UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR

FACULTAD DE SALUD Y BIENESTAR

ANÁLISIS DE LA CALIDAD NUTRICIONAL DE LAS CANASTAS DEL BANCO DE ALIMENTOS OTORGADA A BENEFICIARIOS DE QUITO

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciada en Nutrición y Dietética

Autora:

Gabriela Dayana Zamora Ortega

Tutor del Trabajo de Titulación:

MSc. Hugo Roberto Ordoñez Araque

Quito, Ecuador

Marzo,2022

Quito, 28 de febrero de 2023

CARTA DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Magister

Carla Caicedo

Directora de la Carrera de Nutrición y Dietética

Presente.

Yo **Roberto Ordoñez Araque**, Director del Trabajo de Titulación realizado por **Gabriela Dayana Zamora Ortega** estudiante de la carrera de **Nutrición y Dietética**, informo haber revisado el presente documento titulado **"ANÁLISIS DE LA CALIDAD NUTRICIONAL DE LAS CANASTAS DEL BANCO DE ALIMENTOS OTORGADA A BENEFICIARIOS DE QUITO"**, el mismo que se encuentra elaborado conforme al Reglamento de titulación, establecido por la UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR UNIB.E de Quito, y el Manual de Estilo institucional; por tanto, autorizo su presentación final para los fines legales pertinentes.

Atentamente,

_____

Director del Trabajo de Titulación

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Gabriela Zamora declaro, en forma libre y voluntaria, que los criterios emitidos en el presente Trabajo de Titulación denominado: “Análisis de la calidad nutricional de las canastas del banco de alimentos otorgada a beneficiarios de quito”, previa a la obtención del título profesional de Licenciada, en la Dirección de la Escuela de Nutrición y Dietética. Así como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son exclusiva responsabilidad de mi persona, como autor/a.

Declaro, igualmente, tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Universidad Iberoamericana del Ecuador, de conformidad con el **artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT**, en formato digital una copia del referido Trabajo de Titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, respetando los derechos de autor.

Autorizo, finalmente, a la Universidad Iberoamericana del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la UNIB.E (Repositorio Institucional), el referido Trabajo de Titulación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad Iberoamericana del Ecuador

Quito, DM., a los 30 días del mes de marzo de 2023

Gabriela Dayana Zamora Ortega

C.I. 1726637455

Quito

ACTA DE APROBACIÓN

ÍNDICE DE CONTENIDO

CARTA DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN II
DEDICATORIA VIII
AGRADECIMIENTO IX
RESUMEN X
INTRODUCCIÓN 1
CAPÍTULO I 3
EL PROBLEMA 3
Planteamiento del Problema 3
Objetivos 4
Objetivo General 4
Objetivos Específicos 4
Justificación e impacto de la investigación 5
Alcance de la investigación 5
CAPITULO II 6
MARCO TEÓRICO 6
Antecedentes de la investigación 6
BASES TEÓRICAS 8
Banco de Alimentos 8
Seguridad alimentaria 9
Componentes de la seguridad alimentaria 10
Instituciones que trabajan en Seguridad Alimentaria en Ecuador 10
Contenido de las canastas 11
Alimentos distribuidos en mayor cantidad 11
Beneficiarios 12
Requisitos que deben de cumplir los beneficiarios para recibir una canasta 12
Porcentaje de beneficiarios 12
Procesos realizados por el BQA 13
Recolección y repartición 13
Necesidades nutricionales 13
Macronutrientes 13
Micronutrientes 14
Fundamentación Legal 17
CAPITULO III 18

Marco Metodológico 18
Naturaleza de la Investigación 18
Enfoque de la investigación 18
Nivel de la investigación 18
Diseño de investigación 19
Tipo de investigación 19
Población y Muestra 20
Población 20
Muestra 20
Técnicas e instrumentos de recolección de datos 21
Técnicas de Investigación 21
Operacionalización de la variable 22
Instrumento de recolección de datos 24
Validez y Confiabilidad 24
Validez 24
Confiabilidad 24
Técnicas de análisis de los datos 25
CAPITULO IV 26
Análisis e interpretación de los resultados 26
Identificar los alimentos que se encuentran en las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos de Quito. 26
Distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos. 29
Necesidades nutricionales de los beneficiarios de las canastas alimentarias 31
Contrastar la distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos con las necesidades nutricionales de los beneficiarios. 32
CAPITULO V 36
Conclusiones y Recomendaciones 36
Conclusiones 36
Recomendaciones 37
BIBLIOGRÁFIA 38
ANEXOS 40

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. *Alimentos más distribuidos por el BAQ* 11
Tabla 2. *Productos de limpieza distribuidos por el BAQ*..... 11
Tabla 3. *Clasificación de vitaminas* 14
Tabla 4. *Clasificación de minerales*..... 15
Tabla 5. *Documentos sobre el BAQ* 21
Tabla 6. *Operacionalización de la variable*..... 23
Tabla 7. *Alimentos de las canastas alimentarias ofrecidas a los beneficiarios* 26
Tabla 8. *Distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos* 29
Tabla 9. *Distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos* 30
Tabla 10. *Necesidades nutricionales de los beneficiarios* 31
Tabla 11. *Necesidades nutricionales de los beneficiarios* 32

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. *Carbohidratos*..... 27
Figura 2. *Proteínas*..... 28
Figura 3. *Frutas* 28
Figura 4. *Verduras*..... 29
Figura 5. *Consideraciones de la canasta alimentaria*..... 33
Figura 6. *Alimentos suficientes para 4 personas*..... 33
Figura 7. *Contenido de alimentos*..... 34
Figura 8. *Líquidos*..... 35

DEDICATORIA

A mi padre por ser una luz en mi vida. Por su apoyo incondicional, amor y dulzura.

A mi familia por todo su amor, comprensión y apoyo en todo este transcurso.

A mi hermana que me ha demostrado que los lazos no son necesariamente de sangre y que siempre ha estado en todo este proceso, ofreciéndome palabras de apoyo.

A mis amigos más cercanos por su apoyo emocional.

AGRADECIMIENTO

Al Banco de Alimentos de Quito (BAQ) y personal por haberme permitido realizar la investigación en sus instalaciones, aportando toda la información requerida para el desarrollo del estudio.

A la Universidad Iberoamericana del Ecuador.

A los docentes de la Universidad Iberoamérica del Ecuador.

A mi director del Trabajo de Titulación, Roberto Ordoñez, por su dedicación y apoyo en la realización de esta investigación.

Gabriela Dayana Zamora Ortega. ***ANÁLISIS DE LA CALIDAD NUTRICIONAL DE LAS CANASTAS DEL BANCO DE ALIMENTOS OTORGADA A BENEFICIARIOS DE QUITO*****.** Carrera de Nutrición y Dietética. Universidad Iberoamericana del Ecuador. Quito, Ecuador. 2023. (64) pp.

RESUMEN

Esta investigación se centró en el análisis de la calidad nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos de Quito (BAQ) en el año 2022. Para el desarrollo de esta investigación, primero se identificaron los alimentos, posteriormente se determinó la distribución nutricional de las canastas alimentarias, después se establecieron las necesidades nutricionales de los beneficiarios y finalmente se contrastó la distribución nutricional de las canastas alimentarias junto con las necesidades nutricionales de los beneficiarios. La metodología se fundamentó en un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, diseño no experimental – transversal y tipo de investigación de campo y documental. La población quedo constituida por 100 canastas alimentarias y documentos inherentes a los alimentos que distribuye el Banco de Alimentos. Por su parte, la muestra fue de 80 canastas y cinco (5) documentos. Las técnicas de recolección de datos fueron la observación y revisión documental, siendo los instrumentos una lista de chequeo y los propios documentos. La validez de la lista de chequeo fue realizada por tres (3) expertos. Se obtuvo datos acerca de los alimentos que son distribuidos y de cómo van compuestas las canastas, la principal conclusión fue que las canastas alimentarias no cumplen con los requerimientos nutricionales para todos los integrantes de la familia, ya que la mayoría de alimentos que se incluye cada mes provienen de donaciones. Sin embargo, el Banco de Alimentos cumple un papel fundamental a la hora de mitigar la desnutrición en las familias de bajos recursos para que puedan tener una buena alimentación.

Palabras clave: Canastas, banco, alimentos, calidad, beneficiarios.

INTRODUCCIÓN

En Ecuador la Canasta Familiar Básica está establecida para 4 miembros familiares, donde se calcula como 1,6 perceptores de ingresos de la remuneración básica unificada (Instituto Nacional de Estadisticas y Censos, 2022). Sin embargo, por las altas cifras de pobreza, las personas no logran acceder a una canasta básica que logre satisfacer sus necesidades nutricionales, lo que conlleva a problemas graves como, por ejemplo, la desnutrición y la aparición de enfermedades no transmisibles en el futuro.

El Banco de Alimentos de Quito (BAQ) es una organización basada en el voluntariado que, por medio de donativos, obtiene alimentos para distribuirlos a personas de bajos recursos. El BAQ realiza varios procesos como la clasificación, selección, almacenamiento y distribución de los alimentos que están bajo su control.

Por ese motivo, nace la motivación para realizar esta investigación y así aportar un análisis de la calidad nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos de Quito, esto se realizó mediante observación directa y revisión documental con el fin de recolectar datos y analizar los resultados de cómo influye el Banco de Alimentos en la alimentación y nutrición de las personas.

Los objetivos de la investigación se centraron en la identificación de los alimentos que se encuentran en las canastas alimentarias, se determinó la distribución nutricional de las canastas, se establecieron las necesidades nutricionales de los beneficiarios y se contrastó la distribución nutricional de las canastas alimentarias con información bibliográfica actualizada.

La metodología que se utilizó para la investigación fue un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, diseño no experimental – transversal, se realizó investigación de campo y documental. Finalmente, es importante mencionar que la investigación se estructura en cinco (5) capítulos, según se describe a continuación:

En el capítulo I, se contextualiza el problema de manera global, internacional y nacional junto con los objetivos a la que va dirigida la investigación, justificación e impacto y alcance del estudio.

En el capítulo II, se presentan los antecedentes de la investigación, también se abordan temas como el Banco de Alimentos, seguridad alimentaria, contenido de las

canastas, beneficiarios, los procesos que realiza el BAQ y necesidades nutricionales de las personas.

En el capítulo III, se desarrolla la metodología empleada para responder los objetivos planteados en el estudio. Se describe el enfoque, nivel, diseño, tipo de investigación, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez, confiabilidad y por último la manera como se procesan estos datos.

El capítulo IV, abarca los resultados de la investigación mediante un análisis e interpretación de ellos, esto se realizó a partir de los datos tabulados y procesados estadísticamente que se obtuvieron por el instrumento aplicado. Con los resultados se identificaron datos puntuales para realizar recomendaciones al Banco de Alimentos de Quito.

Por último, en el capítulo V se realizaron las conclusiones y recomendaciones de la investigación. En este apartado se determinó que los alimentos que generalmente se suelen distribuir son carbohidratos refinados, azúcares simples, leguminosas (principalmente lentejas), verduras y frutas. En cuanto a las proteínas, estas no se encuentran de manera representativa debido a que se distribuye una alta cantidad de embutidos que no entran dentro de un patrón de dieta saludable, consumir embutidos de manera significativa y prolongada puede llevar a la aparición de enfermedades no transmisibles. Por lo que, el Banco de Alimentos de Quito debe de ampliar las empresas donativas para obtener una mayor variedad de alimentos saludables.

CAPÍTULO I
EL PROBLEMA

Este capítulo describe el planteamiento del problema, los objetivos de la investigación, la justificación e impacto y el alcance del estudio.

Planteamiento del Problema

Una alimentación saludable es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita diariamente, en la cantidad y calidad adecuada (FAO, 2003).

En la actualidad las personas con bajos recursos se consideran un grupo vulnerable de la sociedad, al momento de alimentarse no siempre consiguen que su dieta cumpla un patrón nutricional adecuado, lo que quiere decir, que no adquieren la cantidad adecuada de macronutrientes y micronutrientes para cada persona de la familia.

Existen organizaciones que por medio de la elaboración de canastas de alimentos cumplen un papel importante tratando de abastecer a este grupo vulnerable por medio de donaciones que provienen de industrias alimentarias.

La Canasta Familiar Básica (CFB) es un conjunto de bienes y servicios que son imprescindibles para satisfacer las necesidades básicas del hogar. Están creadas para cubrir 4 miembros con 1,6 perceptores de ingresos de la remuneración básica unificada (Instituto Nacional de Estadisticas y Censos, 2022).

En este sentido, podemos analizar investigaciones relacionadas a esta problemática en la región; en Perú, Guzmán, Maldonado y Palacios (2018), realizaron una investigación donde demostraron que las familias que recibían canastas, a pesar de tener un alto consumo de alimentos proteicos, presentaban una ingesta de calorías y proteínas por debajo de los valores diarios recomendados, debido a que el número de miembros de las familias era mayor que el de los alimentos de las canastas y la cantidad no era suficiente. Como resultado, se demostró que la alimentación de la muestra tomada en la investigación no cumplía con varios requerimientos nutricionales, lo que puede

ocasionar problemas en el estado de salud de la población, incrementando los riesgos de morbilidad y mortalidad.

Por su parte, en Ecuador, se ha buscado disminuir las cifras de desperdicios de alimentos. Hace 16 años se generó la iniciativa de docentes de la Escuela Politécnica Nacional donde se creó en Quito el primer Banco de Alimentos de Ecuador. Permitiendo que se recuperen más de 1,7 millones de kilogramos de alimentos, lo que equivale a 4 millones de raciones de alimentos hasta el año 2019 (Salguero, 2019).

En un estudio realizado por Alver (2020) en la Universidad Católica de Quito, se determinaron las características que debe tener el modelo de gestión del Banco de Alimentos de Quito para mitigar la inseguridad alimentaria de sus beneficiarios y generar una reducción de los desperdicios de alimentos. Como resultado principal, se demostró que el BAQ ha logrado tener una importante evolución dentro de la población vulnerable. Sin embargo, este debe generar mecanismos que permitan captar un mayor número de empresas benefactoras.

Con base a lo anteriormente descrito, se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos del Ecuador en el año 2022, cumplen con las necesidades nutricionales de los beneficiarios de Quito?

Objetivos

Objetivo General

Analizar la calidad nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos del Ecuador en el año 2022

Objetivos Específicos

- Identificar los alimentos que se encuentran en las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos de Quito, a partir de una observación directa.
- Determinar la distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos, por medio de una revisión documental.

- Establecer las necesidades nutricionales de los beneficiarios, por medio de una revisión documental.
- Contrastar la distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos con las necesidades nutricionales de los beneficiarios.

Justificación e impacto de la investigación

La presente investigación, se realiza con la finalidad de obtener información sobre los alimentos que son distribuidos por el Banco de Alimentos, además de conocer los procesos que lleva a cabo el lugar. Cabe recalcar que se utiliza varios métodos y herramientas que ayudan a resolver y obtener información sobre la calidad nutricional de las canastas alimentarias.

La pobreza es un obstáculo a la hora de tener una alimentación suficiente que sea capaz de abastecer los requerimientos de cada persona. Esto afecta a gran parte de la población causando problemas como la malnutrición o desnutrición que pueden traer consigo varias complicaciones.

La alimentación en los Bancos de Alimentos cumple un papel fundamental al combatir la desnutrición de las personas de bajos recursos y disminuir los desperdicios de alimentos. Por lo cual esta organización sin fines de lucro debe de centrase en las necesidades de los beneficiarios para cumplir sus metas y objetivos.

En este sentido, la presente investigación tiene como propósito aportar con una lista de recomendaciones para el Banco de Alimentos, además de aportar con información para conocer si las canastas alimentarias cumplen con los requerimientos nutricionales observando si es completa, variada y adecuada. También, va ayudar proporcionando con conocimiento para futuras investigaciones del Banco de Alimentos de Quito.

Alcance de la investigación

Esta investigación se centra en analizar la calidad nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos del Ecuador en el año 2022. El estudio se desarrolla de manera documental y de campo en el período de tiempo comprendido entre abril 2022 y marzo 2023.

CAPITULO II
MARCO TEÓRICO

En este capítulo se presentan los antecedentes de la investigación, las bases teóricas y la fundamentación legal que sustentan el desarrollo de los objetivos planteados en la investigación con la finalidad de analizar la calidad nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos del Ecuador en el año 2022.

Antecedentes de la investigación

En primer lugar, se tiene un estudio realizado por Alvear (2020) en la Universidad Católica del Ecuador, titulado: “Propuesta de mejora al modelo de gestión del Banco de Alimentos de la ciudad de Quito como instrumento de seguridad alimentaria y reducción de desperdicios, período 2011-2018”, se determinaron las características que debe tener el modelo de gestión del Banco de Alimentos de Quito para mitigar el estado de inseguridad alimentaria de sus beneficiarios y generar una reducción del desperdicio de alimentos. La metodología se fundamentó en un enfoque mixto, nivel exploratorio, diseño descriptivo, tipo de investigación documental y de campo.

Se obtuvo que el BAQ con el apoyo de industrias aliadas y voluntarios ha logrado incrementar la dimensión de alimentos recolectados, además los alimentos que se recolectan por medio de donaciones son las frutas y verduras. Finalmente, se concluyó que el Banco de Alimentos de Quito a logrando tener una gran evolución en la población vulnerable, a pesar de esto se debe de general mecanismos que permitan captar un mayor número de empresas benefactoras.

La presente investigación permite conocer el funcionamiento del Banco de Alimentos de Quito y su eficiencia en el desarrollo de canastas de alimentos con alto valor nutricional, además de cómo puede aportar en la reducción de desperdicios y el aprovechamiento de recursos. También cuenta con información respecto a empresas donantes-benefactores y productos distribuidos.

En segundo lugar, se tiene una investigación desarrollada por Parreño (2016), en la Universidad Católica del Ecuador, titulada: “Seguridad alimentaria en barrios del sur de la ciudad de Quito: Caso Banco de Alimentos de Quito”, se evaluó la contribución del Banco de Alimentos de Quito a la solución de problemas relativos a la seguridad alimentaria en barrios del sur de Quito. La

metodología se fundamentó en un enfoque cuantitativo, un nivel descriptivo, diseño no experimental y tipo de investigación documental.

Se constató que el BAQ al distribuye alimentos nutritivos y a bajo costo, contribuye a la mejora de la seguridad alimentaria, además de permitir el consumo de alimentos a familias con bajo nivel presupuestario. Finalmente, se concluyó que el Banco de Alimentos de Quito ayuda a mejorar la seguridad alimentaria al facilitar con un mayor acceso a los alimentos.

La presente investigación aporta con información acerca de la seguridad alimentaria en Ecuador y los problemas por el cual que la población no puede acceder a alimentos de forma adecuada. Además, proporciona información de productos distribuidos por el Banco de Alimentos y el papel que ejerce en su intención de mitigar la desnutrición en sectores vulnerables del sur de Quito.

En tercer lugar, un estudio realizado por Cornejo (2020), en la Universidad San Francisco de Quito, titulada: “Disminución y concientización del desperdicio de alimentos a través de la mejora de los canales de comunicación del Banco de Alimentos Quito”. En esta investigación se potencializó el alcance del Banco de Alimentos Quito a través de sus redes y página web, además se crearon estrategias para reducir el impacto ambiental que generan los desperdicios de alimentos a través de las actividades del BAQ. La metodología se fundamentó en un enfoque mixto, nivel exploratorio, diseño descriptivo, tipo de investigación documental y de campo.

Como resultado se comprobó que, si se aumenta la cantidad de alimentos recuperados por parte del BAQ los impactos que se pueden evitar por el desperdicio de alimentos son mayores y por ende se ayudaría a las familias de bajos recursos de la ciudad. Finalmente, se concluyó que el rol del BAQ en la disminución de desperdicios de alimentos es limitado por los escasos canales de comunicación entre la entidad y actores principales.

El presente estudio aporta con información respecto a empresas benefactoras, impacto social que tienen el Banco de Alimentos mediante las canastas que son distribuidas a los beneficiarios de Quito.

En cuarto lugar, se tiene un estudio realizado por Ochoa (2017), en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, titulado: “Fortalecimiento del Banco de Alimentos de Quito y Guayaquil en el periodo 2009-2016”. En este trabajo se

determinó el impacto socio económico que generan el Banco de Alimentos de Quito y Guayaquil hacia los beneficiarios. La metodología se fundamentó en un enfoque cuantitativo, nivel exploratorio, diseño descriptivo, tipo de investigación documental y de campo.

Se obtuvo que el BAQ proporciona un ahorro económico, mejora la calidad de vida y salud de las familias. Concluyendo que los alimentos que existen son suficientes para cubrir la demanda alimentaria a nivel nacional, sin embargo, no se ha logrado satisfacer los requerimientos alimenticios, debido a varios factores externos.

La presente investigación permite obtener información sobre la estructura del Banco de Alimentos junto con empresas donantes, beneficiarios y el tipo de donación, además del modelo de gestión del BAQ.

Por último, se tiene un estudio realizado por Flores (2014), en la Universidad de Especialidades Espíritu Santo, titulado: “Impacto de la cooperación entre las empresas de alimentos y bebidas de Guayaquil y el Banco de Alimentos Diakonía”. La metodología se fundamentó en un enfoque mixto, nivel exploratorio, tipo de investigación documental y de campo. Se obtuvo que las empresas benefactoras al donar alimentos generan un impacto positivo ya sea económico, social y ambiental. Finalmente, como resultado se obtuvo que las empresas donantes consideran que el Banco de Alimentos Diakonía debe de reforzar su Responsabilidad Social Empresarial (RSE) y de campañas conjuntas contra el hambre y la desnutrición.

La presente investigación nos permite conocer sobre la soberanía y seguridad alimentaria, además del funcionamiento del Banco de alimentos.

BASES TEÓRICAS

Banco de Alimentos

Es una organización sin fines de lucro que está destinada a la contribución de alimentos a las personas más vulnerables del país, a través de otras entidades. Esto quiere decir que, reciben y recogen productos de diferentes benefactores como empresas privadas, personas naturales o colectivos. Además, ayuda a

disminuir las pérdidas y desperdicios de alimentos con el fin de mejorar la seguridad alimentaria y nutricional (Banco de Alimentos Cali , 2021).

Estas entidades se centran en varios procedimientos para poder entregar de manera eficaz las canastas de alimentos, para ello realiza actividades como transportación, almacenamiento y distribución. También, deben de constar con profesionalidad y seguridad para un reparto justo.

El Banco de Alimentos de Quito (BAQ), fue creado en 2003 y fue el primero del país. La fundadora Alicia Guevara docente de la Facultad de Química y Agroindustria en la Escuela Politécnica Nacional (EPN) lo realizo por un proyecto parecido en Bélgica y posteriormente fue instaurado en la capital. Su lema es "Ser el puente entre la abundancia y la carencia" (Ochao Vera, 2017).

Seguridad alimentaria

El término de seguridad alimentaria, surge en la década de los 70 basándose en la producción y disponibilidad alimentaria tanto a nivel global y nacional, según propone la FAO en el año 2011, desde la Cumbre de la Alimentación de 1996 en la cual se llega al acuerdo de la "Declaración de Roma".

Se define a la seguridad alimentaria según la FAO (2011) cuando:

> "(…) existe cuando todas las personas tienen, en todo momento, acceso físico, social y económico permanente a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos que satisfacen sus necesidades energéticas diarias y preferencias alimentarias para llevar una vida activa y sana". (pág. 2).

Por lo tanto, se puede decir que la seguridad alimentaria es un derecho tanto individual y colectivo que toda persona debería de recibir. A pesar de ello, existen varias familias que no logran satisfacer con sus necesidades más primordiales y trabajan a diario para disponer de alimentos.

Una alimentación saludable es fundamental en las diferentes etapas de la vida ya que ayuda a reducir el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles (ENT). Además, la seguridad alimentaria se centra en que los alimentos no atenten contra la salud de las personas y que estos sean saludables para lograr que las personas puedan tener una alimentación adecuada que les permita realizar diferentes actividades de manera eficaz.

Componentes de la seguridad alimentaria

La seguridad alimentaria se compone de cuatro factores primordiales básicos que permiten alcanzar y asegurar la seguridad alimentaria:

Disponibilidad

Se refiere a la producción, importaciones, almacenamiento, también se asegura del suministro suficiente de alimentos ya sea que estos provengan de reserva de alimentos, donaciones e importaciones. Además, estas pueden provenir de nivel nacional o local.

Estabilidad

Es la disponibilidad de alimentos suficientes, adecuados y accesibles. Además de que estos se encuentren en un lugar seguro controlado por las condiciones atmosféricas.

Acceso

Se refiere al poder adquisitivo o a los medios de producción como la tierra, agua o insumos que tiene las familias/individuos para adquirir alimentos.

Consumo y uso biológico

Se relaciona con la capacidad de absorber y metabolizar los nutrientes tomando en cuenta los requerimientos nutricionales y preferencias alimentarias. También, se fija en la utilización de alimentos considerando el almacenamiento, procesamiento, preparación y distribución intrafamiliar de acuerdo con las necesidades de cada miembro (Calero, 2011).

Instituciones que trabajan en Seguridad Alimentaria en Ecuador

En Ecuador se puede encontrar entidades gubernamentales, Instituciones No gubernamentales (ONG's), entidades religiosas e instituciones privadas que son instituciones que trabajan para erradicar el hambre y la desnutrición, (Flores, 2014).

En las Instituciones Gubernamentales, se puede encontrar al Ministerios de Inclusión Económica y Social (MIES) que fue creada para fomentar el Buen Vivir. Posee dos programas, los cuales son, Aliméntate Ecuador y Proyecto Alimentario Nutricional Integral. Por otro lado, en las Instituciones No

gubernamentales se puede encontrar al Programa Mundial de Alimentos (PMA), el cual se categoriza como una organización de ayuda humanitaria contra el hambre a nivel mundial (Flores, 2014).

Contenido de las canastas

Alimentos distribuidos en mayor cantidad

El Banco de Alimentos de Quito (BQA) distribuye varios alimentos y adicionalmente productos de limpieza como se muestra en las Tablas 1 y 2. Además, estos alimentos son diseñados para 15 días y para 4 personas (Parreño, 2016).

Tabla 1. *Alimentos más distribuidos por el BAQ*

Alimentos	
Carnes	Lácteos
Frutas	Verduras
Hortalizas	Tubérculos
Granos y cereales	Harinas
Plátano o verde	Maduro
Fideos	Atún
Aceite vegetal	Agua embotellada

Tomado de: Parreño, (2016).

Tabla 2. *Productos de limpieza distribuidos por el BAQ*

Productos de limpieza	
Detergente	Jabón
Pasta dental	Papel higiénico
Otros	

Tomado de: Parreño, (2016).

Además, cabe recalcar que el Banco de Alimentos de Quito vende estos recursos a precios bajos y asequibles, así como la entrega de alimentos y enseres a sus beneficiarios que trabajan dentro del BAQ. Así los beneficiaros pueden adquirir productos de la canasta básica por $5 (Alvear, 2020).

Beneficiarios

Requisitos que deben de cumplir los beneficiarios para recibir una canasta

Para poder recibir una canasta de alimentos se basa en un proceso mediante el cual la persona que desea adquirir estos beneficios debe acercarse personalmente a la institución. Debe de presentar una copia de cédula de quien encabeza la familia además de la dirección del domicilio. Por último, el personal del Banco de Alimentos (BAQ) realiza visitas a los candidatos para entrevistarlos y comprobar su situación socioeconómica y así corroborar de que los ingresos de la familia no alcanzan para una canasta básica de alimentos.

Por otro lado, el registro de los beneficiarios se ubica en una ficha elaborada por la fundación que contiene datos como: nombre del beneficiario, su número de cédula, edad, dirección domiciliaria, número de integrantes de su familia, su situación laboral y el ingreso que percibe (Parreño, 2016).

Porcentaje de beneficiarios

En diciembre de 2021, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) Ecuador registro que el 27,7% de personas que se encuentran en una situación de pobreza y el 10,5% en pobreza extrema. Esto quiere decir que las familias que se encuentran en extrema pobreza no pueden acceder a la Canasta Familiar Vital (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2022).

El Banco de Alimentos de Quito (BAQ) distribuye alimentos posiblemente nutritivos a bajo costo, lo que contribuye a generar un gran impacto con la reducción de la restricción presupuestaria que tienen las familias. Esto quiere decir que se logra un mayor acceso a número de bienes y servicios, además permite que cubran no solo el costo de la canasta básica familiar sino también el costo de otros bienes y servicios importantes dentro del hogar (Alvear, 2020).

Según datos del Banco de Alimentos de Quito (2021) en el año 2018 tenían 13.413 beneficiarios, actualmente en el año 2021 logró que se beneficien alrededor de 2’293.000, ya sean las mismas que se encuentran registradas. Afirmación que se evidencia en los 13’760.000 platos y 4’720,000 kilos de comida que han sido entregados. De esta manera se logra que las familias tengan una mejor seguridad alimentaria y mejor calidad de vida.

Procesos realizados por el BQA

Recolección y repartición

El Banco de Alimentos (BAQ) realiza un proceso específico para la recolección y repartición de productos alimentario.

- Donación: Comprenden servicios como la recolección de alimentos, servicios o donaciones económicas.
- Selección: Se toma características como fecha de caducidad, estado del alimento, para proseguir con el registro y su trasporte.
- Limpieza: En condiciones higiénicas se desinfectan los alimentos eliminando lo que no es consumible y colocándolos en contenedores limpios y desinfectados.
- Almacenamiento: Los alimentos perecederos se colocan en refrigeradores y congeladores, en cambio los perecibles en estanterías dentro de bodegas.
- Entrega: Después de realizar las canastas de alimentos y ser pesados, se entregan a los beneficiarios (Parreño, 2016).

Esto ayuda a que se pueda tener un buen monitoreo de los alimentos que son entregados a los beneficiarios asegurando que se entregan productos se encuentren en un buen estado.

Necesidades nutricionales

Macronutrientes

Carbohidratos

Los carbohidratos son compuestos formados por carbono, hidrógeno y oxígeno. Su característica principal es aportar energía, además aporta 4 kilocalorías por gramo y se debería tener una ingesta del 55 – 60% del total diría de calorías. Se lo puede clasificar en almidones o féculas, azúcares y fibra. Se puede encontrar en alimentos como cereales, legumbres, frutas y hortalizas (Gay, 2018).

Es recomendable los carbohidratos complejos, debido a que, ayuda a disminuir el riesgo de padecer enfermedades no transmitibles por sus múltiples beneficios como la fibra que ayuda a la digestión, disminuye los niveles de colesterol y azúcar (FAO, 2003).

Proteínas

Son necesarios para la reparación y elaboración de estructuras por ende son el material para la construcción de tejidos tales como los músculos, tendones, piel, uñas, entre otros. Las proteínas contienen nitrógeno que es la única fuente asimilable, además aportan energía y aporta 4 kcal por gramo otros (Gay, 2018).

Se los puede encontrar tanto de forma animal como en carne, huevos, leche y derivados. También se los encuentra de forma vegetal en frutas, hortalizas, soja, tubérculos, leguminosas, entre otros (Gay, 2018).

Grasas

Son importantes para el crecimiento y desarrollo de todos los organismos, además son la energía de reserva para el organismo. Su principal función es la de aportarnos energía, a pesar de ello cumples otras tales como la intervención en el transporte de vitaminas liposolubles, impedir pérdidas excesivas de calor, formación de determinadas hormonas, entre otras.

El aporte es de 9 kilocalorías por gramo y se lo puede clasificar en ácidos grasos saturados, insaturados, poliinsaturados y mono-insaturados (Gay, 2018).

Micronutrientes

Vitaminas

Son moléculas orgánicas que se encuentran en pequeñas cantidades como miligramos y microgramos. La mayoría de vitaminas a excepción de la D, K, B1, B12 y ácido fólico no son sintetizadas por el organismo o se encuentran en pequeñas cantidades en el cuerpo, por ello se debe de consumir mediante la alimentación y esta debe de ser variada (Gay, 2018).

Se encuentran en alimentos naturales principalmente en frutas, hierbas, verduras y productos de origen animal que son necesarios para el crecimiento, salud y equilibrio nutricional (Ministerio DE Salud Pública Y Asistencia Social, 2012).

Se clasifica en dos, los cuales se muestran en la Tabla 3:

Tabla 3. *Clasificación de vitaminas*

Liposolubles	Hidrosolubles
Vitamina A	Vitamina B1 (tiamina)
Vitamina D	Vitamina B2 (riboflavina)
Vitamina E	Niacina
Vitamina K	Vitamina B6
	Vitamina B12
	Ácido fólico
	Vitamina C

Tomado de: Gay, (2018)

Minerales

Son elementos inorgánicos esenciales que necesitan ser consumidos por medio de la alimentación ya que desempeñas funciones tales como estructurales y reguladoras otros (Gay, 2018).

Se clasifican dos los cuales, se muestra en la Tabla 4:

Tabla 4. *Clasificación de minerales*

Macrominerales	Microminerales
Azufre (S)	Cinc (Zn)
Calcio (Ca)	Cobalto (Co)
Cloro (Cl)	Cobre (Cu)
Fósforo (P)	Cromo (Cr)
Magnesio (Mg)	Flúor (F)
Potasio (K)	Hierro (Fe)
Sodio (Na)	Manganeso (Mn)
	Molibdeno (Mb)
	Selenio (Se)
	Yodo (I)

Tomado de: Gay, (2018).

Agua

Es un elemento esencial para la vida, que encuentra formado por dos átomos de hidrógeno y uno de oxígeno. Además, cumple funciones tales como son mantener la temperatura corporal, transportar los nutrientes a las células y

elimina las toxinas del cuerpo. Es recomendable beber entre 6 y 8 vasos al día. (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2011)

Fundamentación Legal

De acuerdo a los Derechos del Buen Vivir previsto en la Constitución de la República del Ecuador (2008), sección primera, título: Agua y alimentación, dispone:

Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales. El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

En la presente investigación, ayuda a respaldar debido a que es un derecho que todo ciudadano/a disponga de alimentos en su mesa, con una buena calidad nutricional que los ayude a mantenerse saludables. Además, que estos sean suficientes y se adecuen a las circunstancias sociales, ambientales y culturales.

Art. 281.- La soberanía alimentaria constituye un objetivo estratégico y una obligación del Estado para garantizar que las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades alcancen autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiado de forma permanente.

En la presente investigación, ayuda debido a que expresa la importancia de la seguridad alimentaria ya que garantiza que toda persona tenga una alimentación sana que sea en base a la cultura

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

Este capítulo presenta la metodología empleada para desarrollar los objetivos planteados en el estudio, describiéndose el enfoque, nivel, diseño y tipo de investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad, y la manera como se procesaron dichos datos.

Naturaleza de la Investigación

Enfoque de la investigación

El enfoque de la investigación se clasifica en tres rutas fundamentales, las cuales son cuantitativa, cualitativa y mixta, definiéndose el enfoque cuantitativo como un conjunto de procesos organizado de manera secuencial para comprobar ciertas suposiciones o dar repuestas a una pregunta de investigación. Cabe recalcar que no se puede eludir pasos por lo cual el orden es riguroso, aunque se puede redefinir alguna etapa. Además, el procesamiento de los datos se realiza a través de la estadística (Hernández & Mendoza, 2018)

En este sentido, la presente investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo, ya que se llevó a cabo de manera secuencial y objetiva para dar respuesta a la pregunta de investigación, a partir de los datos numéricos recolectados que fueron procesados estadísticamente para obtener los resultados del estudio.

Nivel de la investigación

Se refiere al grado de profundidad con que se aborda un fenómeno u objeto de estudio, las cuales se divide en tres, tales como exploratoria, descriptiva y explicativa. Comprende a la investigación descriptiva como la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, la cual pretende conocer su estructura o comportamiento (Arias, 2016).

En este sentido, el presente estudio se realizó mediante un nivel descriptivo, debido a que se observó y cuantifico los resultados obtenidos para reforzar y obtener información y resultados para el objetivo general del estudio.

Diseño de investigación

Se refiere a la estrategia general que se escoge para resolver la problemática planteada de la investigación y se clasifican en tres, los cuales son; documental, campo y experimental. Además, está definida por el origen de los datos ya sea por estudios primarios de campo o secundarios documentales. También tenemos a los estudios manipulables o no que dependen de si los diseños son experimentales y no experimentales o de campo (Arias, 2016).

Se define al diseño no experimental transversal, como aquellos estudios en los cuales no existe una manipulación de variables independientes, esto se debe a que ya ha sucedido. También se aplica cuando solo se observan los fenómenos en su ambiente natural (Hernández & Mendoza, 2018).

En la presente investigación, se siguió un diseño no experimental ya en la obtención de información no manipula o controla variables, además para la recolección de datos se basó en un proceso documental y de campo.

Tipo de investigación

Una investigación de campo, se refiere a la obtención de información con un análisis directo del entorno y de la realidad circundante, por lo que se debe acudir al espacio y contexto específico en que tiene lugar el fenómeno a investigar para la recolección de datos. Lo que quiere decir que son datos primarios porque son datos recabados directamente de los sujetos (Pimienta & De la Orden Hoz, 2017).

Se define a una investigación documental, como un proceso que se basa en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios lo que quiere decir que son recopilados mediante otros investigadores. Por lo cual, estos datos obtenidos y registrados pueden ser documentos impresos, audiovisuales o electrónicos (Arias, 2016).

La presente investigación, se realizó mediante campo debido a que se realiza una observación directa, tal como dicta en el primer objetivo y de documental, ya que se realizó una revisión documental como se dicta en el objetivo 2 y 3 para obtener los resultados y aporte de nuevos conocimientos para el estudio.

Población y Muestra

Población

Se define como un conjunto finito o infinito con características comunes. En cuanto a una población finita esta se refiere a que es aquella en la que se conoce la cantidad de unidades que la integran y está constituida por un número inferior a cien mil unidades. Por el contrario, en la población infinita se desconoce el total de los elementos que la conforman y está constituida un número superior de cien mil unidades (Arias, 2016).

De esta manera, la población de este estudio quedo conformada por 100 canastas de alimentos, ya que el Banco de Alimentos consta con un registro, permitiendo que se conozca el número de los beneficiarios y canastas que se realizan.

Muestra

La muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible (Arias, 2016). Para realizar la muestra se utilizó la siguiente formula:

$$n = \frac{k^2 qpN}{e^2(N-1) + k^2 pq}$$

n: Tamaño de muestra

k: Nivel de confianza; k= 95%=0.95

p: Probabilidad de que ocurra el evento; p= 0,5

q: Probabilidad que no ocurra el evento; q= 0,5

N: Tamaño de la Población; N=100 canastas alimentarias

e: Error; e=5%=0.05

De esta manera, la muestra quedo conformada por 80 canastas alimentarias, las cuales fueron observadas para verificar si cumplían con los requerimientos planteados de la calidad y distribución de los alimentos.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de Investigación

Es el procedimiento aplicado para obtener datos e información (Arias, 2016). En la presente investigación se aplicaron la observación y revisión documental, tal como se detalla a continuación:

- **Observación:** es una técnica que consiste en visualizar o captar mediante la vista, de forma sistemática cualquier hecho, fenómeno o situación que se produzca en la naturaleza o en la sociedad, en función de unos objetivos de investigación preestablecidos (Arias, 2016). En este sentido, la observación se aplicó a las canastas alimentarias, con la finalidad de recolectar datos sobre el contenido de alimentos y el estado de estos.
- **Revisión documental:** Se basa en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales, tales como: impresas, audiovisuales o electrónicas (Arias, 2016). De esta manera, se aplica documentos electrónicos para la obtención de información relacionada al tema que fundamenta y completa la presente investigación, como se puede observar en la Tabla 5.

Tabla 5. *Documentos sobre el BAQ*

Autor, año	Título del Documento	Tipo
Ariana Sarahy Alvear Giler, 2020	Propuesta de mejora al modelo de gestión del Banco de Alimentos de la ciudad de Quito como instrumento de seguridad alimentaria y reducción de desperdicios, período 2011-2018	Tesis
Diego Steve Parreño Tufiño, 2016	Seguridad alimentaria en barrios del sur de la ciudad de Quito: Caso Banco de Alimentos de Quito.	Tesis
Antonella Cornejo Carrión, 2020	Disminución y concientización del	Tesis

	desperdicio de alimentos a través de la mejora de los canales de comunicación del Banco de Alimentos Quito	
Paulina Dominique Ochoa Vera, 2017	Fortalecimiento del Banco de Alimentos de Quito y Guayaquil en el periodo 2009-2016.	Tesis
Nasim Forootan Flores, 2014	Impacto de la cooperación entre las empresas de alimentos y bebidas de guayaquil y el Banco de Alimentos Diakonía	Tesis

Operacionalización de las variables

Es un requisito previo para la elaboración de instrumentos, que, por lo general, se representa en un cuadro. La operacionalización de variables designa el proceso por el cual se transforma la variable de conceptos abstractos a términos concretos, observables y medibles lo que quiere decir que van a ser dimensiones e indicadores (Arias, 2016).

De esta manera en la presente investigación, para su realización se tomó en cuenta el estado de los alimentos y su composición, como se observa en la Tabla 6.

Tabla 6. *Operacionalización de la variable*

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO	FUENTE
Calidad de los alimentos de las canastas	Se refiere a las cualidades de los alimentos presentes en las canastas, que permiten conocer si son apto para el consumo humano, además de la composición adecuada de macronutrientes y micronutrientes	Estado de los alimentos Composición: Macronutrientes Micronutrientes	Alimentos variados y saludables Estado de los alimentos Alimentos suficientes Verduras y frutas Carbohidratos Azúcar Tubérculos Leguminosas Lácteos Cárnicos Grasas Agua Bebidas alcohólicas Ultra-procesados	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18	Lista de cotejo	Canastas del Banco de Alimentos

Instrumento de recolección de datos

Son los medios materiales que se emplea para la recolección de datos y pueden ser un recurso, dispositivo o formato en papel o digital en el cual se registran o almacenan datos o información (Arias, 2016).

De esta manera, en la presente investigación se utilizó en primer lugar, una lista de cotejo para registrar los datos derivados de la observación de las canastas alimentarias, ya que estas se definen como un instrumento o herramienta de investigación que sirve para indicar la presencia o ausencia de un aspecto o conducta (Arias, 2016). Dicha lista estuvo conformada por 18 ítem con escala de respuestas de dos opciones de “si” y “no”.

En segundo lugar, los instrumentos quedaron determinados por los propios documentos como unidad de análisis, en los cuales se subrayaron directamente los datos inherentes a la calidad, distribución y necesidades nutricionales que debían de llevar las canastas alimentarias.

Validez y Confiabilidad

Validez

Se refiere al grado en que un instrumento mide lo que pretende medir (Hernández & Mendoza, 2018). En esta investigación se realizó la validez del instrumento mediante la revisión por parte de tres (3) docentes calificados del área de Nutrición y Dietética de la Universidad Iberoamericana del Ecuador (UNIBE), quienes revisaron que el instrumento cumpla con la finalidad establecida para la recolección de datos que en este caso fue una lista de cotejo.

Confiabilidad

Refiere a la capacidad del instrumento para mostrar datos o mediciones que correspondan a la realidad que se pretende conocer, lo que quiere decir, la exactitud de la medición como la consistencia o estabilidad de la medición en diferentes circunstancias. Además, se puede decir que un instrumento es confiable si se obtienen medidas o datos que representan el valor real de la variable que se está midiendo (Castillo, Gómez, Taborda, & Mejía, 2021).

De esta manera, la confiabilidad del instrumento empleado en esta investigación se calculó a partir del coeficiente Kuder Richardson (KR_{20}), debido a que el

mismo posee escala de respuestas dicotómicas (Si/No), determinado por la formula:

$$KR_{20} = \frac{K}{K-1}\left(1 - \frac{\sum pq}{\sigma^2}\right)$$

Así pues, el cálculo se llevó a cabo utilizando el programa SPSS y se obtuvo un valor KR_{20}=0.82, el cual según Hernández y Mendoza (2018) se considera aceptable y, por tanto, el instrumento se consideró confiable.

Técnicas de análisis de los datos

Se refiere a la descripción de las distintas operaciones a las que serán sometidos los datos que se obtengan, tales como, clasificación, registro, tabulación y codificación si fuere el caso. Esto depende del enfoque de la investigación, en el caso de cuantitativa se prioriza la medición y cálculos estadísticos (Arias, 2016).

En la presente investigación, para la medición y cálculos estadísticos se usó frecuencia porcentual para la verificación de hipótesis, mientras que, para las representaciones gráficas se utilizó diagrama de barras.

CAPITULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Este capítulo presenta los resultados de la investigación junto con los análisis e interpretación a partir de los objetivos planteados.

Identificar los alimentos que se encuentran en las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos de Quito.

Los alimentos observados en las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos de Quito se muestran en la Tabla 7, detallados según el grupo al cual pertenecen: carbohidratos, proteínas, frutas y verduras.

Tabla 7. *Alimentos de las canastas alimentarias ofrecidas a los beneficiarios*

Carbohidratos	Proteínas	Frutas	Verduras
Lenteja	Embutidos	Piña	Tomate riñón
Arroz	Yogurt	Maracuyá	Tomate Cherry
Harina de haba		Naranja	Brócoli
Galletas		Taxo	Zanahoria
Pan de pascua		Mango	Rábano
Fideo		Uvilla	Lechuga
		Limón grande	Col
		Manzana verde	Papas pequeñas
		Manzana roja	Papas grandes
		Uvas	Remolacha
		Limón pequeño	Pimiento rojo
			Pimiento amarillo
			Pimiento verde
			Plátano verde
			Cebolla perla
			Cebolla paiteña
			Cebolla blanca
			Papanabo
			Culantro
			Pepinillo
			Acelga
			Vainitas
			Coliflor

Se pudo observar que las canastas alimentarias contienen alimentos tales como carbohidratos, proteínas, frutas y verduras de forma variada en estos dos últimos. En las canastas alimentarias se puede encontrar carbohidratos simples, en cuanto a las proteínas solo embutidos y de forma variada frutas y verduras

los cuales van cambiando en cada canasta alimentaria ya que son escogidas al azar de lo que se encuentre disponible, también los alimentos varían a la semana por lo que las canastas no son las mismas. Cabe recalcar que los alimentos que más predominan son las frutas y verduras que son denominadas como “fruver”, en cuanto a los carbohidratos se encuentran en menor cantidad, mientras que la distribución de proteínas es escasa.

Para tener un conocimiento más amplio del contenido de cada canasta se los separó por secciones, como se detalla a continuación:

En primer lugar, se observó los tipos de carbohidratos que contiene las canastas, obteniendo que de las 80 canastas el 100% contiene lenteja, arroz, harina de haba, galletas, pan de pascual y por último fideos, tal como se describe en la Figura 1.

No es recomendable incluir alimentos tales como confitería y snacks ya que estos pueden ser perjudiciales para la salud.

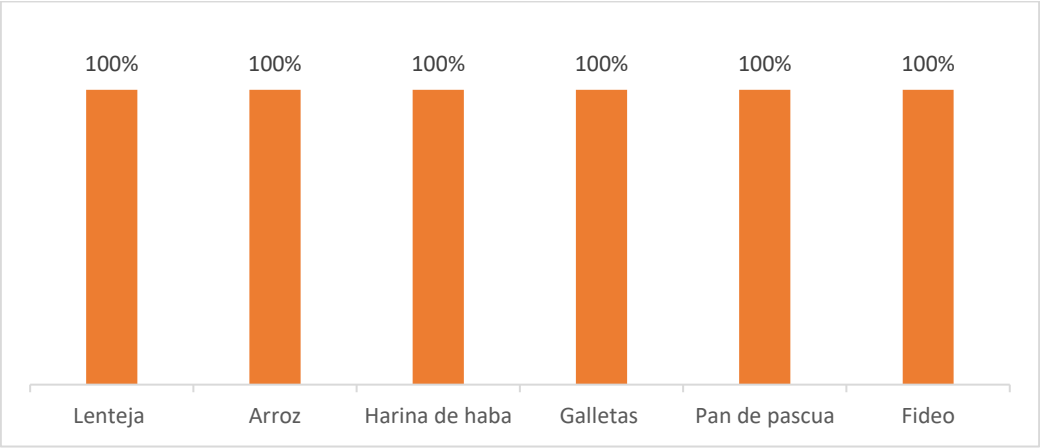

Figura 1. *Carbohidratos*

En segundo lugar, se observó las proteínas que contiene las canastas, obteniendo que de las 80 canastas el 100% contiene embutidos y yogurt, tal como se describe en la Figura 2.

No es recomendable incluir embutidos ya que estos pueden ser perjudiciales a la salud con el consumo a largo plazo, debido a que aumenta las posibilidades de padecer cáncer colorrectal (OMS, 2015).

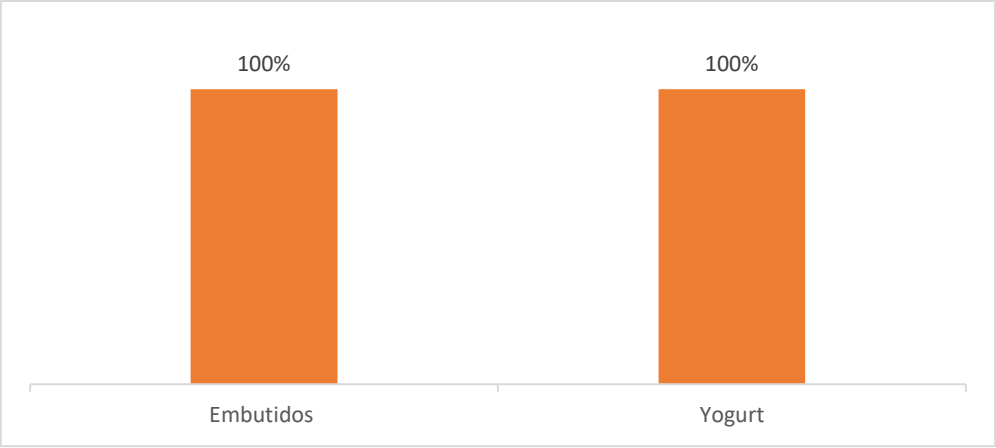

Figura 2. *Proteínas*

En tercer lugar, se observó las frutas que contiene cada canasta, obteniendo que de las 80 canastas el 16% contiene piña, un 26% naranja, un 23% taxo, un 19% uvillas, un 59% limón y un 21% manzana verde, tal como se describe en la Figura 3.

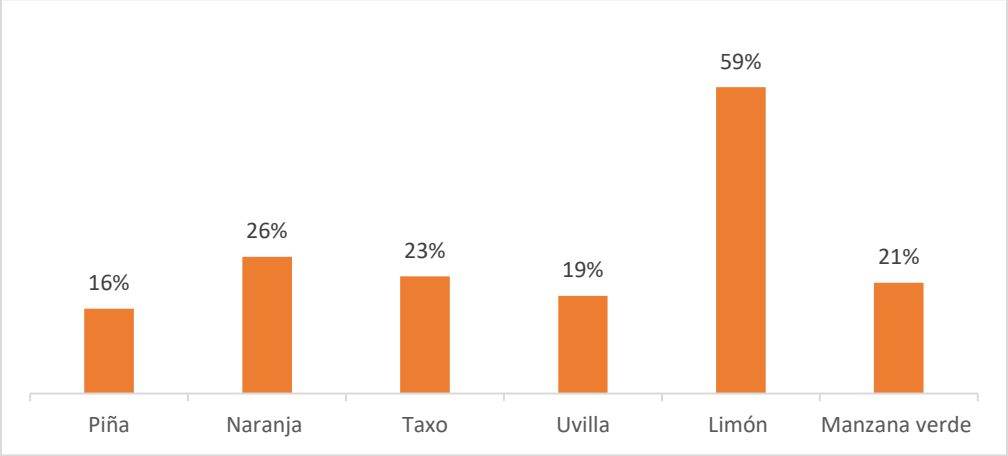

Figura 3. *Frutas*

En cuarto lugar, se observó a las verduras que contiene cada canasta, obteniendo que de las 80 canastas el 41% contiene tomate riñón, un 38% tomate cherry, un 23% brócoli, un 73% zanahoria, un 10% aguacate, un 75% lechuga, un 20% choclo, un 51% papa chaucha, un 68% remolacha, un 6% pimiento rojo, un 20% pimiento amarillo, un40% pimiento verde, un 40% plátano verde, un 44% cebolla paiteña, un 45% cebolla blanca, un 15% papanabo, un 42% culantro y un 24% acelga, tal como se describe en la Figura 4.

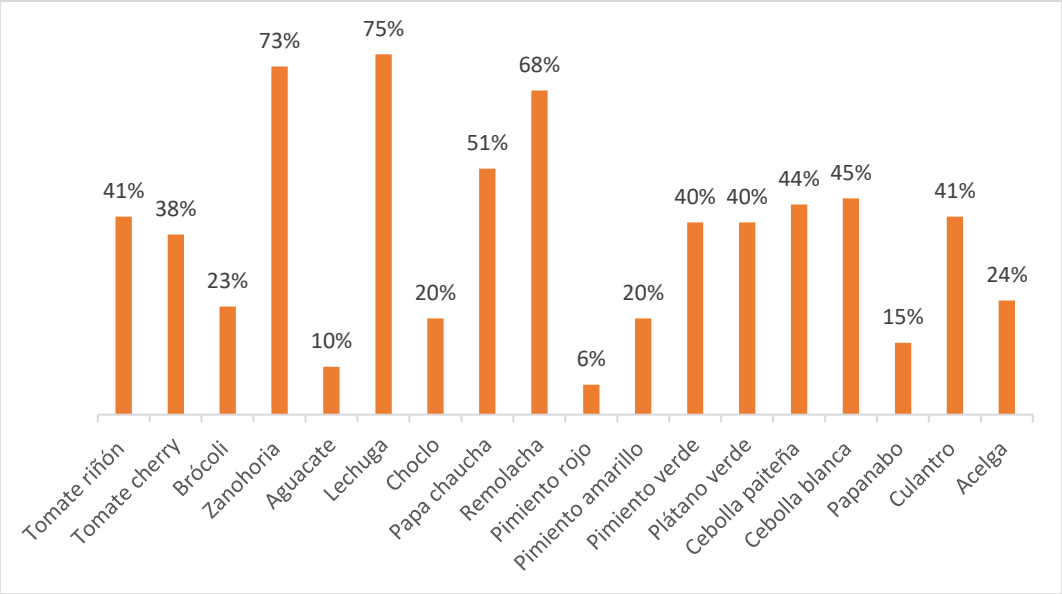

Figura 4. *Verduras*

Distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos.

Con base a la opinión de diferentes autores se puedo determinar la distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos, la cual se detallan en la Tabla 8.

Tabla 8. *Distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos*

Autor (Año)	Documento	Distribución nutricional de las canastas alimentarias
Diego Steve Parreño Tufiño (2016)	Seguridad alimentaria en barrios del sur de la ciudad de Quito: Caso Banco de Alimentos de Quito. (Tesis)	Carnes Lácteos Frutas y verduras Hortalizas Tubérculos Granos y cereales Harinas Plátano verde y maduro Fideos Atún Aceite vegetal Agua embotellada

Paulina Dominique Ochoa Vera (2017)	Fortalecimiento del Banco de Alimentos de Quito y Guayaquil en el periodo 2009-2016. (Tesis)	Frutas y verduras Lácteos Abarrotes Cárnicos Cereales Panadería
Antonella Cornejo Carrión (2020)	Disminución y concientización del desperdicio de alimentos a través de la mejora de los canales de comunicación del Banco de Alimentos Quito (Tesis)	Frutas y verduras Lácteos Abarrotes Cárnicos Cereales Panadería Enlatados Confitería y snacks

En cuanto a la clasificación de la distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos, se obtuvo que el 100 % de los autores coincidió en que contiene frutas, verduras, lácteos, cárnicos, enlatados, carbohidratos, harinas, el 66% coincidió en snacks y confitería, por último, el 33% coincidió en agua embotellada como se detalla en la Tabla 9. Por lo que, se puede decir que las canastas alimentarias disponen de macronutrientes tales como carbohidratos, proteínas y grasas, también dispone de micronutrientes tales como vitaminas y minerales como frutas y verduras, además disponen de agua.

Tabla 9. *Distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecida por el Banco de Alimentos*

Alimentos ofrecidos	Distribución nutricional
Frutas y verduras	100 %
Lácteos	100 %
Cárnicos	100 %
Enlatados	100 %
Carbohidratos	100 %
Harinas	100 %
Snacks y confitería	66 %
Agua embotellada	33 %

Necesidades nutricionales de los beneficiarios de las canastas alimentarias

Según la revisión bibliográfica las necesidades de los beneficiarios son carbohidratos, proteínas, grasas, minerales vitaminas y agua. A pesar de que la evidencia científica actual indica que los carbohidratos no necesariamente deben ser los alimentos principales, siendo los alimentos de origen vegetal los que deberían ser los más importantes en la dieta, se puede considerar que la recomendación deben ser carbohidratos complejos. Con base en la opinión de diferentes autores se pudo establecer las necesidades nutricionales de los beneficiarios, los cuales se detallan en la Tabla 10.

Tabla 10. *Necesidades nutricionales de los beneficiarios*

Autor (Año)	Documento	Necesidades nutricionales
Gay Aurora (2018)	Nutrición (Libro)	Carbohidratos Proteínas Grasas Vitaminas Minerales Agua
Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura (FAO, 2003)	Necesidades nutricionales (Libro)	Carbohidratos Proteínas Grasas Vitaminas Minerales Agua
Ministerio de salud pública y asistencia social (2012)	Guías Alimentarias para Guatemala (Libro)	Carbohidratos Proteínas Grasas Vitaminas Minerales Agua

En cuanto a las necesidades nutricionales de los beneficiarios, el 100 % de los autores coincidió con carbohidratos complejos, proteínas de origen vegetal y animal, grasas de origen vegetal, vitaminas, minerales y agua. Por lo que se puede decir que las canastas alimentarias deben de disponer de estos alimentos, como se detalla en la Tabla 11.

En cuanto a los carbohidratos complejos se puedo encontrar avena, papas yuca, plátano. En las grasas se encontró aguacate, frutos secos. En las proteínas de origen vegetal se encontró legumbres, mientras que en los de origen animal se encontró pescado, carne roja, pollo.

Tabla 11. *Necesidades nutricionales de los beneficiarios*

Alimentos ofrecidos	Distribución nutricional
Carbohidratos	100 %
Proteínas	100 %
Grasas	100 %
Vitaminas	100 %
Minerales	100 %
Agua	100%

Contrastar la distribución nutricional de las canastas alimentarias ofrecidas por el Banco de Alimentos con las necesidades nutricionales de los beneficiarios.

Para lograr conocer si las canastas cumplían con las necesidades nutricionales de los beneficiarios se tomó en cuenta los datos evaluados en la lista de cotejo, como se indica a continuación:

En primer lugar, se tomó en cuenta consideraciones generales de lo que debería de tener la canasta de alimentos, teniendo en cuenta a las 80 canastas, el 100% contiene alimentos variados y saludables, el 99% de los alimentos tienen buenas condiciones físicas, el 100% de los alimentos tienen buena apariencia, color y olor, el 100% de los alimentos se encuentran refrigerados, el 0% de los alimentos no son suficientes para 4 personas y el 0% de las canastas no contienen mensajes nutricionales, tal como se describe en la Figura 5.

Al obtener alimentos variados y saludables que se encuentren en buen estado físico tanto como sensorial proporciona beneficios para que el cuerpo humano pueda realizar las funciones diarias, además de proporcionar un buen crecimiento y salud, debido a que pueden obtener nutrientes necesarios de todos los grupos de alimentos. Sin embargo, al no disponer de alimentos suficientes

para cuatro personas no se logra cumplir con las necesidades nutricionales de cada uno de los beneficiarios.

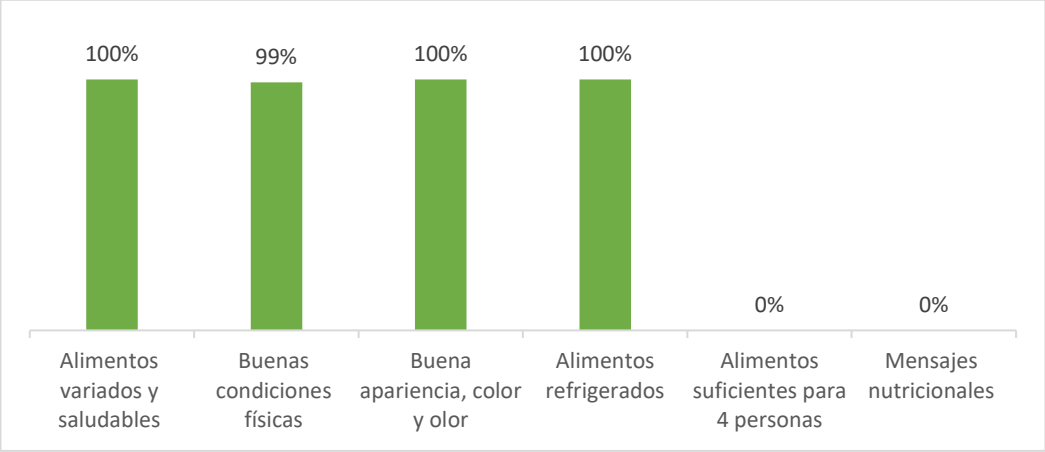

Figura 5. *Consideraciones de la canasta alimentaria*

En segundo lugar, se observó si los alimentos eran suficientes para 4 personas, obteniendo que de las 80 canastas el 0% de las canastas no contienen verduras y frutas para 4 personas, el 0% no contiene alimentos de origen animal para 4 personas y por último el 0% no contiene lácteos para cada persona, tal como se describe en la Figura 6.

La canasta alimentaria al no obtener alimentos suficientes para 4 personas, los beneficiarios pueden presentar deficiencias nutricionales lo que puede provocar que a largo plazo no se puedan realizar de manera eficiente procesos fisiológicos del ser humano.

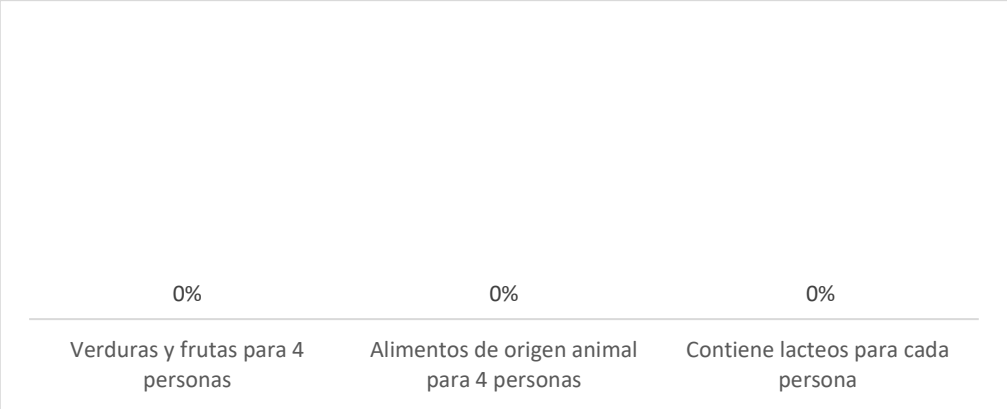

Figura 6. *Alimentos suficientes para 4 personas*

En tercer lugar, se observó el contenido de alimentos; obteniendo que, de las 80 canastas, el 100% contenía cereales enteros no refinados, el 100% contenía tubérculos, el 100% contenía leguminosas, el 0% no contenía aceite de oliva o manteca de cerdo y por último el 100% contenía grasas poliinsaturadas, tal como se describe en la Figura 7.

Estos alimentos proporcionan múltiples beneficios, por lo que al consumirlo aportan nutrientes, energía y reduce el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles. Además, ayuda al correcto funcionamiento del cuerpo.

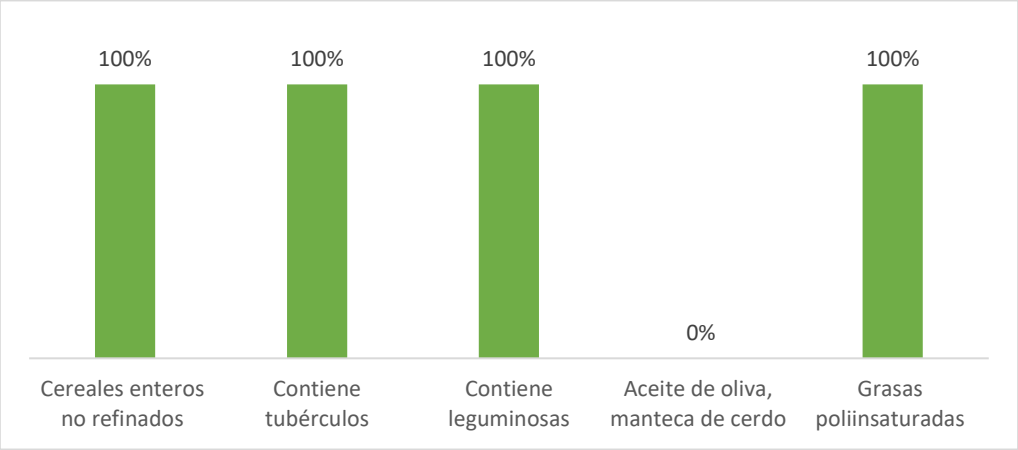

Figura 7. *Contenido de alimentos*

En cuarto lugar, se observó los líquidos de la canasta alimentaria y se determinó que de las 80 canasta el 0% no contenía agua o desinfectante para potabilizar agua, y por último el 100% contenía jugo de lima-limón, tal como se describe en la Figura 8.

La canasta alimentaria no contenía agua el cual es necesario para un correcto funcionamiento del cuerpo humano. Sin embargo, se observó que contenían jugo de lima-limón que es una bebida procesada con un contenido alto en azúcar y otros ingredientes, este tipo de bebidas sin un consumo moderado pueden ser perjudicial a largo plazo.

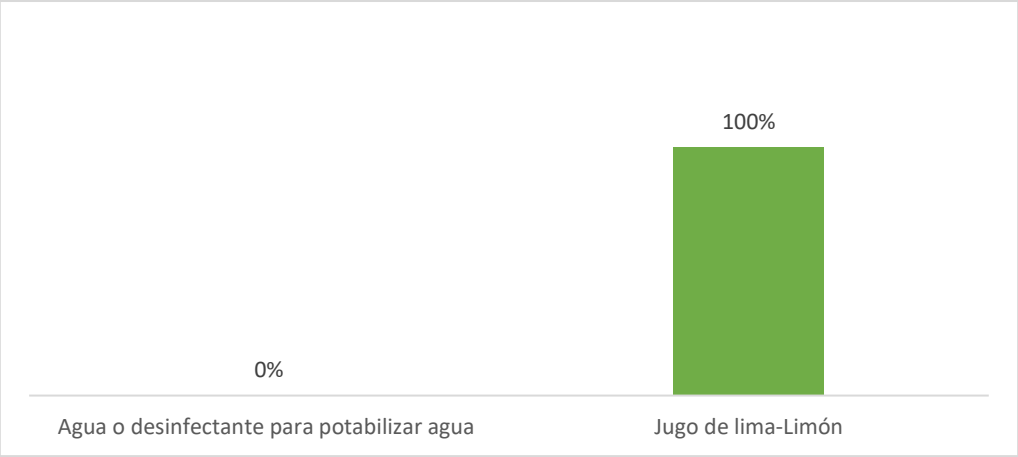

Figura 8. *Líquidos*

En quinto lugar, se observó los alimentos que la canasta alimentaria debía de evitar y se determinó que de las 80 canastas el 100% contenía azúcar o alimentos con azúcares libres, el 0% de las canastas no contenía bebidas alcohólicas y un 100% contenía alimentos ultra-procesados, tal como se describe en la Figura 9.

Estos alimentos pueden ser perjudiciales a largo plazo, debido a que contienen ingredientes que favorecen a la aparición de enfermedades no transmisibles, tales como: hipertensión arterial, diabetes, obesidad, entre otros. Por ello, el consumo debe de ser moderado.

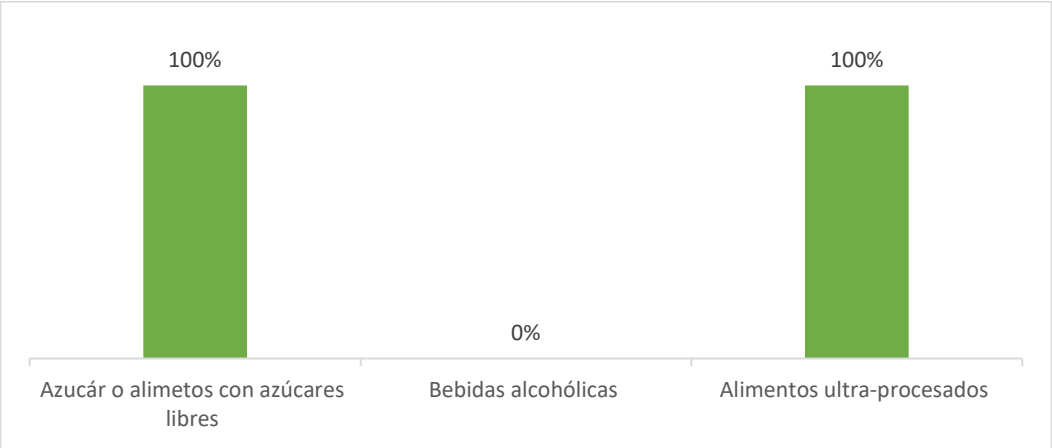

Figura 9. *Alimentos que se deben evitar*

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Este capítulo presenta conclusiones junto con recomendaciones de logros de la investigación.

Conclusiones

- El Banco de Alimentos intenta ayudar a mitigar la inseguridad alimentaria, ayudando de esta manera a que las personas de bajos recursos puedan prevenir la aparición de enfermedades no transmisibles por falta de consumo de alimentos.
- El Banco de Alimentos depende de las donaciones que recibe de empresas privadas, por lo cual, las canastas alimentarias son elaboradas con base en la disponibilidad de alimentos, lo que conlleva a que el contenido de las canastas varíe cada semana.
- Las canastas alimentarias generalmente contienen alimentos tales como: carbohidratos, grasas, proteínas, frutas y verduras.
- Las canastas alimentarias presentan deficiencias en proteínas ya que dispone solo de embutidos que a largo plazo pueden traer problemas a la salud.
- El personal del Banco de Alimentos busca realizar combinaciones con alimentos para poder abastecer los requerimientos nutricionales, como es el caso de las proteínas, donde se incluyen lentejas para compensar.
- Los alimentos que más predominan en la canasta alimentaria son las frutas y verduras.
- Los beneficiarios disponen de necesidades nutricionales para tener un buen estado de salud, por lo que, necesitan los 5 grupos de alimentos.
- El personal del Banco de Alimentos cumple procesos rigurosos tanto como recolección, almacenamiento y distribución en el cual se determinan los productos que son destinados para las familias, además de separar los alimentos que se encuentran en buenas o malas condiciones.

- Se pudo observar que la canasta alimentaria no cumple con alimentos suficientes para 4 integrantes de una familia.
- Todas las canastas tienen el mismo peso y suele variar entre 15 a 20 kilogramos.
- Todas las canastas alimentarias tienen un precio de 5 dólares y tienen una duración de consumo de 15 días.

Recomendaciones

- Se debe de disminuir la distribución de embutidos como fuente de proteína, ya que el consumo a largo plazo trae problemas a la salud (el consumo elevado de embutidos está asociado al aumento de la probabilidad de incidencia de padecer cáncer de colon).
- Evitar alimentos con azúcares libres, tales como jugos procesados y naturales, y el consumo de dulces en general.
- Se debería colocar mensajes nutricionales incorporados en las canastas alimentarias que motiven a llevar una alimentación saludable, además de destacar los beneficios del contenido de cada uno de los alimentos.
- Aumentar el número de empresas benefactoras para que pueda existir variedad en todos los grupos de alimentos, además para lograr que la canasta alimentaria pueda ser completa para todos los beneficiarios.

BIBLIOGRÁFIA

García, G. (2017). *Plan de mejora de la calidad de alimentación que se brinda A los recolectores de café migrantes*. *Estudio realizado en una finca cafetalera ubicada en el municipio de San Miguel Dueñas*, *Sacatepéquez*, *Guatemala*. *2017.* Universidad Rafael Landívar. Http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2017/09/15/Garcia-Gabriela.pdf.

Chauvin, E. L. T. H. (2016, 15 junio). *Seguridad alimentaria en barrios del sur de la ciudad de Quito: caso Banco de Alimentos de Quito.* Repositorio PUCE. Recuperado 27 de junio de 2022, de http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/10529

Alvear, A. (Mayo de 2020). *Propuesta de mejora al modelo de gestión del Banco de Alimentos de la ciudad de Quito como instrumento de seguridad alimentaria y y reducción de desperdicios*. Recuperado el 2022, de Repositorio PUCE: http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/10529

Arias, F. G. (2016). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica 7°edición.* Caracas: Episteme.

Banco de Alimentos Cali . (1 de Mayo de 2021). *¿Qué Son los Bancos de Alimentos?* Recuperado el 2022, de Banco de Alimentos Cali: https://www.bancodealimentoscali.org/que-son-los-bancos-de-alimentos/

Banco de Alimentos de Quito. (2021). *Banco de Alimentos de Quito*. Recuperado el 2022, de https://baq.ec/

Calero, C. (2011). *Seguridad Alimentaria en Ecuador desde un enfoque de Acceso a alimentos*. Recuperado el 2022, de Quito:Abya: https://biblio.flacsoandes.edu.ec/catalog/resGet.php?resId=52065

Castillo, B., Gómez, R. J., Taborda, Q., & Mejía, M. (2021). *¿Cómo Investigar en la UNIB.E? (Primera ed.).* Quito: Qualitas.

Constitución de la República del Ecuador. (20 de Octubre de 2008). *CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR*. Recuperado el 2022, de https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf

Cornejo, A. (2020). *Disminución y concientización del desperdicio de alimentos a través de la mejora de los canales de comunicación del Banco de*. Recuperado el 2022, de Repositorio Digital USFQ: http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/9135

FAO. (2003). *Educación en Alimentación y Nutrición para la Enseñanza Básica.* Chile.

Flores, N. F. (13 de 04 de 2014). *Impacto de la Cooperación entre las empresas de alimentos y bebidas de Guayaquil y el Banco de Alimentos Diakonía*. Obtenido de Repositorio digital de la Universidad de Especialidades Espíritu Santo UEES: http://repositorio.uees.edu.ec/123456789/925

Gay, A. (2018). *Nutrición.* España: Ministerio de Educación y Formación Profesional de España.

Guzmán, R., Maldonado, D., & Palacios, J. (2018). *Estructura del aporte nutricional de la canasta familiar alimentaria del AA. HH. Consuelo Gonzáles de Velasco-Chulucanas*

Marzo a junio 2017. Recuperado el 18 de Octumbre de 2022, de UCSS Digital Institutional Repository: https://hdl.handle.net/20.500.14095/394

Hernández, S. R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* México: Mc Graw Hill Education.

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (Junio de 2022). *Pobreza*. Recuperado el 18 de Octubre de 2022, de Instituto Nacional de Estadística y Censos: https://www.ecuadorencifras.gob.ec/pobreza-diciembre-2021/

Instituto Nacional de Estadisticas y Censos. (Abril de 2022). *Canasta*. Recuperado el 2022, de Instituto Nacional de Estadística y Censos: https://www.ecuadorencifras.gob.ec/canasta/#:%7E:text=La%20Canasta%20Familiar%20B%C3%A1sica%20(CFB,ganan%20la%20remuneraci%C3%B3n%

Ministerio DE Salud Pública Y Asistencia Social. (Septiembre de 2012). *Guías Alimentarias para Guatemala*. Obtenido de PAHO: https://iris.paho.org/handle/10665.2/52733

Ochao Vera, P. D. (Septiembre de 2017). *Fortalecimiento del Banco de Alimentos de Quito y Guayaquil en el periodo 2009-2016*. Obtenido de Repositorio PUCE: http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/14644

OMS. (29 de Octumbre de 2015). *Declaración de la OMS sobre los vínculos entre la carne procesada y el cáncer colorrectal*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: https://www.who.int/es/news/item/29-10-2015-links-between-processed-meat-and-colorectal-cancer

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (Febrero de 2011). *Seguridad Alimentaria Nutricional, Conceptos Básicos.* Recuperado el 2022, de Programa Especial para la Seguridad Alimentaria (PESA)en Centroamérica: https://www.fao.org/3/al936s/al936s00.pdf

Parreño, D. (Abril de 2016). *Seguridad alimentaria en barrios del sur de la ciudad de Quito: caso Banco de Alimentos de Quito*. Recuperado el 2022, de Repositorio Digital de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador: http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/10529

Pimienta, J., & De la Orden Hoz, A. (2017). *Metodología de la investigación. Tercera edición .* México: Pearson.

Salguero, Y. &. (2019). El primer banco de alimentos del ecuador creado por docentes de la Escuela Politécnica Nacional. *MktDESCUBRE 13*, 1.

ANEXOS

ANEXO 1. INSTRUMENTO

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR

LISTA DE COTEJO DE LA CALIDAD NUTRICIONAL DE LA CANASTA ALIMENTARIA

Objetivo del Instrumento:

Verificar la calidad de los alimentos junto con la distribución de las canastas alimentarias en el Banco de Alimentos y contrastar si cumplen con las necesidades nutricionales de los beneficiarios.

Instrucciones:

- Colocar en el respetivo cuadro con una “X” si cumple o no cumple con las consideraciones
- Si la no cumple con las consideraciones, colocar las respectivas observaciones especificar y al final las generales

No.	Consideraciones de la canasta alimentaria	Cumplimiento		Observaciones
		Cumple	No cumple	
1.	De manera general contiene alimentos variados (carbohidratos enteros, proteínas, grasas, minerales, vitaminas) y saludables			
2.	Los alimentos se encuentran en buenas condiciones físicas (sin abolladuras y golpes)			
3.	Los alimentos tienen buena apariencia, color y olor			
4.	Los alimentos que necesitan refrigeración, permanecen refrigerados hasta la entrega			
5.	Contiene alimentos suficientes que logren abastecer a 4 personas por 15 días			

6.	Se incluyen mensajes nutricionales para educar a las personas en temas de nutrición			
	Contiene los siguientes alimentos y bebidas:			
7.	Verduras y frutas para 4 personas (5 porciones al día - no se incluye tubérculos en esta sección)			
8.	Cereales enteros no refinados integrales tales como: arroz, pasta, maíz, trigo, avena, etc.			
9.	Contiene tubérculos (papa, yuca, etc.)			
10.	Contiene leguminosas (lentejas, frejol, soya, etc.)			
11.	Contiene lácteos con edulcorantes calórico o no calórico (leche, yogurt blanco, etc.) una porción (240 ml) al día por persona			
12.	Alimentos de origen animal no procesados para 4 personas (carne de res, cerdo, pollo, pescado, huevos, etc.)			
13.	Aceite de oliva, manteca de cerdo (para freír) o aceites que no sean de semillas			
14.	Alimentos que tengan grasas poliinsaturadas (omega 3 y omega 6) (pescado, aguacate, frutos secos, etc.)			
15.	Agua o desinfectante para potabilizar agua			
	Evita alimentos o bebidas como:			
16	Azúcar o alimentos con azúcares libres (azúcar, azúcar moreno, bebidas azucaradas, jugos, dulces, etc.)			
17.	Bebidas alcohólicas (cerveza, vino, etc.)			
18.	Alimentos ultra-procesados			

Observaciones

Las consideraciones nutricionales para la canasta de alimentos (tipo de alimentos, raciones, porciones, etc.), se las incluyó en función de las recomendaciones de la OMS (2018

ANEXO 2. VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

JUICIO DE EXPERTO

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente a su apreciación según los criterios que se detallan a continuación.

CRITERIOS	**APRECIACIÓN CUALITATIVA**			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento.	**X**			
Pertinencia de las variables con los indicadores.	**X**			
Desarrollo de la Operacionalización	**X**			
Relevancia del contenido.	**X**			
Factibilidad de aplicación.	**X**			

Apreciación cualitativa y observaciones: El instrumento se encuentra adecuado y propicio según los parámetros a medir, además de ser de fácil aplicación.

JUICIO DE EXPERTO

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	x		x			x	x		x		x			
2	x		x			x	x		x		x			
3	x		x			x	x		x		x			
4	x		x			x	x		x		x			
5	x		x			x	x		x		x			
6	x		x			x	x		x		x			
7	x		x			x	x		x		x			
8	x		x			x	x		x		x			
9	x		x			x	x		x		x			
10	x		x			x	x		x		x			
11	x		x			x	x		x		x			
12	x		x			x	x		x		x			
13	x		x			x	x		x		x			
14	x		x			x	x		x		x			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
15	x		x			x	x		x		x			
16	x		x			x	x		x		x			
17	x		x			x	x		x		x			
18	x		x			x	x		x		x			

Apreciación cualitativa y observaciones: El instrumento se encuentra adecuado y propicio según los parámetros a medir, además de ser de fácil aplicación.

Validado por: Stefany Carolina Pineda Erazo
Profesión: Máster en Nutrición Personalizada y Comunitaria
Cargo que desempeña: Docente tiempo completo de la Facultad de Salud y Bienestar

Firma: _____
Fecha: 12/12/2022

JUICIO DE EXPERTO

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente a su apreciación según los criterios que se detallan a continuación.

CRITERIOS	**APRECIACIÓN CUALITATIVA**			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento.		**X**		
Pertinencia de las variables con los indicadores.		**X**		
Desarrollo de la Operacionalización		**X**		
Relevancia del contenido.		**X**		
Factibilidad de aplicación.		**X**		

Apreciación cualitativa: El instrumento esta correctamente desarrollado

_____

_____

_____

Observaciones:_____

_____

_____

JUICIO DE EXPERTO

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X			X	X		X		X			
2	X		X			X	X		X		X			
3	X		X			X	X		X		X			
4	X		X			X	X		X		X			
5	X		X			X	X		X		X			
6	X		X			X	X		X		X			
7	X		X			X	X		X		X			
8	X		X			X	X		X		X			
9	X		X			X	X		X		X			
10	X		X			X	X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
11	X		X			X	X		X		X			
12	X		X			X	X		X		X			
13	X		X			X	X		X		X			
14	X		X			X	X		X		X			
15	X		X			X	X		X		X			
16	X		X			X	X		X		X			
17	X		X			X	X		X		X			
18	X		X			X	X		X		X			

Apreciación cualitativa: La aplicación de la lista de cotejo es factible.

_____

_____

Observaciones:_____
_____

Validado por: Marcela García_____
Profesión: Nutricionista_____
Cargo que desempeña: Docente de Nutrición y dietética_____
Firma: _____ _____
Fecha: 2023/01/05_____

JUICIO DE EXPERTO

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente a su apreciación según los criterios que se detallan a continuación.

CRITERIOS	**APRECIACIÓN CUALITATIVA**			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento.	**X**			
Pertinencia de las variables con los indicadores.	**X**			
Desarrollo de la Operacionalización		**X**		
Relevancia del contenido.	**X**			
Factibilidad de aplicación.		**X**		

Apreciación cualitativa: El instrumento esta correctamente desarrollado

_____

_____

_____

Observaciones:_____

_____

_____

JUICIO DE EXPERTO

INSTRUCCIONES:

Coloque una “X” en la casilla correspondiente según su apreciación de cada ítem y alternativa de respuesta, según los criterios que se detallan a continuación:

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
1	X		X			X	X		X		X			
2	X		X			X	X		X		X			
3	X		X			X	X		X		X			
4	X		X			X	X		X		X			
5	X		X			X	X		X		X			
6	X		X			X	X		X		X			
7	X		X			X	X		X		X			
8	X		X			X	X		X		X			
9	X		X			X	X		X		X			
10	X		X			X	X		X		X			

Ítems	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado a la población		Mide lo que pretende		Valoración			Observaciones
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Esencial	Útil pero no esencial	No importante	
11	X		X			X	X		X		X			
12	X		X			X	X		X		X			
13	X		X			X	X		X		X			
14	X		X			X	X		X		X			
15	X		X			X	X		X		X			
16	X		X			X	X		X		X			
17	X		X			X	X		X		X			
18	X		X			X	X		X		X			

Apreciación cualitativa: La aplicación de la lista de cotejo es factible.

_____

_____

Observaciones:_____
_____

Validado por: Carla Francisca Caicedo Jaramillo
Profesión: Nutricionista
Cargo que desempeña: Directora de Carrera
Firma: Firmado electrónicamente por: CARLA FRANCISCA CAICEDO JARAMILLO
Fecha: 14/12/2022