su cultura, y propone que:

- El contenido de la misma podría sentar las bases para futuros trabajos de investigación de áreas pertenecientes a la antropología nutricional, sociología, para profesionales del área de la salud como ser el licenciado en nutrición, también en escuelas ya que permitirá a los alumnos conocer acerca de los alimentos propios de su cultura y así mismo se podrá promover el consumo de los mismos.

Actividades que pueden ser llevadas a cabo por los jóvenes:

- Promover que asistan a los festejos tradicionales.
- Proponer que el municipio los incentive a participar de los festejos premiando a los mismos por su participación.
- Realizar un stand en los cuales los jóvenes demuestren sus capacidades culinarias realizando preparaciones regionales.
- Proponer que personas idóneas, enseñen a los mismos a realizar productos regionales como ser el queso, dulces, etc.
- Se podrían realizar charlas educativas para que los jóvenes conozcan la importancia del consumo de alimentos pertenecientes a la cultura alimentaria de la región lo que además permitirá revalorizar los alimentos regionales.
- Modificar el contenido graso de las recetas tradicionales, para que su consumo, no altere el estado nutricional.

El licenciado en nutrición juega un papel fundamental en cuanto a la alimentación y nutrición del individuo, además de actuar como un agente de divulgación acerca de temas relacionados con la alimentación, se encarga de las problemáticas nutricionales, por lo tanto puede resultarle de gran utilidad la información contenida en esta investigación, ya que podría sentar las bases para realizar investigaciones en otros departamentos pertenecientes a Tucumán.

Bibliografía

1. Aguirre, P. (2004). *10 años de Convertibilidad en la seguridad alimentaria del área metropolitana bonaerense. Una visión desde la antropología alimentaria*. Obtenido de www.intramed.net
2. Álvarez, M., & Sammartino, G. (2009). Empanadas, tamales y carpaccio de llama: patrimonio alimentario y turismo en la Quebrada de Humahuaca-Argentina. *Estudios y perspectivas en turismo*, vol.18, n°2, pp. 161-175.
3. Arenas, P. (2003). *Etnografía y Alimentación entre los Toba-Nachilamoletok y Wichí-Lhuku'tas*. Buenos Aires: Pastor Arenas.
4. AVENA (2003). Alimentación y valoración del estado nutricional en adolescentes. *Rev. Nutrición Hospitalaria* vol.8, n°1, pp. 15-18.
5. Ayechu Díaz, A. & Durá-Travé, T. (2010). Calidad de los hábitos alimentarios (adherencia a la dieta mediterránea). En los alumnos de educación secundaria obligatoria. In *Anales del Sistema Sanitario de Navarra* vol. 33, n°1, pp. 35-42.
6. Bassett, M.N., Samán, N. & Romaguera-Bosh, D. (2010). Patrón de consumo de la población de los Valles Calchaquies; Tucumán. *Dieta*, vol. 28 n°133, pp. 7-16.
7. Bianculli, C., Carmuega, E., Armatta, A., Machain, C., Berner, E., Castro, J., & Uicich, R. (1998). Factores de riesgo para la salud y la situación nutricional de los adolescentes urbanos en Argentina. *Adolescentes Latinoamericanos*, vol.1, n°2, pp. 92-102.
8. Bourges Rodríguez, H. & Vargas Guadarrama, A. (2015). Cocina tradicional y salud. *Revista digital universitaria* vol.16 n°5, pp.1-11.

9. Bueno, M., Moreno, L.A., Sarría, A. (2003). Dieta equilibrada para adolescentes. *Formación Médica Continuada en atención primaria*, vol.10, n°5, pp. 338-348.
10. Briones, N., & Cantú, P. (2003). Estado nutricional de adolescentes: riesgo de sobrepeso y sobrepeso en una escuela secundaria pública de Guadalupe, NL México. *Rev. de la Facultad de Salud Pública y Nutrición. Universidad Autónoma de Nueva León*, vol.4, n°1, pp.1-6.
11. Capuano, P. (2012). *Recetas Tucumanas: cocina tradicional*. Tucumán, pp. 10-57.
12. Carías, D., Cioccia, A. M., Gutiérrez, M., Hevia, P., & Pérez, A. (2009). Indicadores bioquímicos del estado nutricional en adolescentes pre-universitarios de Caracas. *An Venez Nutr*, vol.22, n°1, pp. 12-9.
13. Castañeda-Sánchez, O., Rocha-Díaz, J. C., & Ramos-Aispuro, M. G. (2008). Evaluación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de Sonora. México. *Arch Med Fam*, vol.10, n°7, pp.7-11.
14. Contreras. (1999). *Alimento y Patrimonio*. Obtenido de www.naya.org.ar.
15. De Desjardins, N. S. (2015) Un ejemplo de turismo en espacio rural: la feria de Simoca-Tucumán-Argentina. *Publicación Especial. Sociedad Argentina de Estudios Geográficos GAEA-Filial Tucumán*. Imprenta de la U.N.T.
16. De Girolami, D. & Freylejer, C. (2008). *Clinica y Terapeutica en la nutricion del adulto*. Buenos Aires : Ateneo.

17. Díaz, E., Burrows Argote, R., Muzzo, S., Galgani, J., & Rodríguez, R. (1996). Evaluación nutricional de adolescentes mediante índice de masa corporal para etapa puberal. *Rev. chil. pediatr*, vol. 67, n°4, pp. 153-158.
18. Di Benedetto Puerto, G. B. (2010). Alimentación y nutrición en aborígenes wichi del chaco salteño. En L.O. Olaya, *alimentos y comidas en el NOA, un enfoque antropológico*. Tucumán: Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Tucumán.
19. Di Benedetto Puerto, G.B., Mejail, Sergio (2014). Instrumento de cultura alimentaria regional.
20. Elichondo, M. a. (2003). *La comida criolla: memorias y recetas*. Argentina: El sol.
21. FAO. (2010). *Fast and fatty acids in human nutrition*. FAO Food and Nutrition Paper .
22. FAO/WHO/UNU (1985). Energy and protein requirement. Ginebra: who: Technical Report Series.
23. Garufi, J. Evolución de la cocina y la alimentación en la argentina (1997).
www.naya.org.ar.
24. García, C. (2005) *Antropología Física y Fisiología Animal*. pp. 1-7.
25. Gil, A. (2010) *Tratados de Nutrición* (2° ed. Vol. III). Madrid. España: Panamericana.
26. Hernández, A. G. D. (2010). *Tratados de nutrición: Nutrición clínica*. Ed. Médica Panamericana.

27. Hernandez Sampieri, R. (2010). *Metodología de la investigación*. Mexico: (5° ed.) McGraw Hill/ Interamericana.
28. Hidalgo, M. I., & Güemes, M. (2011). Nutrición del preescolar, escolar y adolescente. *Pediatría Integral*, vol. 15, n°4, pp. 351-368.
29. Lomaglio, D. B. (2012). Transición nutricional y el impacto sobre el crecimiento y la composición corporal en el noroeste argentino (NOA). *Nutrición clínica y dietética hospitalaria*, vol.32, n°3, pp. 30-35.
30. López Ojeda, A. & Favida Cisneros H. (2014) De gastronomía y gastrónomos ¿es necesario un observatorio gastronómico?. *Culinaria revista virtual especializada en gastronomía* (n°8, pp. 41-51).
31. López Lampa, A. (2009) Guía de trabajos prácticos nutrición infantil. Editorial: UNSTA.
32. Linton, R. (1985) *Cultura y personalidad*. pp.44-45. Buenos Aires: Editorial Belgrano.
33. Mahan, L. K., (2013) *Krause Dietoterapia*. Mediterraneo. Editorial: Elsevier.13°edición. pp. 411- 422.
34. Marín, C. (2002). Los postres argentinos: tradicion y creencias. Obtenido de www.afuegolento.com.
35. Martínez Roldán, C., Veiga Herreros, P., López de Andrés, A., Cobo Sanz, J., y Carbajal Azcona, A. (2005). Evaluación del estado nutricional de un grupo de estudiantes universitarios mediante parámetros dietéticos y de composición corporal. *Rev. Nutrición Hospitalaria* vol.20 n°3, pp. 197-203.

36. Massun, I. (2004). Las ideologías del siglo XXI. Buenos Aires: Métodos pp. 166.
37. Mascarenhas Tramontin*, R. G., & Gândara Gonçalves, J. M. (2010). Producción y transformación territorial. La gastronomía como atractivo turístico. Estudios y perspectivas en turismo, vol.19, n°5, pp. 776 – 791.
38. Mejía López, L; Bravo Rodríguez, M; Mejía Castillo, S. La gastronomía como símbolo de cultura (2013), Culinaria revista virtual en gastronomía, n°7, pp. 50-64.
39. Meléndez Torres, J. M., & Cañez De la Fuente, G. M. (2010). La cocina regional tradicional como un elemento de identidad y desarrollo local. El Saucito, Sonora, México. Estudios Sociales (Especial XX Aniversario), vol. 21, n°1, pp. 29-33.
40. Milla Badera, p; Las contradicciones de un mundo globalizado: grandes políticas alimentarias agrícolas y derecho a la soberanía alimentaria (2014). Revista Digital para Estudiantes de Geografía y Ciencias Sociales. vol.5, n°66, pp. 266-282.
41. Nader, N. (2006). Mito y Religiosidad en el Noroeste Argentino. Instituto de estudios antropológicos. Facultad de filosofía y letras. U.N.T. pp. 1-6.
42. Norry, G. (2007). Estado nutricional y hábitos alimentarios en adolescentes del polimodal de la Escuela Mantovani de Santa Ana. *revista de medicina*, vol. 8, n°1, pp. 21-26.
43. Osorio, O; Amaya, M; Roldan, J; Zúñiga, O. La alimentación de los adolescentes: un abordaje complementario entre la biología y la cultura (2011) Revista ambiente sostenible n°1, pp.72-85.
44. Olivares, M., & Walter, T. (2003). Consecuencias de la deficiencia de hierro. Revista chilena de nutrición, vol.30, n°3, pp. 226-233.

45. OMS (2007). Clasificación del Índice de Masa Corporal. Programa Who Anthro Plus.
46. Ortiz, N. P. B., Martínez, P. C. C., de Salud, P. U., & para la Vida, E. (2003). Estado nutricional de adolescentes: riesgo de sobrepeso y sobrepeso en una escuela secundaria pública de guadalupe, Rev. Salud Pública y Nutrición. Vol. 4, n°1, pp. 1-6.
47. Oyhenart, E., Dahinten, S. L., Alba, J., Alfaro Gómez, E. L., Bejarano, I., Cabrera, G., & Zavatti, J. R. (2008). Estado nutricional infanto juvenil en seis provincias de Argentina: variación regional. *Revista Argentina de Antropología Biológica*, vol.10, n°1 pp. 1-11.
48. Papalia, D.(2010). *Desarrollo Humano.(6° Ed.)*. D.F., México: McGraw Hill.
49. Pérez-Cueto, F. J. A., Almanza-López, M. J., Pérez-Cueto, J. D., & Eulert, M. E. (2009). Estado nutricional y características de la dieta de un grupo de adolescentes de la localidad rural de Calama, Bolivia. *Nutr Hosp*, vol.24, n°1, pp. 46-50.
50. Petrini, C. (2010). *Terra Madre. Come non farci mangiare dal cibo*. Milano: Slow Food Editore.
51. Pilcher, J. (2001). ¡Vivan los tamales! La comida y la identidad mexicana. La Reina Roja.
52. Romeo, J., Wärnberg, J., & Marcos, A. (2007). Valoración del estado nutricional en niños y adolescentes. *Rev Ped Int*, vol.11, n°4, pp. 297-304.
53. Sevilla, C. (2012). Preferencia en el consumo de alimentos tradicionales en personas de 20 a 50 años del Gran San Miguel de Tucumán. pp. 15-30.

54. Souvié, D., Gonzalez, M.C., Trinidad, Z. (2015), www.todo-argentina.net/geografía. Provincia de Tucumán.
55. Stehouse, L. (1991). *Investigacion y desarrollo del curriculum*. Madrid: Morata.
56. Suárez, T., Torrealba, M., Villegas, N., Osorio, C., & García-Casal, M. N. (2005). Deficiencias de hierro, ácido fólico y vitamina B12 en relación a anemia, en adolescentes de una zona con alta incidencia de malformaciones congénitas en Venezuela. *Arch Latinoam Nutr*, vol.55, n°2, pp. 118-123.
57. Torres, G., de Zito Fontán, L. M., & Santoni, M. E. (2004). El alimento, la cocina étnica, la gastronomía nacional. Elemento patrimonial y un referente de la identidad cultural. *Scripta ethnologica*, n°26, pp. 55-66.
58. Torres, M. (2004). El alimento, la gastronomía nacional y un referente de la identidad cultural. *Scripta Ethnologica*.
59. Torresani, M. E. & Somosa, M.I. (2003) Lineamientos para el cuidado nutricional. Buenos Aires. Eudeba.
60. Travé, T. D., & Gandarias, A. C. (2011). Adherencia a la dieta mediterránea en la población universitaria. *Nutr Hosp*, vol. 26, n°3, pp. 602-608.
61. Valdés Gómez, W., Leyva Álvarez de la Campa, G., Espinosa Reyes, T. M., & Palma Tobar, C. F. (2011). Estado nutricional en adolescentes, exceso de peso corporal y factores asociados. *Revista Cubana de Endocrinología*, vol. 22, n°3, pp. 225-236.
62. Velázquez, A.G. (2010). Naturaleza y Cultura en América Latina. Dinámica Demográfica, Calidad de Vida y Riesgos Ambientales. Naturaleza, Bienestar y Malestar en la Argentina a principios de siglo XXI. *Población & Sociedad*, n°17, pp. 147-193.

63. Vidaillet-Calvo, E., Rodríguez-Arias, G., Carnot-Pereira, J., Pérez-Cicili, A., & Duane-Machado, O. J. (2003). Indicadores antropométricos en la evaluación nutricional en adolescentes del sexo masculino. *Revista Cubana de Pediatría*, vol.75, n°2, pp. 3-16.
64. www.censo2010.indec.gov.ar
65. www.lules.gov.ar
66. www.slowfoodargentina.com
67. www.tafiviejo.gob.ar
68. Yopez, R., Carrasco, F., & Baldeón, M. E. (2008). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes adolescentes ecuatorianos del área urbana. *Archivos Latinoamericanos de Nutr*, vol.58, n°2, pp. 139-43.

Anexos

Anexo n°1: Cuestionario de nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional

<u>Alimentos</u>	<u>Frecuencia de consumo</u>			
	1 vez al mes o más de una vez al mes.		1 vez por semana o más de una vez por semana.	
	Sí	No	Sí	No
Empanada				
Locro				
Tamales				
Humita en chala				
Pastel de novia				
Matambre arrollado				
Estofado criollo				
Carbonada				
Asado				
Guiso de lentejas				
Puchero criollo				
Huevos quimbo				
Pan con chicharrón				
Pan con grasa				
Alfeñiques				
Tabletas de dulce de leche				
Zapallos en almíbar				
Nueces confitadas				
Mazamorra				
Arroz con leche				
Quesillo				
Miel de caña				
Dulce de cayote con nuez				
Arrope de chañar				
Alfajores de miel de Caña				
Dulce de leche				
Empanadillas de dulce de cayote				
Empanadillas de dulce de batata				
Empanadillas de dulce de harina				

Anexo n°2: Recordatorio de 24 horas

Instrucciones:

En este cuestionario deberá ir anotando todos los alimentos y bebidas consumidos el día anterior a la entrevista.

El cuestionario consta de dos hojas. En la primera deberá anotar todos los menús y en la segunda tendrá que describir con detalle todos los ingredientes y cantidades (mediante medidas caseras: cucharada sopera, de postre, vaso de agua, plato hondo o modelo visual de alimentos).

Trate de estimar el aceite en cucharadas soperas o de postre.

En la parte posterior de la hoja, anote las recetas de los platos elaborados.

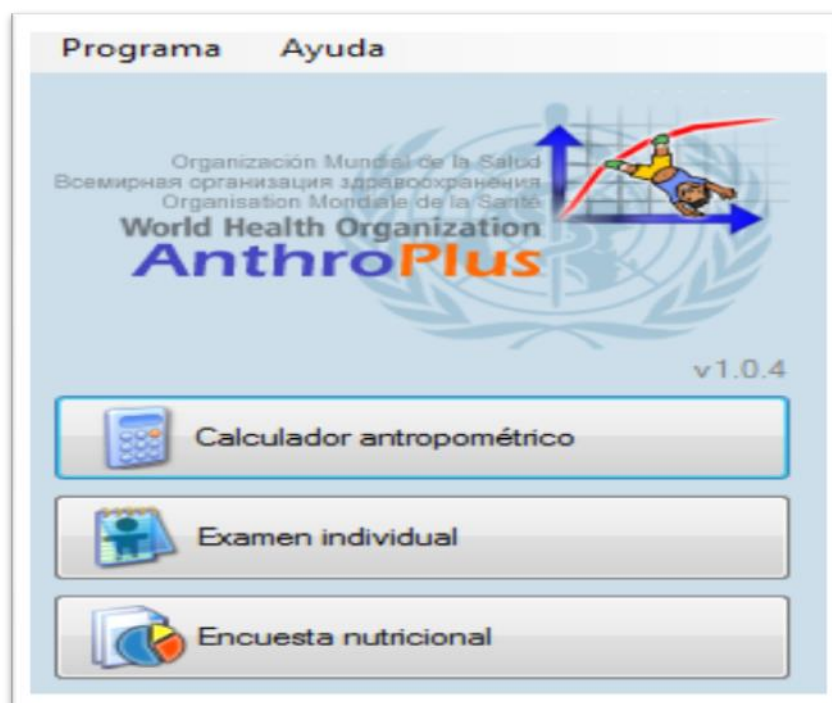
No olvide indicar: azúcar, pan, aceite, bebidas, dulces, chocolates, frutos secos, papas fritas, etc.

Es importante mencionar tipos de alimentos: tipo de leche descremada o entera, carnes tipos (pollo, pescado, vaca), pan, manteca o margarina, etc.

Hoja de menús

COMIDA	
DESAYUNO hora:	
COLACION hora:	
ALMUERZO hora:	
COLACION hora:	
MERIENDA hora:	
CENA hora:	

Anexo n°3: Programa Who Anthro Plus para IMC



Anexo n°4: Balanza y estadiómetro tipo CAM



Anexo n°5: Programa SARA utilizado para recordatorios de 24 horas



 **Ministerio de Salud**
PRESIDENCIA DE LA NACION

Dirección Nacional de Salud Materno Infantil

SARA

Sistema de Análisis y Registro de Alimentos

[Carga y Cálculo de Datos de Ingesta](#) [Planificar una Dieta](#) [Calcular una Receta](#)

[Consulta de Personas cargadas](#) [Consulta de Tabla de Alimentos](#)

El sistema que Ud. está por utilizar se basa en el trabajo realizado para la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud (ENNyS) en el área de ingesta alimentaria.

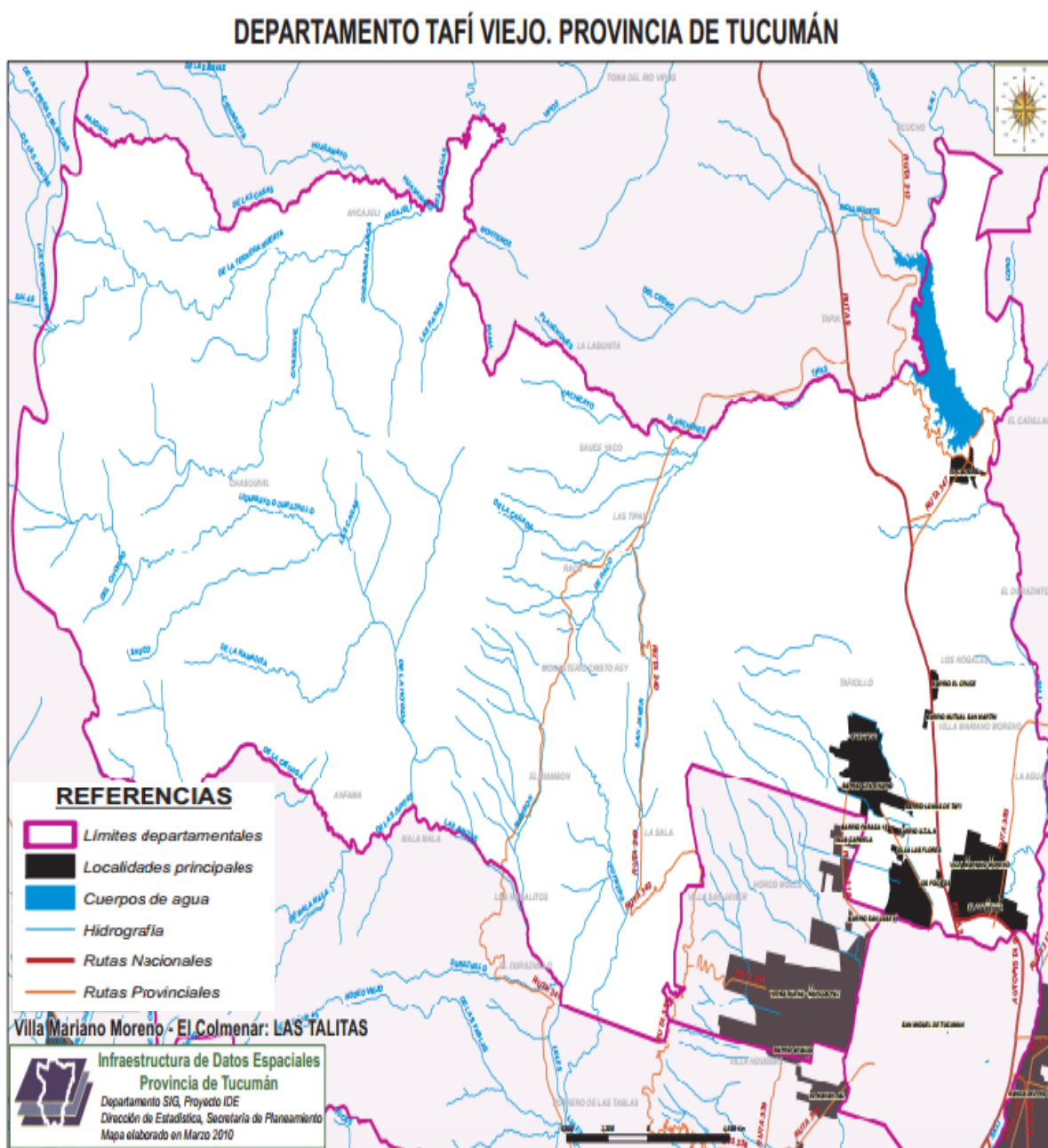
El programa SARA tiene como objetivo facilitar la tarea del profesional de la salud involucrado en la temática de la alimentación, tanto de grupos como de individuos.

Con este programa Ud. puede realizar varias tareas relacionadas con cálculos de ingesta alimentaria, tanto desde el análisis como desde la planificación.

La Dirección Nacional de Salud Materno Infantil del Ministerio de Salud confía que esta herramienta será de suma utilidad en la práctica diaria de todos los profesionales de la salud.

[Instructivo](#) [Acerca de / Créditos](#) [Salir del programa](#)

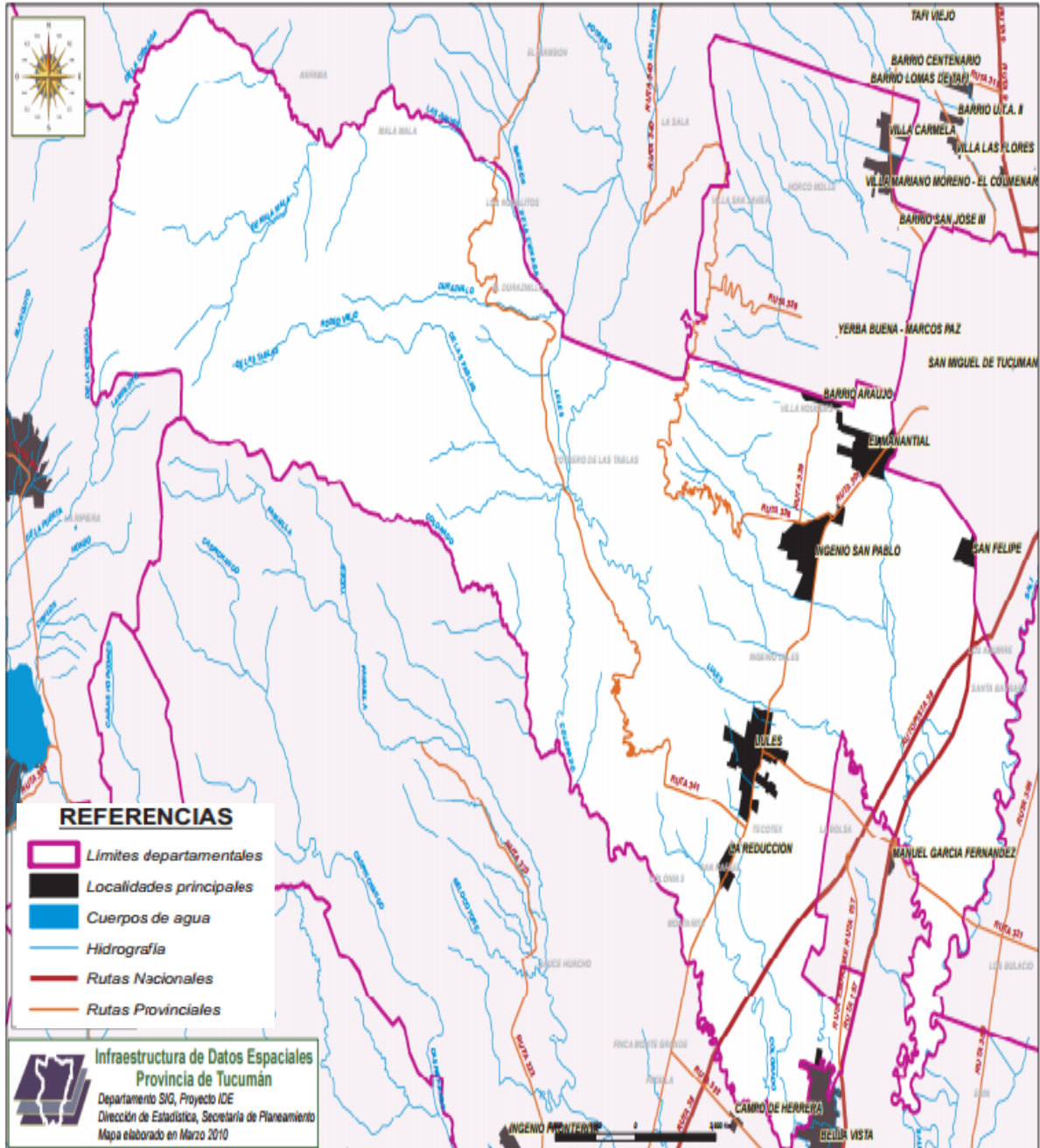
Anexo n° 6: Mapa Departamento de Tafí Viejo



Fuente: Infraestructura de datos espaciales Provincia de Tucumán (2010)

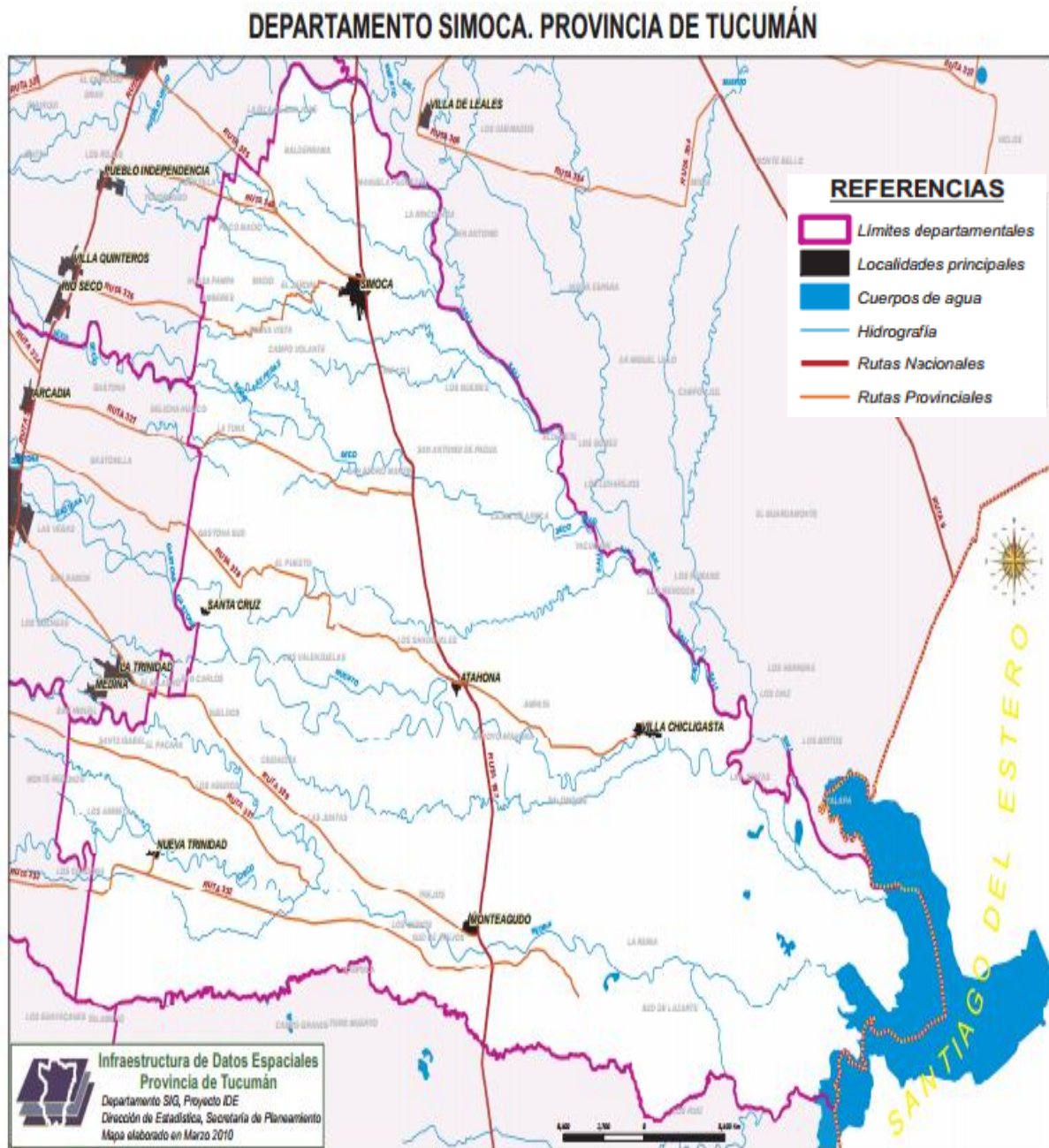
Anexo n°7: Departamento de Lules

DEPARTAMENTO LULES. PROVINCIA DE TUCUMÁN



Fuente: Infraestructura de datos espaciales Provincia de Tucumán (2010)

Anexo n°8: Departamento de Simoca



Fuente: Infraestructura de datos espaciales Provincia de Tucumán (2010)

San Miguel de Tucumán, 29 de julio de 2014.-

Sra. Director/a

PRESENTE

La que suscribe: Ada Giselle Soria, DNI 33884055, Estudiante de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad del Norte Santo Tomas de Aquino, se dirige a Ud. A los efectos de solicitar autorización, para realizar mediciones antropométricas y cuestionarios de frecuencia de consumo de alimentos a los adolescentes pertenecientes al 6° año en el establecimiento que está a su cargo.

Este periodo obedece a la realización de mi trabajo **de tesis de licenciatura en nutrición**, carrera que curse, la misma se denomina **“Cultura Alimentaria Regional y Estado Nutricional en Alumnos adolescentes de los departamentos de Lules, Tafí Viejo y Simoca”**.

Por ser fundamental contar con el resultado de las mediciones y cuestionarios que se deben realizar a los cursos citados, adjunto copias de **consentimiento informado y aceptación**; ambas para ser entregadas a los alumnos para la autorización de los padres de dichos alumnos.

Sin otro particular y a la espera de una respuesta favorable, saludo a Ud. Muy atentamente.

Firma:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Notificación

El presente trabajo de tesis titulado:”

Los objetivo de este trabajo son:

- Determinar el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional entre los adolescentes de 17 y 18 años.
- Determinar el estado nutricional predominante entre los adolescentes de 17 y 18 años.
- Cuantificar el Valor Calórico Total de la ingesta diaria.
- Valorar la ingesta de hierro y calcio en 24 horas.

La participación en este trabajo de investigación es estrictamente voluntaria. La información proporcionada será confidencial y no se usara para ningún propósito fuera de este trabajo.

En caso de tener dudas al respecto, puede hacer la consulta que sea necesaria para completar su información. En caso de que alguna de las preguntas del cuestionario les resultaran incómodas o inconvenientes tiene el derecho de hacerlo saber a la Srta., o, directamente negarse a responder.

Desde ya se agradece su participación.

Cordialmente.

Firma

Aceptación

Acepto participar voluntariamente en este trabajo de investigación conducido por Ada Giselle Soria. He sido informado/a que los fines de este trabajo son:

- _Determinar el nivel de adhesión a la cultura alimentaria regional entre los adolescentes de 17 y 18 años.
- Determinar el estado nutricional predominante entre los adolescentes de 17 y 18 años.
- Cuantificar el Valor Calórico Total de la ingesta diaria.
- Valorar la ingesta de hierro y calcio en 24 horas.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y exclusivo para este trabajo. Se prohíbe utilizarla para cualquier otro propósito. He sido informado/a que puedo hacer preguntas sobre el trabajo en cualquier momento y que puedo no responder a las preguntas que me incomoden.

Apellido y Nombre del participante

Firma

Fecha