

**UNIVERSIDAD EVANGÉLICA BOLIVIANA**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



**TRABAJO FINAL DE GRADO**

**MODALIDAD: TESIS**

**ANÁLISIS DEL IMPACTO DEL CONSUMO DEL SUBSIDIO PRENATAL EN  
MUJERES GESTANTES SOBRE EL BIENESTAR DEL ESTADO NUTRICIONAL DEL  
BINOMIO MADRE – NIÑO; REALIZADO EN LA CIUDAD DE SANTA CRUZ DE LA  
SIERRA, GESTIÓN 2015**

**PREVIA OPCIÓN AL TÍTULO DE LICENCIATURA  
EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**Presentado por:  
ROMINA CESPEDES GUTIERREZ**

**Santa Cruz – Bolivia**

**2016**

**ROMINA CESPEDES GUTIERREZ**



**TRABAJO FINAL DE GRADO**

**MODALIDAD: TESIS**

**ANÁLISIS DEL IMPACTO DEL CONSUMO DEL SUBSIDIO PRENATAL EN  
MUJERES GESTANTES SOBRE EL BIENESTAR DEL ESTADO NUTRICIONAL DEL  
BINOMIO MADRE – NIÑO; REALIZADO EN LA CIUDAD DE SANTA CRUZ DE LA  
SIERRA, GESTIÓN 2015**

**Santa Cruz – Bolivia**

**2016**

## AGRADECIMIENTO

- A Dios, por haberme hecho retomar mis estudios universitarios, darme toda la fe y sabiduría necesaria para llegar a concluir mi carrera.
  
- A la Licenciada Miriam Milluni y el Ingeniero Johnny Arando por ser mis tutores y guías en este camino y compartir sus conocimientos de una manera desinteresada, tenerme mucha paciencia y darme apoyo e incentivo en todo momento.
  
- Al Ingeniero Guido Pérez por guiarme en la elaboración de la presentación de mi trabajo.
  
- Al Doctor Nelson Loayza, el Doctor Ángel Claros, la Licenciada Andreina Soria y la Licenciada Natalia Ramos por ser unos excelentes docentes y mostrarme en ellos un ejemplo a seguir.
  
- A la Empresa y Distribuidora de Subsidio E.B.A. por haberme acogido en su institución para la realización de esta investigación. Darles las gracias a Alejandro, Gabriel, Gustavo, Richard, Omar y Don Marcelo por toda la información y colaboración hacia mi persona.
  
- A mi primo Guillermo por ayudarme con el diseño e impresión de materiales, todo de manera desinteresada y con el mayor de los esfuerzos.

## DEDICATORIA

- Quiero dedicar este trabajo a mis padres que me han dado la existencia y en ella la capacidad por superarme y desear lo mejor en cada paso por este camino difícil y arduo de la vida.
- Y de manera especial para la persona que me enseñó a ser quien soy, a quien toma mis manos todos los días para aprender a luchar, el que me desvela por las noches y por las mañanas quita todo cansancio con su sonrisa, el que sonrío para mí y me llena por completo el corazón. Porque entiendo que hay niños que nacen teniéndolo todo, incluyendo un padre y otros que desde antes de nacer luchan y se enfrentan a mil desafíos saliendo siempre victoriosos, éste último sos vos mi amor, mi Bruno y estoy orgullosa de ser tu madre.

## INDICE DE CONTENIDO

	Pág.
AGRADECIMIENTO.....	i
DEDICATORIA.....	ii
INDICE DE CUADROS.....	vii
INDICE DE GRAFICOS.....	x
INDICE DE ANEXOS.....	xiv
RESUMEN.....	xvi
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
2.1 Descripción.....	2
2.2 Pregunta de investigación.....	2
2.3 Delimitación del problema.....	2
III. JUSTIFICACIÓN.....	4
3.1 Justificación Científica.....	4
3.2 Justificación Social.....	4
3.3 Justificación Personal.....	4
IV. OBJETIVOS.....	5
4.1 Objetivo General.....	5
4.2 Objetivos Específicos.....	5
V. MARCO CONCEPTUAL.....	6
VI. MARCO TEÓRICO.....	13
6.1 Base Conceptual.....	13
6.1.2 Ámbito Normativo Nacional.....	15

6.2 Subsidio Prenatal .....	25
6.3 Embarazo, cambios fisiológicos .....	30
6.4 Nutrientes esenciales en el embarazo .....	30
6.4.1 Recomendaciones nutricionales por grupo de alimentos .....	32
6.5 Incremento de las necesidades de energía y proteínas.....	33
6.5.1 Kilocalorías adicionales según trimestre en el embarazo.....	33
6.5.2 Proteínas según el trimestre del embarazo.....	34
6.6 Ácidos Grasos esenciales en el embarazo .....	34
6.7 Requerimientos nutricionales en el periodo de gestación.....	35
6.8 Estado Nutricional en el embarazo .....	36
6.8.1 Distribución de la ganancia de peso durante el embarazo.....	37
6.9 Efecto del estado nutricional de la madre sobre el recién nacido.....	38
6.10 Importancia del ácido fólico en el embarazo .....	39
6.11 Importancia del hierro en el embarazo .....	40
6.11.1 Inhibidores y facilitadores de la absorción del hierro.....	42
6.12 Importancia del calcio en el embarazo .....	43
6.13 Recomendaciones Generales en el Embarazo .....	44
VII. MARCO REFERENCIAL .....	45
VIII. HIPÓTESIS .....	48
IX. VARIABLES.....	48
9.1 Tipo de variables .....	48
9.2 Operacionalización de variables .....	49
X. DISEÑO METODOLÓGICO .....	51

10.1 Área de estudio .....	51
10.2 Tipo de estudio .....	52
10.3 Población y Muestra .....	53
10.4 Técnicas e instrumentos de recolección de la información.....	54
10.4.1 Técnicas .....	54
10.4.2 Instrumentos .....	55
10.5 Procedimientos para garantizar los aspectos éticos: .....	56
10.6 Procedimientos para garantizar la sistematización de la información.....	57
10.7 Procedimientos para garantizar el análisis de datos .....	58
XI. RESULTADOS .....	59
11.1 DATOS GENERALES .....	59
11.2 DATOS DE SALUD .....	66
11.3 TENENCIA DE VIVIENDA .....	68
11.4 UTILIZACIÓN DE PRODUCTOS .....	70
11.5 DATOS NUTRICIONALES .....	87
SUPLEMENTOS NUTRICIONALES PARA MUJERES EMBARAZADAS .....	91
11.6 EDUCACIÓN NUTRICIONAL .....	100
11.7 ANÁLISIS DE LAS FRECUENCIAS ALIMENTARIAS .....	104
11.8 ANÁLISIS DE LOS RECORDATORIOS DE 24 HORAS .....	113
11.9 COMPOSICIÓN QUÍMICA DE LOS PRODUCTOS DEL SUBSIDIO PRENATAL .....	114
11.10 REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES MUJERES EMBARAZADAS .....	174
11.11 COMPARACIÓN DEL CONTENIDO DEL PAQUETE PRENATAL CON LOS REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN EL EMBARAZO .....	175

11.12 PAQUETE RETROACTIVO 2015 .....	176
11.13 PRODUCTOS NUEVOS A PARTIR DE OCTUBRE 2015 .....	177
11.14 VENTA DE PRODUCTOS DEL SUBSIDIO PRENATAL .....	187
11.14.1 Venta en el mercado local .....	187
11.14.2 Venta por las redes sociales.....	188
11.15 ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL EN RECIÉN NACIDOS .....	189
XII. CONCLUSIONES .....	192
XIII. RECOMENDACIONES .....	194
XIV. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN .....	195
XV. BIBLIOGRAFÍA .....	196
<b>ANEXOS</b> .....	198

## ÍNDICE DE CUADROS

	Pág.
CUADRO 1 – PAQUETE PRENATAL URBANO	25
CUADRO 2 – PAQUETE PRENATAL RURAL	27
CUADRO 3 – NUTRIENTES-FUNCIONES-FUENTES ALIMENTARIAS	31
CUADRO 4 – KILOCALORÍAS ADICIONALES SEGÚN TRIMESTRE EN EL EMBARAZO	33
CUADRO 5 – DOSIS DE PROTEINAS SUPLEMENTARIAS	34
CUADRO 6 – DISTRIBUCIÓN DE GANANCIA DE PESO DURANTE EL EMBARAZO	38
CUADRO 7 – POBLACIÓN Y MUESTRA	54
CUADRO 8 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN ÁREA DE PROCEDENCIA	59
CUADRO 9 – PROMEDIO DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN SU NIVEL DE INSTRUCCIÓN	60
CUADRO 10 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN SU OCUPACIÓN ACTUAL	62
CUADRO 11 – CONCENTRACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN SU ESTADO CIVIL	63
CUADRO 12 – AGRUPACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN NÚMERO DE MIEMBROS EN SU FAMILIA	64
CUADRO 13 – PROMEDIO EN EL INGRESO FAMILIAR DE LAS MUJERES EMBARAZADAS	65
CUADRO 14 – DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN ANTECEDENTES PATOLÓGICOS ANTES DEL EMBARAZO	66
CUADRO 15 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE PRESENTARON ALGUNA COMPLICACIÓN DURANTE EL EMBARAZO	67
CUADRO 16 – DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN LA ZONA DONDE VIVEN	68
CUADRO 17 – DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN TIPO DE VIVIENDA	69
CUADRO 18 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS CON CONOCIMIENTO DE LA CANTIDAD DE PRODUCTOS QUE RECIBEN	70
CUADRO 19 – DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DE LA ENTREGA A LAS MUJERES EMBARAZADAS	71
CUADRO 20 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE ALGUNA VEZ	76

VENDIÓ ALGÚN PRODUCTO DEL SUBSIDIO	
CUADRO 21 – DETALLE DEL LUGAR O PERSONA DONDE LAS BENEFICIARIAS ALGUNA VEZ HAN VENDIDO ALGÚN PRODUCTO	77
CUADRO 22 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE CONSUMEN LOS PRODUCTOS DE FORMA DIARIA	78
CUADRO 23 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE TIENEN UN SOBRANTE DE PRODUCTOS LUEGO DE CONCLUIDO EL MES	79
CUADRO 24 – MOTIVOS DEL SOBRANTE DE PRODUCTOS LUEGO DE CUNCLUIDO EL MES	80
CUADRO 25 – DESTINOS DEL SOBRANTE DE PRODUCTOS EN LAS MUJERES EMBARAZADAS	81
CUADRO 26 – DETALLE DE LA PERSONA ENCARGADA DE LA PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS EN LAS VIVIENDAS DE LAS MUJERES EMBARAZADAS	82
CUADRO 27 – EXISTENCIA DE ALGÚN PRODUCTO EN DESAGRADO EN LAS MUJERES EMBARAZADAS	83
CUADRO 28 – DETALLE DE LOS PRODUCTOS EN DESAGRADO DE LAS MUJERES EMBARAZADAS	84
CUADRO 29 – PROMEDIO DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE POSEEN HELADERA EN SU VIVIENDA	86
CUADRO 30 – DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE COMIDA EN LA DIETA DIARIA DE LAS MUJERES EMBARAZADAS	87
CUADRO 31 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE HAN MODIFICADO SU ALIMENTACIÓN LOS ÚLTIMOS MESES	88
CUADRO 32 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE CONSUMEN ALGÚN SUPLEMENTO EN SU DIETA DIARIA	89
CUADRO 33 – DETALLE DE LOS SUPLEMENTOS QUE CONSUMEN DE MANERA DIARIA LAS MUJERES EMBARAZADAS	90
CUADRO 34 – INFORMACION NUTRICIONAL DE LOS SUPLEMENTOS NUTRICIONALES	91
CUADRO 35 – EVALUACIÓN NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS DEL SUBSIDIO PRENATAL	92
CUADRO 36 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE DICEN CONOCER LOS BENEFICIOS DE LOS PRODUCTOS	100
CUADRO 37 – DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE ALGUNA VEZ HAN RECIBIDO ALGÚN MATERIAL EDUCATIVO	101
CUADRO 38– PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE ALGUNA VEZ HAN PARTICIPADO DE UN TALLER O CAPACITACIÓN	102

CUADRO 39 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE LES GUSTARÍA RECIBIR UN RECETARIO JUNTO A SU LOTE DE PRODUCTOS	103
CUADRO 40 – REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN EL SEGUNDO TRIMESTRE DE EMBARAZO	174
CUADRO 41 – REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN EL TERCER TRIMESTRE DE EMBARAZO	174
CUADRO 42 – MACRO Y MICRONUTRIENTES DEL PAQUETE PRENATAL URBANO	175
CUADRO 43 – MACRO Y MICRONUTRIENTES DEL PAQUETE PRENATAL RURAL	175
CUADRO 44 – PAQUETE RETROACTIVO 2015	176
CUADRO 45 – PRODUCTOS NUEVOS PRESENTES EN LOS SUBSIDIOS PRENATALES A PARTIR DE OCTUBRE DE 2015	177
CUADRO 46 – DISTRIBUCION PORCENTUAL DE LOS RECIEN NACIDOS SEGÚN PESO PARA LA TALLA	189
CUADRO 47 – DISTRIBUCION PORCENTUAL DE LOS RECIEN NACIDOS SEGÚN PESO PARA LA EDAD	190
CUADRO 48 – DISTRIBUCION PORCENTUAL DE LOS RECIEN NACIDOS SEGÚN TALLA PARA LA EDAD	191

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1 – EDAD GESTACIONAL PARA DETERMIANAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN EL EMBARAZO	37
GRÁFICO 2 – PORCENTAJE DE MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN SU ÁREA DE PROCEDENCIA	59
GRÁFICO 3 – DISTRIBUCIÓN DE LA BENEFICIARIA SEGÚN SU NIVEL DE INSTRUCCIÓN ALCANZADO	60
GRÁFICO 4 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN SU LUGAR DE PROCEDENCIA	61
GRÁFICO 5 – CLASIFICACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN SU OCUPACIÓN ACTUAL	62
GRÁFICO 6 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARAS SEGÚN SU ESTADO CIVIL	63
GRÁFICO 7 – DISTRIBUCIÓN DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN EL NÚMERO DE MIEMBROS FAMILIARES	64
GRÁFICO 8 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN SU INGRESO MENSUAL	65
GRÁFICO 9 – PORCENTAJES DE LOS ANTECEDENTES PATOLÓGICOS DE LAS BENEFICIARIAS	66
GRÁFICO 10 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN LA PRESENTIACIÓN DE ALGUNA COMPLICACIÓN EN EL EMBARAZO	67
GRÁFICO 11 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN LA ZONA DE SU VIVIENDA	68
GRÁFICO 12 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN EL TIPO DE VIVIENDA QUE POSEE	69
GRÁFICO 13 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN CONOCIMIENTO DE LA CANTIDAD DE PRODUCTOS RECIBIDA	70
GRÁFICO 14 – PORCENTAJE DEL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO MENSUAL	71
GRÁFICO 15 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL LUGAR DE PROCEDENCIA DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DEL LOTE MENSUAL LUEGO DEL RECOJO	72
GRÁFICO 16 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO CIVIL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DEL LOTE MENSUAL LUEGO DEL RECOJO	73

GRÁFICO 17 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO	74
GRÁFICO 18 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE MIEMBROS FAMILIARES SEGÚN EL DESTINO DEL LOTE MENSUAL LUEGO DEL RECOJO	75
GRÁFICO 19 – PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADS QUE ALGUNA VEZ HAN VENDIDO ALGÚN PRODUCTO DEL SUBSIDIO	76
GRÁFICO 20 – PORCENTAJE DE LA PERSONA O LUGAR DONDE ALGUNA VEZ HAN VENDIDO ALGÚN PRODUCTO	77
GRÁFICO 21 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN EL CONSUMO DE PRODUCTOS DE MANERA DIARIA	78
GRÁFICO 22 – PORCENTAJE DE LA EXISTENCIA DE PRODUCTOS SOBRANTES	79
GRÁFICO 23 – PORCENTAJE DE LOS MOTIVOS DEL SOBRANTE DE PRODUCTOS	80
GRÁFICO 24 – PORCENTAJE DEL DESTINO DE PRODUCTOS SOBRANTES	81
GRÁFICO 25 – PORCENTAJE DE LA PERSONA ENCARGADA DE PREPARAR LOS ALIMENTOS	82
GRÁFICO 26 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN DESAGRADO DE ALGÚN PRODUCTO	83
GRÁFICO 27 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE PRODUCTOS EN DESAGRADO EN LAS BENEFICIARIAS	85
GRÁFICO 28 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS QUE POSEEN HELADERA	86
GRÁFICO 29 – PORCENTAJES DE LOS TIEMPOS DE COMIDAS DE LAS BENEFICIARIAS	87
GRÁFICO 30 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN MODIFICACIÓN DE LA DIETA	88
GRÁFICO 31 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL SEGÚN CONSUMO DE ALGÚN SUPLEMENTO	89
GRÁFICO 32 – PORCENTAJES DE LOS SUPLEMENTOS CONSUMIDOS POR LAS EMBARAZADAS	90
GRÁFICO 33 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN SU ESTADO NUTRICIONAL	92
GRÁFICO 34 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN SU NIVEL DE INSTRUCCIÓN	93
GRÁFICO 35 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN SU ESTADO CIVIL	94
GRÁFICO 36 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN SU PROCEDENCIA	95

GRÁFICO 37 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO	96
GRÁFICO 38 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN LA VENTA DE ALGÚN PRODUCTO	97
GRÁFICO 39 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN TIEMPOS DE COMIDAS DIARIAS	98
GRÁFICO 40 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN CONSUMO DE ALGÚN SUPLEMENTO	99
GRÁFICO 41 – DISTRIBUCIÓN DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN CONOCIMIENTO DE BENEFICIOS DE LOS PRODUCTOS	100
GRÁFICO 42 – PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS QUE HAN RECIBIDO MATERIAL EDUCATIVO	101
GRÁFICO 43 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS QUE HAN PARTICIPADO DE ALGÚN TALLER	102
GRÁFICO 44 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS QUE LES GUSTARÍA RECIBIR UN RECETARIO JUNTO A SUS PRODUCTOS	103
GRÁFICO 45 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN CONSUMO DE PRODUCTOS LÁCTEOS	104
GRÁFICO 46 – DISTRIBUCIÓN DE LOS PRODUCTOS LÁCTEOS SEGÚN PORCENTAJES DE CONSUMO DIARIO	104
GRÁFICO 47 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN CONSUMO DE PRODUCTOS CÁRNICOS	105
GRÁFICO 48 – DISTRIBUCIÓN DE LOS PRODUCTOS CÁRNICOS SEGÚN PORCENTAJE DE CONSUMO DIARIO	105
GRÁFICO 49 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN CONSUMO DE FIAMBRES Y EMBUTIDOS	106
GRÁFICO 50 – DISTRIBUCIÓN DE LOS DISTINTOS FIAMBRES Y EMBUTIDOS SEGÚN CONSUMO DIARIO	106
GRÁFICO 51 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN CONSUMO DE VERDURAS	107
GRÁFICO 52 – DISTRIBUCIÓN DE LAS DISTINTAS VERDURAS SEGÚN CONSUMO DIARIO	107
GRÁFICO 53 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LEGUMINOSAS SEGÚN CONSUMO DE LAS BENEFICIARIAS	108
GRÁFICO 54 – DISTRIBUCIÓN DE LAS DISTINTAS LEGUMINOSAS SEGÚN CONSUMO	108

DIARIO	
GRÁFICO 55 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE TUBÉRCULOS SEGÚN CONSUMO DE LAS BENEFICIARIAS	109
GRÁFICO 56 – DISTRIBUCIÓN DE LOS DISTINTOS TUBÉRCULOS SEGÚN CONSUMO DIARIO	109
GRÁFICO 57 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE FRUTAS SEGÚN CONSUMO DE LAS EMBARAZADAS	110
GRÁFICO 58 – DISTRIBUCIÓN DE LAS FRUTAS SEGÚN PORCENTAJE DE CONSUMO DIARIO	110
GRÁFICO 59 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE CEREALES Y PANES SEGÚN EL CONSUMO DE LAS BENEFICIARIAS	111
GRÁFICO 60 – DISTRIBUCIÓN DE CEREALES Y PANES SEGÚN CONSUMO DIARIO	111
GRÁFICO 61 – DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE OTROS PRODUCTOS SEGÚN EL CONSUMO DE LAS EMBARAZADAS	112
GRÁFICO 62 – DISTRIBUCIÓN DE OTROS PRODUCTOS SEGÚN CONSUMO DIARIO DE LAS BENEFICIARIAS	112
GRAFICO 63 – ANALISIS DEL PESO PARA LA TALLA EN LOS RECIEN NACIDOS	189
GRAFICO 64 – DISTRIBUCION DE LOS RECIEN NACIDOS SEGÚN EL ANALISIS DE SU PESO PARA LA EDAD	190
GRAFICO 65 – ANALISIS DE LA TALLA PARA LA EDAD EN LOS RECIEN NACIDOS	191

## ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO 1 – ANALISIS DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN SEGÚN EL LUGAR DE PROCEDENCIA DE LA BENEFICIARIA	199
ANEXO 2 – ANALISIS DEL ÁREA DE PROCEDENCIA DE LAS GESTANTES SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO	199
ANEXO 3 – ANALISIS DEL ESTADO CIVIL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DE LA ENTREGA	200
ANEXO 4 – ANALISIS DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS GESTANTES SEGUN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO	200
ANEXO 5 – ANALISIS DEL NUMERO DE MIEMBROS FAMILIARES SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS DE LA ENTREGA MENSUAL	201
ANEXO 6 – ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS GESTANTES Y EL NIVEL DE INSTRUCCIÓN ALCANZADO	202
ANEXO 7 – ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN EL ESTADO CIVIL	202
ANEXO 8 – ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS GESTANTES SEGÚN EL EL AREA DE PROCEDENCIA	203
ANEXO 9 – ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS Y EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DE LA ENTREGA	203
ANEXO 10 –ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS GESTANTES SEGÚN LA LA VENTA DE ALGUN PRODUCTO	204
ANEXO 11 –ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS GESTANTES SEGÚN SUS TIEMPOS DE COMIDAS DIARIOS	204
ANEXO 12 –ANALISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS EMBARAZADAS Y EL CONSUMO DE ALGUN SUPLEMENTO NUTRICIONAL	205
ANEXO 13 – CONSUMO DE PRODUCTOS LACTEOS	206
ANEXO 14 – CONSUMO DE PRODUCTOS CARNICOS	206
ANEXO 15 – CONSUMO DE FIAMBRES Y EMBUTIDOS	207
ANEXO 16 –CONSUMO DE VERDURAS	207
ANEXO 17 – CONSUMO DE LEGUMINOSAS	208
ANEXO 18 – CONSUMO DE TUBERCULOS	208
ANEXO 19 – CONSUMO DE FRUTAS	209
ANEXO 20 – CONSUMO DE CEREALES Y PANES	209

ANEXO 21 – CONSUMO DE OTROS ALIMENTOS	210
ANEXO 22 – FOTOGRAFIAS DE LA COMERCIALIZACION DE PRODUCTOS EN EN MERCADO LOCAL	211
ANEXO 23 – FOTOGRAFIAS DE LA COMERCIALIZACION DE PRODUCTOS EN LAS REDES SOCIALES	212
ANEXO 24 –MODELO DE LA ENCUESTA REALIZADA PARA LA RECOLECCION DE DATOS	214

## RESUMEN

---

UNIVERSIDAD EVANGÉLICA BOLIVIANA

Carrera: Nutrición y Dietética

Nombre: Romina Céspedes Gutiérrez

Modalidad de Graduación: Tesis de Licenciatura

Título: “Análisis del impacto del consumo del subsidio prenatal en mujeres gestantes sobre el bienestar del estado nutricional del binomio madre – niño(a) en la Ciudad de Santa Cruz de la Sierra”

El objetivo de este trabajo es analizar el consumo de los productos del subsidio prenatal para mujeres embarazadas y cómo se refleja éste en el estado nutricional de la madre y el niño(a) al momento de nacer. El INASES (Instituto Nacional de Seguros de Salud) dependiente del Ministerio de Salud y Deportes del Estado Plurinacional de Bolivia, posee la Unidad de Asignaciones Familiares que lleva a cabo el subsidio prenatal y de lactancia para los trabajadores afiliados en los distintos seguros de salud de todos los departamentos del país. El programa de subsidios prenatales en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra es distribuido por la empresa E.B.A. (Empresa Boliviana de Almendras y Derivados) cuenta con más de quinientas beneficiarias que reciben un lote de variados productos destinados a su alimentación con la finalidad de mejorar el estado nutricional que beneficien a la madre y al niño(a) desde el momento de nacer. Lastimosamente en los diferentes mercados de la ciudad existe la comercialización de dichos productos y ésta venta por parte de las beneficiarias que en su mayoría desconoce la realización de preparaciones donde incluyan los productos, las lleva a tener carencias o excesos durante el periodo de gestación y repercute directamente en su estado nutricional.

Para recoger la información se determinó la muestra de doscientas veintitrés beneficiarias, en ellas se realizó la recolección de datos mediante una encuesta que buscaba establecer hábitos de consumo, frecuencias alimentarias, datos de salud y educación alimentaria entre otros. Se determinó el estado nutricional de las gestantes mediante el índice de masa corporal, con la previa toma de peso y talla. Para la realización de este trabajo se pidió autorización al Instituto Nacional de Seguro de Salud, mediante cartas emitidas por la Universidad y previas reuniones con la autoridad de la distribuidora para lograr de esta manera abrir las puertas de las oficinas y tener un contacto con las beneficiarias.

Como resultado de la descripción del consumo de los productos del subsidio prenatal es que se encontró un bajo consumo de productos lácteos, cereales y leguminosas según frecuencias de consumo diario. Luego del recojo mensual, una de cada tres embarazadas comparten sus productos reduciendo de esta manera el consumo de parte de su persona. Se encontró una prevalencia de sobrepeso y obesidad del sesenta y cuatro por ciento en las mujeres embarazadas. De esta manera se establece la falta de educación alimentaria nutricional en la población ya que el aproximadamente el cincuenta por ciento de las encuestadas mencionó desconocer el modo de preparación de los productos.

El estado nutricional de las embarazadas tiene incidencia en el estado nutricional del niño(a) al momento de nacer, se encontraron más del noventa por ciento de niños nacidos con un peso y talla normal para la edad, se cree que las consecuencias de los altos índices de sobrepeso y obesidad en la madre, se reflejan en el niño (a) en el transcurso de los primeros dos años de vida.

Santa Cruz – Bolivia  
2016

## **I. INTRODUCCIÓN**

Durante el periodo de gestación existen cambios corporales en el organismo de la mujer embarazada que aumentan las necesidades de energía y nutrientes para cubrir las demandas del bebe en formación. La madre debe cubrir estas necesidades mediante su alimentación, es por esto que el INASES (Instituto Nacional de Seguros de Salud) dependiente del Ministerio de Salud y Deportes del Estado Plurinacional de Bolivia, posee la Unidad de Asignaciones Familiares que lleva a cabo el subsidio prenatal y de lactancia en todos los Departamentos.

En la ciudad de Santa Cruz de la Sierra existe una empresa llamada E.B.A. (Empresa Boliviana de Almendras y Derivados) encargada de la distribución de estos subsidios. Ésta entrega mensual consiste en 60 tipos de productos gratuitos para el consumo diario en la alimentación de la mujer embarazada y el niño(a) a partir de los seis meses hasta el año de edad.

Éstos productos tienen como objetivo complementar la alimentación de la madre para tener un óptimo estado nutricional durante el embarazo para garantizar de esta manera un embarazo saludable, sin complicaciones ni riesgos, que beneficien a la madre y al niño(a) y reduzcan el riesgo de padecer enfermedades.

Para la realización de esta investigación se realizó un estudio probabilístico al azar según la obtención de la muestra a partir del universo que son 538 beneficiarias en la ciudad de Santa Cruz del subsidio prenatal. Se midieron hábitos de consumo mediante encuestas, entrevistas y observación a las mujeres embarazadas.

La finalidad de este trabajo es el análisis descriptivo del consumo de los productos del subsidio prenatal y cómo repercute éste en el estado nutricional del binomio madre – niño.

## **II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **2.1 Descripción**

Actualmente el programa de subsidios prenatal de la Ciudad de Santa Cruz de la Sierra, cuenta con más de 538 mujeres beneficiarias, que cada mes reciben su lote de subsidio. Lastimosamente en los diferentes mercados de la ciudad existen puestos de venta que ofrecen productos pertenecientes a esta entrega mensual. Ésta venta por parte de las beneficiarias, que en su mayoría desconocen la realización de preparaciones donde incluyan los productos destinados a su alimentación, las lleva a tener carencias en la alimentación diaria durante el periodo de gestación que repercute en el estado general de salud de la madre y se refleja en el bienestar del estado nutricional del recién nacido.

### **2.2 Pregunta de investigación**

¿Cómo el consumo del subsidio prenatal en mujeres gestantes repercute en el estado nutricional del binomio madre – niño en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra en el año 2015?

### **2.3 Delimitación del problema**

#### **a) Delimitación temporal**

El análisis del consumo de los productos del subsidio prenatal se realizó desde el mes de Agosto a Diciembre del año 2015.

## **b) Delimitación espacial**

El estudio se llevó a cabo en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra – Bolivia, en las 3 sucursales de la Empresa E.B.A.

- Sucursal EBA San Aurelio, ubicada en la avenida San Aurelio entre 2do y 3er anillo
- Sucursal EBA Equipetrol, ubicada en el 3er anillo externo entre avenida San Martín y Canal Isuto
- Sucursal EBA Montero, ubicada en la calle Bolívar entre calle Pirai y calle Guabirá

## **c) Delimitación sustancial**

El enfoque del estudio se basa en el área clínica respecto a la descripción del consumo de los productos del subsidio prenatal, y cómo repercute éste en el estado nutricional de la madre y el niño. Así mismo también se enfoca al área de salud pública mediante el estudio de las políticas planteadas por el Ministerio de Salud para prevenir, recuperar y rehabilitar el estado nutricional de las mujeres embarazadas.

### **III. JUSTIFICACIÓN**

#### **3.1 Justificación Científica**

Al realizar un análisis descriptivo del consumo de los productos del subsidio, se identificó el destino de los productos luego de ser entregados a la beneficiaria, conociendo el porcentaje de consumo de los mismos y mostrando el impacto sobre el estado nutricional de la embarazada mediante la relación del peso y la talla con las semanas de gestación, y el niño(a) al momento de nacer mediante medidas antropométricas.

#### **3.2 Justificación Social**

A partir de este estudio se pueden plantear lineamientos y estrategias que permitan mejorar el consumo de los productos del subsidio en su totalidad, lo cual se verá reflejado en el estado nutricional de la sociedad cruceña.

#### **3.3 Justificación Personal**

La razón por la cual se llevó a cabo este trabajo es que pude acceder a este beneficio del programa de subsidios y gracias al consumo de los productos pude lograr un embarazo saludable, sin ningún tipo de complicaciones ni riesgos, pude alcanzar una lactancia materna exitosa y un óptimo estado nutricional de mi hijo.

## **IV. OBJETIVOS**

### **4.1 Objetivo General**

Analizar el impacto del consumo del subsidio prenatal en mujeres gestantes sobre el bienestar del estado nutricional el binomio madre – niño en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra.

### **4.2 Objetivos Específicos**

- Determinar la cantidad de productos del subsidio prenatal que son consumidos en la dieta diaria de las beneficiarias.
- Demostrar el destino de los productos recibidos del subsidio prenatal a partir de la entrega mensual a las madres gestantes
- Mostrar el efecto del consumo de los productos del subsidio prenatal sobre el estado nutricional de la mujer embarazada y el niño al momento de nacer, a través del I.M.C. (Índice de Masa Corporal) y la medida antropométrica Peso/Edad respectivamente.
- Realizar un análisis sobre los productos entregados en el subsidio para conocer su información nutricional determinando así la cantidad de macro y micro nutrientes disponibles en la alimentación de la beneficiaria.

## **V. MARCO CONCEPTUAL**

### **5.1 Alimentación**

Es la acción de consumir alimentos para satisfacer la necesidad alimentaria del individuo. En la alimentación intervienen varios aspectos: desde la zona geográfica, la disponibilidad de alimentos en la región, y las diversas experiencias u costumbres que están en cada una de ellas que va desde la manera en que se seleccionan, hasta que se preparan, la forma en que se consumen, condicionado de alguna manera por el poder adquisitivo de la familia.<sup>1</sup>

### **5.2 Alimento**

Es la parte comestible de los productos como: leche, huevos, carne y vegetales, frutas, cereales, tubérculos, leguminosas y otros, los cuales además de ser vehículo de nutrientes satisfacen al hombre, son un integrador social.<sup>2</sup>

### **5.3 Nutrición**

Es la utilización de los nutrientes contenidos en los alimentos que necesita el organismo para su normal funcionamiento. El organismo transforma los alimentos, selecciona nutrientes, los absorbe y utiliza para el normal funcionamiento del organismo.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Ministerio de Desarrollo Humano de Bolivia, "Prevalencia de enfermedades", 1995.

<sup>2</sup> Alimentación, Consumo y Salud, Díaz y Gómez, 2008

<sup>3</sup> L. kathelnn Mahan, Sylvia Escott, "Nutrición y Dietoterapia de Krause, 8va edición, Editorial Mc Graw Hill 2000

## **5.4 Nutriente**

Son compuestos químicos que componen los alimentos (proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas y minerales) estos se encuentran en pequeñas cantidades en los alimentos y son indispensables para el normal funcionamiento del organismo.<sup>4</sup>

## **5.5 Estado de nutrición**

Es la condición en que se encuentra un individuo como resultado de su alimentación y medio ambiente (desnutrido, normal, sobrepeso, obeso).<sup>5</sup>

## **5.6 Índice de masa corporal**

Es una medida entre el peso y la talla de un individuo usado como indicador para evaluar el estado nutricional.<sup>6</sup>

## **5.7 Dieta**

Régimen que se manda observar a los enfermos o convalecientes en el comer y beber.<sup>7</sup>

## **5.8 Lactante**

Un niño(a) menor de dos años que necesita alimentarse de la leche materna para su subsistencia.<sup>8</sup>

---

<sup>4</sup> L. kathelnn Mahan, Sylvia Escott, "Nutrición y Dietoterapia de Krause, 8va edición, Editorial Mc Graw Hill 2000

<sup>5</sup> ASTIASARÁN, I.; MARTÍNEZ, J.A. (2000). Alimentos: composición y propiedades. McGraw-Hill Interamericana. Madrid.

<sup>6</sup> Alimentación, Consumo y Salud, Díaz y Gómez, 2008

<sup>7</sup> BELLO GUTIÉRREZ, J. (2005). Calidad de vida, alimentos y salud humana.

## **5.9 Asignaciones Familiares**

Se entiende como aquellas prestaciones en especie o en dinero que los empleadores deben otorgar a los trabajadores y/o beneficiarios de acuerdo a disposiciones vigentes que regulan la otorgación de las mismas en todo el territorio nacional.<sup>9</sup>

## **5.10 Unidad de Asignaciones Familiares**

Es el departamento que administra el Régimen de Asignaciones Familiares, dependiente del INASES.<sup>10</sup>

## **5.11 Reglamento de Asignaciones Familiares**

Es el instrumento que norma y regula la participación de todos los actores sociales que integran el Programa de Asignaciones Familiares (Proveedores, Distribuidores, Empleadores, Entes Gestores y Trabajadores), a fin que los subsidios correspondientes al Régimen de Asignaciones Familiares cumplan con lo establecido en el Código de Seguridad Social y Constitución Política de Estado, sean entregados oportunamente al trabajador afiliado a la seguridad social o sus beneficiarios.<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> MATAIX, J. (2009). Nutrición y alimentación humana. Vol. I y II. 2ª ed. Ed. Ergon, Madrid

<sup>9</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

<sup>10</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

<sup>11</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

## **5.12 Caja de Salud**

Cada una de las instituciones de carácter público, encargada por el Estado de la gestión y aplicación del Código de Seguridad Social en los respectivos grupos laborales.<sup>12</sup>

## **5.13 Subsidio**

Las prestaciones periódicas reconocidas a los asegurados en los casos de incapacidad temporal por enfermedad común, maternidad, accidente de trabajo y enfermedad profesional y las acordadas por el Régimen de Asignaciones Familiares.<sup>13</sup>

## **5.14 Prestaciones**

Los beneficios otorgados en especie o en dinero (alimentos, sanitarios, y otros), por cuyo medio la Seguridad Social realiza la protección del trabajador y su familia.<sup>14</sup>

## **5.15 Fecha de Elaboración**

Fecha con la cual se distinguen los lotes individuales y que indica la fecha en la cual se terminó la producción/fabricación, usualmente expresada por el mes y el año.<sup>15</sup>

---

<sup>12</sup> Instituto Nacional de Seguros de Salud, Bolivia 2011

<sup>13</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

<sup>14</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

<sup>15</sup> KUKLINSKI, C. (2003). Nutrición y Bromatología. Omega. Barcelona.

### **5.16 Fecha de vencimiento – Expiración o Caducidad**

Fecha impresa en el envase inmediato de un producto de forma visible, que designa la fecha hasta la cual se espera que el producto satisfaga las especificaciones y seguridad del mismo. <sup>16</sup>

### **5.17 Empleador**

La persona natural o jurídica a quien se presta el servicio o por cuya cuenta u orden se efectúa el trabajo, mediante un contrato público o privado, expreso o presunto de trabajo, o de aprendizaje, cualquiera sea la forma o modalidad de remuneración. <sup>17</sup>

### **5.18 Afiliado**

Es la persona incorporada al seguro social obligatorio de corto o largo plazo. <sup>18</sup>

### **5.19 Trabajador Asegurado**

La persona, sea obrero, empleado, o miembro de una cooperativa de producción o aprendiz, que está sujeto al campo de aplicación del Código de Seguridad Social. <sup>19</sup>

---

<sup>16</sup> FENNEMA, O. (2000). Química de los alimentos. Acribia. Zaragoza.

<sup>17</sup> Gonzalo, Quintanilla, Calvimontes, “Derecho del trabajador y la Seguridad Social”, 2000

<sup>18</sup> Gonzalo, Quintanilla, Calvimontes, “Derecho individual del trabajo”, 3era edición, 2005

<sup>19</sup> Instituto Nacional de Seguros de Salud, Bolivia 2011

## **5.20 Beneficios Sociales**

Derechos que adquiere el trabajador desde el inicio de relación laboral, y para que el trabajador se haga acreedor de dichos beneficios deben cumplirse determinadas condiciones.<sup>20</sup>

## **5.21 Beneficiario**

Los miembros de la familia del titular asegurado protegidos por las disposiciones del Código de Seguridad Social.<sup>21</sup>

## **5.22 Envase**

Todo tipo de recipiente unitario que no forma parte de la naturaleza del producto (incluido paquetes o envolturas) con la misión específica de mantener su calidad y protegerlo de cualquier deterioro o contaminación, para facilitar su manipulación, transporte y distribución.<sup>22</sup>

## **5.23 Registro Sanitario**

Procedimiento por el cual un determinado producto pasa por una estricta evaluación para su distribución a beneficiarios del Programa de Asignaciones Familiares.<sup>23</sup>

---

<sup>20</sup> Dick, "Legislación Laboral Boliviana, 5ta edición, 2012

<sup>21</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

<sup>22</sup> BELLO GUTIÉRREZ, J. (2005). Calidad de vida, alimentos y salud humana.

<sup>23</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

## **5.24 Servicio de Salud**

Cualquier institución u organización gubernamental, no gubernamental, semiestatal, privada o de la iglesia, o un profesional de la salud, dedicado a brindar, directa o indirectamente, atención de salud o de educación sanitaria, incluidos los centros de puericultura, las guarderías y otros servicios afines.<sup>24</sup>

## **5.25 Sistema Boliviana de Salud**

Comprende todos los establecimientos y los niveles de atención del Ministerio de Salud y Deportes, Hospitales; Centros de Salud y maternidades de la Seguridad Social, de organismos no gubernamentales, de organizaciones privadas, entidades religiosas y la medicina tradicional, que se ocupan directa o indirectamente, del cuidado de la salud de niños(as), mujeres y población en general.<sup>25</sup>

## **5.26 Macronutriente**

Son aquellos nutrientes que suministran la mayor parte de la energía metabólica del organismo.<sup>26</sup>

## **5.27 Micronutriente**

Son sustancias que el organismo de los seres vivos necesita en pequeña dosis, son indispensables para los diferentes procesos metabólicos.<sup>27</sup>

---

<sup>24</sup> Instituto Nacional de Seguros de Salud, Bolivia 2011

<sup>25</sup> Ministerio de Salud, "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia 2011

<sup>26</sup> BELLO GUTIÉRREZ, J. (2005). Calidad de vida, alimentos y salud humana.

<sup>27</sup> FENNEMA, O. (2000). Química de los alimentos. Acribia. Zaragoza.

## **VI. MARCO TEÓRICO**

### **6.1 Base Conceptual**

#### **Los Derechos Humanos y su relación con los conceptos de Seguridad Social, Soberanía y Seguridad Alimentaria Nutricional**

Los Derechos Humanos (DDHH) son inherentes a todo ser humano, tienen carácter universal, son interdependientes, integrales e indivisibles, y se aplican a todas las personas bajo criterio de la no discriminación. Este referente doctrinal comprende por ende a la categoría de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales (DESC), de cuyo cuerpo forma parte la Seguridad Social, entendida como el derecho de toda persona a contar con protección del Estado frente a las consecuencias de la desocupación involuntaria, la vejez y la discapacidad proveniente de cualquier causa ajena a su voluntad, que la imposibilite física o mentalmente obtener sus medios de subsistencia. La Seguridad Social, de acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo, contiene los siguientes componentes: asistencia médica preventiva, prestaciones monetarias de enfermedad, prestaciones de desempleo, prestaciones de vejez, prestaciones en caso de accidente de trabajo y de enfermedad profesional, prestaciones familiares, prestaciones de maternidad, prestaciones de invalidez y prestaciones de sobrevivencia.

Bajo este marco doctrinal, la Seguridad Social adquiere la dimensión de los Derechos Humanos y su aplicabilidad no es más que la reivindicación y/o ejercicio de ciudadanía de uno de los Derechos Sociales fundamentales de las personas en condiciones particulares, como son la maternidad y la lactancia. La evolución de este concepto se consolida cuando la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) define la Seguridad Social en el marco de la “Declaración

Universal de los Derechos Humanos”, concibiéndola como un Derecho Humano y Derecho Social irrenunciable, imprescriptible e inalienable<sup>28</sup>

A la luz del principio de integridad e interdependencia de los Derechos Humanos, la alimentación y nutrición adecuada, así como la seguridad social, son consideradas como necesidades existenciales y fundacionales del Desarrollo Humano, en tanto y cuanto el alimento adquiere una dimensión humana a medida que transforma a hombres y mujeres en seres humanos bien nutridos, saludables y dignos.

Por otra parte, la práctica alimentaria nutricional, expresada en la provisión del subsidio prenatal y de lactancia, transversalidad por los conceptos del Derecho a la Alimentación Adecuada y el Derecho a la Seguridad Social, se basa principalmente en el pensamiento del desarrollo y los Derechos Económicos, Sociales y Culturales (DESC). Es, en este contexto, que elementos como los de Soberanía Alimentaria (SOBAL)<sup>29</sup> y Seguridad Alimentaria Nutricional (SAN)<sup>30</sup> se convierten particularmente en relevantes y se hallan inseparablemente vinculados a la justicia social, constituyéndose bajo la premisa de aprovechar las capacidades productivas existentes a nivel local o regional, integrando las capacidades productivas existentes a nivel local o regional, integrando las necesidades nutricionales del grupo vulnerable afectado por la inseguridad alimentaria (familia, madre/niño) y los intereses comerciales de los productores locales, con miras a la realización progresiva del derecho a una alimentación adecuada.

---

<sup>28</sup> Declaración de los Derechos Humanos, Arts. 22 y 25, 10 de diciembre de 1948

<sup>29</sup> La Soberanía Alimentaria (SOBAL) AIPE

<sup>30</sup> La Seguridad Alimentaria Nutricional (SAN) AIPE

### **6.1.2 Ámbito Normativo Nacional**

La economía jurídica boliviana está constituida por una estructura formal de normas interrelacionadas que están estructuradas de conformidad a su jerarquía (Pirámide de Kelsen).

#### **Constitución Política del Estado (CPE)**

Los siguientes artículos se refieren a la seguridad social – subsidio prenatal y de lactancia:

**Artículo 7, incisos a), b) y k)** La Seguridad Social no es más que la reivindicación del derecho fundamental de acceder a condiciones idóneas en lo que hace a salud, a recibir la protección del Estado en condiciones particulares, como es el de maternidad y lactancia, por lo que el Estado Boliviano, mediante la aplicación del subsidio de lactancia y prenatal, no hace más que difundir los principios constitucionales expresados en el Artículo 7 del citado cuerpo normativo como derechos intrínsecos de cada boliviano y que se encuentran en directa relación con los artículos 22 y 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos.

El capítulo de Régimen Social, Artículo 157, versa sobre la protección del Estado que garantiza los derechos básicos de los trabajadores bolivianos y su reconocimiento para recibir la protección en circunstancias especiales como la maternidad. Es de vital importancia comprender el alcance del Artículo 158, que expresa la responsabilidad del Estado, en los numerales I y III: El Estado asume la obligación de defender el capital humano del país no simplemente como una declaración sino como un principio económico de inversión, pues al mantener a la población en condiciones óptimas de salud repercute directamente en el PIB del país; así, la prevención es el documento idóneo para mejorar los gastos del Estado. El servicio y la asistencia social son funciones del Estado y sus condiciones serán determinadas

por ley. Las normas relativas a la salud pública son de carácter coercitivo y obligatorio.

El alcance material que se concede en los sistemas protectores como el boliviano se ven contrarrestados por la debilidad legal de garantizar efectivamente su cumplimiento. Si bien se cuenta con un sistema de Seguridad Social ambicioso, en cambio la garantía constitucional de los derechos en cuestión es débil, expresa o tácitamente, pues la eficacia de los referidos derechos depende de la legislación ordinaria, y de poco sirve invocar su defensa en el propio texto constitucional. Además, la configuración, el alcance y los límites de los beneficios de protección social no cuentan con la garantía de la reserva de ley, ya que pueden ser alterados en su sustancia por normas de rango reglamentario inferior.

#### **Artículo 5. (DEL MINISTERIO DE SALUD Y DEPORTES)**

El Ministerio de Salud y Deportes en su calidad de Máxima Autoridad que ejerce tuición en el Subsector de la Seguridad Social a Corto Plazo, tiene las siguientes atribuciones:

1. Normar la conformación del paquete de subsidio con criterios técnico-nutricionales con productos alimenticios con alto valor nutritivo, inocuos no transgénicos de origen nacional, según requerimientos para la mujer gestante, en etapa de lactancia y niñas, niños a partir de los seis meses hasta su primer año de vida de acuerdo a normativa vigente.
2. Aprobar el paquete de subsidio prenatal y lactancia de acuerdo al incremento del salario mínimo nacional y su retroactividad mediante Resolución Ministerial.
3. Entregar a Instituciones de beneficencia social urbana y rural los productos del subsidio en buen estado y con fecha de vencimiento optima que no son recogidos de la distribuidora. La entrega de estos productos se realizara en coordinación con las instituciones y/u organizaciones sociales.

4. Realizar control y fiscalización al INASES y al INLASA en el cumplimiento de los procedimientos de administración y gestión de las Asignaciones Familiares.

#### **Artículo 6. (DEL INSTITUTO NACIONAL DE SEGUROS DE SALUD)**

La Unidad de Asignaciones Familiares dependiente del Departamento Técnico de Salud de Asignaciones Familiares conformara un equipo técnico para la administración, fiscalización y supervisión a los Entes Gestores, empleados, beneficiarios, proveedores y distribuidores, garantizando el cumplimiento del Régimen de Asignaciones Familiares. Sus atribuciones son:

1. Conformar el paquete de productos alimenticios del subsidio de acuerdo a parámetros técnicos nutricionales establecidos por el Ministerio de Salud y Deportes.
2. Realizar en casos excepcionales modificaciones de los productos del paquete de subsidio prenatal y de lactancia, tomando en cuenta criterios técnicos logísticos manteniendo los precios referenciales. En estos casos las distribuidoras podrán solicitar el producto a otros proveedores que se encuentren en el cuadro nacional de proveedores.
3. Realizar la contratación de empresas públicas estatales, privadas, naturales, asociaciones nacionales, organizaciones económicas campesinas, comunidades indígena originario campesinas, comunidades interculturales y afro bolivianas para la provisión y distribución del Paquete de Asignaciones Familiares bajo normativa vigente.
4. Garantizar la provisión de los productos de Asignaciones Familiares mediante el control y fiscalización a proveedores y distribuidores.
5. Promocionar y difundir información nutricional, formas de preparación y consumo de los productos que conforman el paquete de subsidio, al

personal operativo de los Entes Gestores y población beneficiaria en coordinación con el Ministerio de Salud y Deportes.

6. Socializar, informar y educar el contenido de la presente norma de las asignaciones familiares, a los entes gestores, trabajadores(as), beneficiarios, empleadores, proveedores y distribuidores.
7. Hacer cumplir las normas de etiquetado de los envases de los productos del paquete de subsidio prenatal y lactancia.
8. Hacer cumplir las normas de etiquetado de los alimentos complementarios para lactantes de seis meses hasta un año del paquete de asignaciones familiares en función al Artículo 12 de la Ley N 3460.
9. Solicitan de acuerdo a las necesidades, apoyo en la identificación y disponibilidad de productos alimenticios con alto valor nutritivo, inocuos no transgénicos y de origen nacional al Consejo Plurinacional Económico Productivo – COPEP.

#### **Artículo 7. (DEL INSTITUTO NACIONAL DE LABORATORIOS DE SALUD – INLASA)**

Las atribuciones del Instituto Nacional de Laboratorios de Salud son:

1. Otorgar el Registro Sanitario a los proveedores del subsidio familiar a través de los Servicios Departamentales de Salud (SEDES).
2. Realizar los controles de laboratorio a los productos del paquete de asignaciones familiares.
3. Realizar la certificación de análisis bioquímico-nutricional, bromatológico, microbiológico y toxicológico de los productos del paquete de asignaciones familiares.
4. Realizar la inspección técnica sanitaria a proveedores y distribuidores del paquete de Asignaciones Familiares.

5. Realizar el control del etiquetado de los envases de los productos del paquete de Asignaciones Familiares.
6. Sugerir la implementación de un programa de prerrequisitos que permita mejorar la elaboración y distribución de productos inocuos y con calidad.

**Artículo 8. (DE LOS ENTES GESTORES DEL SEGURO SOCIAL DE CORTO PLAZO).**

En el marco del presente Reglamento de las Cajas de Salud o Entes Gestores deben:

1. Informan educar y socializar el contenido de la presente normativa de las Asignaciones Familiares al personal de salud de los Entes Gestores.
2. Promocionar y difundir la información alimentaria nutricional y formas de preparación d los productos que conforman el paquete de subsidio a la población beneficiaria, empleadores, proveedores y distribuidores.
3. Capacitar sobre el Programa de Asignaciones Familiares con énfasis en la composición nutricional y calidad del paquete a los funcionarios de los Entes Gestores y a la población beneficiaria, en coordinación con el INASES.
4. Presentar al INASES mensualmente la nómina y/o planilla de afiliados que tienen derecho a las asignaciones familiares.
5. Resolver casos de incumplimiento del Régimen de Asignaciones Familiares por parte de los empleadores en coordinación con los supervisores departamentales.
6. Extender certificados de control prenatal a partir del 5to mes de embarazo y certificado de nacido vivo.

## **Artículo 9. (DE LOS EMPLEADORES).**

Las obligaciones de los empleadores son:

1. Afiliar al trabajador; trabajadora a un Ente Gestor en un plazo de cinco (5) días hábiles de acuerdo al Artículo 6 del Derecho Ley 13214.
2. Depositar mensualmente a la distribuidora un monto equivalente a un salario mínimo nacional por cada trabajador destinado a cubrir la otorgación de asignaciones familiares (prenatal y lactancia).
3. Realizar el pago en dinero por concepto de natalidad y/o sepelio que serán otorgadas directamente por el empleador a la beneficiaria (o) equivalente a un salario mínimo nacional.
4. Presentar al INASES mensualmente las planillas y facturas del subsidio a la distribuidora de las beneficiarias que tienen derecho a este beneficio.
5. Elaborar boletas de asignaciones familiares identificando los datos de la trabajadora, trabajador, esposa, esposo, cónyuge, hijos y/o hijas que tienen derecho al subsidio.
6. Entregar las boletas del subsidio única y exclusivamente a la trabajadora, esposa o cónyuge, bajo alternativa de imponerse las sanciones pertinentes en caso de incumplimiento. En casos excepcionales se entregará las boletas del subsidio al trabajador o esposo (a).
7. Socializar de manera obligatoria la normativa sobre el Régimen de Asignaciones Familiares a sus trabajadores (as), mediante la unidad de Recursos Humanos o la instancia correspondiente.

#### **Artículo 10. (DE LOS BENEFICIARIOS).**

Los beneficiarios de las asignaciones familiares son los siguientes:

1. El trabajador o trabajadora afiliado (a) a un Ente Gestor.
2. Esposa o cónyuge del trabajador; en etapa de gestación a partir del 5to mes, afiliadas a un ente gestor.
3. Hija(s), hijo(s) hasta los doce meses de edad, afiliados a un ente gestor.

#### **Artículo 11. (OBLIGACIONES DE LOS BENEFICIARIOS).**

Las obligaciones de los beneficiarios de las asignaciones familiares, son las siguientes:

1. Afiliar a la esposa, cónyuge al Ente Gestor correspondiente.
2. Asistir mensualmente el Ente Gestor para realizar sus controles prenatales.
3. Afiliar al recién nacido en un plazo no mayor a 30 días calendario.
4. Recoger mensualmente los productos del subsidio prenatal y lactancia.
5. Recoger del empleador el bono de natalidad y/o sepelio.
6. Consumir los productos alimenticios del subsidio.
7. Denunciar al INASES casos de incumplimiento de la presente normativa.

#### **Artículo 15. (DE LOS REQUISITOS PARA LA ENTREGA DEL SUBSIDIO PRENATAL Y LACTANCIA).**

La entrega de los productos del subsidio prenatal y lactancia se realizara en forma directa de la distribuidora a los beneficiarios, de acuerdo a disposiciones legales vigentes que regulan este beneficio en todo el territorio nacional, previo cumplimiento de los siguientes requisitos:

1. La trabajadora, esposa o cónyuge deberá presentar boleta de subsidio y/o planilla de su institución además de su Cedula de Identidad original y fotocopia.
2. El trabajador, esposo o cónyuge deberá presentar boleta de subsidio y/o planilla de su institución, su Cedula de Identidad original y fotocopia, previa autorización escrita de la beneficiaria.
3. Otro familiares deberán presentar: boleta de subsidio y/o planilla de su institución, su Cedula de Identidad original y fotocopia, previa autorización escrita de la beneficiaria o en casos excepcionales presentar documentos que demuestren la tutela del niño y/o niña.

#### **Artículo 18. (DOBLE PERCEPCIÓN DE SUBSIDIOS).**

Cuando ambos progenitores trabajen en instituciones, públicas o privadas, las prestaciones de las asignaciones familiares serán percibidas solo por uno de los progenitores.

#### **Artículo 19. (COMPENSACIÓN RETROACTIVA).**

Las compensaciones retroactivas de las asignaciones familiares se efectuaran en los siguientes casos:

1. La compensación del subsidio en especie y en dinero se realizara con carácter retroactivo, a los meses correspondientes, en caso que el empleador hubiese incumplido la otorgación de las asignaciones familiares de manera oportuna.
2. El retroactivo del subsidio en especie es otorgado al primes mes de cada año de acuerdo al incremento del Salario Mínimo Nacional.

## **Artículo 20. (DE LOS PRODUCTOS REZAGADOS Y SU DESTINO SOCIAL)**

Se considera producto rezagado a los productos del subsidio prenatal y lactancia no recogidos por los beneficiarios en noventa (90) días calendario, los cuales son contabilizados a partir de la fecha de facturación efectuada por la distribuidora. Estos productos no recogidos quedan en custodia en el sistema informático de la distribuidora y son entregados a hogares de beneficencia social (orfanatos, asilos y otros) en acto público por el Ministerio de Salud y Deportes.

## **Artículo 21. (PROHIBICIONES)**

En el marco del reglamento se establecen las siguientes prohibiciones:

- I. A los empleadores:
  - a) Otorgar el subsidio prenatal y lactancia en dinero.
  - b) Recoger el paquete del subsidio prenatal y lactancia de sus trabajadores.
  - c) Entregar la boleta de subsidio prenatal y lactancia a personas no autorizadas por las beneficiarias.
  
- II. A las beneficiarias:
  - a) Recibir el subsidio prenatal y lactancia en dinero.
  - b) Recibir doble beneficio del subsidio.
  - c) Recibir el subsidio al haberse interrumpido el embarazo.
  - d) Vender o comercializar los productos del subsidio prenatal y lactancia.
  - e) Recoger más de dos subsidios mensuales de la distribuidora.
  
- III. A las distribuidoras:
  - a) Distribuir productos del paquete de subsidios prenatal y lactancia con fecha próxima a su vencimiento o en mal estado.

- b) Incumplir normas de manipulación, conservación y almacenamiento de los productos del subsidio.
- c) Incorporar otros productos no autorizados al paquete del subsidio prenatal y lactancia o reemplazar por iniciativa propia o a solicitud de los beneficiarios, alterando la conformación del paquete del subsidio, aprobado por Resolución Ministerial.
- d) Realizar cobros adicionales por el acto de distribución, entrega de los productos del paquete de subsidio a los beneficiarios.
- e) Entregar los productos del subsidio al empleador.
- f) Retrasarse en la cancelación a los proveedores, por concepto de la entrega de los productos de subsidio prenatal y lactancia, por un periodo máximo de dos meses.

## 6.2 Subsidio Prenatal

CUADRO 1

### PAQUETE PRENATAL URBANO

PAQUETE 1		
Nº	NOMBRE DEL PRODUCTO	CANTIDAD
1	Arroz de primera 920 gr.	5
2	Fideo fortificado 1000 gr.	5
3	Azúcar 1000 gr.	4

PAQUETE 2		
Nº	NOMBRE DEL PRODUCTO	CANTIDAD
4	Alimento chocolatado polvo 500 gr	1
5	Api 500 gr.	2
6	Barra de cereales 6 unid. 180 gr.	1
7	Carne vegetal 250 gr.	1
8	Castaña 250 gr.	2
9	Cereal Integral Amaranto 500 gr.	1
10	Cereal integral granola 550 gr.	1
11	Frejol 400 gr.	2
12	Galletas de almendras 1000 gr.	1
13	Hojuela de cebada 1000 gr.	1
14	Hojuela de quinua 555 gr.	1
15	Linaza 500 gr.	1
16	Maní natural 500 gr.	1
17	Quinua extruida 350 gr.	1
18	Quinua real en grano 640 gr.	1
19	Refresco inst. de cereales 230 gr.	1
20	Sal yodada 1000 gr.	1
21	Sésamo 450 gr.	1
22	Sopa deshidratada 250 gr.	1
23	Trigo pelado 1400 gr.	1
24	Gelatina fortificada 250 gr.	1

<b>PAQUETE 3</b>		
<b>Nº</b>	<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	<b>CANTIDAD</b>
25	Aceite vegetal 900 ml	5
26	Barra de chocolate silvestre	2
27	Chía avena 300 gr.	1
28	Flan fortificado 250 gr.	1
29	Maicena 250 gr.	1
30	Mermelada 250 gr.	2
31	Miel de abejas 250 gr.	2
32	Palmitos 1000 gr.	1
33	Suplemento nutricional 750 gr.	1
34	Lenteja 500 gr.	1
35	Fortimix 250 gr.	1
36	Harina de trigo 3000 gr.	1
37	Chía 300 gr.	1
38	Palitos amaranto tarhui y chía 50 gr.	1
39	Garbanzo 250 gr.	1
40	Piña (Conserva) 935 gr.	1
41	Sopa de choclo 250gr.	1
42	Mantequilla de sésamo 200 gr.	1
43	Uvas pasas 180 gr.	1
44	Queque de coca 215 gr.	1

<b>PAQUETE 4</b>		
<b>Nº</b>	<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	<b>CANTIDAD</b>
45	Yogurt sachet 120 ml.	8
46	Leche fluida 946 ml.	5
47	Leche saborizada 946 ml.	3
48	Mantequilla 200 gr	1
49	Queso fresco prensado 500 gr.	1

50	Néctar de frutas	1
51	Queso madurado Edam 500 gr.	1
52	Juguitos sachet 140 ml.	17
53	Dulce de leche 250 gr.	1

PAQUETE 5		
Nº	NOMBRE DEL PRODUCTO	CANTIDAD
54	Kumis quinua 1 lt.	1
55	Kumis Natural 1 lt.	1
56	Yogurt frutado 1 lt.	2
57	Yogurt prebiótico 1 lt.	3
58	Yogurt bebible 1 lt.	1
59	Jugo natural de frutas 3.854 lt.	2

PAQUETE 6		
Nº	NOMBRE DEL PRODUCTO	CANTIDAD
60	Leche en polvo	3

**CUADRO 2**  
**PAQUETE PRENATAL RURAL**

PAQUETE 1		
Nº	NOMBRE DEL PRODUCTO	CANTIDAD
1	Arroz de primera 920 gr.	5
2	Fideo fortificado 1000 gr.	5
3	Azúcar 1000 gr.	3

PAQUETE 2		
Nº	NOMBRE DEL PRODUCTO	CANTIDAD
4	Alimento chocolatado polvo 500 gr	1
5	Api 500 gr.	2
6	Barra de cereales 6 unid. 180 gr.	1
7	Carne vegetal 250 gr.	1
8	Castaña 250 gr.	1

9	Cereal Integral Amaranto 500 gr.	1
10	Cereal integral granola 550 gr.	1
11	Frejol 400 gr.	1
12	Galletas de almendras 1000 gr.	1
13	Hojuela de cebada 1000 gr.	1
14	Hojuela de quinua 555 gr.	1
15	Linaza 500 gr.	1
16	Maní natural 500 gr.	1
17	Quinua extruida 350 gr.	1
18	Quinua real en grano 640 gr.	1
19	Refresco inst. de cereales 230 gr.	1
20	Sal yodada 1000 gr.	1
21	Sésamo 450 gr.	1
22	Trigo pelado 1400 gr.	1
23	Gelatina fortificada 250 gr.	1

<b>PAQUETE 3</b>		
<b>Nº</b>	<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	<b>CANTIDAD</b>
24	Aceite vegetal 900 ml	5
25	Barra de chocolate silvestre	1
26	Chía avena 300 gr.	1
27	Maicena 250 gr.	1
28	Miel de abejas 250 gr.	2
29	Palmitos 1000 gr.	1
30	Suplemento nutricional 750 gr.	1
31	Lenteja 500 gr.	1
32	Fortimix 250 gr.	1
33	Harina de trigo 3000 gr.	1
34	Chía 300 gr.	1
35	Palitos amaranto tarwi chía 50 gr.	1
36	Garbanzo 250 gr.	1
37	Piña (Conserva) 935 gr.	1
38	Sopa de choclo 250gr.	1

39	Mantequilla de sésamo 200 gr.	1
40	Uvas pasas 180 gr.	1
41	Queque de coca 215 gr.	1

<b>PAQUETE 4</b>		
<b>N°</b>	<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	<b>CANTIDAD</b>
42	Yogurt sachet 120 ml.	4
43	Leche fluida 946 ml.	5
44	Leche saborizada 946 ml.	3
45	Mantequilla 200 gr	1
46	Queso fresco prensado 500 gr.	1
47	Jugo andino	1
48	Queso madurado Edam 500 gr.	1
49	Juguitos sachet 140 ml.	9
50	Dulce de leche 250 gr.	1

<b>PAQUETE 5</b>		
<b>NUMERO</b>	<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	<b>CANTIDAD</b>
51	Kumis quinua 1 lt.	1
52	Kumis Natural 1 lt.	1
53	Yogurt prebiótico 1 lt.	2
54	Yogurt bebible 1 lt.	2
55	Jugo natural de frutas 3.854 lt.	2

<b>PAQUETE 6</b>		
<b>NUMERO</b>	<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	<b>CANTIDAD</b>
56	Leche en polvo	4

### **6.3 Embarazo, cambios fisiológicos**

Es el período que transcurre entre la implantación del cigoto en el útero, hasta el momento del parto, en cuanto a los significativos cambios fisiológicos, metabólicos e incluso morfológicos que se producen en la mujer encaminados a proteger, nutrir y permitir el desarrollo del feto, como la interrupción de los ciclos menstruales, o el aumento del tamaño de las mamas para preparar la lactancia. El término gestación hace referencia a los procesos fisiológicos de crecimiento y desarrollo del feto en el interior del útero materno. En teoría, la gestación es del feto y el embarazo es de la mujer, aunque en la práctica muchas personas utilizan ambos términos como sinónimos.

Esta nueva etapa de la vida de la mujer implica algunos cambios fisiológicos en el organismo que explican, en parte, los cambios en el estado físico y anímico. La gestación es un período en el que aumentan notablemente las necesidades nutritivas. Este incremento se debe a las demandas requeridas para el crecimiento y desarrollo del feto y para la formación de nuevas estructuras maternas necesarias para la gestación como son la placenta, el útero, las glándulas mamarias, sangre; así como para la constitución de depósitos de energía para el tiempo de la lactancia.

### **6.4 Nutrientes esenciales en el embarazo**

Durante el embarazo existe un incremento de las necesidades de casi todos los nutrientes respecto a una mujer de la misma edad, en una proporción variable que fluctúa entre 0 y 50%. Si bien todos los nutrientes son fundamentales para la mujer embarazada, existen algunos que por su función en el adecuado crecimiento y desarrollo del niño, deben tener un cuidado especial, entre ellos:

**CUADRO 3**  
**NUTRIENTES- FUNCIONES- FUENTES ALIMENTARIAS**

<b>Nutriente</b>	<b>Necesario Para</b>	<b>Las Mejores Fuentes</b>
Proteínas	Crecimiento de las células y producción de sangre	Carnes magras, pescado, pollo, claras de huevo, habas, mantequilla de maní, tofu (soja)
Carbohidratos	Producción diaria de energía	Pan, cereales, arroz, patatas, pasta, frutas, vegetales
Calcio	Huesos y dientes fuertes, contracción de los músculos, funcionamiento de los nervios	Leche, queso, yogurt, sardinas o salmón con espinas, espinacas
Hierro	Producción de glóbulos rojos (prevención de anemia)	Carne roja magra, espinacas, panes y cereales enriquecidos con hierro
Vitamina A	Piel saludable, Buena visión, huesos fuertes	Zanahorias, vegetales de hojas verdes, patatas dulces (batatas)
Vitamina C	Encías, dientes y huesos sanos; ayuda a absorber el hierro	Frutos cítricos, brécol, tomates, jugos de fruta enriquecidos
Vitamina B6	Desarrollo de glóbulos rojos, utilización efectiva de las proteínas, grasas y carbohidratos	Cerdo, jamón, cereales integrales, bananas
Vitamina B12	Desarrollo de glóbulos rojos, mantenimiento de la salud del sistema nervioso	Carne, pollo, pescado, leche
Vitamina D	Huesos y dientes sanos; ayuda a la absorción del calcio	Leche enriquecida, productos lácteos, cereales y panes
Ácido Fólico	Producción de sangre y de proteínas, efectiva función enzimática	Vegetales de hoja verde, frutas y vegetales de color Amarillo oscuro, habas, guisantes, frutos secos
Grasa	Almacenamiento de energía corporal	Carne, productos lácteos, frutos secos, mantequilla de maní, margarina, aceite vegetal

Fuente: Página 32, Comida Sana en el Embarazo

## 6.4.1 Recomendaciones nutricionales por grupo de alimentos



Fuente: Ministerio de Salud /guías alimentarias para Bolivia- 2014

Número de raciones diarias

Grupos de alimentos	Mujer adulta	Embarazada	Mujer lactante	Principales alimentos
<b>Farináceos</b>	3-6	4-5	4-5	Pan, pasta, arroz, legumbres, cereales, cereales integrales, patatas.
<b>Verduras y Hortalizas</b>	2-3	2-4	2-4	Gran variedad según el mercado. Incluir ensaladas variadas.
<b>Frutas</b>	2	2-3	2-3	Gran variedad según estaciones.
<b>Lácteos</b>	2	3-4	4-6	Leche, yogur y quesos.
<b>Alimentos proteicos</b>	1 - 2	2	2	Carnes, aves, pescados, huevos. Legumbres y frutos secos.
<b>Grasas de adición</b>	3-6	3-6	3-6	Preferentemente aceite de oliva y/o de semillas.
<b>Agua: de red, mineral. Infusiones, bebidas sin alcohol</b>	4-8	4-8	4-8 vasos	Agua de red, minerales, infusiones y bebidas con poco azúcar y sin alcohol.

Fuente: Recomendaciones nutricionales para el ser humano, Bolivia, 2007

## 6.5 Incremento de las necesidades de energía y proteínas.

Para una correcta educación nutricional en la mujer embarazada, es importante analizar los hábitos dietéticos previos al embarazo. Las necesidades de energía y de nutrientes de la madre aumentan durante el embarazo, como consecuencia de los cambios corporales que ocurren en su organismo y de las necesidades del bebé en formación.

Como el gasto energético es variable, la mejor forma de garantizar que la alimentación sea la adecuada, es un aumento de peso suficiente. La energía necesaria durante el embarazo, se obtiene principalmente de los nutrientes esenciales tales como carbohidratos y grasas, mientras las proteínas forman tejidos y órganos.<sup>31</sup>

### 6.5.1 Kilocalorías adicionales según trimestre en el embarazo

**CUADRO 5**  
**KILOCALORÍAS PARA EL EMBARAZO**

<b>Kilocalorías</b>	<b>Trimestre</b>
150 Kcal	1er. Trimestre
350 Kcal	2do. y 3er. Trimestre

Fuente: Recomendaciones diarias para mujeres – Bolivia 2007 – Ministerio de Salud y Deportes

Costo del embarazo: 80000 Kilocalorías

Promedio 285 kilocalorías adicionales

---

<sup>31</sup> Fiona Wilcock, “Comida Sana en el embarazo”, 2008

### 6.5.2 Proteínas según el trimestre del embarazo.

**CUADRO 6**  
**REQUERIMIENTO DE PROTEÍNAS ADICIONALES EN EL EMBARAZO**

<b>Cantidad</b>	<b>Trimestre</b>
1.2 gr.	1er. Trimestre
6.1 gr.	2do. Trimestre
10.7 gr.	3er. Trimestre

Fuente: Recomendaciones diarias para mujeres – Bolivia 2007 – Ministerio de Salud y Deportes

### 6.6 Ácidos Grasos esenciales en el embarazo

Durante el embarazo es importante mantener una ingesta adecuada de ácidos grasos esenciales como el ácido linoleico (Omega 6) y linolénico (Omega 3), nutrientes que dan origen a importantes componentes de las membranas celulares y reguladores de la función cardiovascular y del tejido nervioso central fetal.

La FAO y OMS recomienda aumentar la ingesta de en la alimentación de la mujeres embarazadas, mediante aceites vegetales ricos en soya, mayor consumo de pescado y de productos marinos y de alimentos enriquecidos con estos ácidos grasos.

Toda mujer embarazada necesita de una buena alimentación, ya que sus requerimientos nutricionales aumentan, para satisfacer las demandas del crecimiento y desarrollo del nuevo ser y para producir en cantidad suficiente la leche para alimentarlo. Si se trata de una adolescente, a lo anterior hay que añadir, la energía que ella necesita, para mantener su propio crecimiento y desarrollo. El aumento del requerimiento de algunos nutrientes como el hierro y el ácido fólico, que no se cubren con la alimentación y que es necesario suplementarlo.

## 6.7 Requerimientos nutricionales en el periodo de gestación

RECOMENDACIONES NUTRICIONALES, A NIVEL NACIONAL E INTERNACIONAL, EN MUJERES GESTANTES								
MUJER	UNIDADES/DÍA	FOOD AND NUTRITION BOARD 1997 - 2004				UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID, 2006		
		MUJER NO GESTANTE		MUJER GESTANTE		MUJER NO GESTANTE		MADRE GESTANTE 2ª mitad embarazo
		19 - 30 años	31 - 50 años	19 - 30 años	31 - 50 años	20 -39 años	40 - 49 años	
A	µg equivalentes de retinol	700	700	+70	+70	800	800	800
D	µg colecalciferol	5	5	5	5	5	5	+5
E	mg α-tocoferol	15	15	15	15	12	12	+3
K	µg/mg	90	90	90	90	3500	3500	3500
B <sub>1</sub>	mg	1,1	1,1	+0,3	+0,3	0,9	0,9	+0,1
B <sub>2</sub>	mg	1,1	1,1	+0,3	+0,3	1,4	1,3	+0,2
B <sub>6</sub>	mg	1,3	1,3	+0,6	+0,6	1,6	1,6	+0,2
B <sub>12</sub>	µg	2,4	2,4	+0,4	+0,4	2	2	+0,6
C	mg	75	75	+10	+10	60	60	+20
Folatos	µg	400	400	+200	+200	400	400	+200
Ác. pantoténico	mg	5	5	+1	+1	-	-	-
Biotina	µg	30	30	30	30	-	-	-
Niacina	mg equivalentes de niacina	14	14	+4	+4	15	14	+2
Calcio	mg	1000	1000	1000	1000	800	800	+600
Cobre	µg	900	900	+100	+100	-	-	-
Cromo	µg	25	25	+5	+5	-	-	-
Flúor	µg	3	3	3	3	-	-	-
Fósforo	mg	700	700	700	700	700	700	700
Potasio	g/mg	4,7	4,7	4,7	4,7	3500	3500	3500
Sodio	g	1,5	1,5	1,5	1,5	-	-	-
Hierro	mg	18	18	+9	+9	18	18	18
Yodo	µg	150	150	+70	+70	110	110	+25
Magnesio	mg	310	320	+40	+40	330	330	+120
Manganeso	mg	1,8	1,8	+0,2	+0,2	-	-	-
Molibdeno	µg	45	45	+5	+5	-	-	-
Selenio	µg	55	55	+5	+5	55	55	+10
Cinc	mg	8	8	+3	+3	15	15	+5

Fuente: Institute of Medicine. Influence of pregnancy Estudio realizado para la población latinoamericana , 2007

## 6.8 Estado Nutricional en el embarazo

El Índice de Masa Corporal (IMC) es una medida de asociación entre el peso y la talla de una persona. El IMC es usado como uno de varios indicadores para evaluar el estado nutricional.

La fórmula del IMC es el peso en kilogramos dividido por el cuadrado de la altura en metros ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ). El IMC es una indicación simple de la relación entre el peso y la talla<sup>32</sup>

El estado nutricional es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo. Asumiendo que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas y que estas deben ser satisfechas, un estado nutricional óptimo se alcanza cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes a través de los alimentos.

Tanto si se producen ingestas por debajo como por encima de las demandas el estado nutricional indicará una malnutrición a medio-largo plazo.

Mediante la evaluación del estado nutricional a través de indicadores antropométricos (peso, talla, IMC, composición corporal, etc.) es posible diagnosticar que una persona se encuentra en un peso bajo, peso normal, sobrepeso u obesidad y que por tanto ha ingerido menos o más de la energía requerida. Empleando indicadores bioquímicos, inmunológicos o clínicos es posible detectar carencias de nutrientes como el hierro o determinadas vitaminas.

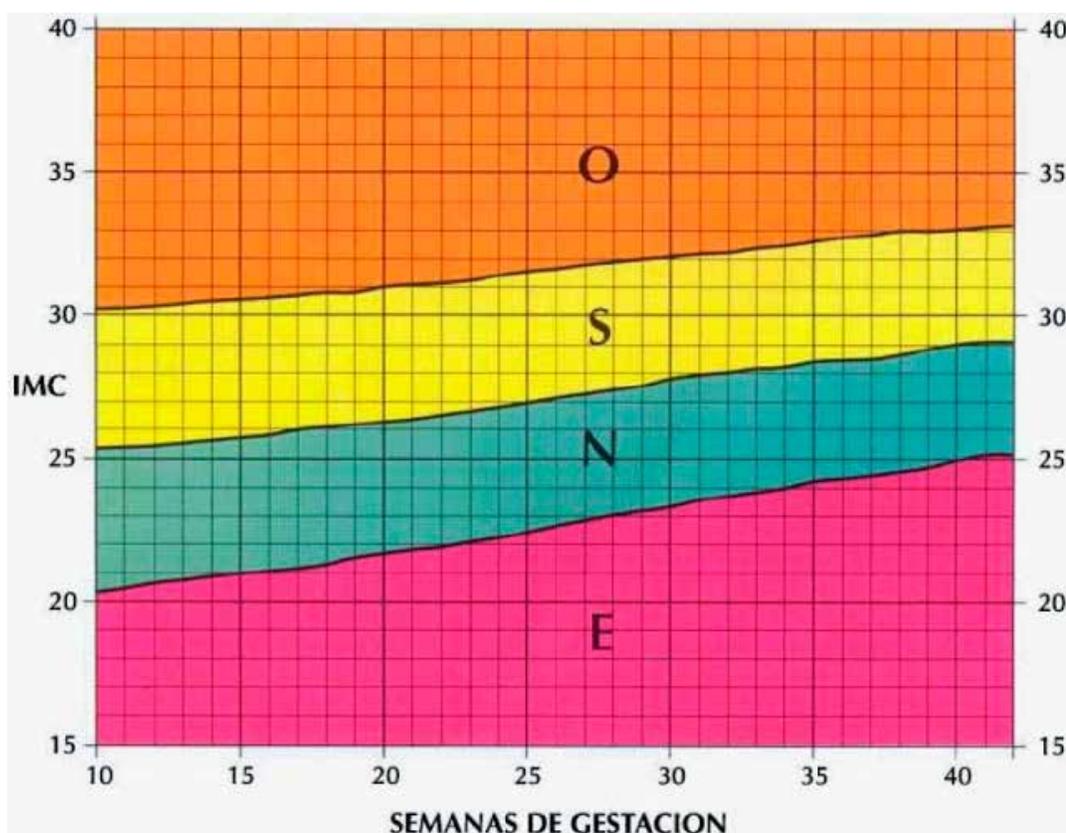
La evaluación del estado nutricional se puede completar con un estudio de los hábitos alimentarios o dietéticos de la persona, que permitirá conocer la causa de su estado nutricional y proponer medidas alimentarias correctoras.<sup>33</sup>

---

<sup>32</sup> INN/OPS. Alimentación y nutrición en grupos vulnerables. Alimentación y Nutrición en la Mujer

La Organización Mundial de la Salud, ha propuesto una clasificación del estado nutricional dependiendo del IMC de una persona. En el caso de mujeres en etapa de gestación se realiza con el siguiente gráfico:

**GRÁFICO 1**  
**EDAD GESTACIONAL PARA DETERMINAR EL ESTADO NUTRICIONAL**



Fuente: OMS

### 6.8.1 Distribución de la ganancia de peso durante el embarazo.

- 
- 33 OMS/UNICEF. Guías alimentarias para gestantes y madres en lactancia. Bases técnicas. Ministerio de la protección social. República de Colombia-Bogotá. 2004.

#### CUADRO 4

##### DISTRIBUCIÓN DE LA GANANCIA DE PESO

Componentes	Peso en gramos	Peso en %
Feto	3000	24
Placenta	600	5
Líquido amniótico	800	6
Útero, mamas y sangre	2500	20
Agua extracelular	2000	16
Depósito de grasa	3600	29

Fuente: OMS

### 6.9 Efecto del estado nutricional de la madre sobre el recién nacido.

El estado nutricional de la mujer cuando se queda embarazada y durante el embarazo puede tener una influencia importante en los resultados sanitarios del feto, el lactante y la madre. Deficiencias de micronutrientes como el calcio, el hierro, la vitamina A o el yodo pueden producir malos resultados sanitarios para la madre y ocasionar complicaciones en el embarazo, poniendo en peligro a la madre y al niño. Un aumento insuficiente del peso de la madre durante el embarazo debido a una dieta inadecuada aumenta el riesgo de parto prematuro, bajo peso al nacer y defectos congénitos.

La mujer debe mantener un buen estado de nutrición y salud, que es fundamental, cuando piensa quedar embarazada. El estado nutricional de la madre antes del embarazo, tiene un impacto mayor en el peso del niño al nacer, que el incremento de peso durante el embarazo.

El déficit nutricional severo, antes y durante el embarazo, puede ser causa de infertilidad, aborto espontáneo, parto prematuro, malformaciones congénitas, menor peso de nacimiento y mayor probabilidad del niño, de enfermarse y morir en el momento de nacer o en los primeros días después del nacimiento. Mientras que la

obesidad materna, se asocia a un mayor riesgo de hipertensión arterial, diabetes gestacional, cesárea y fórceps, debido a recién nacidos muy grandes.

Estas consecuencias negativas, se incrementan si el embarazo se presenta en adolescentes. La edad media de la menarquía o primera menstruación actualmente se sitúa entre los 12 y 13 años. En las adolescentes, el crecimiento continúa durante 4 años más, aunque a un ritmo más lento que en la etapa prepuberal. Durante la pubertad, las adolescentes, aún son biológicamente y funcionalmente inmaduras para quedar embarazadas.

Una nutrición adecuada agiliza la recuperación de la madre después del parto. Las complicaciones en el embarazo como la toxemia (eclampsia y pre eclampsia), el parto prematuro y la anemia, pueden originarse de una dieta insuficiente e inadecuada.

Durante el embarazo se debe tener cuidado especial en escoger los alimentos para consumir la calidad y cantidad que realmente se necesita, sin comer el doble como se acostumbra. No se necesitan dietas especiales, dietas restrictivas, ni eliminar el consumo de algunos alimentos por creencias o tabúes equivocados; al menos que exista alguna contraindicación médica o nutricional. En la práctica cotidiana muchas mujeres en edad fértil tiene un bajo consumo de lácteos, verduras y frutas, por lo cual debe haber una preocupación especial por cubrir las recomendaciones de estos alimentos..<sup>34</sup>

## **6.10 Importancia del ácido fólico en el embarazo**

También denominado vitamina B9, antes del embarazo el ácido fólico es especialmente importante. Debido a la expansión de los tejidos maternos, las necesidades de este componente aumentan; en la mujer embarazada están

---

<sup>34</sup> Paul Sacht, "Guía de la alimentación de la embarazada", España, 2012

estimadas en 0,4 mg/día, frente a los 0,3 mg imprescindibles para la población en general. El ácido fólico desempeña una función primordial en la formación y el funcionamiento del sistema nervioso del feto e interviene en el desarrollo y la fabricación de los glóbulos rojos.

Actualmente, se recomienda de forma casi sistemática tomar un suplemento de ácido fólico de 0,4 mg/día cuando una mujer está pensando en concebir. Lo ideal sería empezar a tomarlo cuatro semanas antes de la concepción y durante el primer trimestre de embarazo. Por eso es útil que, cuando se decida tener un bebé, se realice un chequeo pre-gestacional.<sup>35</sup>

Algunos alimentos fuente de ácido fólico son:

- Hortalizas verdes (espinacas, coles, canónigos, lechuga, berros, judías verdes, guisantes...) y otras verduras (remolacha, zanahoria).
- Casquería de ave, hígado.
- Yema de huevo.
- Leguminosas (lentejas, garbanzos, maíz...).
- Frutas (naranja, frutos rojos...).
- Quesos (Brie, Camembert, los quesos azules), pero pasteurizados.
- Carnes rojas, morcilla, hígado de ternera.
- Carnes blancas, pescado cocido.
- Legumbres.

### **6.11 Importancia del hierro en el embarazo**

El hierro es un mineral vital para el funcionamiento de nuestro cuerpo.

A menudo se ignora que a una de cada cuatro mujeres en edad de procrear le falta hierro. Esta deficiencia se agudiza aún más en el embarazo, ya que las necesidades

---

<sup>35</sup> Paul Sacht, "Guía de la alimentación de la embarazada", España, 2012

llegan a duplicarse: de 16 mg/día necesarios antes del embarazo, las mujeres embarazadas pasan a 20, incluso 30 mg/día durante el tercer trimestre.

Las mujeres embarazadas o que están amamantando necesitan un 50% más de hierro que las que no lo están. A veces es difícil cubrir la porción diaria con la alimentación, por lo cual el médico puede recetar un complemento en forma de pastillas.

El embarazo produce diversos cambios en la mujer que deben ser tenidos en cuenta. El volumen del plasma sanguíneo aumenta produciendo hemodilución (hay más líquido y la sangre queda más fluida, menos densa, para poder pasar más fácilmente a la placenta y viceversa).

Como principal constituyente de la hemoglobina, el hierro permite que los glóbulos rojos proporcionen el oxígeno necesario a las células. Una función importantísima tanto para la madre como para el bebé, ya que interviene en el desarrollo neurológico del embrión<sup>36</sup>.

Al producirse este fenómeno en los análisis sanguíneos se aprecia una bajada de hemoglobina pese a que en realidad hay más hemoglobina. Es decir, la mujer tiene más hemoglobina que antes de estar embarazada, pero al aumentar el volumen del plasma hay una menor concentración (con lo cual el valor de los análisis no es del todo cierto).

Esto puede hacer pensar que necesitan ingerir más cantidad de hierro, sin embargo una dieta equilibrada es suficiente puesto que este aumento de requerimientos se compensa con una mayor capacidad de absorción del hierro. A las 12 semanas de gestación la capacidad de absorción aumenta hasta un 7% y en la semana 36 llega a un increíble 66%.

---

<sup>36</sup> Fiona Wilcock, "Comida Sana en el embarazo", 2008

Ingerir alimentos ricos en hierro es bien fácil. Los que más contienen son:

- Carnes rojas, morcilla, hígado de ternera.
- Carnes blancas, pescado cocido.
- Legumbres.
- Huevos.
- Cacao.<sup>37</sup>

### 6.11.1 Inhibidores y facilitadores de la absorción del hierro

Facilitadores:

- **Ácidos Orgánicos:** ascórbico, cítrico, láctico, málico, tartárico.
- **Tejidos Animales:** polipéptidos.
- **Azucares:** fructosa y sorbitol.
- **Aminoácidos:** cistidina, lisina e histidina.
- **Vitaminas:** B12, B6 y ácido fólico.
- **Elementos inorgánicos:** cobre.

Inhibidores:

- **Fenoles:** taninos y polifenoles.
- **Fosfatos y fitatos**
- **Fibras dietéticas:** lignina y salvado.
- **Proteínas:** de las legumbres y la yema de huevo.
- **Elementos inorgánicos:** Ca, Mn y Cd.<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup> Eulalia Vidal, "Manual práctico de nutrición y dietoterapia", Monsa, 2004

<sup>38</sup> Fiona Wilcock, "Comida Sana en el embarazo", 2008

## 6.12 Importancia del calcio en el embarazo

En las mujeres embarazadas y madres lactantes se recomienda una ingesta de calcio de 1200 mg/día. En las adolescentes embarazadas en etapa de crecimiento, se recomienda una ingesta de 1300 mg de calcio, Su ingesta se puede cubrir con cuatro raciones diarias de lácteos (leche, yogurt, queso o cuajada). Esta cantidad provee suficiente calcio, para lograr un desarrollo fetal normal, sin tener que utilizar las reservas óseas maternas.

Otras fuentes de calcio son los cereales integrales, leguminosas y vegetales verdes. Las embarazadas deben evitar el consumo de café, tabaco y alcohol, que interfieren el metabolismo del calcio.

Como señala la Organización Mundial de la Salud, la suplementación con calcio reduce el riesgo de hipertensión y preeclampsia durante el embarazo. Pero hay que tener en cuenta, porque como el calcio inhibe la absorción de hierro, la suplementación con calcio no debe administrarse junto con la dosis diaria recomendada de hierro y ácido fólico durante el día.

El feto necesita calcio para tener huesos y dientes fuertes, ya que aumenta su densidad ósea, así como para un corazón, sistemas de coagulación y músculos sanos. Si el feto no recibe calcio suficiente, lo adquiere de las reservas de la madre. Y este mineral es una parte esencial de los huesos y los dientes también para ella.<sup>39</sup>

---

<sup>39</sup> OMS, “Guía Mundial de la Salud”, 2014

### 6.13 Recomendaciones Generales en el Embarazo

El éxito del embarazo y del parto, está muy relacionado con los cuidados y la alimentación que tenga la madre. Estas recomendaciones nutricionales pueden ayudar.

- Mantener una alimentación variada y equilibrada, ella proveerá la energía y nutrientes necesarios para la salud materna y el desarrollo y crecimiento del bebé.
- Incluir en el menú alimentos de todos los grupos: granos, cereales, tubérculos y plátanos; hortalizas y frutas; leche, carnes y huevos; grasas y aceites y azúcares (azúcar blanca, papelón, miel) este último grupo consumirlo con moderación.
- Procurar beber ocho vasos de agua o dos litros al día.
- Tomar las comidas principales desayuno, almuerzo y cena, más tres meriendas diarias de frutas (enteras o licuadas) y lácteos (leche o yogurt). Así garantiza la energía y los nutrientes necesarios para el bebé.
- Recordar que las necesidades de ciertas vitaminas y minerales como ácido fólico, hierro y calcio, se incrementan durante el embarazo. Para cubrirlas, es necesario tomar suplementos en pastillas.
- Eliminar productos dañinos, tales como alcohol (cerveza, vino u otra bebida alcohólica), cigarrillo y drogas ilícitas, especialmente perjudiciales para la embarazada y su hijo.
- Moderar el consumo de sal, recuerde que existen alimentos procesados que tienen sal, como los enlatados, embutidos, salsa, entre otros..<sup>40</sup>

---

• <sup>40</sup> Concejo Europeo de información sobre alimentación (EUFIC). Nutrición durante el embarazo. Documento en línea ([www.eufic.org](http://www.eufic.org).) Enero 2009.

## VII. MARCO REFERENCIAL

Según un estudio realizado por el periódico La Razón en coordinación con el Instituto Nacional de Seguros de Salud en el mes de Julio del año 2014, un 20% de las beneficiarias de los subsidios prenatal y de lactancia en el departamento comercializa los productos luego del recojo de los mismos.

Muchas madres ponen en riesgo su salud y la de sus niños con la venta de los productos que son destinados a mejorar su alimentación pre y post natal.

Mientras los noticieros reflejaban una alianza entre el Gobierno nacional y el máximo distribuidor de leche en el país, para lograr abaratar los costos de este producto, en las afueras de una de las distribuidoras de la Empresa Boliviana de Almendras (EBA), Lucía Candia esperaba el mejor postor para vender los tres tarros de leche y otros productos lácteos que recibe como parte de su subsidio post natal cada mes.

La mujer cree que resulta mejor rematar sus productos para comprar otros que considera más beneficioso tanto para ella como para su bebé; así como ella son centenares los beneficiarios que venden a precio de gallina muerta sus beneficios, bajo esta misma teoría. "Prefiero venderlo todo y comprar con ese mismo dinero una leche que mi hijo si va a consumir, pues no le tengo mucha fe a estos productos, aparte son poco atractivos para comerlos y no tienen buen sabor", dice la mujer.

Un golpe a la nutrición familiar "Yo vendo solo las leches ya que los productos complementarios no tienen el mismo sabor, yo creo que por eso muchas lo venden el combo completo, le tengo más fe a las leches de otras marcas", señala Elizanes Espinoza, otra mujer que "cerró trato" con una comerciante a quien le vendió seis tarros de leche grande, cada una en Bs 100.

De acuerdo a los datos del Instituto Nacional de Seguros de Salud (Inases), al menos el 20% de los beneficiarios opta por vender sus subsidios y alimentar el mercado negro de este beneficio, situación que desde el punto de vista de expertos

en nutrición responde más a una falta de educación nutricional que a un factor económico.

No obstante sugieren la necesidad de una campaña educativa complementaria que permita a las madres conocer los beneficios y propiedades que están despreciando al rematar los alimentos esenciales en la nutrición del niño y de las madres.

Sugieren campañas de orientación nutricional de los productos. Para la nutricionista Jenny Laura Solís, la venta ilegal de subsidios en nuestro país, más que por un factor económico, la situación pasa por una falta de orientación y educación de las madres sobre los beneficios y componentes nutricionales que contienen cada uno de los combos que "regalan" al mercado local, pues afirma que más que ganar, tanto la madre como el niño, están perdiendo un gran valor nutricional, que es fundamental en la etapa de crecimiento del menor y en la etapa de gestación que determina un gasto de energías y vitaminas en la madre lactante.

De acuerdo con la experta, los beneficios y perjuicios por el consumo o no de los productos lácteos durante la lactancia, son para ambos, toda vez que el aporte de los macro y micro nutrientes que se les otorga son fundamentales y beneficiosos, principalmente los primeros dos años posteriores al nacimiento.

Ante esta situación, sugiere realizar charlas y capacitaciones constantes de educación sobre todos los alimentos que se brindan en el subsidio. "Se puede brindar un recetario con información nutricional sobre tipos de preparaciones de los distintos alimentos que se otorgan en el subsidio; Visitas domiciliarias para la enseñanza de las distintas preparaciones de acuerdo al recetario y hacer efectivos los controles y sanciones en los sitios donde se expanden estos productos ilegalmente", dijo.

Lo que pierden las madres y los hijos con la acción. A su vez la experta en nutrición, Rita Medina, señala que si bien la dotación de este beneficio ha mejorado en relación a años anteriores, no se ha trabajado con la educación y con el tema de la

orientación del por qué deben empezar a consumirlos y dejar de venderlos. En este sentido sugiere diseñar un programa de orientación que eduque a las madres para poder aplicar una buena alimentación tanto para ellas como para sus hijos.

Y es que según la experta, este consumo se hace fundamental para ambos, la madre empieza en un proceso de desnutrición y de deterioro, que se manifiesta a través de la pérdida de dientes, dolor de los huesos u otros signos de desnutrición como son la caída del cabello, cansancio. "Uno está dando leche, necesita la materia prima, el recurso para poder producir la leche cuando no tiene ese recurso, con qué elemento va a producir entonces el organismo hecha mano de lo que está en los huesos y de lo que está disponiendo en ese momento para alimentar al bebé", explica.

Sumado a ello, la experta indica que las madres deben aprovechar para hacer una correcta alimentación de los niños, pues afirma que "se debe inculcar el consumo de diferentes alimentos hasta los dos años porque de ahí se forman los hábitos alimentarios", dice a tiempo de pedir a las ofertantes pensarlo muy bien.

El distribuidor de subsidios EBA, anunció que gracias a una alianza estratégica con el Ministerio de Salud, consolidarán consultorios médicos en la agencias de distribución, lo que permite a las beneficiarias poder recurrir a consultas sin costo alguno<sup>41</sup>.

---

<sup>41</sup> Artículo publicado por el periódico La Razón en fecha 14 de Julio de 2014

## **VIII. HIPÓTESIS**

Con el consumo del subsidio prenatal en mujeres embarazadas se logra un óptimo estado nutricional del binomio madre – niño(a) en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra, gestión 2015.

## **IX. VARIABLES**

### **9.1 Tipo de variables**

- **Variable Independiente:**  
Consumo de los productos del subsidio prenatal
- **Variable Dependiente:**  
Estado nutricional del binomio madre – niño(a)

## 9.2 Operacionalización de variables

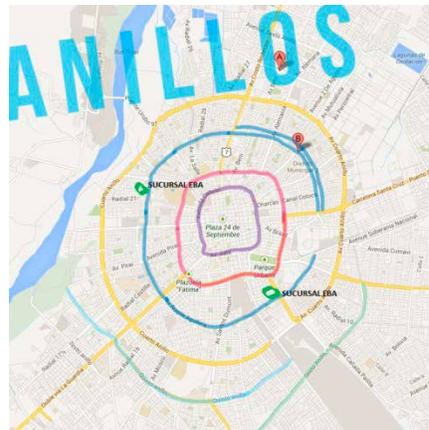
NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSION(ES)	INDICADOR	ESCALA
<p><b>INDEPENDIENTE</b></p> <p><b>CONSUMO DE LOS PRODUCTOS DEL SUBSIDIO PRENATAL</b></p>	<p>Cantidad de productos que son consumidos por las mujeres gestantes en el periodo de un mes. Se pretende cuantificar los niveles reales de ingestión de nutrientes para evaluar suficiencia según requerimientos nutricionales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hábitos alimentarios</li>   <li>• Conducta alimentaria</li>   <li>• Educación alimentaria nutricional</li> </ul>	<p>Frecuencia de consumo según tipo de alimentos</p> <p>Número de comidas por día</p> <p>Alimentos rechazados</p> <p>Consumo de suplemento nutricional diario</p> <p>Conocimiento de los beneficios de los productos</p> <p>Conocimiento de la preparación de productos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Diario</li> <li>▪ Semanal</li> <li>▪ Mensual</li> <li>▪ Nunca</li>   <li>▪ 2 veces al día</li> <li>▪ 3 veces al día</li> <li>▪ 4 veces al día</li> <li>▪ 5 veces al día</li> <li>▪ 6 o más veces al día</li> </ul>

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSION(ES)	INDICADOR	ESCALA
<p><b>DEPENDIENTE</b></p> <p><b>ESTADO NUTRICIONAL DE LA MUJER EMBARAZADA</b></p>	<p>Grado de adecuación según parámetros de índice de masa corporal, respecto a características del peso y talla con el tiempo de semanas de gestación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Índice de masa corporal</li> </ul>	<p>Peso</p> <p>Talla</p> <p>Semanas de gestación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Enflaquecida</li> <li>▪ Normal</li> <li>▪ Sobre peso</li> <li>▪ Obesidad</li> </ul>
<p><b>ESTADO NUTRICIONAL DEL RECIEN NACIDO</b></p>	<p>Es el análisis de datos antropométricos del niño(a) al momento de nacer. Permite compararlo con parámetros considerados normales para su identificación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peso para la edad</li> <li>• Peso para la talla</li> </ul>	<p>Peso</p> <p>Talla</p> <p>Edad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ -9 Severo</li> <li>▪ -2,99 Moderado</li> <li>▪ -1,99 Leve</li> <li>▪ 0,99 Normal</li> <li>▪ 1,99 Superior</li> <li>▪ 2,99 Obesidad 1°</li> <li>▪ 3,99 Obesidad 2°</li> <li>▪ +9 Obesidad 3°</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Talla para la edad</li> </ul>	<p>Talla</p> <p>Edad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ -9 Talla baja 3°</li> <li>▪ -2,99 Talla baja 2°</li> <li>▪ -1,99 Talla baja 1°</li> <li>▪ 0,99 Talla Normal</li> <li>▪ 1,99 Talla Superior</li> <li>▪ +9 Talla alta</li> </ul>

## X. DISEÑO METODOLÓGICO

### 10.1 Área de estudio

El trabajo realizado se llevó a cabo en la Ciudad de Santa Cruz de la Sierra- Bolivia, en las oficinas de la empresa distribuidora de subsidios E.B.A. en sus 3 sucursales.



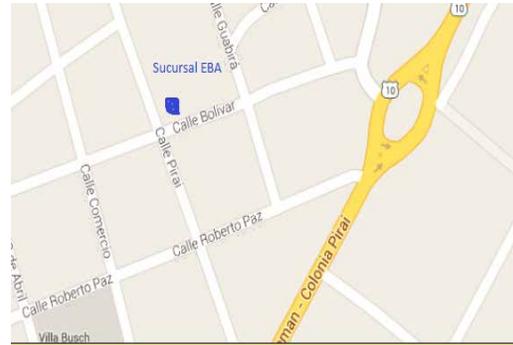
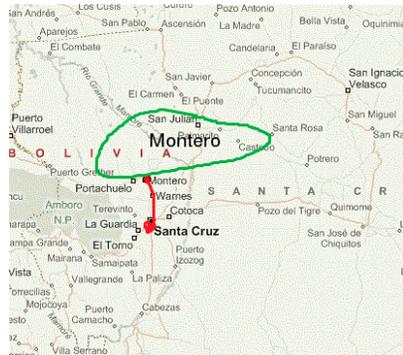
- Sucursal E.B.A. San Aurelio, ubicada en la avenida San Aurelio entre 2do y 3er anillo



- Sucursal E.B.A. Equipetrol, ubicada en el 3er anillo externo entre avenida San Martín y Canal Isuto



- Sucursal E.B.A. Montero, ubicada en la calle Bolívar entre calle pirafí y calle guabirá



## 10.2 Tipo de estudio

- Según el nivel **descriptivo**, es una investigación correlacional ya que analiza el consumo de los productos del subsidio y como éste repercute en el bienestar nutricional de la mujer gestante y el niño (a) al momento de nacer.
- Según el diseño de la investigación adoptado para responder a los objetivos planteados es una **investigación de campo**, ya que se recolectaron los datos directamente de las mujeres embarazadas beneficiarias del subsidio prenatal.
- De acuerdo al momento en que se recolectan los datos y ocurren los hechos a medir, el estudio es **prospectivo**, ya que se obtuvieron los datos a propósito para la investigación.
- De acuerdo al número de ocasiones en que se mide la variable en estudio, es **transversal**, ya que se realiza una línea de corte en la línea del tiempo donde se miden todas las variables en una sola en una ocasión.

### 10.3 Población y Muestra

#### a) Población

La población está formada por 532 madres gestantes aproximadamente beneficiarias del subsidio prenatal que se encuentran afiliadas a un seguro de salud y por lo tanto asisten de manera mensual al recojo del mismo de la distribuidora E.B.A.

#### b) Muestra

Para la obtención de la muestra se hizo un estudio probabilístico se consideró 2 estratos relacionados al tipo de subsidios recibidos según el lugar de vivienda de la beneficiaria, en el estrato 1 se tiene un total de 169 madres gestantes que pertenecen all área urbana y 363 del área rural aproximadamente. En función a estos datos es que se determina el tamaño de la muestra dado por la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \times p \times N}{E^2 (N-1) + Z^2 \times p \times q}$$

$$n = \frac{(95)^2 \times 0,5\% \times 532}{(0,05)^2 (532-1) + (95)^2 \times 0,5 \times 0,5} = 223$$

Dónde:

N= Tamaño de la población total

n= Cálculo del tamaño de la muestra

e= Margen de error

z= Nivel de confianza 95%

p= probabilidad positiva 0,5%

q=probabilidad negativa 0,5%

**CUADRO 7**  
**DETERMINACIÓN DE LA POBLACIÓN Y MUESTRA**

BENEFICIARIAS POR SUBSIDIO		PROPORCIONAL	
TIPO DE SUBSIDIO	TOTAL	FACTOR MULTIPLICADOR	MUESTRA ESTRATIFICADA
Área Urbana	169	0,42	71
Área Rural	363	0,42	152
<b>TOTAL</b>	<b>532</b>	<b>TOTAL</b>	<b>223</b>

$$f = \frac{n}{N} = \frac{223}{532} = 0,42$$

#### 10.4 Técnicas e instrumentos de recolección de la información

##### 10.4.1 Técnicas

###### a) Encuesta

Es una técnica de recolección de datos mediante la aplicación de un cuestionario con preguntas abiertas y cerradas realizadas a 71 mujeres gestantes beneficiarias del subsidio prenatal urbano y 152 mujeres gestantes beneficiarias del subsidio prenatal rural de la ciudad de Santa Cruz de la Sierra.

## **b) Observación**

Es una técnica de recolección de datos bastante objetiva, con ella puede obtenerse información aun cuando no exista el deseo de proporcionarla y es independiente de la capacidad y veracidad de las personas a estudiar.

## **c) Entrevista**

Es una técnica de recolección de datos que tiene como objeto recolectar datos para una indagación.

### **10.4.2 Instrumentos**

#### **a) Índice de Masa Corporal (IMC)**

Es una medida de asociación que nos muestra un indicador simple no constante que varía con la edad y el sexo. Nos da como resultado la interpretación del estado nutricional mediante la relación entre el peso corporal y la talla de un individuo. Nos permite determinar si una persona se encuentra en un estado nutricional normal y saludable o en alguna de sus desviaciones como ser la desnutrición o sobrepeso.

La fórmula empleada es:

$$\text{IMC} = \frac{(\text{Peso en Kilogramos})}{(\text{Talla en metros})^2}$$

## **b) Balanza**

Es un instrumento que permite medir y determinar el peso corporal de una persona. Para esta investigación se empleó una balanza digital marca OMRON que soporta hasta 180 kilogramos. Se utilizó este instrumento en cada beneficiaria encuestada para obtener su peso actual y que sirva como dato para determinar su estado nutricional.

## **c) Tallimetro**

Es un instrumento empleado para la medición de la estatura o longitud de una persona. Para esta investigación se utilizó un Tallimetro marca OMRON que mide hasta 2 m de longitud.

### **10.5 Procedimientos para garantizar los aspectos éticos:**

Este trabajo de investigación inició en el mes de Julio con la realización de un perfil de tesis que fue aprobado por la Lic. Miriam Milluni como Coordinadora de la Carrera, solicitando autorización del Lic. Félix Vedia como encargado de la empresa E.B.A. encargada de repartir los subsidios prenatales en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra, quien autorizó la realización de dicho trabajo.

Asimismo en el mes de Agosto se asignó como Tutor de Tesis de parte de la Universidad Evangélica Boliviana al Ing. Johnny Arando para apoyar en dicha investigación.

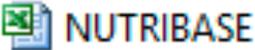
En el mes de Septiembre se inició el levantamiento de datos en la Sucursal E.B.A. San Aurelio previa coordinación con el encargado y el diseño de la encuesta con el apoyo del tutor asignado.

Se solicitó información secundaria al encargado de la Sucursal E.B.A - San Aurelio de la población total beneficiarias de los subsidios prenatal y, también, al encargado

del INASES sobre la población de las beneficiaras según el subsidio recibido, rural y urbano respectivamente.

### 10.6 Procedimientos para garantizar la sistematización de la información

Para la realización del análisis de datos obtenidos se utilizaron los siguientes programas y software:

	<p>Es un programa estadístico informático que posee gran capacidad para almacenar datos y el análisis de los mismos con un interface.</p>
	<p>Es una aplicación informática para el procesamiento de textos.</p>
	<p>Es un programa diseñado para la elaboración de hojas de trabajos en las que se requiera realizar diversos cálculos.</p>
	<p>Es una aplicación de Microsoft muy utilizada para la realización de presentaciones</p>
	<p>Es una hoja de tareas realizada de Excel para el análisis químico de alimentos según su cantidad en gramos</p>
	<p>Es una herramienta de software para la práctica de la salud pública</p>

## **10.7 Procedimientos para garantizar el análisis de datos**

Los análisis estadísticos que se efectuaron son:

**Primera Fase:** Revisión de encuesta y recolección de datos a la muestra determinada.

**Segunda Fase:** Introducción de datos al SPSS.

**Tercera Fase:** Reporte de gráficos para analizar resultados.

**Cuarta Fase:** Análisis de los reportes.

**Quinta Fase:** Diseño de cuadros y gráficos.

**Sexta Fase:** Interpretación y elaboración de resultados.

## XI. RESULTADOS

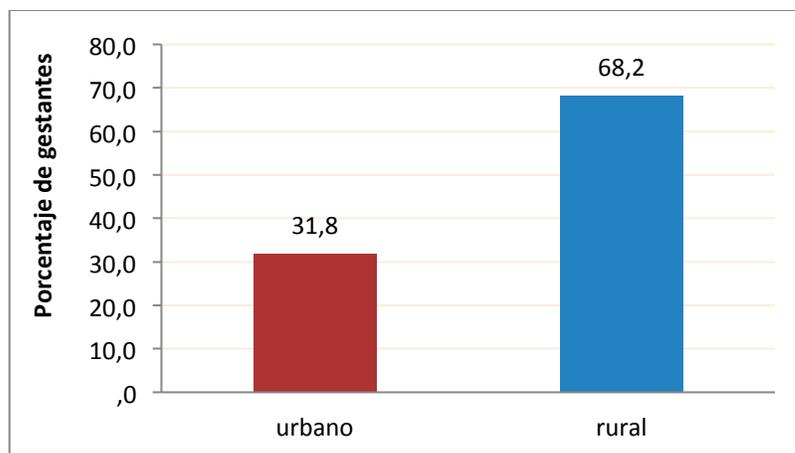
### 11.1 DATOS GENERALES

**CUADRO 8**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN ÁREA DE PROCEDENCIA**

Área	Nº de Mujeres	Porcentaje
Urbano	71	31,8
Rural	152	68,2
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 2**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN SU ÁREA DE PROCEDENCIA**



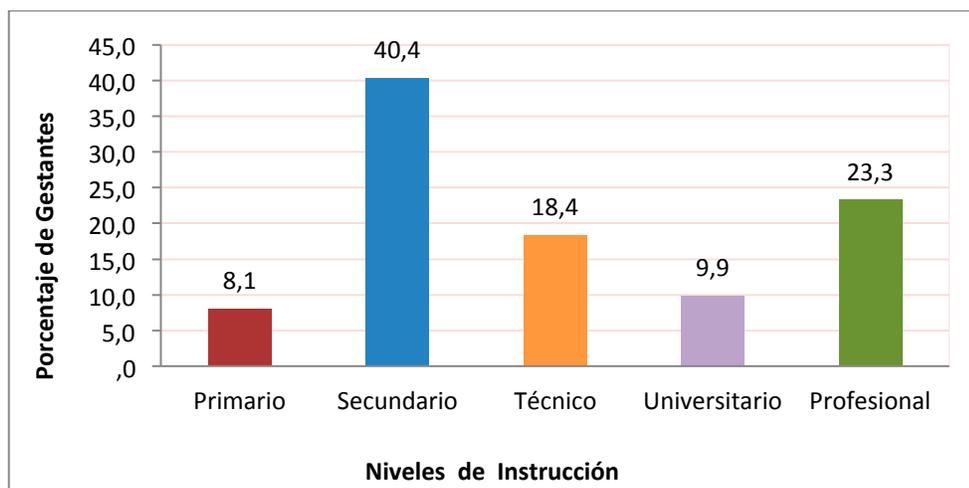
Según la zona en la que vive la mujer embarazada o beneficiaria es que se determina si el subsidio a recibir pertenece al tipo rural o urbano. Para este estudio según nuestra población total es que definimos el tamaño muestral, teniendo como resultado que el 31,8% de mujeres embarazadas viven en el área urbana y el 68,2% de mujeres embarazadas viven en el área rural.

**CUADRO 9**  
**PROMEDIO DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN SU NIVEL DE INSTRUCCIÓN**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Primario	18	8,1
Secundario	90	40,4
Técnico	41	18,4
Universitario	22	9,9
Profesional	52	23,3
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

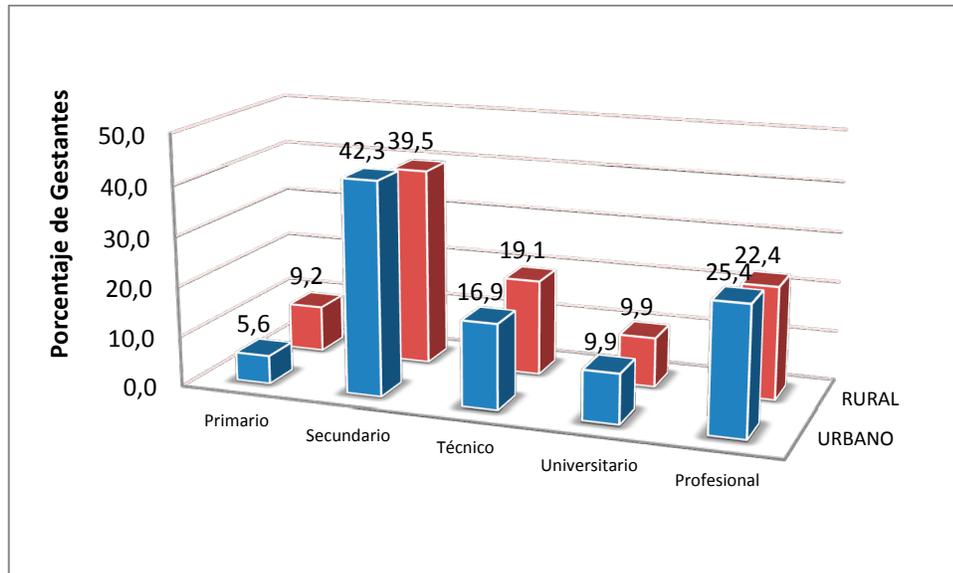
Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 3**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN NIVEL DE INSTRUCCIÓN ALCANZADO**



El nivel de instrucción es el más alto nivel completo en el sistema educacional de un país. El nivel de instrucción materno es un factor de riesgo para el niño(a) en etapa de gestación ya que el nivel de conocimientos y educación de la madre repercute en el hijo. Según este estudio, se puede ver que un 40,4% sólo llegó hasta el nivel secundario, mientras que el 52,6% de ellas alcanzó algún título

**GRÁFICO 4**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS**  
**EMBARAZADAS SEGÚN SU LUGAR DE PROCEDENCIA**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>42</sup>

Al realizar un análisis por área vemos que el comportamiento no varía demasiado respecto al nivel primario y secundario, ya que el 48,7% y el 47,9% pertenecen al área rural y urbana respectivamente, sin embargo en la ciudad capital existen más profesionales y menor cantidad de personas con sólo llegaron hasta el grado de primaria.

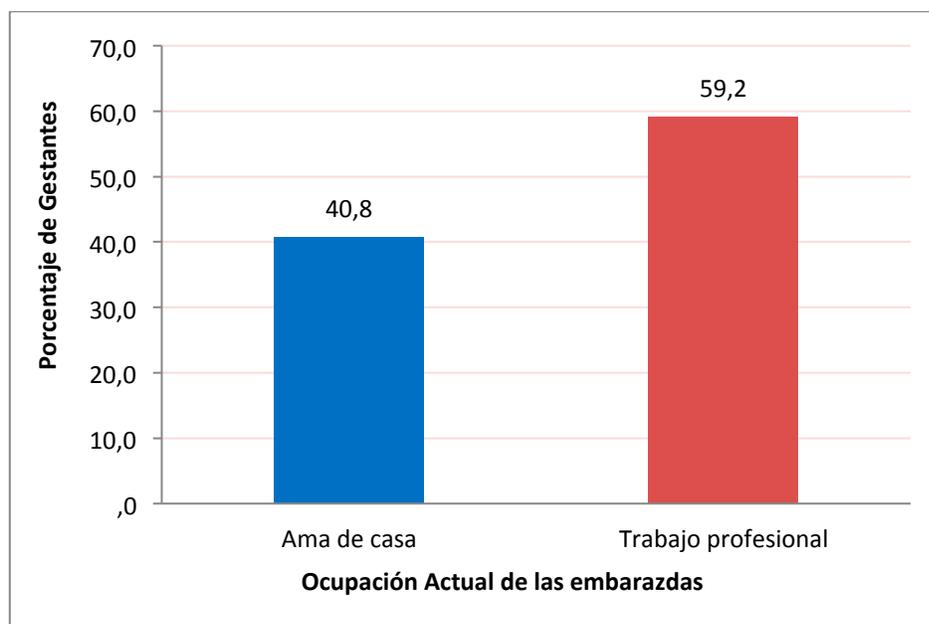
<sup>42</sup> Ver cuadro con contenido de datos en Anexos 1, Pág 199

**CUADRO 10**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN SU OCUPACIÓN ACTUAL**

<b>Detalle</b>	<b>Nº de Mujeres</b>	<b>Porcentaje</b>
Ama de casa	91	40,8
Trabajo	132	59,2
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 5**  
**CLASIFICACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN SU OCUPACIÓN ACTUAL**



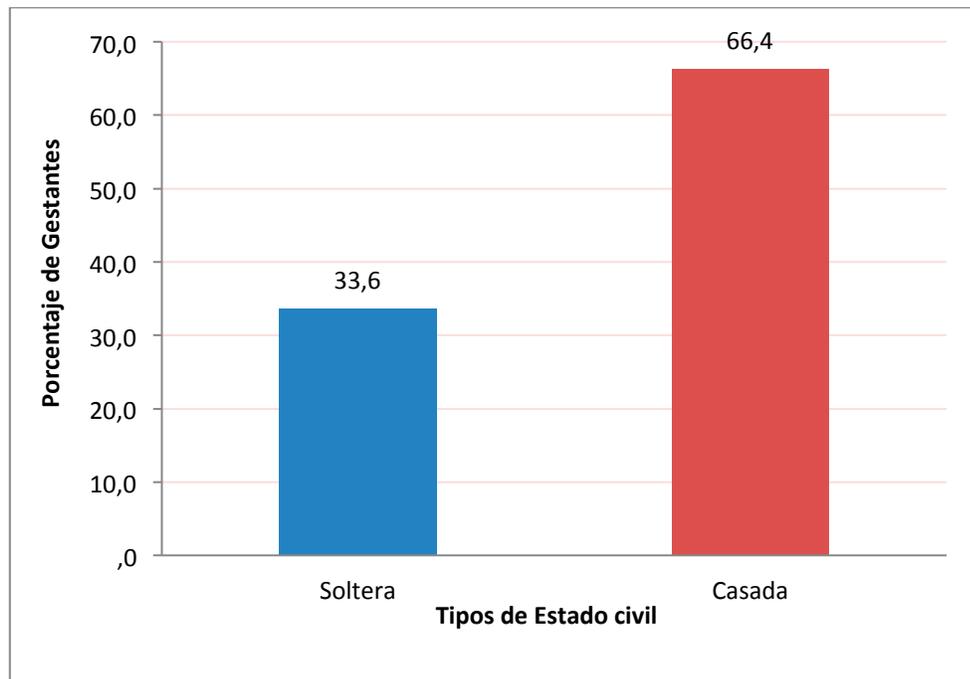
La ocupación de la beneficiaria del subsidio nos refleja el factor tiempo que puede llegar a tener para dedicarlo a la planificación de su alimentación en base a los productos recibidos. Se puede observar que el 40,8% de las mujeres encuestadas son amas de casa, es decir, no cumplen con un horario fijo destinado a otra actividad.

**CUADRO 11**  
**CONCENTRACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN SU ESTADO CIVIL**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Solteras	75	33,6
Casadas	148	66,4
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 6**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN SU ESTADO CIVIL**



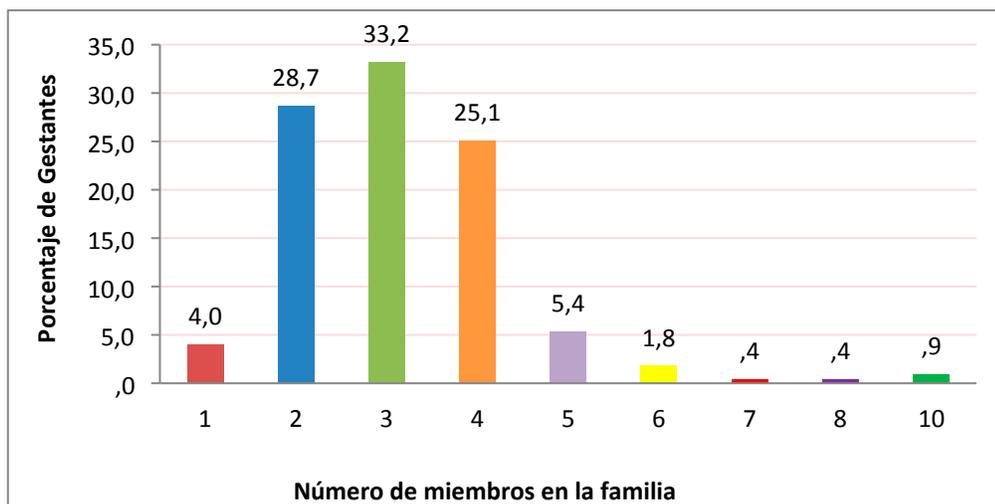
El estado civil de un individuo determina el tipo de vínculos personales que puede llegar a tener como condición particular. En este gráfico podemos ver que el 66,4% de las beneficiarias prenatales son casadas teniendo a cargo responsabilidades familiares

**CUADRO 12**  
**AGRUPACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN NÚMERO DE MIEMBROS EN SU FAMILIA**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
1	9	4,0
2	64	28,7
3	74	33,2
4	56	25,1
5	12	5,4
6	4	1,8
7	1	0,4
8	1	0,4
10	2	0,9
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 7**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN EL NÚMERO DE MIEMBROS FAMILIARES**



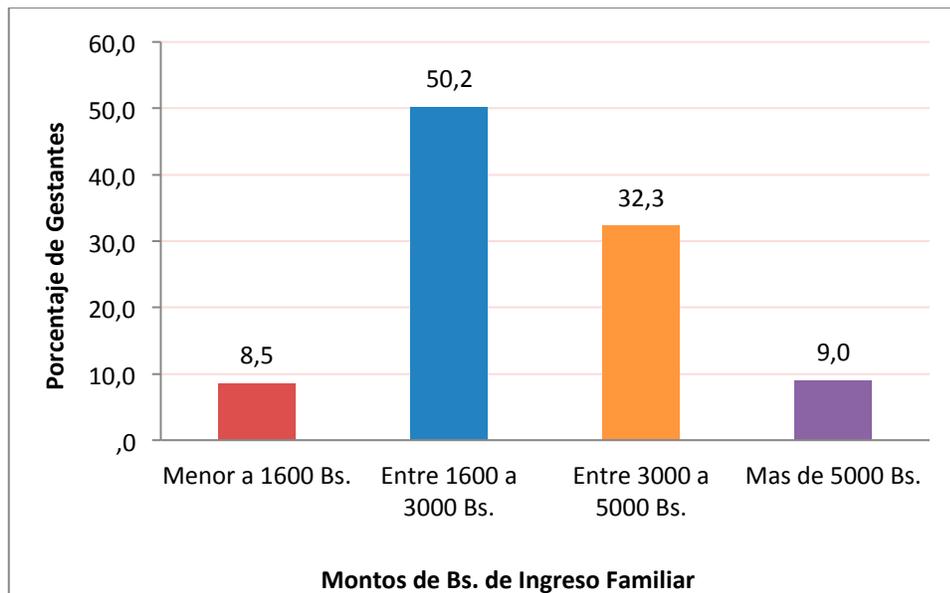
Para determinar si los productos entregados a la mujer embarazada beneficiaría a otros miembros de su familia es que se analizó el número de familiares, teniendo como resultado que el 96% de las beneficiarias tienen al menos una persona con quien compartir los productos.

**CUADRO 13**  
**PROMEDIO DEL INGRESO ECONÓMICO FAMILIAR**  
**DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Menor a 1600 Bs.	19	8,5
Entre 1600 a 3000 Bs.	112	50,2
Entre 3000 a 5000 Bs.	72	32,3
Más de 5000 Bs.	20	9,0
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 8**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN SU INGRESO MENSUAL**



El ingreso familiar es el monto con el cual la beneficiaria podrá cubrir las necesidades básicas y otros gastos de su persona y su familia en el periodo de un mes. El 50% de las mujeres encuestadas disponen de una cantidad entre los 1600 y 3000 Bs. mensual.

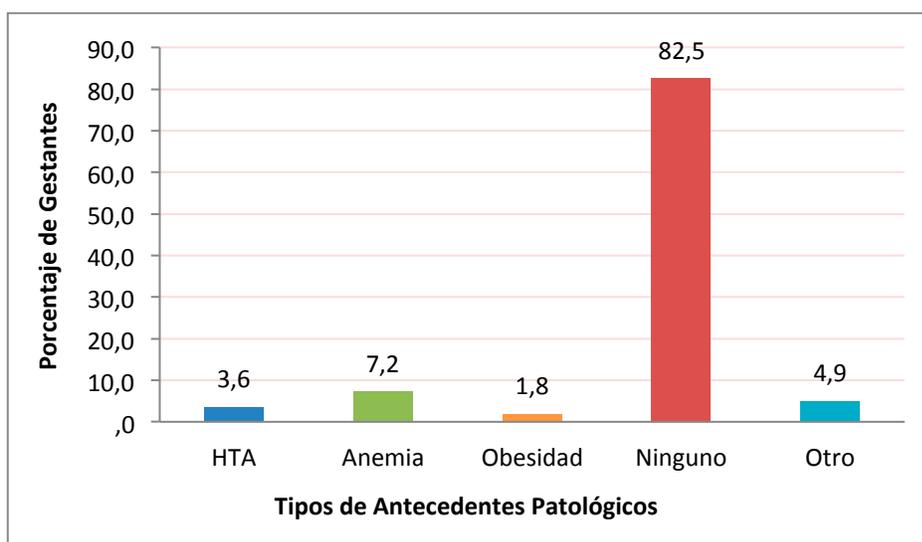
## 11.2 DATOS DE SALUD

**CUADRO 14**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN ANTECEDENTE PATOLÓGICOS ANTES DE SU EMBARAZO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
HTA	8	3,6
Anemia	16	7,2
Obesidad	4	1,8
Ninguno	184	82,5
Otro	11	4,9
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 9**  
**PORCENTAJES DE LOS ANTECEDENTES PATOLÓGICOS DE LAS BENEFICIARIAS**



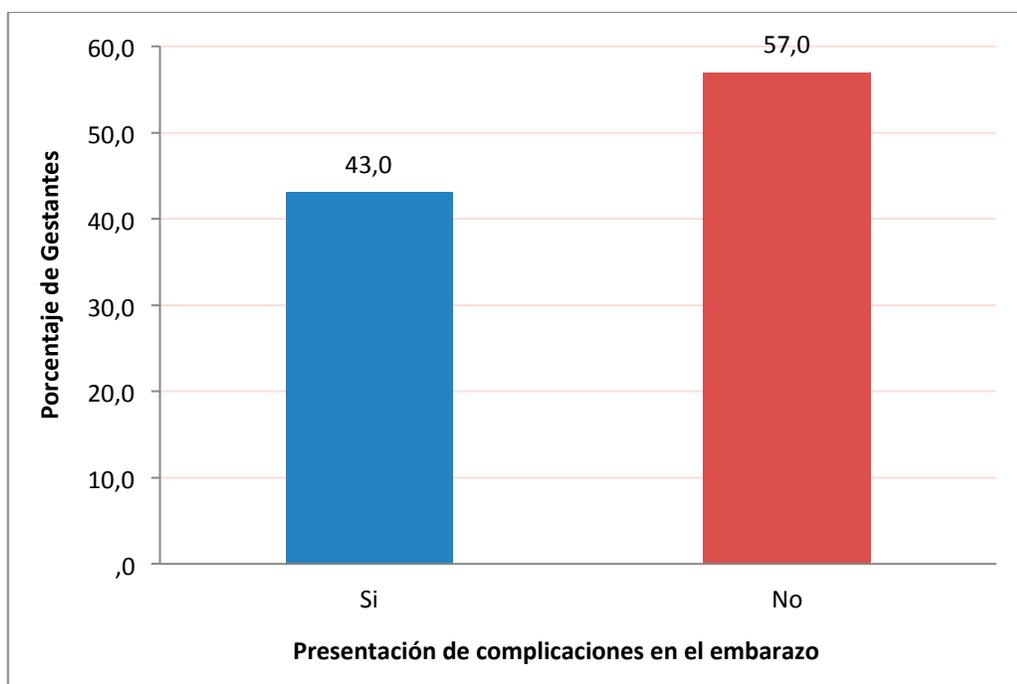
Los antecedentes patológicos antes del periodo de gestación nos muestran algunas patologías previas que presentó la beneficiaria, se puede apreciar que el 82,5% de las mujeres embarazadas no tienen antecedentes lo que refleja cierto grado de buen estado de salud previo al embarazo.

**CUADRO 15**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE PRESENTARON ALGUNA**  
**COMPLICACIÓN DURANTE EL PERIODO DE EMBARAZO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	96	43,0
No	127	57,0
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 10**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN LA PRESENTACIÓN**  
**DE ALGUNA COMPLICACIÓN EN EL EMBARAZO**



Las complicaciones durante el embarazo son problemas de salud inesperados que deben ser tratados o corregidos en este periodo, podemos observar que el 43,0% de las mujeres embarazadas si presentó algún problema de salud en esta etapa.

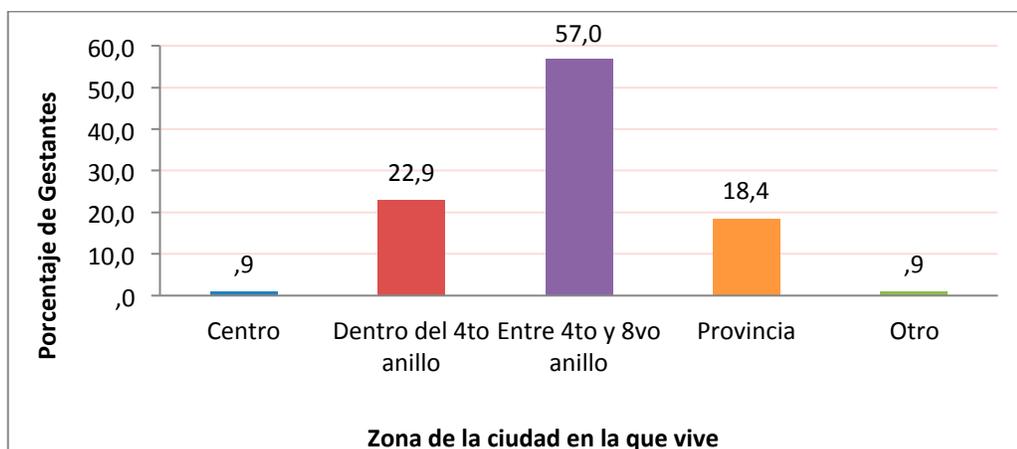
### 11.3 TENENCIA DE VIVIENDA

**CUADRO 16**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN LA ZONA EN LA QUE VIVE**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Centro	2	0,9
Dentro del 4to anillo	51	22,9
Entre 4to y 8vo anillo	127	57,0
Provincia	41	18,4
Otro	2	0,9
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 11**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN LA ZONA DE SU VIVIENDA**



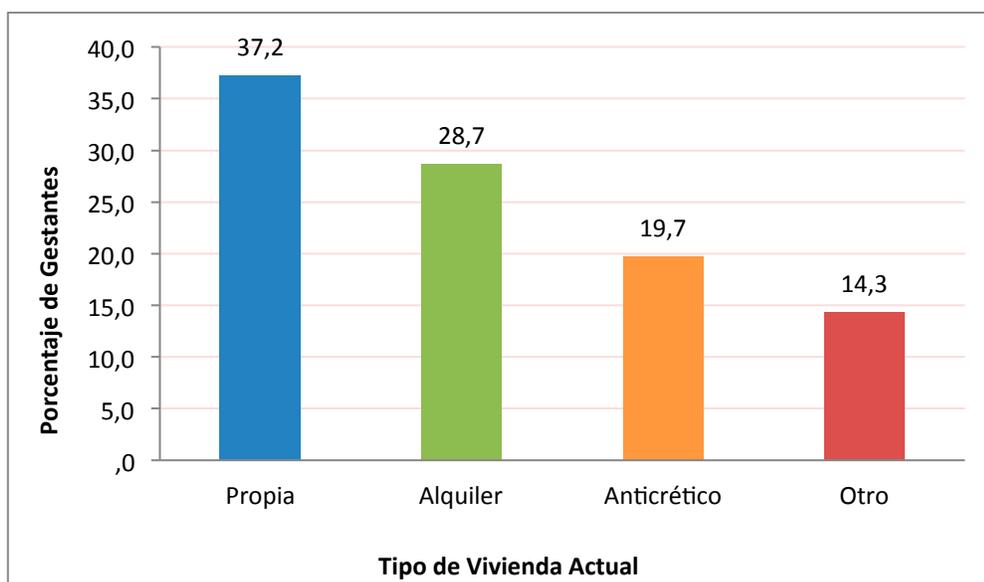
De acuerdo a la distribución de las beneficiarias según la zona en donde viven, podemos señalar que el 23,8% viven dentro del 4to anillo de circunvalación mientras que el 76,3% lo hacen fuera del 4to anillo de la ciudad.

**CUADRO 17**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN TIPO DE VIVIENDA**

<b>Detalle</b>	<b>Nº de Mujeres</b>	<b>Porcentaje</b>
Propia	83	37,2
Alquiler	64	28,7
Anticrético	44	19,7
Otro	32	14,3
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 12**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN**  
**EL TIPO DE VIVIENDA QUE POSEE**



Para el estudio del tipo de vivienda de las beneficiarias se les consultó si es que cuentan con vivienda propia fija o si es que deben disponer de un monto extra mensual para cubrir gastos de una vivienda ajena. Podemos ver que el 48,4% de las beneficiarias tienen vivienda por medio de un alquiler o anticrético.

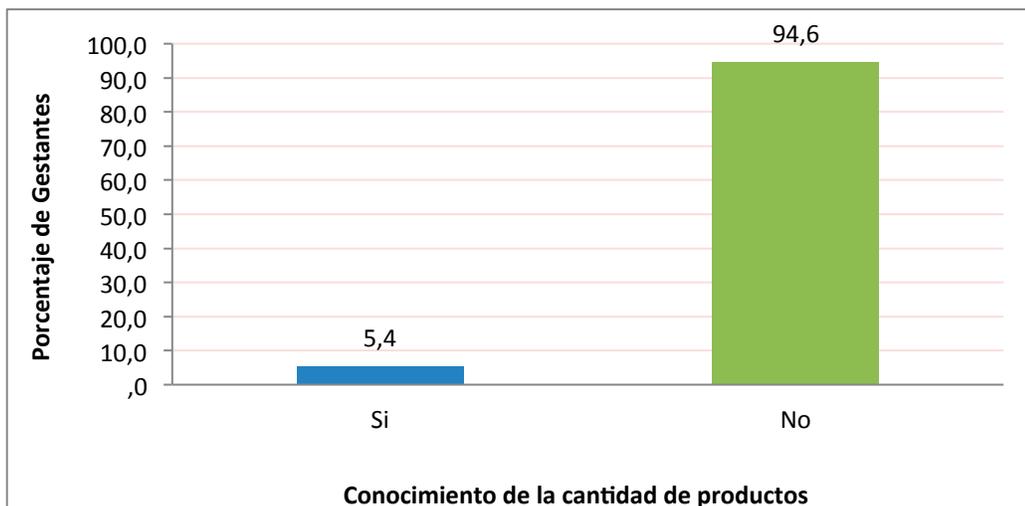
## 11.4 UTILIZACIÓN DE PRODUCTOS

**CUADRO 18**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS CON CONOCIMIENTO**  
**DE LA CANTIDAD DE LOS PRODUCTOS QUE RECIBEN**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	12	5,4
No	211	94,6
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 13**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN**  
**CONOCIMIENTO DE LA CANTIDAD DE PRODUCTOS RECIBIDA**



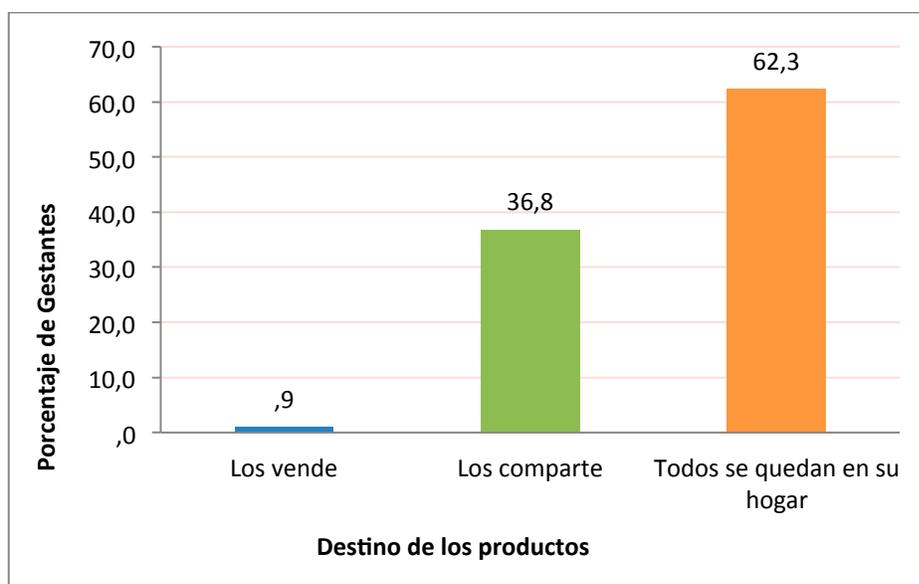
El subsidio prenatal entregado a las beneficiarias cuenta con 60 tipos de productos para el área urbana y 56 para el área rural, en cuanto a variedad se refiere. Las mujeres embarazadas fueron consultadas para saber si conocen la cantidad de productos que reciben teniendo como resultado que el 94,6% de las mismas desconoce cuántos productos reciben.

**CUADRO 19**  
**DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DE LA ENTREGA**  
**A LAS MUJERES EMBARAZADAS**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Los vende	2	0,9
Los comparte	82	36,8
Todos se quedan en su hogar	139	62,3
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

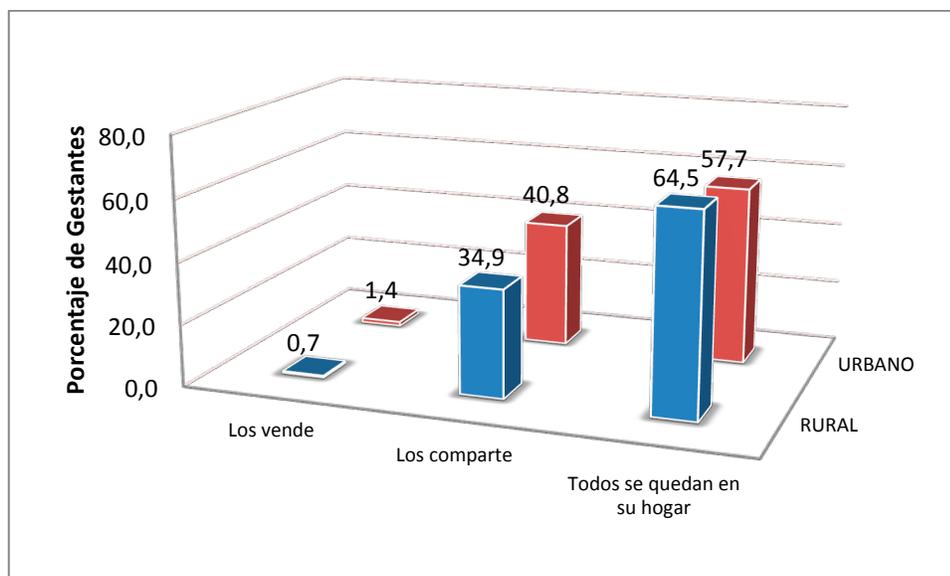
Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 14**  
**PORCENTAJE DEL DESTINO DE LOS PRODUCTOS**  
**LUEGO DEL RECOJO MENSUAL**



Para conocer que hacen las beneficiarias luego del recojo mensual de su lote de productos es que se les preguntó, qué hacían con los mismos. Sólo un 62,3% de las mujeres encuestadas manifestó que todos los productos se quedan en su hogar, el resto de ellas menciona que los comparten con otras personas o venden algunos de ellos.

**GRÁFICO 15**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL LUGAR DE PROCEDENCIA DE**  
**LAS EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DEL LOTE MENSUAL LUEGO DEL RECOJO**

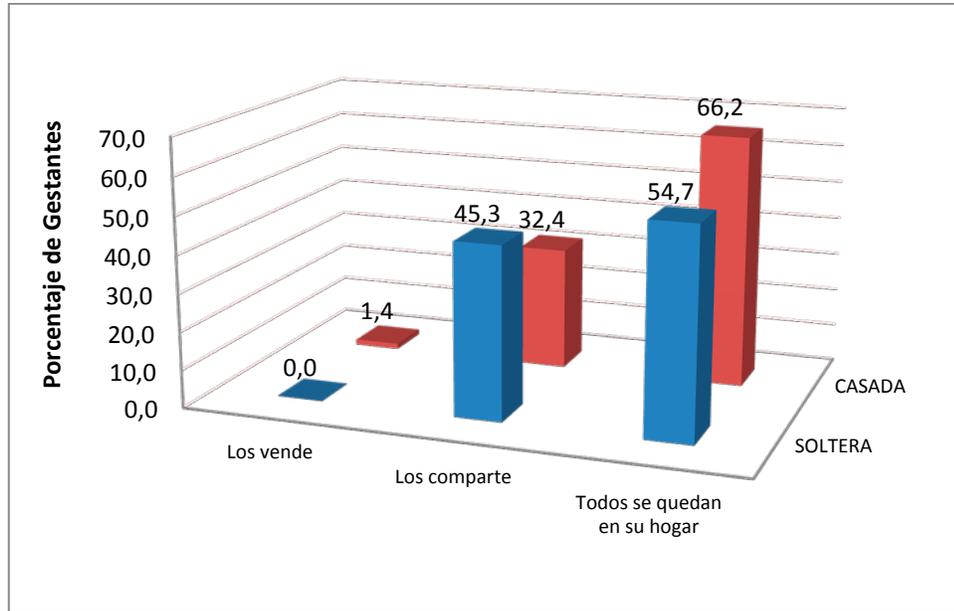


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>43</sup>

Según el área donde vive la mujer gestante y el destino de los productos luego de recibirlos, se tiene que el 35,6% de las mamás del área rural venden o comparten sus productos, mientras que en el área urbana el 42,2% realizan la misma práctica, es decir que cerca del 37% de las gestantes comparten sus productos con alguna persona.

<sup>43</sup> Ver cuadro con contenido de datos en Anexo 2, Página 200

**GRÁFICO 16**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO CIVIL DE**  
**LAS EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DEL LOTE MENSUAL LUEGO DEL RECOJO**

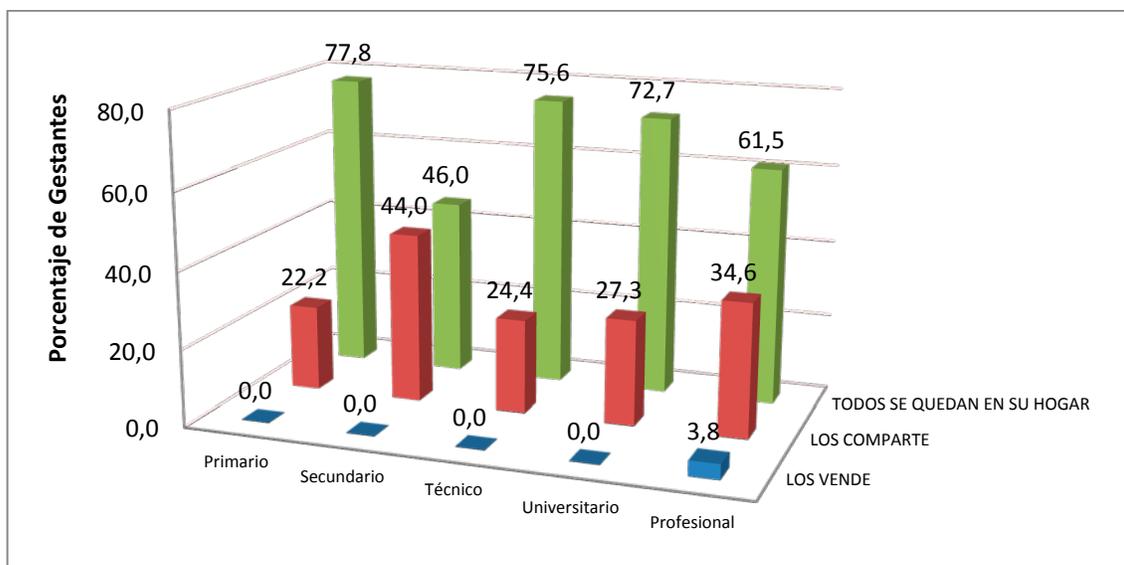


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>44</sup>

De acuerdo al estado civil de las madres se encontró que el 45,3% de las mamás solteras comparten sus productos con alguna persona cercana de su entorno, por otro lado el 33,8% de las mamás casadas comparten o venden sus productos. Es decir, que aproximadamente un 37% de las beneficiarias prefieren compartir sus productos alimentarios.

<sup>44</sup>Ver cuadro con contenido de datos en Anexos 3, Página 200

**GRÁFICO 17**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS**  
**EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO**

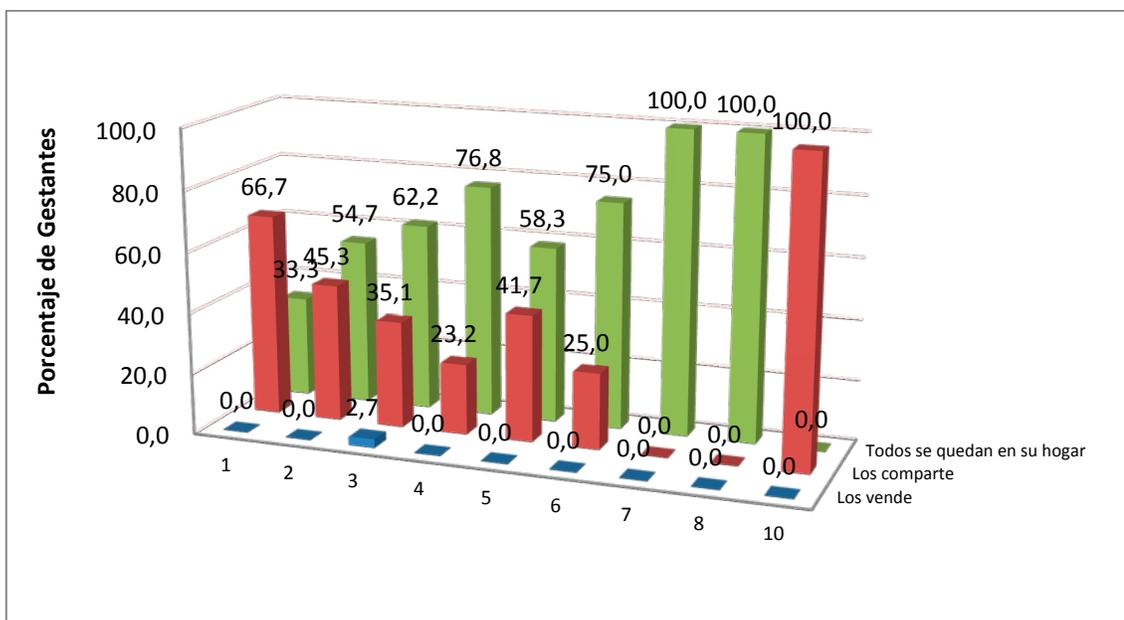


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>45</sup>

Luego del análisis del nivel de instrucción de las beneficiarias y el destino de los productos luego del recojo, se realizó el cruce entre ambas variables. Obteniendo como resultado que el 3,5% de las embarazadas profesionales venden sus productos mientras que el 77,8% de la madre que sólo alcanzaron hasta el nivel primario prefieren quedarse con los productos en su hogar.

<sup>45</sup> Ver cuadro con contenido de datos en Anexo 4, Página 200

**GRÁFICO 18**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE MIEMBROS FAMILIARES DE**  
**LAS EMBARAZADAS SEGÚN EL DESTINO DEL LOTE MENSUAL LUEGO DEL RECOJO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>46</sup>

En este gráfico se puede apreciar la relación existente entre el número de miembros en las familias de las beneficiarias con quien podrían compartir los productos y el destino de las mismos luego del recojo. Como resultado podemos ver que las beneficiarias que tienen entre 1 a 2 miembros en su familia optan por compartir sus productos en su mayoría, en el caso de las que tienen entre 3 a 6 miembros poseen mayor porcentaje en la opción de quedarse con los productos en su hogar pero en la opción de compartir los productos con otras personas tienen entre 23% a 41% de probabilidad que comparten sus productos minimizando cada vez más el consumo de los mismos.

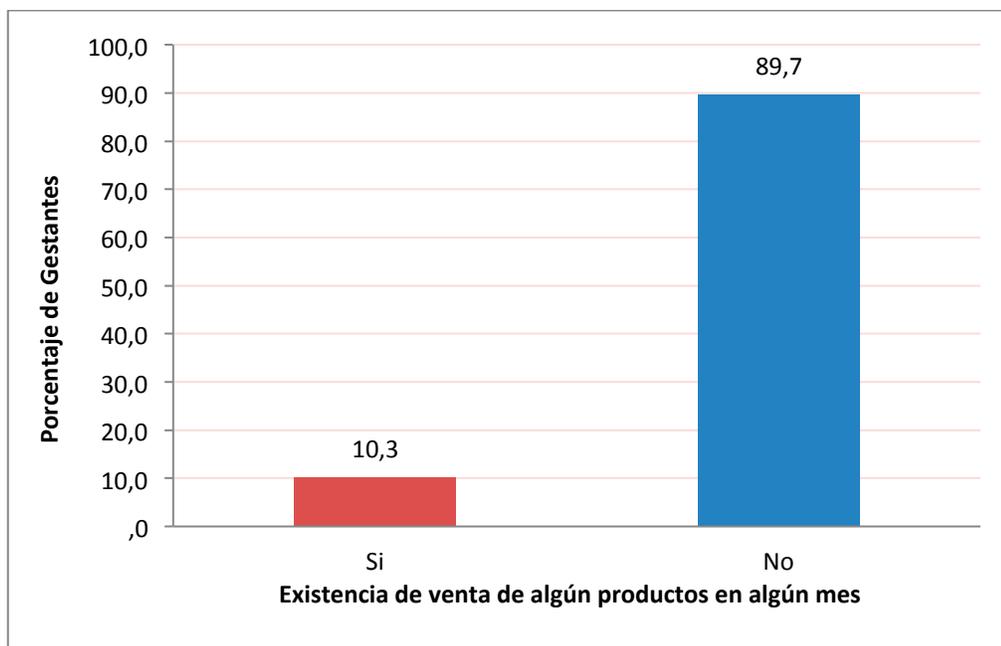
<sup>46</sup>Ver tabla con contenido de datos en Anexo 5, Página 201

**CUADRO 20**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE ALGUNA VEZ**  
**HAN VENDIDO ALGÚN PRODUCTO DEL SUBSIDIO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	23	10,3
No	200	89,7
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 19**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL SEGÚN LA VENTA DE**  
**ALGÚN PRODUCTO DEL SUBSIDIO**



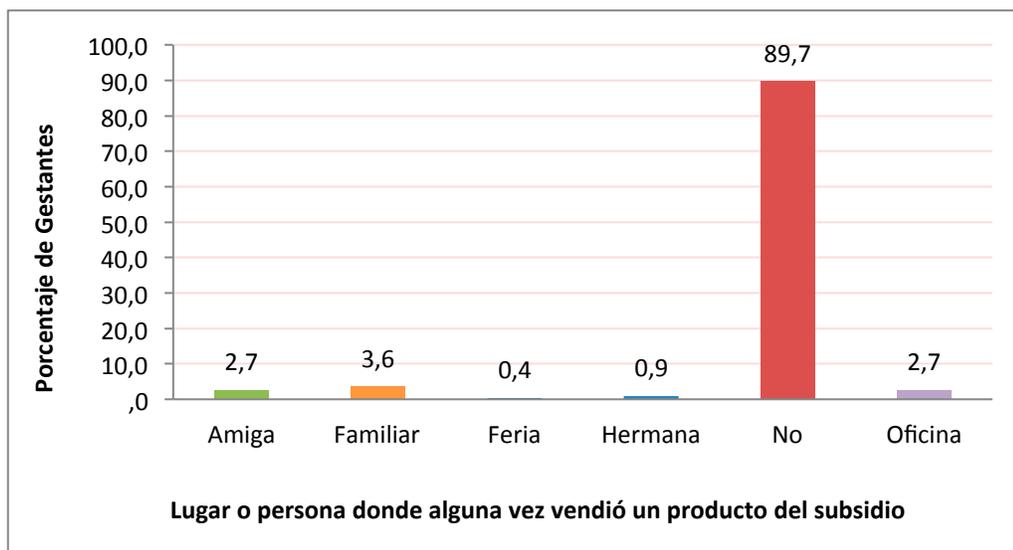
Las beneficiarias fueron consultadas si es que alguna vez habían vendido algún producto perteneciente a su subsidio. El 10,3% de ellas afirmó alguna vez han realizado dicha venta, mientras que el 89,7% respondió de forma negativa.

**CUADRO 21**  
**DETALLE DEL LUGAR O PERSONA DONDE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**ALGUNA VEZ HAN VENDIDO ALGÚN PRODUCTO DEL SUBSIDIO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Amiga	6	2,7
Familiar	8	3,6
Feria	1	0,4
Hermana	2	0,9
No	200	89,7
Oficina	6	2,7
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 20**  
**PORCENTAJE DE LA PERSONA O LUGAR DONDE ALGUNA**  
**VEZ VENDIÓ ALGÚN PRODUCTO DEL SUBSIDIO**



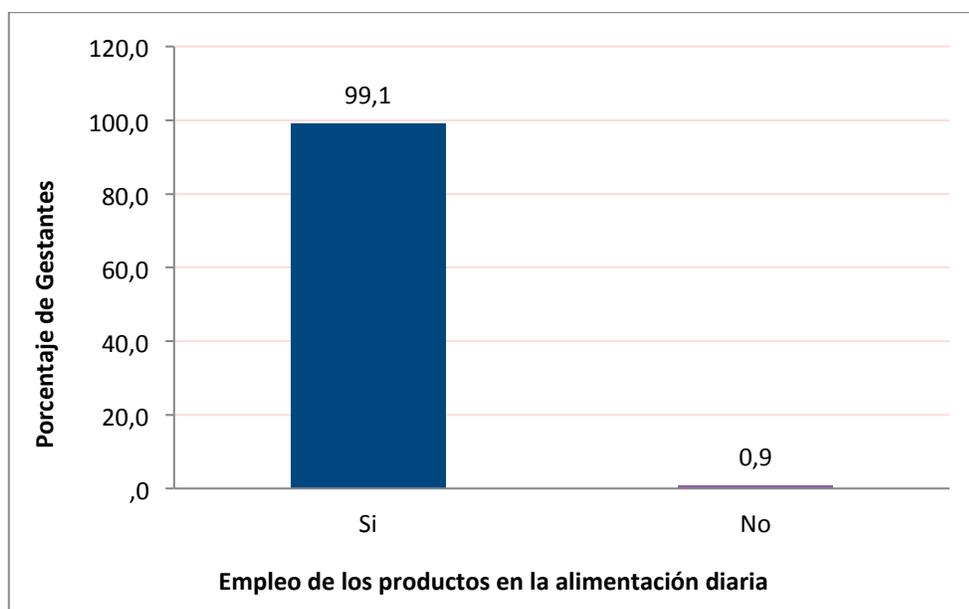
Las mujeres embarazadas que alguna vez habían vendido algún producto del subsidio fueron consultadas sobre la persona o lugar donde habían realizado la venta, familiares o amigos fueron las personas con mayor porcentaje de respuesta entre las beneficiarias, con un 6,3%.

**CUADRO 22**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE CONSUMEN**  
**ALGÚN TIPO DE PRODUCTO DEL SUBSIDIO DE FORMA DIARIA**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	221	99,1
No	2	0,9
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 21**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN**  
**EL CONSUMO DE LOS PRODUCTOS DE MANERA DIARIA**



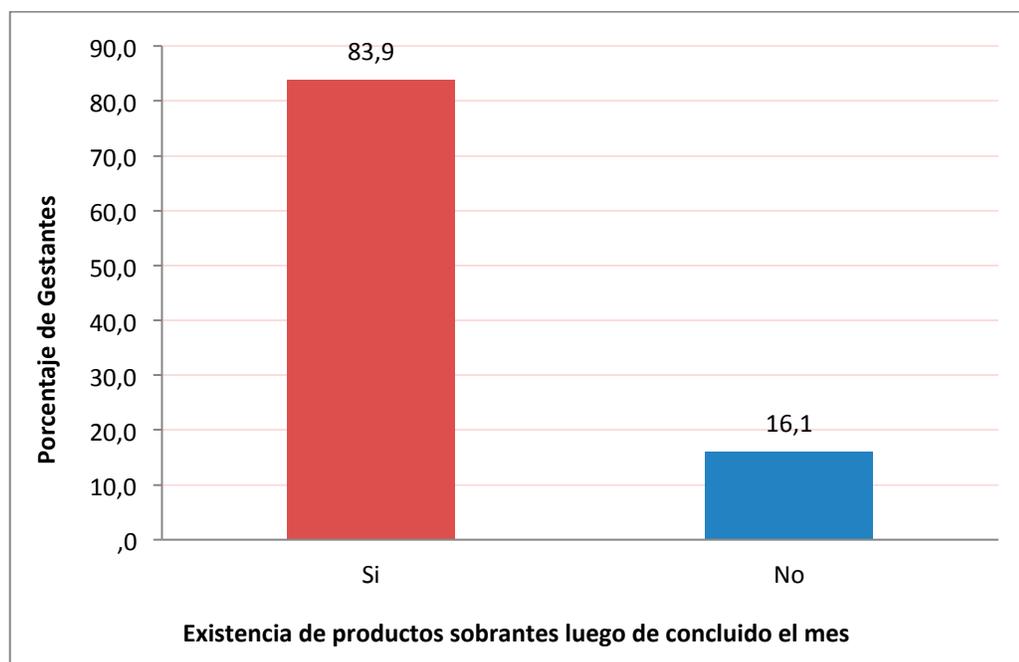
Los productos del subsidio tienen como objetivo ser consumidos por la mujer embarazada de manera diaria en el periodo de un mes, es por esto que se les preguntó a las beneficiarias si hacían uso de los mismos en su alimentación. El 99,1% de ellas respondió que si consumía los productos de manera diaria.

**CUADRO 23**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE TIENEN UN SOBRENTE DE PRODUCTOS DEL SUBSIDIO AL FINAL DEL MES**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	187	83,9
No	36	16,1
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 22**  
**PORCENTAJE DE LA EXISTENCIA DE PRODUCTOS SOBANTES**



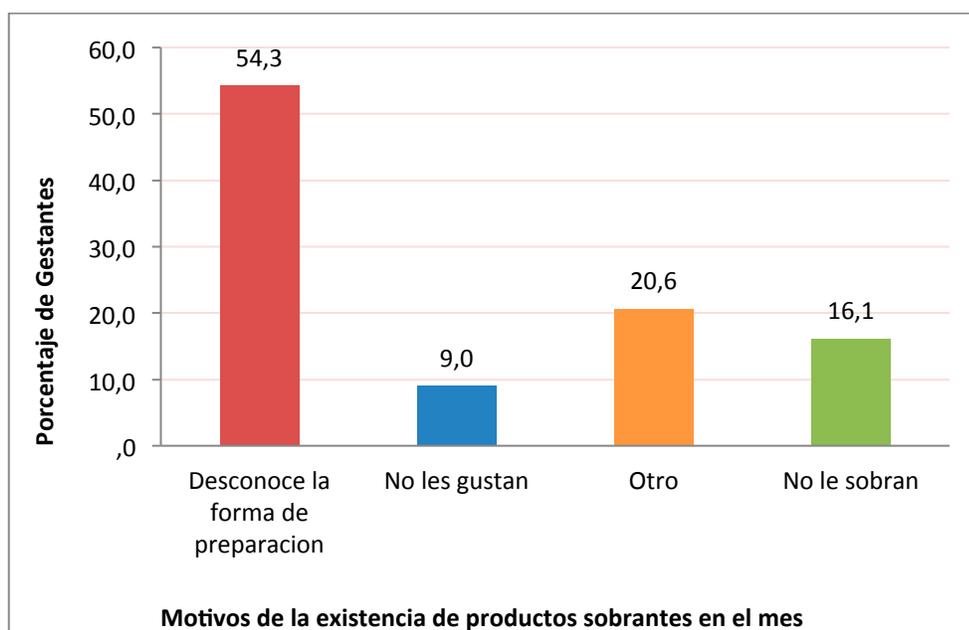
El paquete prenatal de subsidio cuenta con una variedad de 60 tipos de productos destinados a cubrir el mes de alimentación de la mujer embarazada. Es por esto que las beneficiarias fueron consultadas acerca de si existía algún sobrante de productos luego de concluido el mes del recojo del paquete. El 83,9% de las embarazadas manifestó tener un sobrante de productos al concluir el mes.

**CUADRO 24**  
**MOTIVO POR EL CUAL SOBRAN PRODUCTOS DEL SUBSIDIO AL FINAL DEL MES,**  
**DE ACUERDO A LO QUE INDICAN LAS MUJERES GESTANTES**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Desconoce la forma de preparación	121	54,3
No les gustan	20	9,0
Otro	46	20,6
No le sobran	36	16,1
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 23**  
**PORCENTAJE DE LOS MOTIVOS DEL SOBRENTE DE PRODUCTOS**



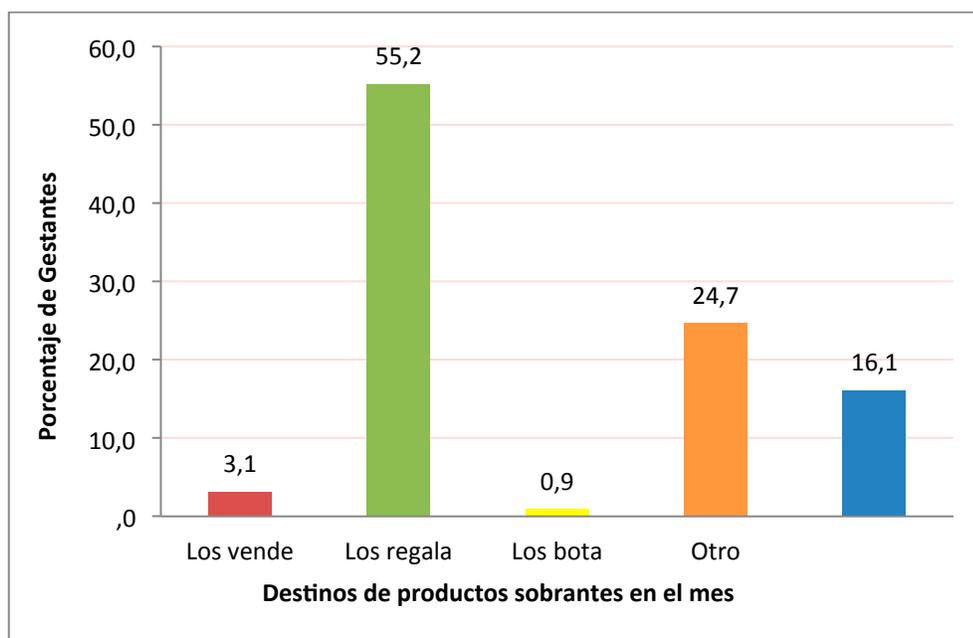
Luego de conocer que la mayoría de las beneficiarias contaban con un sobrante de productos al concluir el mes, se les preguntó el motivo por el cual existía este sobrante. El 54,3% de ellas manifestó que desconocía la forma de preparación de algunos productos y por ello no los consumían.

**CUADRO 25**  
**DESTINOS DE LOS PRODUCTOS DEL SUBSIDIO QUE**  
**SOBRAN AL FINAL DEL MES**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Los vende	7	3,1
Los regala	123	55,2
Los bota	2	0,9
Otro	55	24,7
No le sobran	36	16,1
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 24**  
**PORCENTAJE DEL DESTINO DE PRODUCTOS SOBRANTES**



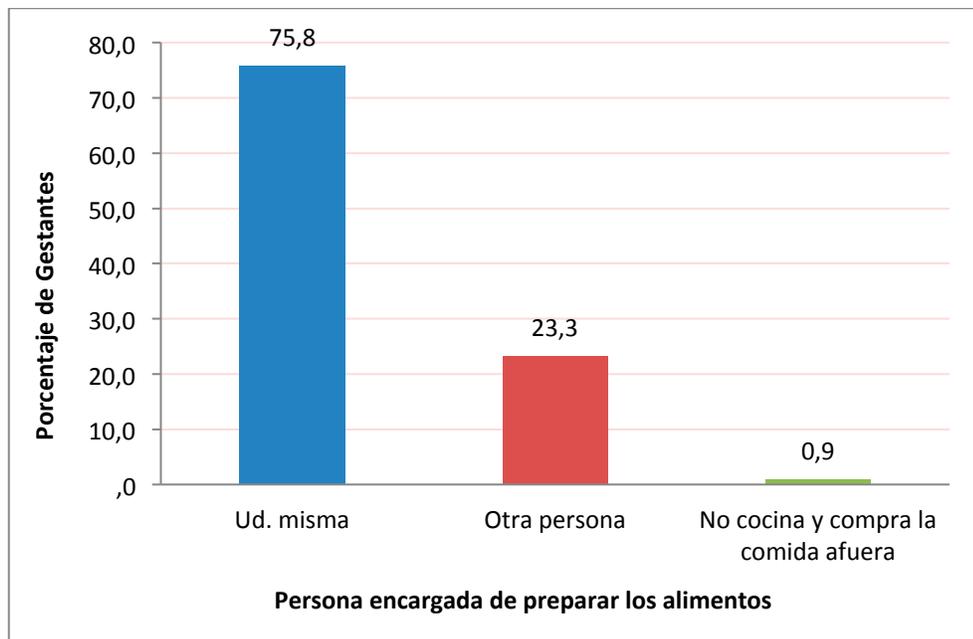
Luego de conocer el motivo por el cual existía un sobrante de productos al concluir el mes, las mujeres embarazadas fueron consultadas acerca de qué hacían con este sobrante, un 55,2% de ellas manifestó que regalan los productos que les sobran.

**CUADRO 26**  
**DETALLE DE LA PERSONA ENCARGADA DE LA PREPARACIÓN DE LOS**  
**ALIMENTOS EN LAS VIVIENDAS DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**

<b>Detalle</b>	<b>Nº de Mujeres</b>	<b>Porcentaje</b>
Ud. misma	169	75,8
Otra persona	52	23,3
No cocina y compra la comida afuera	2	0,9
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 25**  
**PORCENTAJE DE LA PERSONA ENCARGADA DE PREPARAR LOS ALIMENTOS**



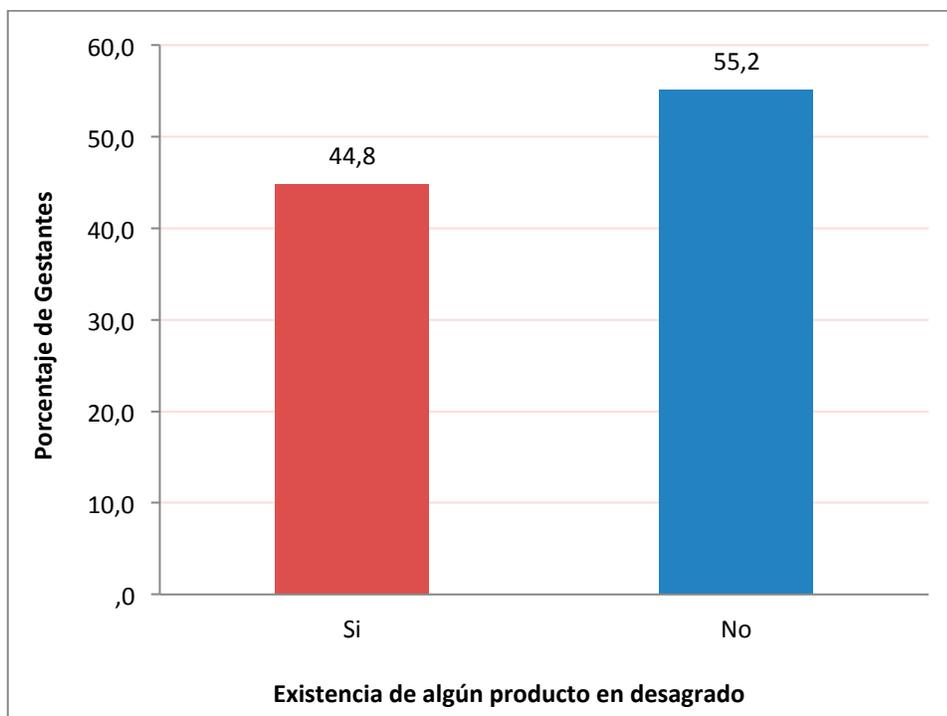
La persona encargada de la preparación de los alimentos en los hogares de las beneficiarias es la que ocupa los productos del subsidio al realizar preparaciones para el consumo familiar. Es por esto, que se les preguntó quién preparaba los alimentos en su hogar. El 75,8% respondió que son ellas mismas las que realizan esta labor.

**CUADRO 27**  
**PORCENTAJE DE GESTANTES QUE SEÑALAN QUE**  
**ALGÚN PRODUCTO NO ES DE SU AGRADO PARA SU CONSUMO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	100	44,8
No	123	55,2
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 26**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN DESAGRADO DE ALGÚN PRODUCTO**



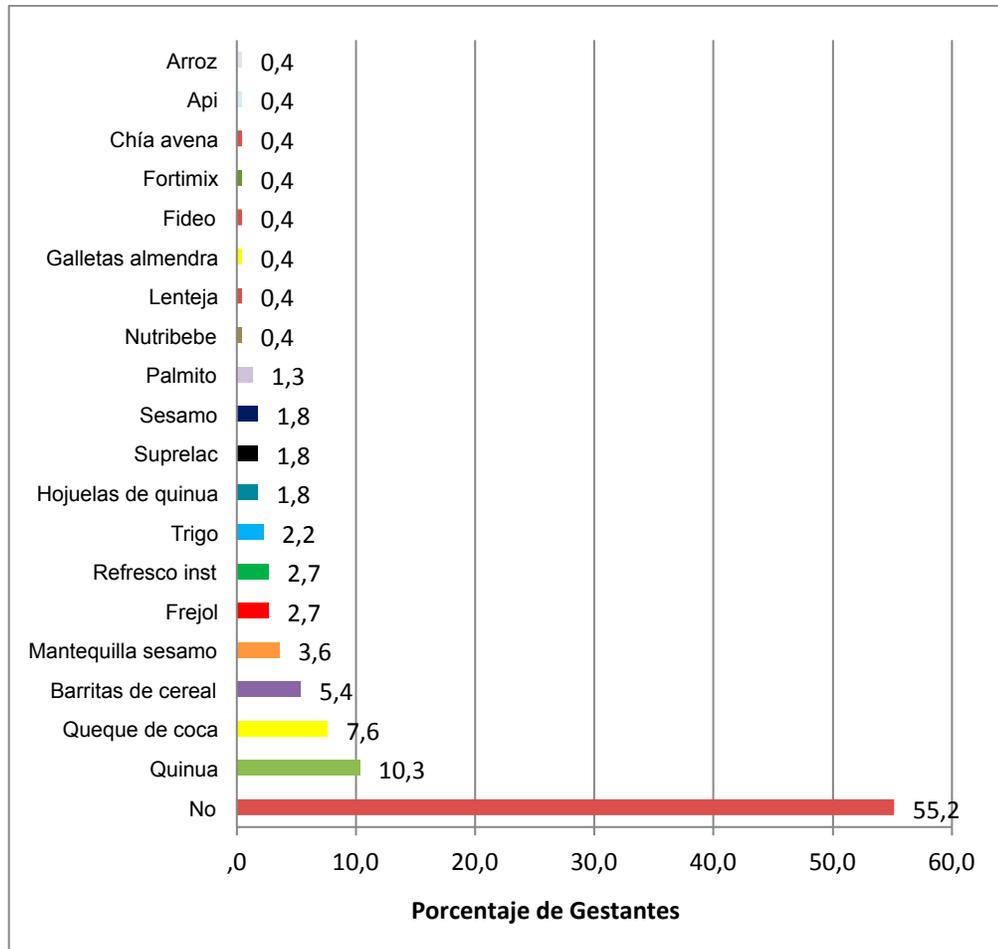
Las beneficiarias de los subsidios prenatales fueron consultadas sobre la existencia de algún producto que no sea de su agrado. El 44,8% de ellas respondió de forma afirmativa hacia el desagrado de algún producto.

**CUADRO 28**  
**DETALLE DE LOS PRODUCTOS EN DESAGRADO**  
**DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**

<b>Detalle</b>	<b>Nº de Mujeres</b>	<b>Porcentaje</b>
No	123	55,2
Quinoa	23	10,3
Queque de coca	17	7,6
Barritas de cereal	12	5,4
Mantequilla sesamo	8	3,6
Frejol	6	2,7
Refresco inst	6	2,7
Trigo	5	2,2
Hojuelas de quinua	4	1,8
Suprelac	4	1,8
Sesamo	4	1,8
Palmito	3	1,3
Nutribebe	1	,4
Lenteja	1	,4
Galletas almendra	1	,4
Fideo	1	,4
Fortimix	1	,4
Chía avena	1	,4
Api	1	,4
Arroz	1	,4
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 27**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE PRODUCTOS EN**  
**DESAGRADO EN LAS BENEFICIRIAS**



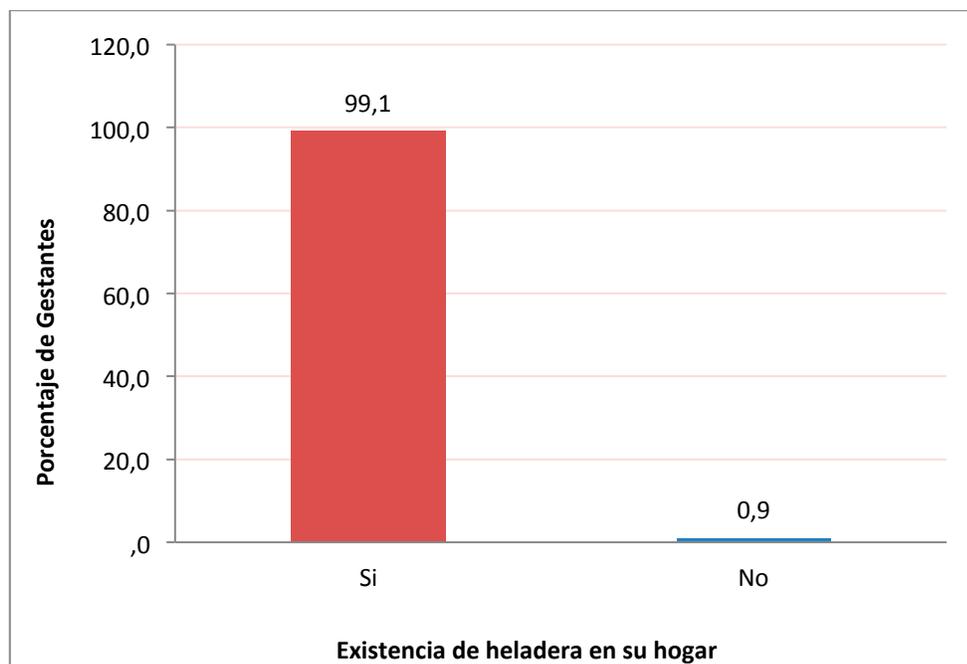
Luego de conocer que existía un gran porcentaje de las beneficiarias que mencionaba el desagrado por algún producto del subsidio, se les consultó acerca de cuál es ese producto. Un gran porcentaje de los productos en desagrado son los a base de quinua, sésamo o cereales, los cuales son ricos en proteínas, fibra, calcio y hierro, esenciales para la alimentación diaria de toda mujer embarazada.

**CUADRO 29**  
**DETALLE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE**  
**POSEEN HELADERA EN SU VIVIENDA**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	221	99,1
No	2	0,9
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 28**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS QUE POSEEN HELADERA**



Dentro del lote de productos de la entrega mensual del subsidio prenatal existen productos lácteos que necesitan refrigeración, es por esto que se les consultó a las embarazadas si tenían heladera en su vivienda. El 99,1 de ellas si cuenta con heladera para refrigerar los lácteos y de esta forma conservarlos para su mejor consumo.

## 11.5 DATOS NUTRICIONALES

CUADRO 30

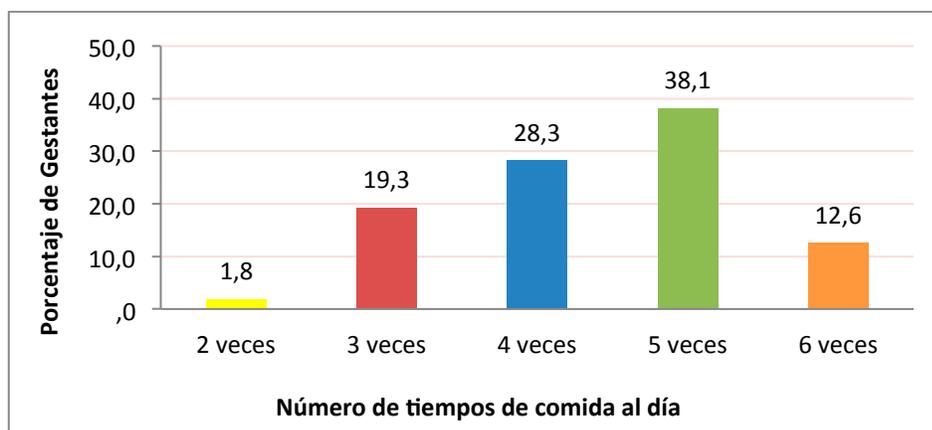
DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE COMIDA EN LA DIETA  
DIARIA DE LAS MUJERES EMBARAZADAS

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
2 veces	4	1,8
3 veces	43	19,3
4 veces	63	28,3
5 veces	85	38,1
6 veces	28	12,6
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

GRÁFICO 29

PORCENTAJES DE LOS TIEMPOS DE COMIDA DE LAS BENEFICIARIAS



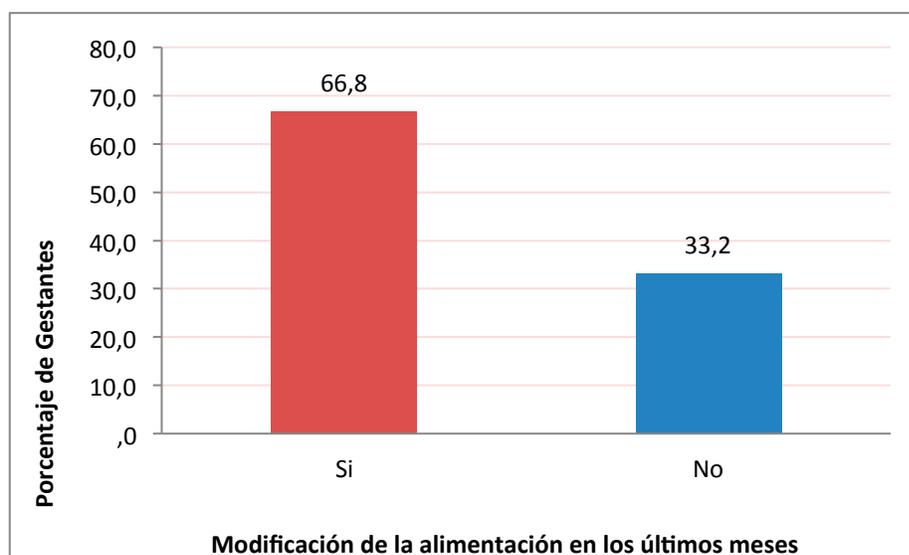
Los seres humanos realizan varias comidas al día que varían en cantidad y calidad de acuerdo a características personales. Las mujeres embarazadas encuestadas fueron consultadas sobre el número de tiempos de comida que realizan en un día. El 22,1% de ellas realizan 3 o menos comidas al día, lo cual nos indica que pasan más de 4 horas al día sin consumir alimento alguno.

**CUADRO 31**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE HAN**  
**MODIFICADO SU ALIMENTACIÓN LOS ÚLTIMOS MESES**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	149	66,8
No	74	33,2
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 30**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN MODIFICACIÓN DE LA DIETA**



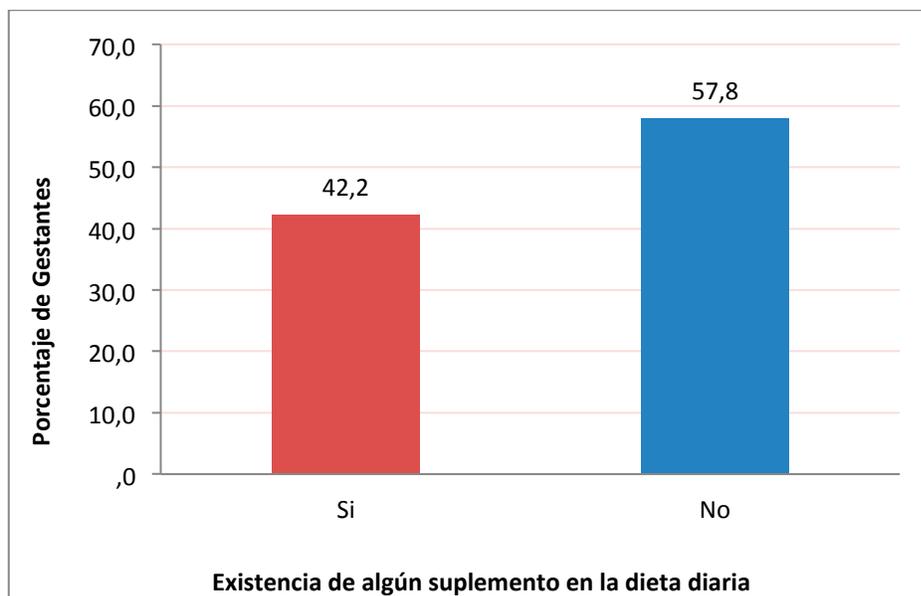
Las necesidades de energía y de nutrientes de la madre aumentan durante el embarazo, como consecuencia de los cambios corporales que ocurren en su organismo y de las necesidades del bebé en formación. La única manera de cubrir estas necesidades es hacer cambios en cuanto a cantidad y calidad se refiere en la alimentación de la mujer embarazada. El 66,8% de las beneficiarias de los subsidios prenatal manifestó haber modificado su alimentación en los últimos meses.

**CUADRO 32**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE CONSUMEN**  
**ALGÚN SUPLEMENTO NUTRICIONAL EN SU ALIMENTACIÓN DIARIA**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	94	42,2
No	129	57,8
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 31**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICARIAS**  
**SEGÚN CONSUMO DE ALGÚN SUPLEMENTO**



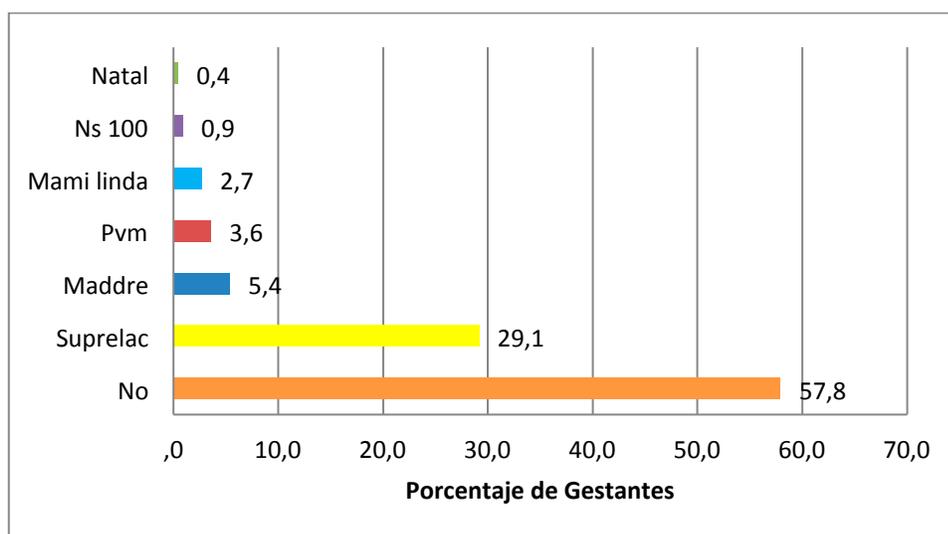
Durante la etapa de gestación se incrementan las necesidades de energía, proteínas y algunos micronutrientes, algunas veces lo consumido en la dieta diaria no es suficiente por lo que se recomienda el consumo de algún suplemento alimenticio. El 42,2% de las mujeres embarazadas encuestadas mencionó que si consume algún suplemento de manera diaria.

**CUADRO 33**  
**TIPOS DE SUPLEMENTOS NUTRICIONALES QUE CONSUMEN**  
**DE MANERA DIARIA LAS MUJERES EMBARAZADAS**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
No	129	57,8
Suprelac	65	29,1
Maddre	12	5,4
Pvm	8	3,6
Mami linda	6	2,7
Ns 100	2	0,9
Natal	1	0,4
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 32**  
**PORCENTAJES DE LOS SUPLEMENTOS CONSUMIDOS**  
**POR LAS BENEFICIARIAS**



Dentro del paquete de productos del subsidio prenatal existe un suplemento nutricional llamado Suprelac que está destinado al consumo diario de la mujer embarazada. Al ser consultadas las beneficiarias sobre el nombre del suplemento que consumían, sólo el 29,1% respondió que consumen el suplemento contenido en el subsidio mensual, mientras que el 13% de ellas compran otro suplemento

## SUPLEMENTOS NUTRICIONALES PARA MUJERES EMBARAZADAS

**CUADRO 34**  
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL DE SUPLEMENTOS NUTRICIONALES**

	*SUPRELAC		**PVM		**MADRE		**NS 100	
	En 100 gr	porción/día						
<b>ENERGIA</b>								
<b>Kcal</b>	393	130	361	72	350	70	354	170
<b>MACRONUTRIENTES</b>								
<b>Proteínas (gr)</b>	25	5	31,2	6,2	31	6,2	21,8	10,5
<b>Carbohidratos (gr)</b>	73	24,1	44,2	8,8	55,4	11,11	67,3	32,3
<b>Grasas (gr)</b>	6	2	1	0,2	0,6	0,1	0,6	0,3
<b>MICRONUTRIENTES</b>								
<b>Fibra (gr)</b>	0	0	0	0	0	0	4	1,9
<b>Ac. Fólico (ug)</b>	1212	400	16,8	3,36	800	160	200	96
<b>Hierro (mg)</b>	15	5	4,5	0,9	100,5	20,1	10	4,8
<b>Calcio (mg)</b>	285	94,1	1118	223,6	1165	233	719	345,1

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

\* El Suprelac es el suplemento nutricional contenido dentro del lote de productos que otorga el subsidio prenatal a las beneficiarias de manera gratuita y contiene 30 porciones para todo el mes.

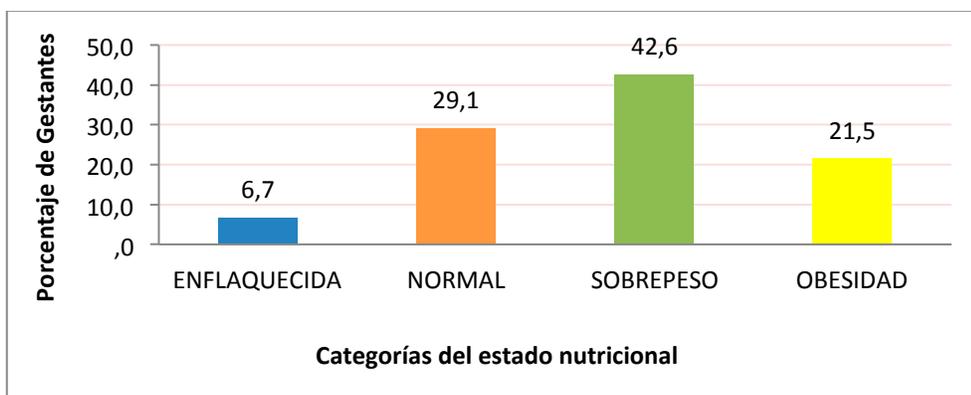
\*\* Los suplementos PVM, Maddre y Ns 100 están a disposición para la compra en el mercado local cuyo precio oscila entre los 90 y 100 Bs. Contienen alrededor de 18 porciones. Estos suplementos fueron nombrados por algunas beneficiarias, quienes no consumen el Suprelac y prefieren comprar alguno de ellos.

**CUADRO 35**  
**ESTADO NUTRICIONAL DE MUJERES GESTANTES SEGÚN ÍNDICE DE MASA CORPORAL**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Enflaquecida	15	6,7
Normal	65	29,1
Sobrepeso	95	42,6
Obesidad	48	21,5
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

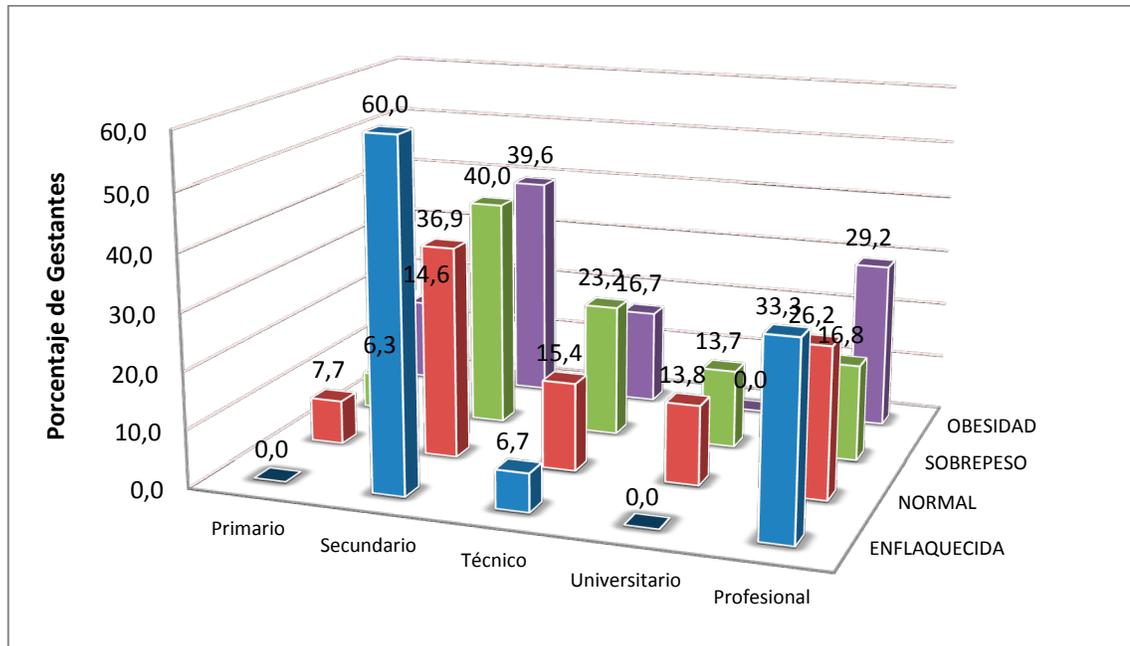
Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 33**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN SU ESTADO NUTRICIONAL**



El Índice de Masa Corporal (IMC) es una medida de asociación entre el peso y la talla de una persona. El IMC es usado como uno de varios indicadores para evaluar el estado nutricional. El estado nutricional es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición de una persona. Luego de tomar peso y talla en las beneficiarias encuestadas se determinó su IMC para su posterior análisis e interpretación según rangos de variación. El 42,6% de las embarazadas estaban con sobrepeso y el 21,5 con obesidad, en ambos casos se tiene mayor probabilidad de sufrir complicaciones durante el embarazo. Lo que señala que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es del 64,1%

**GRÁFICO 34**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL**  
**DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN SU NIVEL DE INSTRUCCIÓN**

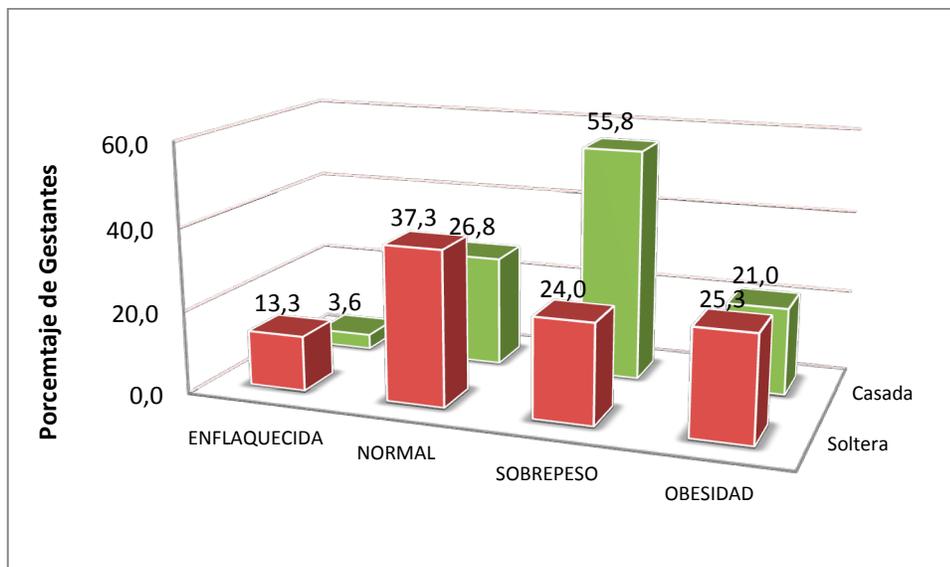


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>47</sup>

Luego de conocer que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es del 64,1% se analizó el estado nutricional de las mujeres embarazadas con el grado de instrucción máximo alcanzado. Podemos apreciar que un 46,3% de las beneficiarias con sobrepeso sólo alcanzaron hasta el nivel primario o secundario, y un 54,2% de las mujeres con obesidad llegaron hasta el mismo nivel de educación. Las embarazadas que son profesionales representan un 29,2% en el grado de obesidad. Independientemente del grado de instrucción que posean las mujeres en cuestión en todos los casos les faltaría la educación alimentaría nutricional.

<sup>47</sup> Ver cuadro con contenido de datos en Anexo 6, Página 202

**GRÁFICO 35**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL**  
**DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN SU ESTADO CIVIL**

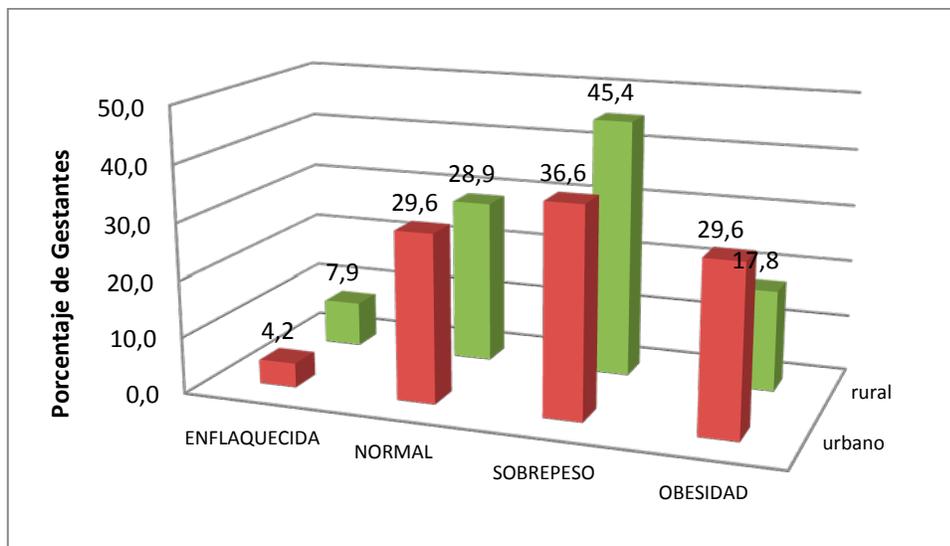


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>48</sup>

El estado civil en relación al estado nutricional de la mujer gestante señala que cuando hay una compañía del sexo opuesto existe un mayor índice de presentar sobrepeso u obesidad. Es por ello, que el 37,3% de las embarazadas solteras tienen un IMC normal, mientras que el 55,8% de las gestantes casadas presentan sobrepeso. En las mujeres casadas el 21% presentan obesidad.

<sup>48</sup> Ver cuadro con contenido de datos en Anexo 7, Página 202

**GRÁFICO 36**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL**  
**DE LAS EMBARAZADAS SEGÚN ÁREA DE PROCEDENCIA**

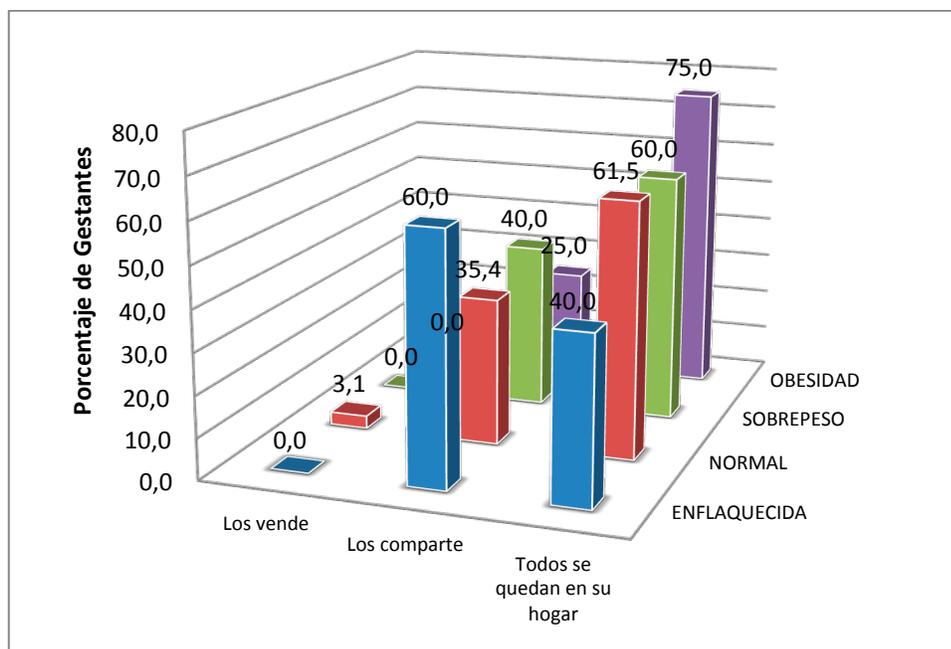


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>49</sup>

Luego de analizar el estado nutricional de las mujeres encuestadas y conocer el lugar de procedencia, se realizó el cruce de ambas variables, ésto para conocer el área donde se dan los mayores porcentajes de desviaciones nutricionales. Teniendo como resultado que en cuestión de porcentajes con el IMC normal en las gestantes existen cantidad similares tanto en el área rural como en la urbana. En el área rural se puede ver un 45,4% de mujeres con sobrepeso y un 7,9% de gestantes enflaquecidas, en ambos casos los porcentajes son mayores que en el área urbana. Se puede concluir que existe mayor prevalencia de desviaciones nutricionales en el área rural.

<sup>49</sup> Ver cuadro con contenido de datos en Anexo 8, Página 203

**GRÁFICO 37**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS**  
**EMBARAZADAS SEGÚN DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO**

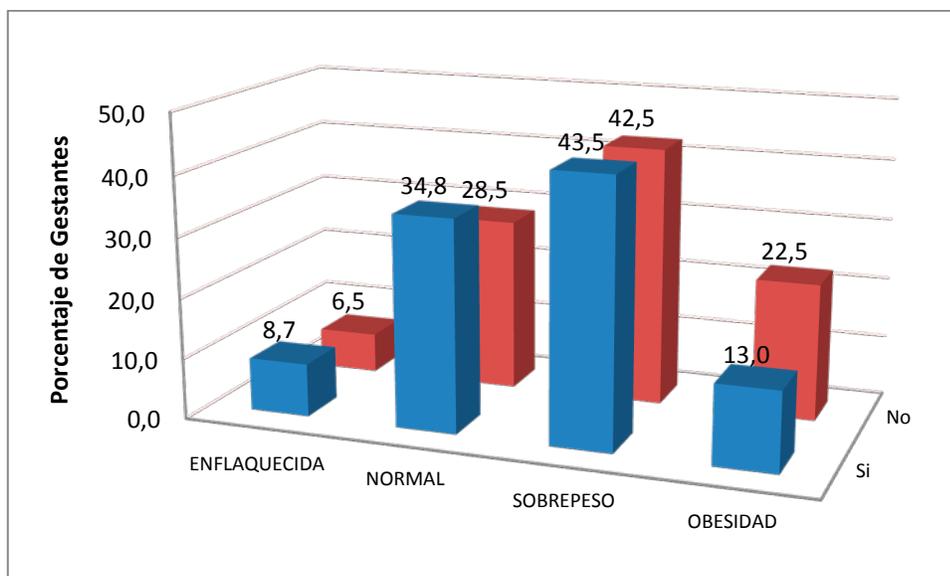


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>50</sup>

Luego de ver el destino de los productos luego del recojo del subsidio prenatal en la mayoría de las beneficiarias, podemos relacionar esta variable con el estado nutricional de las mismas. Como resultado vemos que 60% de las embarazadas enflaquecidas comparten los productos del subsidio luego del recojo, lo que nos lleva a pensar que tienen bajo peso porque prefieren compartir sus productos y no consumirlos en su totalidad. El 25% de las mujeres que presentan obesidad comparten los productos, lo mismo sucede con el 40% de las que padecen sobrepeso; tal vez en su alimentación diaria no consumen los productos del subsidio y prefieren otros productos más calóricos que no están en su subsidio mensual.

<sup>50</sup> Ver tabla con contenido de datos en Anexo 9, Página 203

**GRÁFICO 38**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS**  
**EMBARAZADAS SEGÚN LA VENTA DE ALGÚN PRODUCTO**

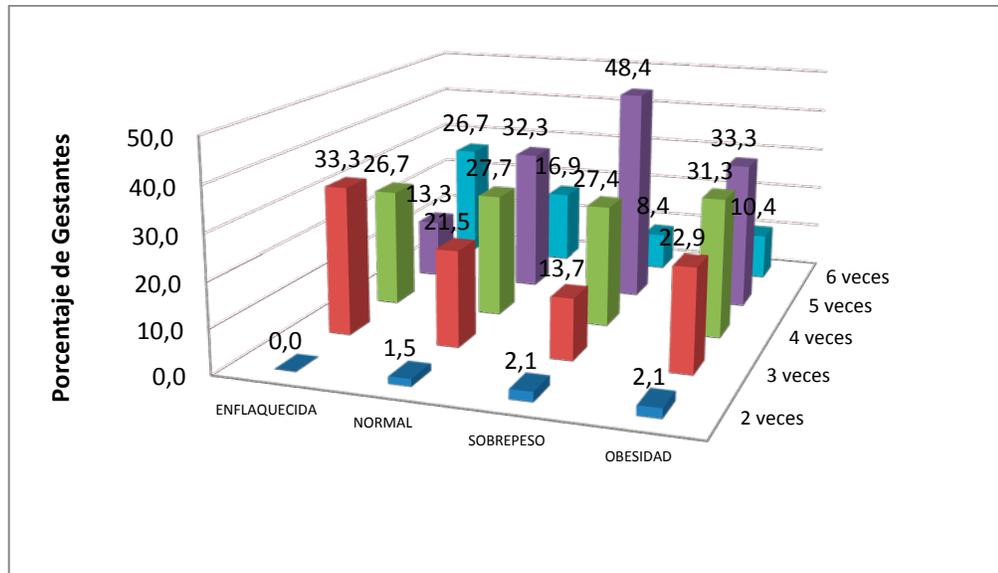


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>51</sup>

En esta grafica podemos ver el porcentaje de venta relacionado con el estado nutricional de las beneficiarias del subsidio prenatal. Se pretende analizar si es que las beneficiarias que venden algunos productos son las que tienen mayor prevalencia de alguna desviación nutricional. Existen cantidades similares en cuanto al estado nutricional y la venta o no de algún producto, existe un 6,5% de gestantes que no venden sus productos pero están enflaquecidas por lo que su bajo peso no se debe a falta de alimentos o productos para su alimentación. Existe un 56,5% de embarazadas que si alguna vez han vendido sus productos y éstas mismas poseen sobrepeso u obesidad.

<sup>51</sup>Ver tabla con contenido de datos en Anexo 10, Página 204

**GRÁFICO 39**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS**  
**EMBARAZADAS SEGÚN TIEMPOS DE COMIDA DIARIOS**

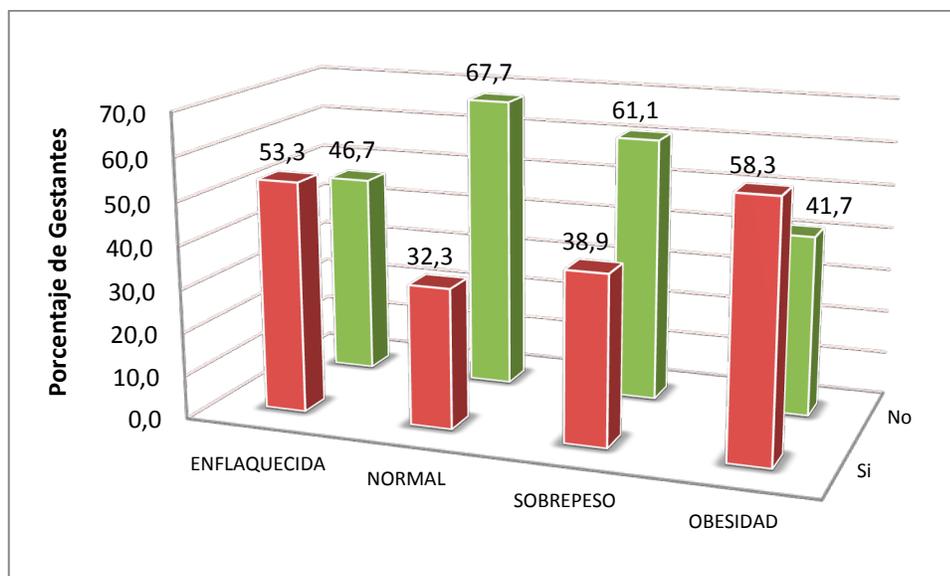


Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>52</sup>

En este gráfico se puede ver el estado nutricional de las mujeres encuestadas en relación con el número de tiempos de comidas que realizan en el día. El 75,8% de las mujeres que presenta sobrepeso entre 4 a 5 comidas al día, y el 64,6% de las que padecen obesidad también tienen entre 4 a 5 tiempos de comida; si bien realizan los tiempos adecuados en el transcurso del día, éstas comidas deben ser demasiado abundantes e hipercalóricas.

<sup>52</sup> Ver tabla con contenido de datos en Anexo 11, Página 204

**GRÁFICO 40**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS**  
**EMBARAZADAS SEGÚN CONSUMO DE ALGÚN SUPLEMENTO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ<sup>53</sup>

Luego de conocer que el 57,8% de las mujeres embarazadas no consumen ningún suplemento nutricional, ni siquiera el Suprelac que viene en su lote mensual. Se analizó la toma de algún suplemento y el estado nutricional teniendo como resultado que 53,3% de las embarazadas enflaquecidas si consumen algún suplemento, al parecer en ellas la carencia es alimentaria, por otro lado un 67,7% de las embarazadas que tienen un estado nutricional normal no consumen ningún suplemento nutricional, tal vez éstas embarazadas si consumen una alimentación variada y equilibrada.

<sup>53</sup> Ver tabla con contenido de datos en Anexo 12, Página 205

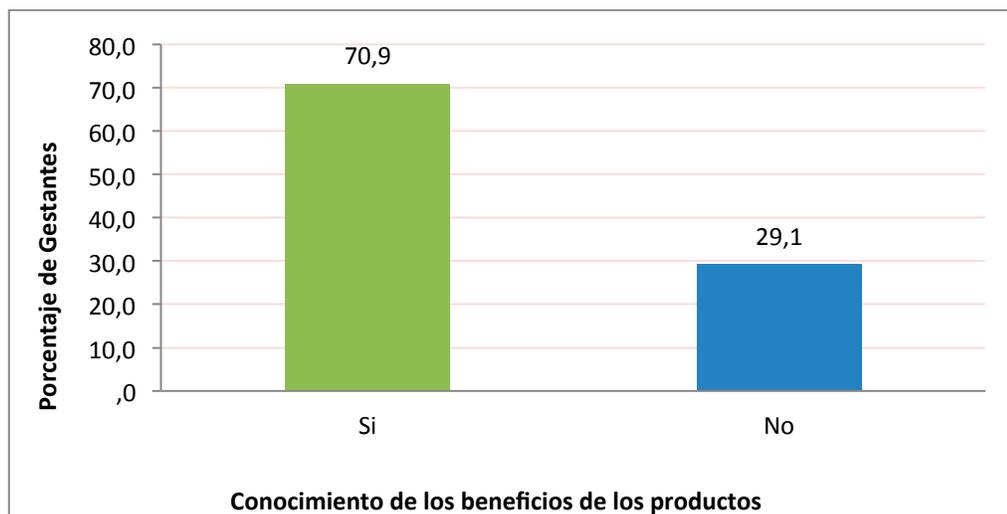
## 11.6 EDUCACIÓN NUTRICIONAL

**CUADRO 36**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE DICEN CONOCER**  
**LOS BENEFICIOS DE LOS PRODUCTOS DEL SUBSIDIO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	158	70,9
No	65	29,1
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 41**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS BENEFICIRIAS SEGÚN CONOCIMIENTO**  
**DE BENEFICIOS DE PRODUCTOS DEL SUBSIDIO**



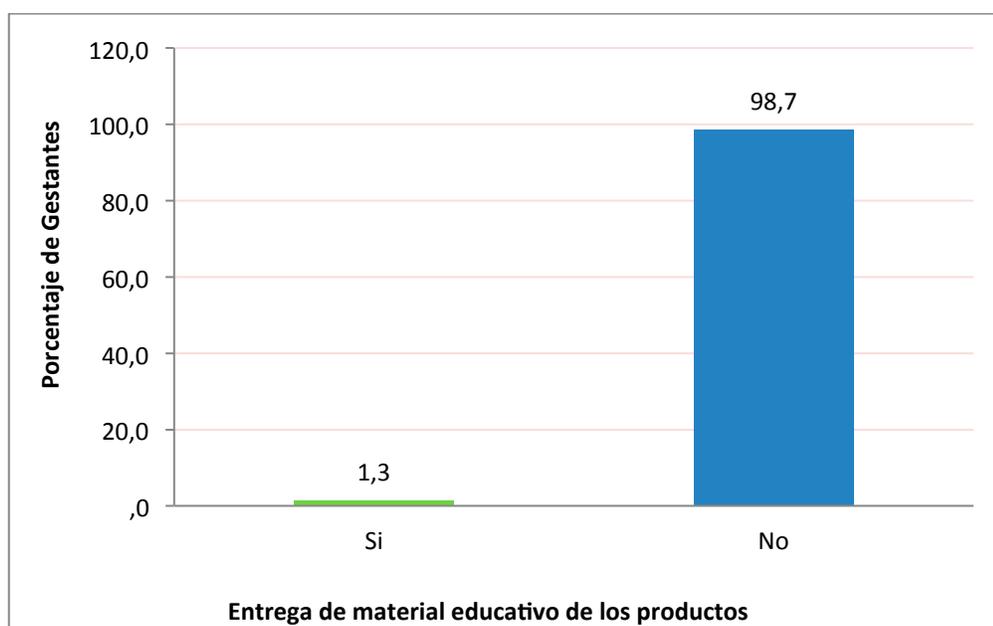
Los productos del subsidio prenatal tienen como objetivo complementar la alimentación de la madre para tener un óptimo estado nutricional durante el embarazo que beneficien al niño(a) en la etapa de gestación. El 70,9% de las beneficiarias mencionó conocer los beneficios que trae el consumo de los productos, pero de ahí a consumirlos en su totalidad existe una amplia brecha.

**CUADRO 37**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE ALGUNA VEZ**  
**HAN RECIBIDO ALGÚN MATERIAL EDUCATIVO**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	3	1,3
No	220	98,7
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 42**  
**PORCENTAJE DE LAS BENEFICIARIAS QUE HAN RECIBIDO MATERIAL EDUCATIVO**



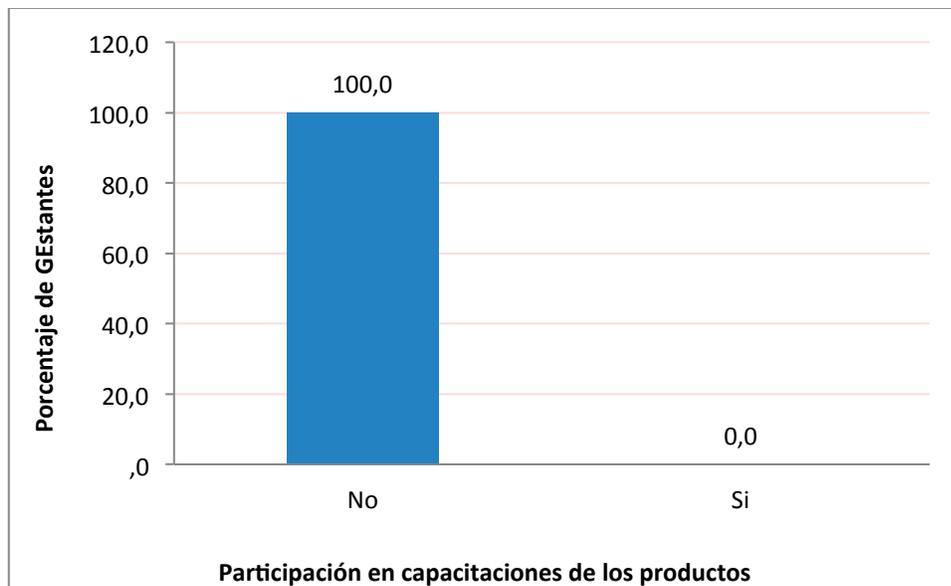
Una de las formas de realizar la educación alimentaria nutricional en una población, es el uso de material educativo pretendiendo un aumento de conocimientos o modificación de algunas conductas. El 98,7% de las mujeres embarazadas nunca han recibido algún material educativo sobre los beneficios de los productos que reciben, por lo tanto existe un desconocimiento sobre el uso y preparación de los diferentes productos recibidos.

**CUADRO 38**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE ALGUNA VEZ**  
**HAN PARTICIPADO DE UN TALLER O CAPACITACIÓN**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
No	223	100,0
Si	0	0,0
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 43**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS QUE**  
**HAN PARTICIPADO DE ALGÚN TALLER**



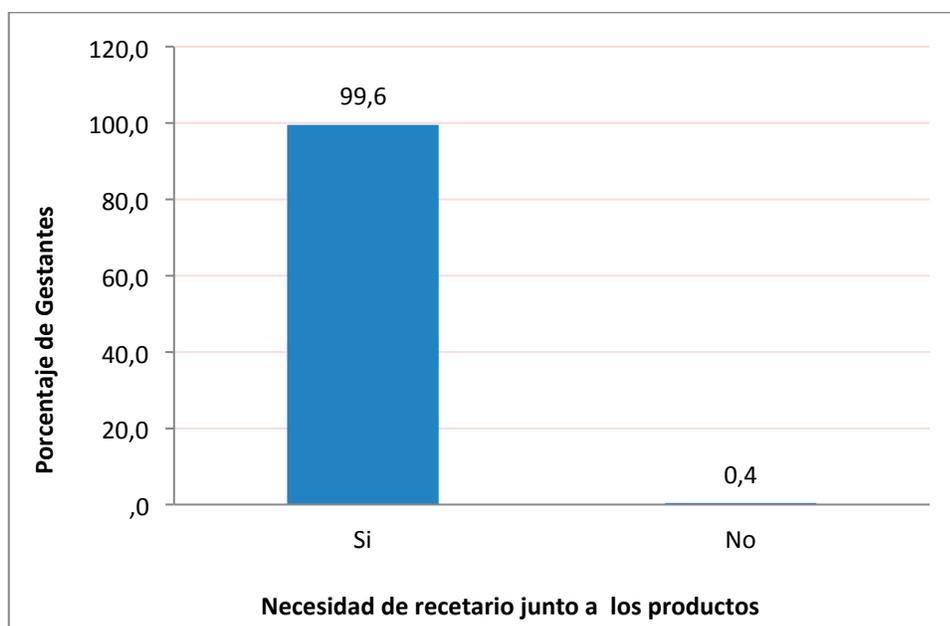
Los talleres de educación nutricional o también llamadas capacitaciones se deberían realizar con la finalidad de dar a conocer los beneficios de los productos del subsidio y enseñar a realizar preparaciones en base a estos productos. El 100% de las mujeres encuestadas refiere que nunca han participado de alguna capacitación o taller de educación nutricional, es por ello que hay un desconocimiento generalizado en el aprovechamiento adecuado de los productos del subsidio.

**CUADRO 39**  
**PORCENTAJE DE LAS MUJERES EMBARAZADAS QUE LES GUSTARÍA RECIBIR UN**  
**RECETARIO JUNTO A SU LOTE DE PRODUCTOS**

Detalle	Nº de Mujeres	Porcentaje
Si	222	99,6
No	1	0,4
<b>Total</b>	<b>223</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

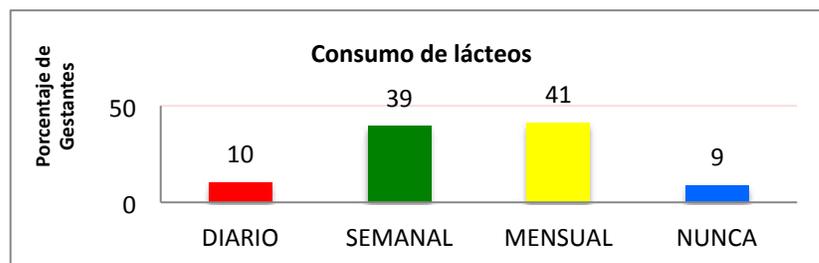
**GRÁFICO 44**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS QUE LES GUSTARÍA**  
**RECIBIR UN RECTARIO CON SUS PRODUCTOS**



Actualmente existe un recetario con preparaciones en base a los productos entregados en el subsidio prenatal propuesto por el INASES (Instituto Nacional de Seguros de Salud), las beneficiarias fueron consultadas sobre si les gustaría recibir un recetario junto a su lote de productos y el 99,6% respondió de forma afirmativa.

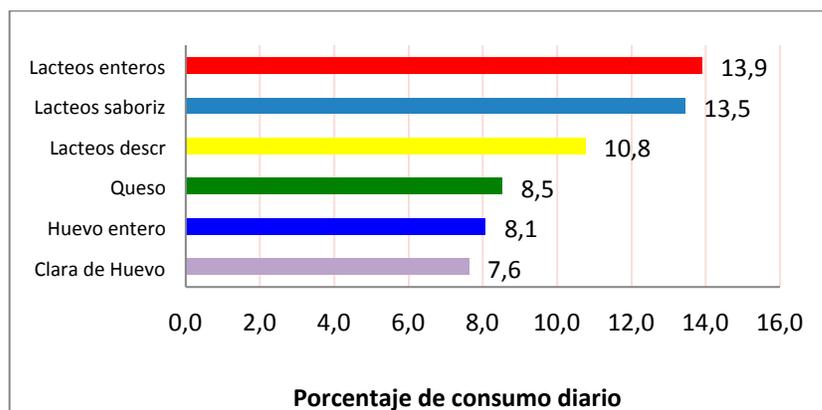
## 11.7 ANÁLISIS DE LAS FRECUENCIAS ALIMENTARIAS

**GRÁFICO 45**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS EMBARAZADAS**  
**SEGÚN CONSUMO DE PRODUCTOS LÁCTEOS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexo 13, Página 206

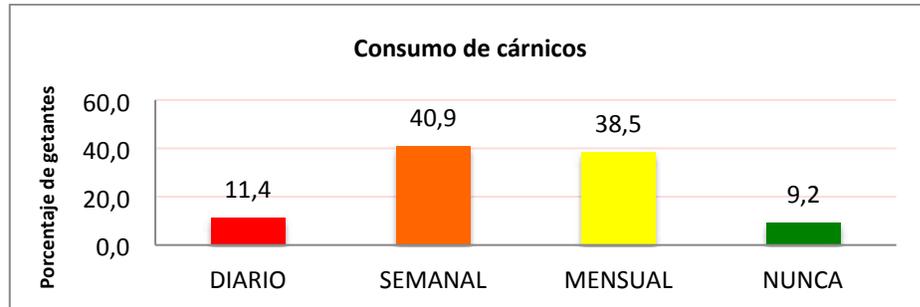
**GRÁFICO 46**  
**DISTRIBUCIÓN DE LOS PRODUCTOS LÁCTEOS SEGÚN**  
**PORCENTAJES DE CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

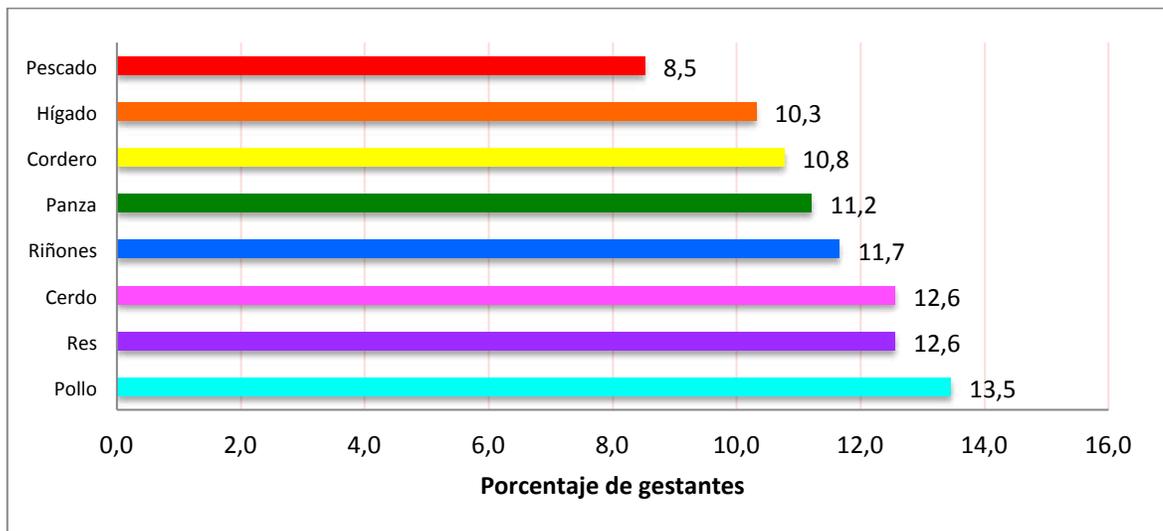
El consumo de productos lácteos durante la etapa de gestación es muy importante por el aporte de calcio, fósforo, vitamina D y A, esenciales para la formación de tejido óseo del feto. Es por ello que se midió el consumo de lácteos en promedio sólo el 10% de las embarazadas los consume de manera diaria. Respecto a los 6 productos evaluados de manera individual los lácteos enteros son los más consumidos con un 13,9% de manera diaria. Los indicadores muestran un consumo muy bajo pese a que en el lote de productos los lácteos son abundantes y cumplen entre un 300 a 400% con el requerimiento de calcio entre el 2do y 3er trimestre de gestación.

**GRÁFICO 47**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN CONSUMO DE PRODUCTOS CÁRNICOS**



\*Ver tabla con contenido de datos en Anexo 14, Página 206

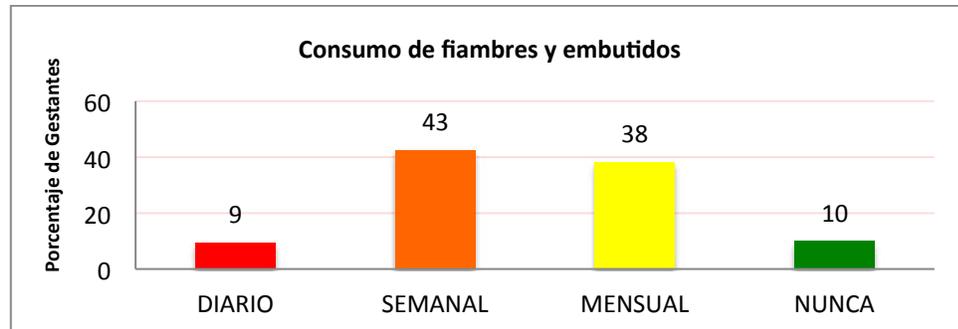
**GRÁFICO 48**  
**DISTRIBUCIÓN DE LOS PRODUCTOS CÁRNICOS SEGÚN**  
**PORCENTAJES DE CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

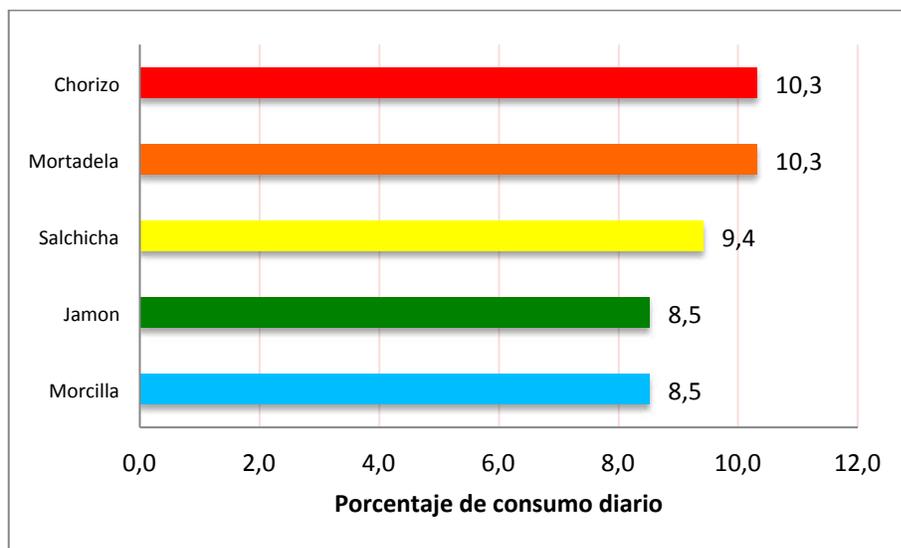
El consumo de productos cárnicos es importante en la etapa de gestación como fuente de proteína animal, hierro y vitaminas del complejo B entre otros, son esenciales para la formación de tejido muscular en el feto y en la producción de hemoglobina. En promedio sólo el 11,4% de las embarazadas los consumen de manera diaria, el pollo es el producto cárnico más consumido con el 13,5% de manera diaria.

**GRÁFICO 49**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN CONSUMO DE FIAMBRES Y EMBUTIDOS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos 15, Página 207

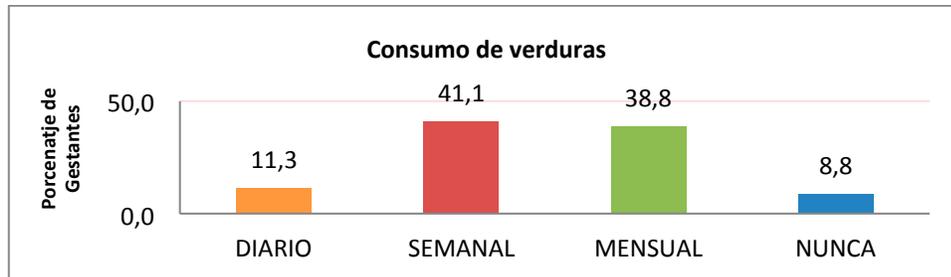
**GRÁFICO 50**  
**DISTRIBUCIÓN DE LOS DISTINTOS FIAMBRES Y EMBUTIDOS**  
**SEGÚN CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

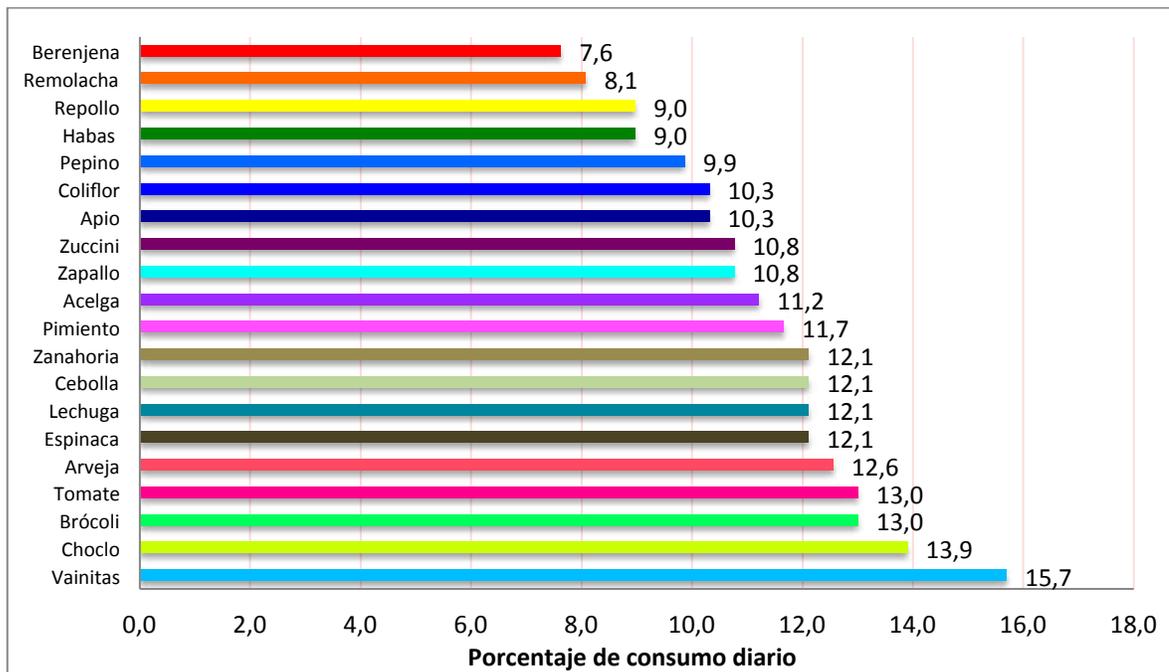
Los productos de tipo fiambres y embutidos no son de vital importancia para el consumo en etapa de gestación. Deberían tener un consumo limitado por el exceso de sal que contienen los mismos y no contienen ningún nutriente de manera significativa. Sin embargo en promedio un 9% de las embarazadas los consumen de manera diaria, el chorizo y la mortadela con un 10,3% son los productos más consumidos.

**GRÁFICO 51**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LAS MUJERES EMBARAZADAS**  
**SEGÚN CONSUMO DE VERDURAS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos 16, Página 207

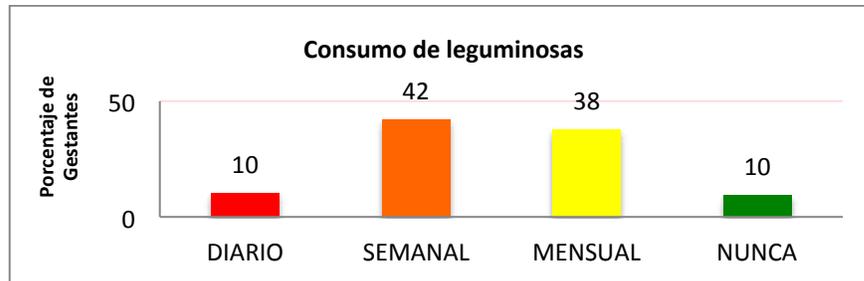
**GRÁFICO 52**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS DISTINTAS VERDURAS SEGÚN CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

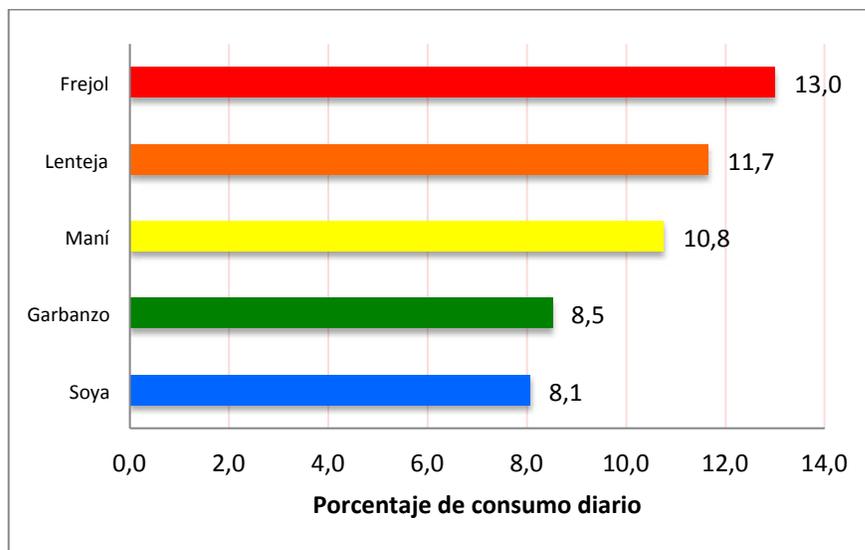
Las verduras son un grupo de alimentos de vital importancia en la etapa de gestación por su alto contenido de vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes, además de poseer pocas kilocalorías, se deberían consumir entre 3 a 5 porciones al día de verduras. Sólo el 11,5% de las gestantes las consume de manera diaria

**GRÁFICO 53**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LEGUMINOSAS SEGÚN**  
**CONSUMO DE LAS BENEFICIARIAS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos- Cuadro 17, Página 208

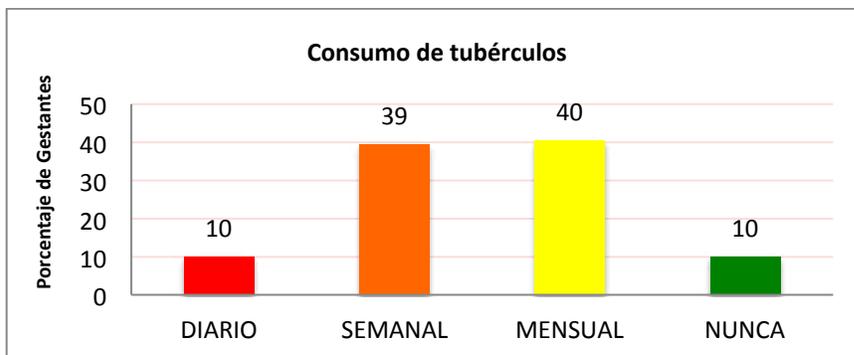
**GRÁFICO 54**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS DISTINTAS LEGUMINOSAS SEGÚN**  
**CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

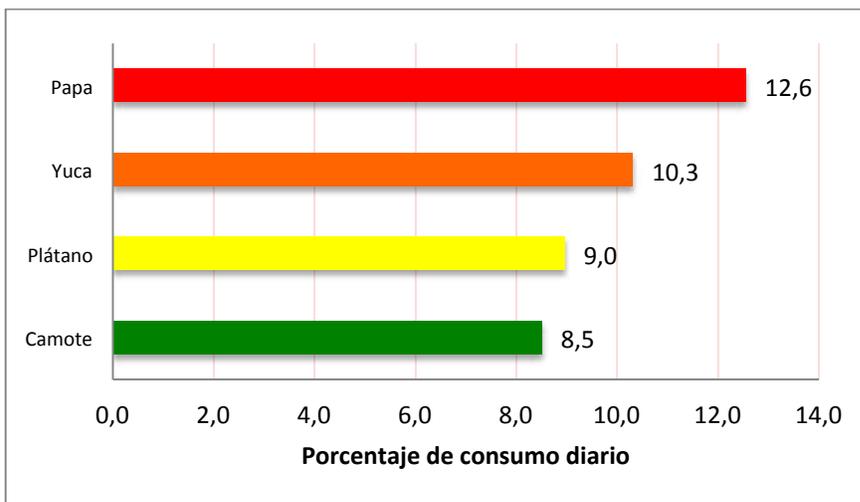
Las leguminosas son un grupo de alimentos importantes en la alimentación diaria de una mujer en etapa de gestación por su contenido en proteína de origen vegetal, por sus ácidos grasos esenciales, vitaminas del complejo B, fibra alimentaria, contenido de calcio, hierro, fósforo, entre otros micronutrientes. El paquete de subsidio prenatal cuenta con una cantidad abundante de éstos alimentos y otros productos elaborados en base a leguminosas. Sólo el 10% de las embarazadas los consumen de manera diaria y lamentablemente un 10% de ellas no los consumen nunca.

**GRÁFICO 55**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE TUBÉRCULOS SEGÚN**  
**CONSUMO DE LAS BENEFICIARIAS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos- Cuadro 18, Página 208

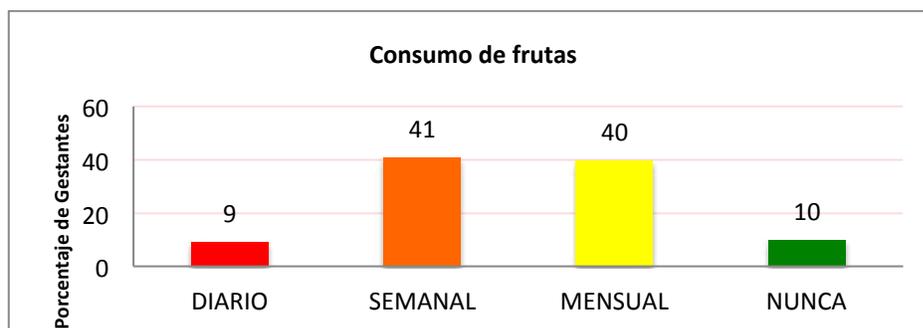
**GRÁFICO 56**  
**DISTRIBUCIÓN DE LOS DISTINTOS TUBÉRCULOS**  
**SEGÚN CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

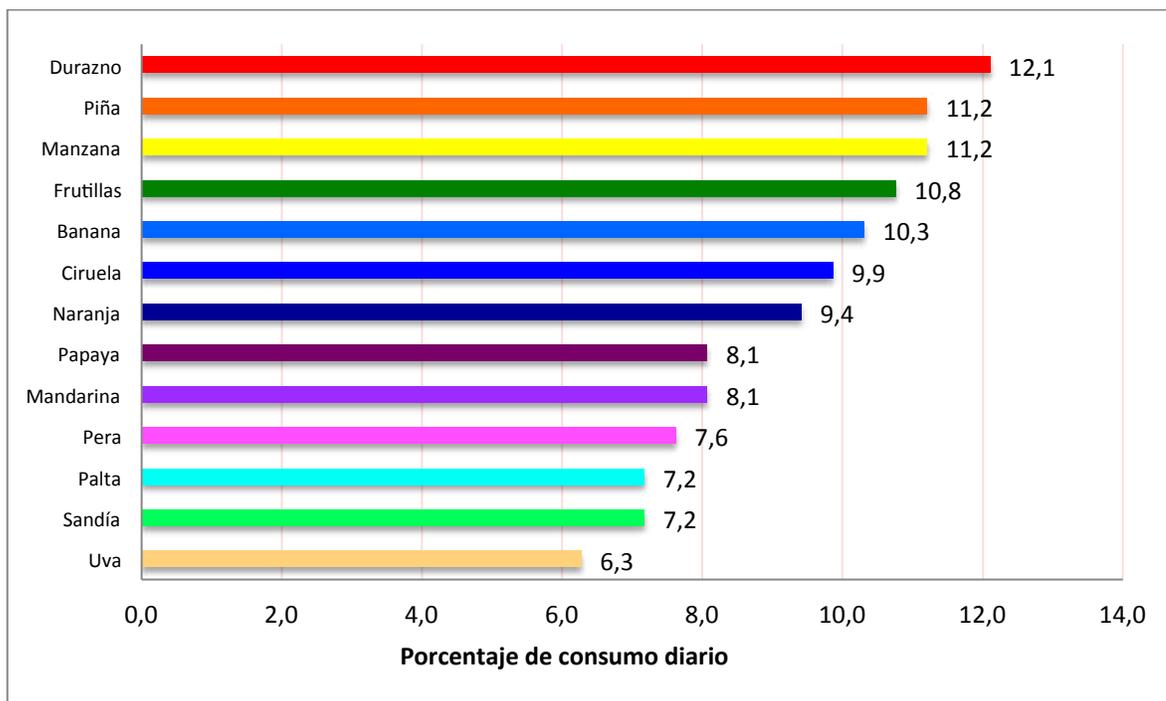
Los tubérculos son un grupo importante de alimentos en la alimentación durante la gestación por su contenido de carbohidratos, vitaminas y minerales. Lamentablemente muchas veces se excede en la cantidad ingerida por día de éstos alimentos al ser de bajo costo o se los prepara de manera que se les adiciona demasiado contenido de grasa. Un 10% de las gestantes los consumen de manera diaria.

**GRÁFICO 57**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE FRUTAS SEGÚN CONSUMO DE LAS EMBARAZADAS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos- Cuadro 19, Página 209

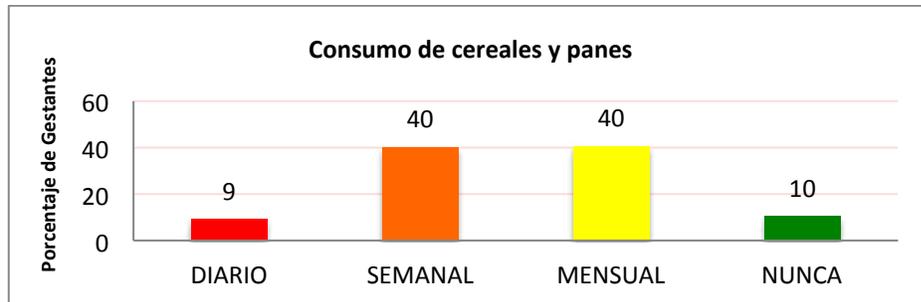
**GRÁFICO 58**  
**DISTRIBUCIÓN DE LAS FRUTAS SEGÚN PORCENTAJE DE CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

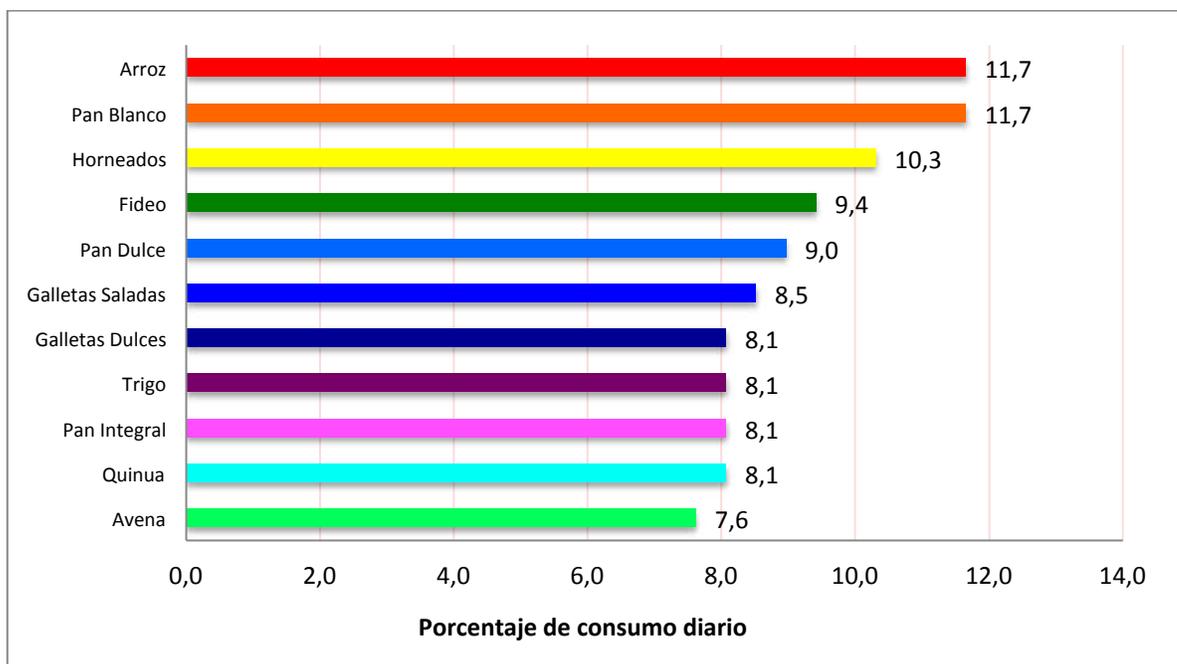
Las frutas son un grupo de alimentos de vital importancia en la etapa de gestación por su alto contenido de vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes, se deberían consumir entre 3 a 5 porciones al día de frutas. Sólo el 9% de las gestantes las consume de manera diaria, y lamentablemente un 10% de ellas no las consume nunca.

**GRÁFICO 59**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE CEREALES Y PANES SEGÚN**  
**EL CONSUMO DE LAS BENEFICIARIAS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos- Cuadro 20, Página 209

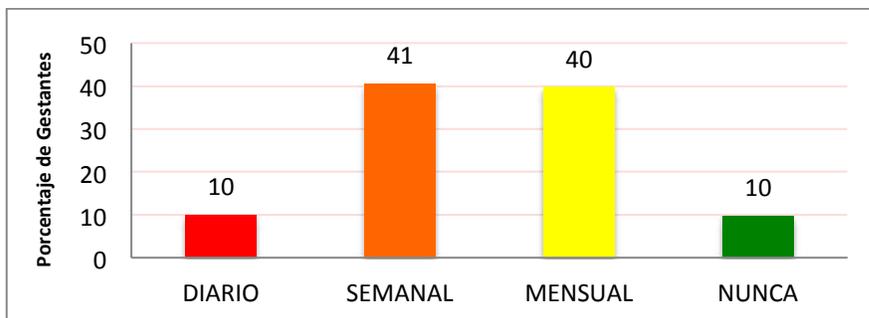
**GRÁFICO 60**  
**DISTRIBUCIÓN DE CEREALES Y PANES SEGÚN CONSUMO DIARIO**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

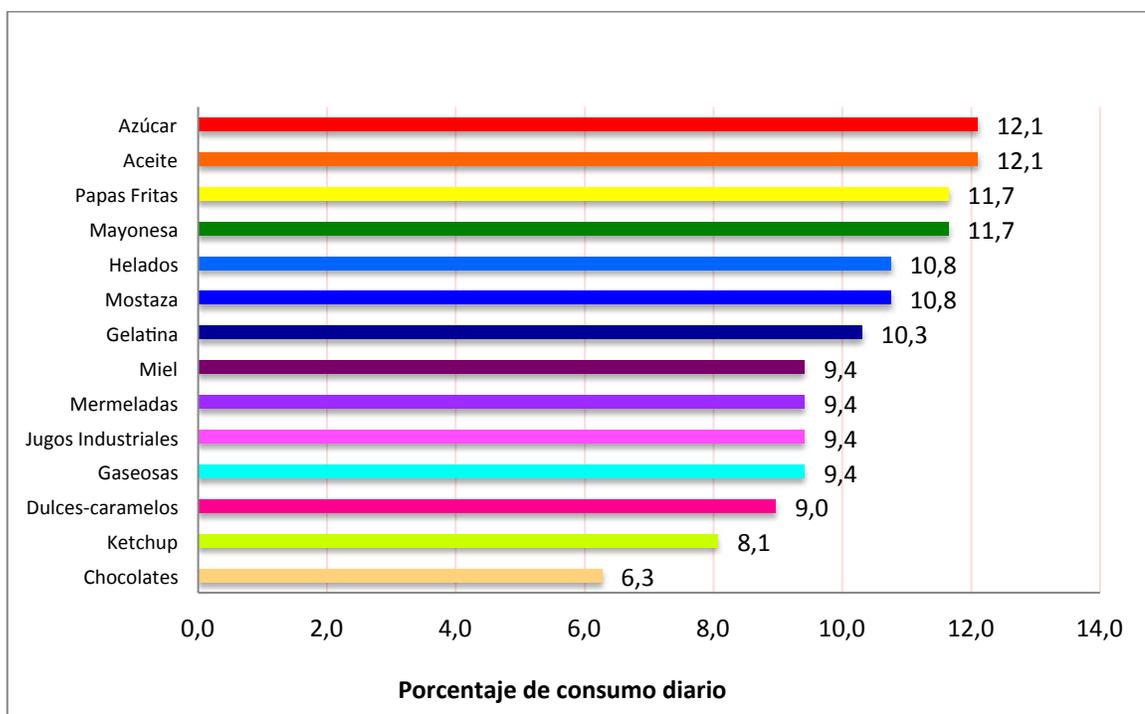
El grupo de los cereales y panes son incluidos en la dieta diaria de la embarazada como fuente de energía al contener en su mayoría carbohidratos y la fibra alimentaria para ayudar al tránsito gastrointestinal, es por ello que deben ser alimentos integrales sin adicción de grasa animal. El 9 % de las gestantes los consumen de manera diaria.

**GRÁFICO 61**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE OTROS PRODUCTOS SEGÚN**  
**CONSUMO DE LAS EMBARAZADAS**



\* Ver tabla con contenido de datos en Anexos- Cuadro 21, Página 210

**GRÁFICO 62**  
**DISTRIBUCIÓN DE OTROS PRODUCTOS SEGÚN CONSUMO DIARIO DE LAS BENEFICIARIAS**



Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

Existen otros productos que son incluidos en la dieta diaria que no tienen un nutriente que los caracterice como fuente importante en la alimentación, deberían ser consumidos con moderación por su exceso en kilocalorías. Sin embargo, existe un 10% de las gestantes que los consume de manera diaria.

## 11.8 ANÁLISIS DE LOS RECORDATORIOS DE 24 HORAS

NUTRIENTES		REQUERIMIENTO <sup>1</sup>	REQUERIMIENTOS <sup>1</sup> TIEMPO DE COMIDA <sup>2</sup>		APORTE DE LA DIETA DIARIA SEGÚN RECORDATORIO		
		MUJER EMBARAZADA	(%)	Cantidad	Cantidad Total Día	% de adecuación	% de adecuación (tiempo de comida)
Energía (Kcal)		2.203,75	25,0	550,9	2.469,5	112,1	112,1
MACRO	Proteína (g)	66,50	25,0	16,6	94,3	141,9	141,9
	Grasas (g)	55,50	25,0	13,9	76,6	138,0	138,0
	H.C. (g)	282,00	25,0	70,5	353,7	125,4	125,4
MICRO MINERALES	Calcio (mg)	1.100,00	25,0	275,0	753,0	68,5	68,5
	Fósforo (mg)	1.066,67	25,0	266,7	1.244,0	116,6	116,6
	Hierro (mg)	30,00	25,0	7,5	16,9	56,3	56,3

Fuente: Elaboración a partir de recordatorios realizados en las gestantes

1 Recomendaciones diarias de energía, Macronutrientes y Micronutrientes para varones y mujeres. Bolivia 2007, Ministerio de Salud y Deportes

2 Recomendación técnica nutricional según criterio

Tiempo de comida %	25
--------------------	----

Luego de realizar análisis recordatorios de 24 horas en las beneficiarias con la finalidad de conocer la cantidad de macro y micronutrientes ingeridos en el día, se pudo comparar dicha cantidad con los requerimientos nutricionales. Se pudo ver que en promedio la cantidad ingerida de macronutrientes sobrepasa el 100%, lo que se ve reflejado en un exceso alimenticio que desencadena sobrepeso u obesidad; En cuanto a micronutrientes se refiere se pudo ver que la cantidad en promedio ingerida es menor al 100%, lo que refleja una carencia en cuanto a estos nutrientes específicos como hierro y calcio.

# Nombre del Producto:

## Aceite vegetal fortificado con vitamina A

Nº de paquete: 1

Nº de producto: 1

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del envase	1 lt.
Energía (Kcal)	8970
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	0
Grasas (gr)	997,0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (10 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
90	0	0	10	0	0	0	0

# Nombre del Producto: Alimento Chocolatado en polvo

Nº de paquete: 2

Nº de producto: 2

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del envase	500 gr
Energía (Kcal)	1850
Proteínas (gr)	27
Carbohidratos (gr)	425
Grasas (gr)	8,5
Fibra (gr)	15
Calcio (gr)	895
Hierro (mg)	64,5
Ácido Fólico (mg)	269



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (27,5 gr)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
100	1,5	23,6	0,5	1	49,2	3,54	14,7

# Nombre del Producto:

Api

Nº de paquete: 2

Nº de producto: 3

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	180 gr.
Energía (Kcal)	1965
Proteínas (gr)	13
Carbohidratos (gr)	460
Grasas (gr)	7,45
Fibra (gr)	6,15
Calcio (gr)	97,25
Hierro (mg)	1,73
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25gr)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
98,3	0,65	23	0,37	0,30	4,86	0,43	0

# Nombre del Producto:

## Arroz de primera

Nº de paquete: 1

Nº de producto: 4

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	100 gr.
<b>Energía (Kcal)</b>	356
<b>Proteínas (gr)</b>	7
<b>Carbohidratos (gr)</b>	75
<b>Grasas (gr)</b>	1
<b>Fibra (gr)</b>	1
<b>Calcio (gr)</b>	15
<b>Hierro (mg)</b>	2,8
<b>Ácido Fólico (mg)</b>	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
178	3,5	37,5	0,5	0,5	7,5	1,4	0

# Nombre del Producto:

## Azúcar de primera

Nº de paquete: 1

Nº de producto: 5

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1000 gr.
Energía (Kcal)	399
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	99,8
Grasas (gr)	0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (5 gr)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
20	0	4,95	0	0	0	0	0

# Nombre del Producto: Barra de Cereales

Nº de paquete: 2

Nº de producto: 6

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Contenido del Envase	180 gr.
Energía (Kcal)	729
Proteínas (gr)	12,7
Carbohidratos (gr)	141,6
Grasas (gr)	11,5
Fibra (gr)	3,42
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
121	2,1	23,6	2,3	0,7	0	0	0

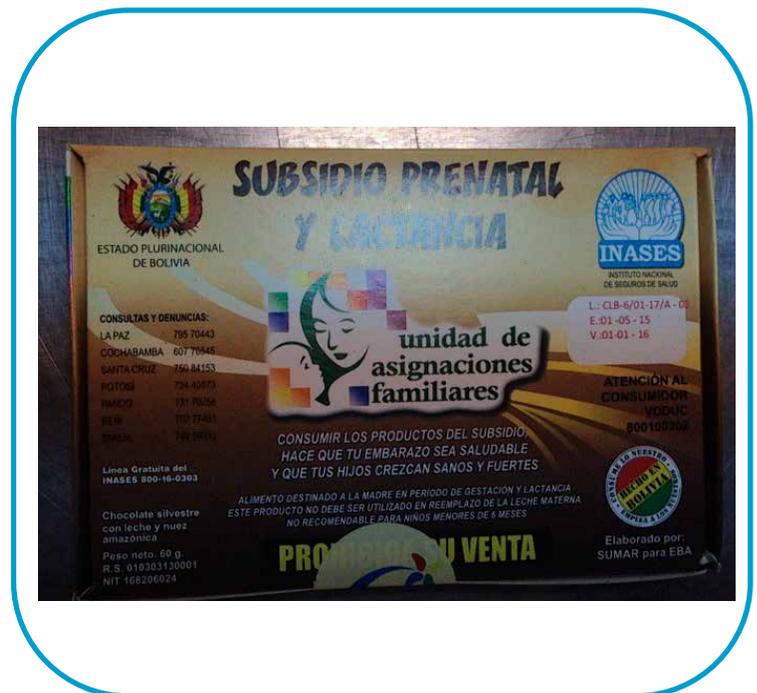
# Nombre del Producto:

## Barra de chocolate silvestre con leche

Nº de paquete: 3

Nº de producto: 7

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	60 gr.
Energía (Kcal)	361
Proteínas (gr)	7,38
Carbohidratos (gr)	22,24
Grasas (gr)	27,03
Fibra (gr)	1,06
Calcio (gr)	334
Hierro (mg)	2,22
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (10 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
60,1	1,23	3,7	4,51	0,17	55,6	0,37	0

# Nombre del Producto: Bebida láctea KUMIS

Nº de paquete: 5

Nº de producto: 8

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	1320
Proteínas (gr)	40
Carbohidratos (gr)	232
Grasas (gr)	36
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	920
Hierro (mg)	3,2
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (200 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
330	10	58	9	0	230	0,8	0

# Nombre del Producto: Bebida láctea KUMIS QUINUA

Nº de paquete: 5

Nº de producto: 9

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	1320
Proteínas (gr)	40
Carbohidratos (gr)	232
Grasas (gr)	36
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	920
Hierro (mg)	3,2
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (200 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
330	10	58	9	0	230	0,8	0

# Nombre del Producto:

## Carne vegetal

Nº de paquete: 2

Nº de producto: 10

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	875
Proteínas (gr)	130
Carbohidratos (gr)	85
Grasas (gr)	2,5
Fibra (gr)	10
Calcio (gr)	1025
Hierro (mg)	89,25
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
175	26	17	0,5	2	225	17,85	0

# Nombre del Producto:

## Castaña (almendra)

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1767,5
Proteínas (gr)	36,7
Carbohidratos (gr)	32,22
Grasas (gr)	165,65
Fibra (gr)	30
Calcio (gr)	565,7
Hierro (mg)	14,9
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
212	4,41	3,86	19,87	3,6	67,83	1,78	0

# Nombre del Producto:

## Cereal instantáneo amaranto

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	300 gr.
Energía (Kcal)	1131
Proteínas (gr)	37,89
Carbohidratos (gr)	243,54
Grasas (gr)	0,66
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	376,98
Hierro (mg)	16,5
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
75,4	2,5	16,2	0,04	0	25,13	1,1	0

# Nombre del Producto: Cereal integral (granola)

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	350 gr.
Energía (Kcal)	1493,8
Proteínas (gr)	32,62
Carbohidratos (gr)	261,8
Grasas (gr)	34,68
Fibra (gr)	6,51
Calcio (gr)	199,88
Hierro (mg)	14,56
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
128,04	2,79	22,47	2,97	0,56	17,13	1,25	0

# Nombre del Producto:

## Chía

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	300 gr.
Energía (Kcal)	2615,8
Proteínas (gr)	110,2
Carbohidratos (gr)	29,81
Grasas (gr)	109,04
Fibra (gr)	175,16
Calcio (gr)	6960
Hierro (mg)	47,09
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
112,75	4,75	1,29	4,7	7,55	300	2,03	0

# Nombre del Producto: Chíavena

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	300 gr.
Energía (Kcal)	2615,8
Proteínas (gr)	110,2
Carbohidratos (gr)	29,81
Grasas (gr)	109,04
Fibra (gr)	175,16
Calcio (gr)	6960
Hierro (mg)	47,09
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
112,75	4,75	1,29	4,7	7,55	300	2,03	0

# Nombre del Producto:

## Dulce de leche

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	740,5
Proteínas (gr)	22,5
Carbohidratos (gr)	118,7
Grasas (gr)	19,7
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
74	2,3	11,9	2	0	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Fideo fortificado con hierro

Nº de paquete: 1

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	3990
Proteínas (gr)	150
Carbohidratos (gr)	830
Grasas (gr)	3
Fibra (gr)	0,1
Calcio (gr)	1370
Hierro (mg)	57,7
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
399	15	83,8	0,3	0,1	137	5,77	0

# Nombre del Producto:

## Fortimix

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	857
Proteínas (gr)	7,5
Carbohidratos (gr)	200
Grasas (gr)	2,5
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	1250
Hierro (mg)	281,25
Ácido Fólico (mg)	7575



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (8 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
27,44	0,24	6,40	0,08	0	40,1	9	242,4

# Nombre del Producto:

Frejol

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	400 gr.
Energía (Kcal)	1360
Proteínas (gr)	81,44
Carbohidratos (gr)	229,6
Grasas (gr)	5,52
Fibra (gr)	17,2
Calcio (gr)	781,2
Hierro (mg)	24,44
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
85	5,09	14,35	0,35	1,07	48,82	1,53	0

# Nombre del Producto: Galletas de almendra con avena y salvado de trigo

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	5190
Proteínas (gr)	131,5
Carbohidratos (gr)	580,3
Grasas (gr)	70
Fibra (gr)	2600
Calcio (gr)	10490
Hierro (mg)	230
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
260	6,5	29	0,35	13	52,4	1,7	0

# Nombre del Producto:

## Garbanzo

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	290 gr.
Energía (Kcal)	1155
Proteínas (gr)	27,3
Carbohidratos (gr)	108,4
Grasas (gr)	19,6
Fibra (gr)	8,3
Calcio (gr)	441
Hierro (mg)	18,55
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
96	2,3	15	1,6	7,55	300	2,03	0

# Nombre del Producto: Gelatina fortificada

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1073,7
Proteínas (gr)	25
Carbohidratos (gr)	562,5
Grasas (gr)	0,45
Fibra (gr)	0,05
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	78,25
Ácido Fólico (mg)	1000



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (16 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
68,7	1,61	36	0,03	0	0	5	64

Nombre del Producto:  
**Harina de trigo fortificada**

Nº de paquete: **3**

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	1071,9
Proteínas (gr)	43,8
Carbohidratos (gr)	214,9
Grasas (gr)	3,57
Fibra (gr)	2,58
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	90
Ácido Fólico (mg)	4,5



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
357,32	14,6	71,64	1,19	0,86	0	30	1,5

# Nombre del Producto:

## Hojuela de cebada precocido

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	3730
Proteínas (gr)	76,4
Carbohidratos (gr)	15
Grasas (gr)	823,4
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	457
Hierro (mg)	45,7
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
93,25	1,91	0,37	20,5	0	11,4	1,13	0

# Nombre del Producto: Hojuela de quinua

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	535 gr.
Energía (Kcal)	1172
Proteínas (gr)	66,87
Carbohidratos (gr)	161,9
Grasas (gr)	29,31
Fibra (gr)	8,7
Calcio (gr)	181,7
Hierro (mg)	32,5
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
54	3,1	7,57	1,37	0,40	8,49	1,52	0

# Nombre del Producto:

## Jugo andino

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 ml.
Energía (Kcal)	98
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	25
Grasas (gr)	0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	2
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (250 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
98	0	25	0	0	2	0	0

# Nombre del Producto: Jugo natural de frutas

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	3,7 lt.
Energía (Kcal)	1598,4
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	399,6
Grasas (gr)	0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (250 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
108	0	27	0	0	0	0	0

# Nombre del Producto: Juguito Sachet

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	140 ml.
Energía (Kcal)	29,2
Proteínas (gr)	0,4
Carbohidratos (gr)	6,5
Grasas (gr)	0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	62,5
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (140 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
29,2	0,4	6,5	0	0	62,5	0	0

# Nombre del Producto:

## Leche en polvo

Nº de paquete: 6

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	2 kg.
Energía (Kcal)	976
Proteínas (gr)	50
Carbohidratos (gr)	77
Grasas (gr)	50,9
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	2000
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
146,4	7,5	11,6	7,8	0	300	0	0

# Nombre del Producto:

## Leche fluida UHT

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	620
Proteínas (gr)	32
Carbohidratos (gr)	52
Grasas (gr)	36
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (250 ml.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
155	8	13	9	0	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Leche saborizada

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	904
Proteínas (gr)	27,2
Carbohidratos (gr)	140
Grasas (gr)	26
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	932
Hierro (mg)	4,4
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (250 ml.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
226	6,8	35	6,5	0	233	1,1	0

# Nombre del Producto:

## Lenteja

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	500 gr.
Energía (Kcal)	1757,05
Proteínas (gr)	111,9
Carbohidratos (gr)	311
Grasas (gr)	5,1
Fibra (gr)	23,65
Calcio (gr)	302,4
Hierro (mg)	38,35
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
175,21	11,14	31,1	0,7	2,35	30,24	2,4	0

# Nombre del Producto:

## Linaza integral

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Contenido del Envase	500 gr.
Energía (Kcal)	455
Proteínas (gr)	21
Carbohidratos (gr)	3
Grasas (gr)	20
Fibra (gr)	23,65
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
18,2	0,84	0,12	0,8	0	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Lenteja

N° de paquete: 3

N° de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1220
Proteínas (gr)	0,82
Carbohidratos (gr)	287
Grasas (gr)	0,15
Fibra (gr)	3
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
97,6	0,06	22,9	0,01	0,24	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Maní natural

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	500 gr.
Energía (Kcal)	2925
Proteínas (gr)	122,2
Carbohidratos (gr)	120,3
Grasas (gr)	214,4
Fibra (gr)	13,5
Calcio (gr)	285
Hierro (mg)	17,03
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)

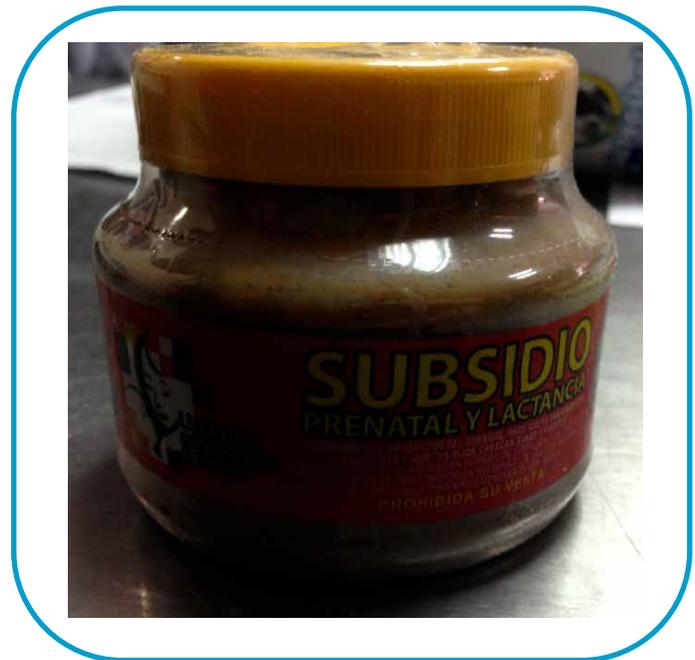
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
117	4,9	4,8	8,7	0,5	11,4	0,7	0

# Nombre del Producto: Mantequilla de sésamo

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	200 gr.
Energía (Kcal)	1206
Proteínas (gr)	53,9
Carbohidratos (gr)	48,2
Grasas (gr)	88,6
Fibra (gr)	46,6
Calcio (gr)	1120
Hierro (mg)	8,8
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
120,6	5,3	4,8	8,86	4,7	112,03	0,9	0

# Nombre del Producto:

## Mantequilla sin sal

N° de paquete: 4

N° de producto:

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Contenido del Envase	200 gr.
Energía (Kcal)	1440
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	0
Grasas (gr)	160
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (5 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
36	0	0	4	0	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Mermelada

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	710
Proteínas (gr)	2,9
Carbohidratos (gr)	174,5
Grasas (gr)	0,1
Fibra (gr)	1,5
Calcio (gr)	32,5
Hierro (mg)	2
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
85	0,3	20,9	0	0,2	3,9	0,2	0

# Nombre del Producto:

## Miel de abejas

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	942,5
Proteínas (gr)	0,1
Carbohidratos (gr)	207,5
Grasas (gr)	0,1
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	27,25
Hierro (mg)	0,9
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (20 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
75,4	0	16,6	0	0	2,1	0	0

# Nombre del Producto:

## Néctar de frutas

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	432
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	108
Grasas (gr)	0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (250 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
108	0	27	0	0	0	0	0

# Nombre del Producto: Palitos de amaranto tarhui y chía

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	50 gr.
Energía (Kcal)	233
Proteínas (gr)	5,4
Carbohidratos (gr)	33,4
Grasas (gr)	8,6
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	150
Hierro (mg)	1,3
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
116	2,6	16,2	4,3	0	75	0,3	0

# Nombre del Producto: Palmitos

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	364,4
Proteínas (gr)	20,5
Carbohidratos (gr)	61,6
Grasas (gr)	4
Fibra (gr)	10,9
Calcio (gr)	42,3
Hierro (mg)	7,6
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
36,4	2,05	6,16	0,4	1,09	42,3	0	0

# Nombre del Producto:

## Piña Conserva

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	662
Proteínas (gr)	2,7
Carbohidratos (gr)	162,6
Grasas (gr)	0,1
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	5,71
Hierro (mg)	0,16
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
66,2	0,27	16,26	0,01	0	5,71	0,16	0

# Nombre del Producto:

## Queque de coca

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	200 gr.
Energía (Kcal)	306
Proteínas (gr)	12
Carbohidratos (gr)	9,33
Grasas (gr)	2,3
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	1,07
Hierro (mg)	0,64
Ácido Fólico (mg)	0,04



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
78	3	2,3	0,6	0	0,3	0,16	0,01

# Nombre del Producto: Queso madurado Edam

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	500 gr.
Energía (Kcal)	1500
Proteínas (gr)	120
Carbohidratos (gr)	0
Grasas (gr)	137,5
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	4260
Hierro (mg)	3,5
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (10 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
34,2	2,4	0	2,7	0	85,2	0,07	0

# Nombre del Producto: Queso prensado

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	500 gr.
Energía (Kcal)	1500
Proteínas (gr)	120
Carbohidratos (gr)	0
Grasas (gr)	137,5
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	4260
Hierro (mg)	3,5
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (10 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
34,2	2,4	0	2,7	0	85,2	0,07	0

# Nombre del Producto:

## Quinua extruida

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	350 gr.
Energía (Kcal)	1398,6
Proteínas (gr)	35,7
Carbohidratos (gr)	257,6
Grasas (gr)	24,8
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	500,85
Hierro (mg)	35,7
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
119,88	3,06	22,08	2,13	0	42,93	3,06	0

# Nombre del Producto: Quinua real en grano

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	540 gr.
Energía (Kcal)	1336,9
Proteínas (gr)	76,9
Carbohidratos (gr)	169,5
Grasas (gr)	40,3
Fibra (gr)	7,9
Calcio (gr)	216,9
Hierro (mg)	39,4
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
104,5	6,1	13,24	3,2	0,56	16,6	3,13	0

# Nombre del Producto: Refresco instantáneo de cereales

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	230 gr.
Energía (Kcal)	912
Proteínas (gr)	19,49
Carbohidratos (gr)	194,24
Grasas (gr)	6,46
Fibra (gr)	7,78
Calcio (gr)	208
Hierro (mg)	10
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
114	2,43	24,2	0,8	0,97	26	1,25	0

# Nombre del Producto:

## Sal yodada fluorada

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 kg.
Energía (Kcal)	-
Proteínas (gr)	-
Carbohidratos (gr)	-
Grasas (gr)	-
Fibra (gr)	-
Calcio (gr)	-
Hierro (mg)	-
Ácido Fólico (mg)	-



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (5 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
-	-	-	-	-	-	-	-

# Nombre del Producto: Sésamo lavado y tostado

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	430 gr.
Energía (Kcal)	4121,6
Proteínas (gr)	150,4
Carbohidratos (gr)	105,6
Grasas (gr)	357,1
Fibra (gr)	67,2
Calcio (gr)	4678,4
Hierro (mg)	49,9
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
104,5	6,1	13,24	3,2	0,56	16,6	3,13	0

# Nombre del Producto:

## Sopa de choclo

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	938,37
Proteínas (gr)	22,2
Carbohidratos (gr)	210,32
Grasas (gr)	0,43
Fibra (gr)	1,13
Calcio (gr)	372
Hierro (mg)	14,28
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
187,7	4,44	42,06	0,08	0,23	74,23	2,86	0

# Nombre del Producto:

## Sopa deshidratada instantánea

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	869
Proteínas (gr)	13
Carbohidratos (gr)	175
Grasas (gr)	12
Fibra (gr)	1
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



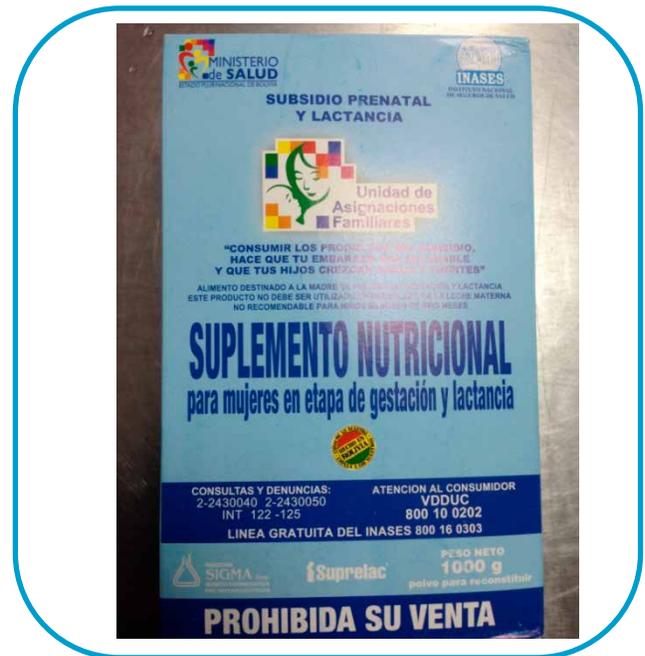
INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (25 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
86,9	1,3	17,5	1,2	0,1	0	0	0

# Nombre del Producto: Suplemento Nutricional

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	750 gr.
Energía (Kcal)	3930
Proteínas (gr)	150
Carbohidratos (gr)	730
Grasas (gr)	60
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	2850
Hierro (mg)	150
Ácido Fólico (mg)	12120



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (33 gr.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
130	5	24	2	0	94	15	400

# Nombre del Producto:

## Trigo pelado

Nº de paquete: 2

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1,4 kg.
Energía (Kcal)	5544
Proteínas (gr)	208,8
Carbohidratos (gr)	1139,6
Grasas (gr)	15,26
Fibra (gr)	11,62
Calcio (gr)	1215
Hierro (mg)	42,98
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
396	14,9	81,3	1,09	0,83	86,8	3,07	0

# Nombre del Producto:

## Uvas pasas

Nº de paquete: 3

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	180 gr.
Energía (Kcal)	834
Proteínas (gr)	48,3
Carbohidratos (gr)	116,7
Grasas (gr)	19,2
Fibra (gr)	9,6
Calcio (gr)	175,6
Hierro (mg)	17,2
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
125	7,2	17,5	2,9	0,7	26,6	2,6	0

# Nombre del Producto:

## Yogurt bebible

Nº de paquete: 5

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	789
Proteínas (gr)	34,1
Carbohidratos (gr)	106
Grasas (gr)	25,3
Fibra (gr)	1
Calcio (gr)	1360
Hierro (mg)	3,8
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 ml.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
78,9	3,41	10,6	2,53	0,1	136	3,8	0

# Nombre del Producto:

## Yogurt frutado

Nº de paquete: 5

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	618
Proteínas (gr)	28,8
Carbohidratos (gr)	69,4
Grasas (gr)	28
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	1160
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 ml.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
61,8	2,88	6,94	2,8	0	116	0	0

# Nombre del Producto: Yogurt probiótico

Nº de paquete: 5

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	1 lt.
Energía (Kcal)	732
Proteínas (gr)	29,6
Carbohidratos (gr)	77,5
Grasas (gr)	26
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	1260
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (100 ml.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
73,2	2,96	7,75	2,6	0	126	0	0

# Nombre del Producto:

## Yogurt bebible

Nº de paquete: 4

Nº de producto:

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	120 ml.
Energía (Kcal)	83,8
Proteínas (gr)	3,36
Carbohidratos (gr)	9,79
Grasas (gr)	3,12
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	128,9
Hierro (mg)	0,17
Ácido Fólico (mg)	0



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (120 ml.)

Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
83,8	3,36	9,79	3,12	0	128,9	0,17	0

## 11.10 REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES MUJERES EMBARAZADAS

**CUADRO 40**

### REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN EL 2DO TRIMESTRE DE EMBARAZO

REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN MUJERES ENTRE 18-30 AÑOS					PROMEDIO	EMBARAZADA EN 2DO TRIMESTRE	
PESO(Kg)	50	53	60	65	57		
Energía (Kcal/día)	1800	1850	2000	2100	1937,5	(Kcal/día)	2222,5
Proteínas(gr)	53	60	65	50	57	Proteínas(gr)	63,1
Grasas(gr)	58	62	65	56	60,25	Grasas(gr)	60
Hidratos de carbono(gr)	278	303	313	249	285,75	Hidratos de carbono(gr)	286
Calcio(mg)	1000	1000	1000	1000	1000	Calcio(mg)	1200
Hierro(mg)	29,4	29,4	29,4	29,4	29,4	Hierro(mg)	30
Ácido fólico(ug)	400	400	400	400	400	Ácido fólico(ug)	400

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**CUADRO 41**

### REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN EL 3ER TRIMESTRE DE EMBARAZO

REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN MUJERES ENTRE 30 - 60 AÑOS				PROMEDIO	EMBARAZADA EN 3ER TRIMESTRE	
PESO(Kg)	50	60	65	58,3		
Energía (Kcal/día)	1800	1900	2000	1900	(Kcal/día)	2185
Proteínas(gr)	60	65	50	58,3	Proteínas(gr)	69
Grasas(gr)	53	56	44	51	Grasas(gr)	51
Hidratos de carbono(gr)	299	310	225	278	Hidratos de carbono(gr)	278
Calcio(mg)	1000	1000	1000	1000	Calcio(mg)	1000
Hierro(mg)	29,4	29,4	29,4	29,4	Hierro(mg)	29,4
Ácido fólico(ug)	400	400	400	400	Ácido fólico(ug)	400

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

## 11.11 COMPARACIÓN DEL CONTENIDO DEL PAQUETE PRENATAL CON LOS REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN EL EMBARAZO

**CUADRO 42**  
**MACRO Y MICRONUTRIENTES DEL PAQUETE PRENATAL URBANO**

CONTENIDO DEL PAQUETE			REQUERIMIENTO DIA	% ADECUACION
MACRONUTRIENTES	MES	DIA		
ENERGÍA (Kcal)	218927,65	7297,59	2222,5	328,35
PROTEÍNAS (gr)	6038,57	201,29	63,1	318,99
CARBOHIDRATOS (gr)	28102,61	936,75	286	327,54
GRASAS (gr)	9364,28	312,14	60	520,24
MICRONUTRIENTES				
FIBRA (gr)	63,5	2,12		
CALCIO (mg)	121995,22	4066,51	1200	338,88
HIERRO (mg)	2514,56	83,82	30	279,40

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**CUADRO 43**  
**MACRO Y MICRONUTRIENTES DEL PAQUETE PRENATAL RURAL**

CONTENIDO DEL PAQUETE			REQUERIMIENTO DIA	%ADECUACION
MACRONUTRIENTES	MES	DIA		
ENERGÍA (Kcal)	217144,23	7238,14	2185	331,27
PROTEÍNAS (gr)	6338,26	211,28	69	306,20
CARBOHIDRATOS (gr)	26603,46	886,78	278	318,99
GRASAS (gr)	9622,95	320,77	51	628,95
MICRONUTRIENTES				
FIBRA (gr)	939,55	31,32		
CALCIO (mg)	136249,84	4541,66	1000	454,17
HIERRO (mg)	2475,55	82,52	29,4	280,67

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

## 11.12 PAQUETE RETROACTIVO 2015

CUADRO 44

### LISTADO DE PRODUCTOS CONTENIDOS EN EL RETROACTIVO MENSUAL

N <sup>a</sup>	PRODUCTOS	UNIDAD	PRECIO(Bs)	CANTIDAD	TOTAL(Bs)
1	Leche en polvo inst.	2 kg	105	1	105
2	Fideo fortificado	1 kg	9	1	9
3	Arroz de primera	950 gr	9,50	2	19
4	Cereal integral granola	350 gr	12,80	1	12,80
5	Bocaditos de chuño	250 gr	15	1	15
6	Lenteja	500 gr	12,50	1	12,50
7	Castaña(almendra)	250 gr	18	1	18
8	Linaza	500 gr	12	1	12
9	Sal yodada	1 kg	1,50	1	1,50
10	Budín de chocolate fortificado	230 gr	8,80	1	8,80
11	Yogurt sachet	120 ml	0,80	3	2,40

**TOTAL: 216 Bs.**

Existe un ajuste en el paquete del subsidio prenatal que entra en vigencia a partir del aumento que realiza el gobierno para el salario mínimo nacional. Para poder hacer este aumento en los productos del lote mensual entregado es que se realiza un paquete paralelo denominado paquete retroactivo. Este paquete consta de 11 productos que se aumentan de manera mensual para hacer la compensación monetaria e igualar el importe del subsidio prenatal al salario mínimo nacional.

### 11.13 PRODUCTOS NUEVOS A PARTIR DE OCTUBRE 2015

**CUADRO 45**  
**PRODUCTOS INTRODUCIDOS AL PAQUETE DE SUBSIDIOS PRENATALES**

<b>N<sup>a</sup></b>	<b>PRODUCTOS</b>
<b>1</b>	Ceremiel quinuamaranto
<b>2</b>	Cereal desayuno
<b>3</b>	Bocaditos de chuño
<b>4</b>	Quinoa chocolatada y avena
<b>5</b>	Arroz con leche en polvo
<b>6</b>	Budín de chocolate fortificado
<b>7</b>	Te fortificado natural
<b>8</b>	Nuez sin cascara
<b>9</b>	Batido nutricional fortificado

Luego de concluida la nivelación del paquete retroactivo para todas las beneficiarias, se realiza un nuevo paquete del subsidio prenatal que entra en vigencia descartando el anterior. Este nuevo paquete consta con nuevos alimentos introducidos que cubren con el nuevo monto fijado según el salario mínimo nacional anual.

Para el nuevo paquete se introdujeron 9 alimentos que están detallados en el cuadro anterior.

# Nombre del Producto:

## Arroz con leche en polvo

Nº de producto: 1

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	200 gr.
Energía (Kcal)	287
Proteínas (gr)	7
Carbohidratos (gr)	51,2
Grasas (gr)	7,6
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	211,4
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (35 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
50	1,2	9	1,3	0	37	0	0

# Nombre del Producto: Chocoquinoa con avena

Nº de producto: 2

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	220 gr.
Energía (Kcal)	1439
Proteínas (gr)	33,4
Carbohidratos (gr)	140,1
Grasas (gr)	55,9
Fibra (gr)	38,9
Calcio (gr)	327,1
Hierro (mg)	29
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
196	4,6	19,1	7,6	5,3	44,6	4	0

# Nombre del Producto:

## Pudín de chocolate

Nº de producto: 3

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1023
Proteínas (gr)	37,3
Carbohidratos (gr)	167,5
Grasas (gr)	22,5
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (14 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
57	2,1	9,4	1,3	0	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Cereal desayuno

Nº de producto: 4

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	230 gr.
Energía (Kcal)	782
Proteínas (gr)	16,1
Carbohidratos (gr)	209,6
Grasas (gr)	4,6
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (40 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
136	2,8	0,8	34,9	0	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Batido fortificado

Nº de producto: 5

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1253
Proteínas (gr)	67,5
Carbohidratos (gr)	179,5
Grasas (gr)	0
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	235
Hierro (mg)	32,5
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (30 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
150	8,1	21,5	0	0	282,5	3,9	0

# Nombre del Producto: Ceremiel quinoamaranto

N° de producto: 6

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1020
Proteínas (gr)	44,6
Carbohidratos (gr)	148,1
Grasas (gr)	36
Fibra (gr)	1,5
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (40 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
163	7,1	523,7	5,8	0,2	0	0	0

# Nombre del Producto:

## Bocaditos de chuño

Nº de producto: 7

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	1155
Proteínas (gr)	15
Carbohidratos (gr)	163,5
Grasas (gr)	51,3
Fibra (gr)	11,5
Calcio (gr)	0
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (50 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
231	3	32,7	10,3	2,3	0	0	0

# Nombre del Producto: Te fortificado natural

Nº de producto: 8

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	250 gr.
Energía (Kcal)	0
Proteínas (gr)	0
Carbohidratos (gr)	0
Grasas (gr)	0,3
Fibra (gr)	0
Calcio (gr)	7,5
Hierro (mg)	0
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR CADA PORCIÓN (10 gr.)							
Energía (Kcal)	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
0	0	0	0	0	0,3	0	0

# Nombre del Producto:

## Nueces

Nº de paquete: 9

**PRODUCTO NUEVO**

INFORMACION NUTRICIONAL	
Contenido del Envase	100 gr.
Kcal	654
Proteínas (gr)	15,2
Carbohidratos (gr)	13,7
Grasas (gr)	65,2
Fibra (gr)	6,7
Calcio (gr)	98
Hierro (mg)	4,3
Ácido Fólico (mg)	0



INFORMACION NUTRICIONAL POR CADA PORCION (25 gr.)							
Kcal	Proteínas (gr)	Carbohidratos (gr)	Grasas (gr)	Fibra (gr)	Calcio (gr)	Hierro (mg)	Ácido Fólico (mg)
327	7,6	6,9	32,6	3,4	49	2,2	0

## **11.14 VENTA DE PRODUCTOS DEL SUBSIDIO PRENATAL**

### **11.14.1 Venta en el mercado local**

Luego de realizar una visita a distintos mercados de la ciudad se pudo ver comercialización de productos contenidos en los paquetes del subsidio prenatal.

En ciertos lugares sólo se realiza la venta de algunos productos como la leche en polvo de 2 kg. la misma que es vendida a un precio reducido comparado con el precio de venta del mismo producto pero no perteneciente al lote de productos del subsidio y de manera legal. Este producto no se encuentra a la vista en los puestos de venta, hay que consultar y si lo tienen es traído desde algún lugar no visible hacia el comprador.

En otros lugares como es el caso de la feria existen puestos específicos de venta de productos del subsidio. Éstos se ofrecen a la vista de los transeúntes, a un precio reducido comparado con el costo detallado en la lista de asignaciones familiares y existen en abundante cantidad.

Según una consulta realizada a la vendedora, afirmó que sabe que esta venta es ilegal y que puede llegar a tener un castigo. Manifestó que las beneficiarias la llaman para coordinar lugar y fecha de la venta de éstos productos a su persona. Muchas veces compra el paquete completo de productos por un valor de 700 Bs. el mismo que es valuado en 1656 Bs. al momento de la entrega a la beneficiaria.<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Ver fotografías de puestos de venta en mercados en Anexos – Página 211

### **11.14.2 Venta por las redes sociales**

Otra manera de realizar la comercialización de los productos del subsidio que realizan las beneficiarias es la venta de éstos usando las redes sociales, tales como WhatsApp y Facebook.

Existen grupos cerrados donde las mismas sin costo alguno publican fotografías y detalles del precio de los productos, cantidad que poseen de cada uno de ellos y coordinan la venta de los mismos por este medio. Estos grupos poseen alrededor de 20000 miembros los cuales interactúan y publican sin ningún costo.<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> Ver fotografías de publicaciones en redes sociales en Anexos – Página 212

## 11.15 ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL EN RECIÉN NACIDOS

CUADRO 46

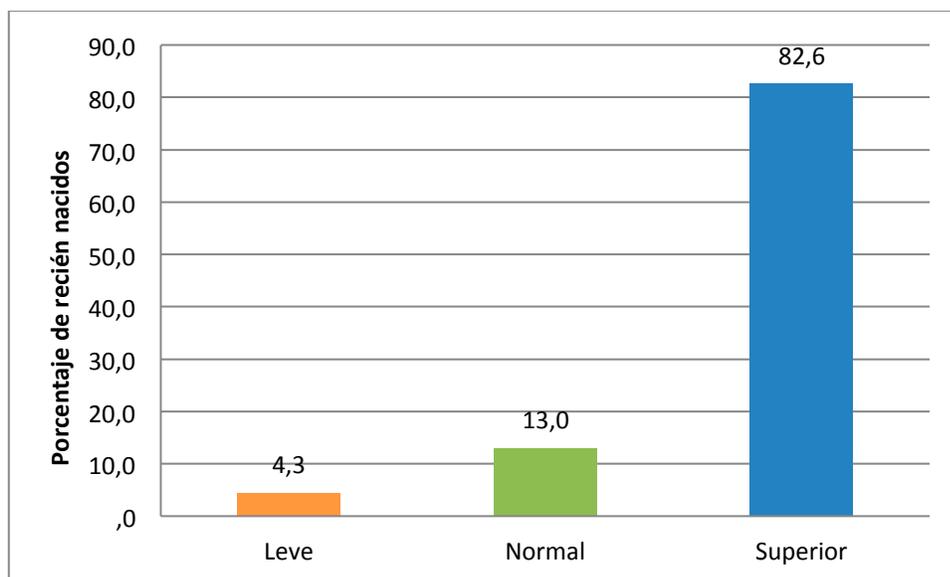
### DISTRIBUCIÓN PROCENTUAL DE RECIÉN NACIDOS SEGÚN PESO/TALLA

Categorías	Nº de recién nacidos	Porcentaje
Leve	1	4,3
Normal	3	13,0
Superior	19	82,6
<b>Total</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

GRÁFICO 63

### PORCENTAJE DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS RECIÉN NACIDOS SEGÚN PESO/TALLA



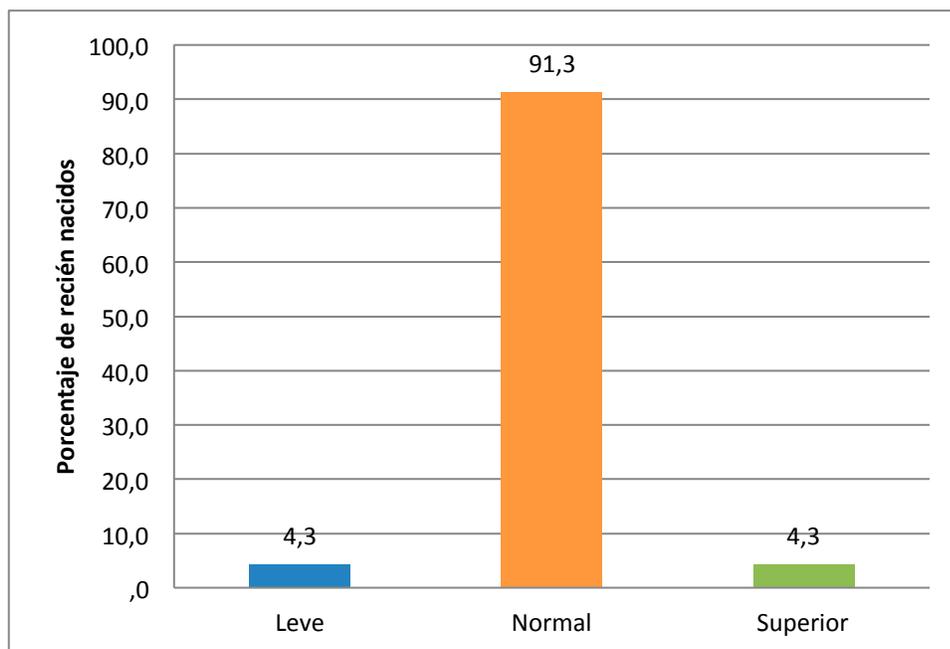
El peso para la talla es un índice que compara el peso de un individuo con el peso esperado para su talla y esto permite establecer si ha ocurrido un pérdida reciente de peso corporal (desnutrición aguda). En este gráfico se puede observar que el 90% de los recién nacidos analizados tiene un peso normal para su talla.

**CUADRO 47**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LOS RECIÉN NACIDOS**  
**SEGÚN EL PESO PARA LA EDAD**

Categorías	Nº de recién nacidos	Porcentaje
Leve	1	4,3
Normal	21	91,3
Superior	1	4,3
<b>Total</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 64**  
**PORCENTAJE DE RECIÉN NACIDOS SEGÚN PESO PARA SU EDAD**



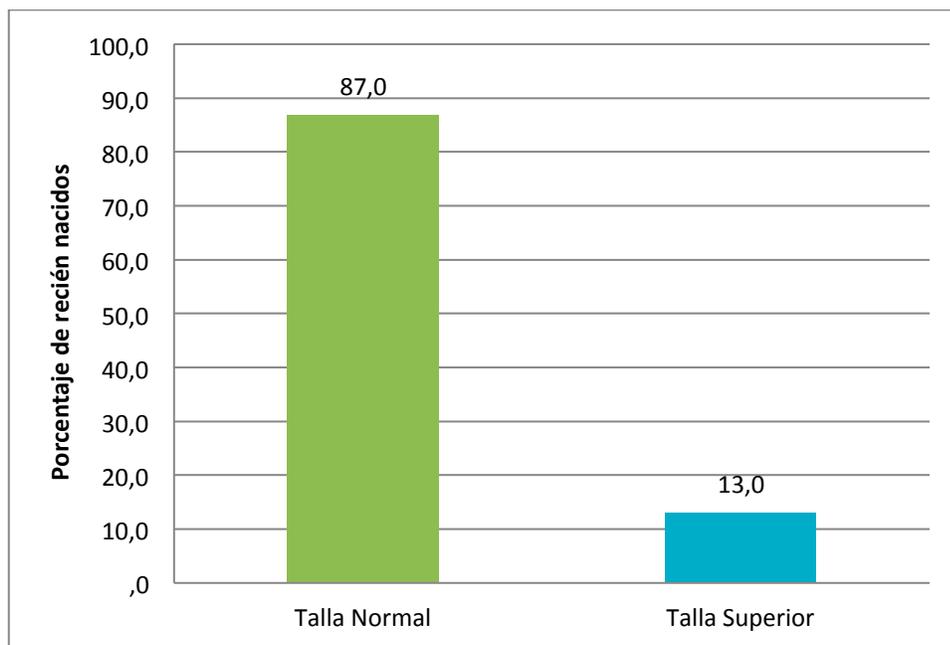
EL peso para la edad es un índice usado comúnmente en el control del crecimiento de los niños en las historias clínicas y carnet de crecimiento. En este gráfico se puede observar que el 90% de los niños estudiados tiene un peso normal para su edad.

**CUADRO 48**  
**DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE LOS RECIÉN NACIDOS**  
**SEGUN LA TALLA PARA LA EDAD**

<b>Categorías</b>	<b>Nº de recién nacidos</b>	<b>Porcentaje</b>
Talla Normal	20	87,0
Talla Superior	3	13,0
<b>Total</b>	<b>23</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Estudio del consumo. Subsidio prenatal – EBA SCZ

**GRÁFICO 65**  
**PORCENTAJE DE NIÑOS RECIÉN NACIDOS SEGÚN**  
**TALLA PARA LA EDAD**



La talla para la edad es un índice que se emplea para medir la desnutrición crónica, refleja la historia nutricional del sujeto. Se realiza una comparación de la talla de la persona y la talla esperada para su edad. En este gráfico se puede ver que el 85% de los recién nacidos presenta una talla normal y el 15% restantes una talla superior para la edad.

## XII. CONCLUSIONES

- A través del análisis de consumo de los productos del subsidio prenatal en la ciudad de Santa Cruz de la Sierra, se logró determinar que el 99,1% de beneficiarias consumen los productos de manera diaria según gustos y preferencias, aproximadamente 1 de cada 3 mujeres menciona que algún producto del paquete mensual no es de su agrado. Un 66,8% de las encuestadas si modificaron su alimentación en los últimos meses. Aproximadamente 1 de cada 2 gestantes no consume ningún suplemento en la dieta diaria y sólo el 29% consume el suplemento nutricional del paquete. Se pudo medir las frecuencias de consumo de alimentos en general teniendo un bajo consumo de productos lácteos, ya que solo 1 de cada 10 embarazadas los consume de manera diaria.
- Se pudo determinar el destino de los productos del subsidio luego del recojo mensual teniendo como resultado que el 94,6% de las beneficiarias desconoce la cantidad de productos que recibe, 1 de cada 3 gestantes comparte sus productos luego de la entrega mensual, existe un 10% de ellas que alguna vez vendió algún producto del subsidio. Aproximadamente 8 de cada 10 beneficiarias tienen un sobrante de productos luego de concluido el mes y la mitad de ellas refiere que les sobran porque desconoce la preparación de dichos productos.
- A manera de conocer el impacto del consumo del subsidio en el estado nutricional de las gestantes es que se halló que un 29,1% de las beneficiarias tienen un índice de masa corporal adecuado para su etapa de gestación, un 6,7% de las embarazadas están enflaquecidas, es decir tienen bajo peso. Y aproximadamente 2 de cada 3 gestantes presentan obesidad o sobrepeso. Para conocer el impacto en los recién nacidos es que se analizó el peso y talla de los niños(as) se pudo ver que 9 de cada 10 nacen con peso y talla adecuados.

- Se realizó un conteo de macro y micronutrientes entregados en todo el lote de productos para comprobar si la cantidad entregada cubre requerimientos nutricionales en la etapa de gestación. Cada beneficiaria del subsidio prenatal recibe de manera mensual más del 300% de cada macro y micronutrientes según porcentaje de adecuación a sus requerimientos nutricionales entre el 2do y 3er trimestre de embarazo.

### **XIII. RECOMENDACIONES**

- Para incrementar el consumo de los productos del subsidio prenatal es que se recomienda dar a conocer los beneficios y el modo de preparación de algunos de los productos mediante el uso de cuadros en las oficinas distribuidoras, la difusión de videos educativos en las pantallas visualizadas en el área de espera y la implementación de un recetario con preparaciones fáciles que sea entregado a cada beneficiaria junto a su lote de productos.
- Es necesario cumplir con los artículos 21 (Prohibiciones) y 22 (Sanciones) del reglamento de asignaciones familiares para que de esta manera ninguna beneficiaria venda sus productos del subsidio, aprovechen y valoren cada producto que se les entrega y puedan mejorar la calidad de su alimentación.
- Se debería implementar la toma de peso y talla cada mes en el consultorio médico de cada distribuidora de subsidios para analizar el estado nutricional de cada beneficiaria y así poder realizar una educación nutricional que mejore la prevalencia de sobrepeso y obesidad obtenida según resultados.
- Es muy necesario la realización de fichas técnicas nutricionales de cada producto del lote mensual que muestre el contenido real del envase y por porción en cuanto a nutrientes se refiere, con la finalidad de incrementar el consumo de los productos del subsidio. Es muy importante también mejorar el envase de algunos productos para mejorar su manipulación, facilitar su almacenamiento e incrementar mayor información nutricional para su lectura previa al consumo.

#### **XIV. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

Entre los aspectos que de una u otra forma pudieron ser parte de una limitante para el desarrollo de la investigación se puede mencionar que:

- Para la obtención de peso y talla de los recién nacidos(as) las madres en su mayoría no colaboraron con dichos datos poniendo excusas de por medio y apagando sus teléfonos móviles.
- En la elaboración de la información nutricional de cada producto perteneciente al subsidio algunos no tenían la información completa en el envase, otros tenían información equivocada, en otros el contenido en gramos del producto no era el mismo del detallado en la boleta de entrega a la beneficiaria.

## XV. BIBLIOGRAFÍA

### Libros

- Astiazarán, Martínez, 2000. "Alimentos: composición y propiedades" Madrid.
- Bello Gutiérrez J, 2005. "Calidad de vida, alimentos y salud humana".
- Declaración de los Derechos Humanos, Arts. 22 y 25, 10 de diciembre de 1948.
- Díaz y Gómez, 2008. "Alimentación, Consumo y Salud.
- Dick, 2012. "Legislación Laboral Boliviana", 5ta edición.
- Eulalia Vidal, 2004. "Manual práctico de nutrición y dietoterapia", Monsa.
- Fenema, O, 2000. "Química de los alimentos, Zaragoza.
- Fiona Wilcock, 2008. "Comida Sana en el embarazo.
- Gonzalo, Quintanilla, Calvimontes, 2000, "Derecho del trabajador y la Seguridad Social"
- Gonzalo, Quintanilla, Calvimontes, 2005, "Derecho individual del trabajo", 3era edición.
- Instituto Nacional de Seguros de Salud, 2011. Bolivia.
- Kuklinski, C, 2003. "Nutrición y bromatología", Omega, Barcelona.
- L. Katheln Mahan, Sylvia Escott, 2000."Nutrición y Dietoterapia de Krause", 8va edición, Editorial Mc Graw Hill.
- Maaix J, 2009. "Nutrición y alimentación humana", Madrid.
- Madrid, A; Madrid Vicente, 2001."Nuevo manual de industrias alimentarias", Amv ediciones
- Ministerio de Desarrollo Humano de Bolivia, 1995. "Prevalencia de enfermedades"
- Ministerio de Salud, 2011. "Reglamento de asignaciones familiares", Bolivia.
- Paul Sacht, 2012. "Guía de la alimentación de la embarazada", España.

### **Materiales publicados por instituciones**

- OMS, 2014. “Guía Mundial de la Salud.
- INN/OPS, Alimentación y nutrición en grupos vulnerables.
- OMS/UNICEF, Guías alimentarias para gestantes y madres en lactancia. Bases teóricas. Ministerio de la protección social. República de Colombia-Bogotá. 2004.

### **Internet**

- Consejo Europeo de información sobre alimentación (EUFIC). Nutrición durante el embarazo. Documento en línea ([www.eufic.org](http://www.eufic.org)) Enero 2009.

### **Revistas y periódicos**

- Artículo publicado por el periódico La Razón, fecha 14 de julio de 2014.

# ANEXOS

**ANEXO 1**  
**ANÁLISIS DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN SU LUGAR DE PROCEDENCIA**

TIPO DE SUBSIDIO	NIVEL ES DE INSTRUCCIÓN					Total
	Primario	Secundario	Técnico	Universitario	Profesional	
URBANO	4	30	12	7	18	<b>71</b>
%	22,2	33,3	29,3	31,8	34,6	<b>31,8</b>
RURAL	14	60	29	15	34	<b>152</b>
%	77,8	66,7	70,7	68,2	65,4	<b>68,2</b>
<b>TOTAL</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>41</b>	<b>22</b>	<b>52</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 61

**ANEXO 2**  
**ANÁLISIS DEL LUGAR DE PROCEDENCIA DE LAS BENEFICIRIAS SEGÚN**  
**EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO MENSUAL**

TIPO DE SUBSIDIO	DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO			Total
	Los vende	Los comparte	Todos se quedan en su hogar	
RURAL	1	53	98	<b>152</b>
%	50,0	64,6	70,5	<b>68,2</b>
URBANO	1	29	41	<b>71</b>
%	50,0	35,4	29,5	<b>31,8</b>
<b>TOTAL</b>	<b>2</b>	<b>82</b>	<b>139</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 72

### ANEXO 3

#### ANÁLISIS DEL ESTADO CIVIL DE LAS BENEFICIRIAS SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO MENSUAL

ESTADO CIVIL	DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO			Total
	Los vende	Los comparte	Todos se quedan en su hogar	
SOLTERA	0	34	41	<b>75</b>
%	0,0	41,5	29,5	<b>33,6</b>
CASADA	2	48	98	<b>148</b>
%	100,0	58,5	70,5	<b>66,4</b>
<b>TOTAL</b>	<b>2</b>	<b>82</b>	<b>139</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 73

### ANEXO 4

#### ANÁLISIS DEL NIVEL DE INSTRUCCIÓN DE LAS BENEFICIRIAS SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO

DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO	NIVELES DE INSTRUCCIÓN					Total
	Primario	Secundario	Técnico	Universitario	Profesional	
LOS VENDE	0	0	0	0	2	<b>2</b>
%	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	<b>0,9</b>
LOS COMPARTE	4	44	10	6	18	<b>82</b>
%	22,2	48,9	24,4	27,3	34,6	<b>36,8</b>
TODOS SE QUEDAN EN SU HOGAR	14	46	31	16	32	<b>139</b>
%	77,8	51,1	75,6	72,7	61,5	<b>62,3</b>
<b>TOTAL</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>41</b>	<b>22</b>	<b>52</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 74

**ANEXO 5**

**ANÁLISIS DEL NUMERO DE MIEMBROS EN LA FAMILIA DE LAS EMBARAZADAS  
SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO MENSUAL**

Nº de miembros familiares	Destino de los productos luego del recojo			Total
	Los vende	Los comparte	Todos se quedan en su hogar	
1	0	6	3	9
%	0,0	7,3	2,2	<b>4,0</b>
2	0	29	35	64
%	0,0	35,4	25,2	<b>28,7</b>
3	2	26	46	74
%	100,0	31,7	33,1	<b>33,2</b>
4	0	13	43	56
%	0,0	15,9	30,9	<b>25,1</b>
5	0	5	7	12
%	0,0	6,1	5,0	<b>5,4</b>
6	0	1	3	4
%	0,0	1,2	2,2	<b>1,8</b>
7	0	0	1	1
%	0,0	0,0	0,7	<b>0,4</b>
8	0	0	1	1
%	0,0	0,0	0,7	<b>0,4</b>
10	0	2	0	2
%	0,0	2,4	0,0	<b>0,9</b>
<b>TOTAL</b>	<b>2</b>	<b>82</b>	<b>139</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 75

**ANEXO 6**  
**ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN EL GRADO DE INSTRUCCIÓN ALCANZADO**

Estado nutricional	Nivel de Instrucción					Total
	Prim	Secun	Técnico	Univer	Profesional	
ENFLAQUECIDA	0	9	1	0	5	15
%	-	10,0	2,4	-	9,6	6,7
NORMAL	5	24	10	9	17	65
%	27,8	26,7	24,4	40,9	32,7	29,1
SOBREPESO	6	38	22	13	16	95
%	33,3	42,2	53,7	59,1	30,8	42,6
OBESIDAD	7	19	8	0	14	48
%	38,9	21,1	19,5	-	26,9	21,5
<b>TOTAL</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>41</b>	<b>22</b>	<b>52</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 93

**ANEXO 7**  
**ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS**  
**SEGÚN SU ESTADO CIVIL**

Estado nutricional	Estado Civil		Total
	Soltera	Casada	
ENFLAQUECIDA	10	5	15
%	13,3	3,4	6,7
NORMAL	28	37	65
%	37,3	25,0	29,1
SOBREPESO	18	77	95
%	24,0	52,0	42,6
OBESIDAD	19	29	48
%	25,3	19,6	21,5
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>148</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 94

### ANEXO 8

#### RELACIÓN PORCENTUAL DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS MUJERES EMBARAZADAS SEGÚN ÁREA DE PROCEDENCIA

Estado nutricional	Tipo de subsidio		Total
	urbano	rural	
ENFLAQUECIDA	3	12	15
%	4,2	7,9	6,7
NORMAL	21	44	65
%	29,6	28,9	29,1
SOBREPESO	26	69	95
%	36,6	45,4	42,6
OBESIDAD	21	27	48
%	29,6	17,8	21,5
<b>TOTAL</b>	<b>71</b>	<b>152</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 95

### ANEXO 9

#### ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN EL DESTINO DE LOS PRODUCTOS LUEGO DEL RECOJO

Estado nutricional	Destino de los productos luego del recojo			Total
	Los vende	Los comparte	Todos se quedan en su hogar	
ENFLAQUECIDA	0	9	6	15
%	0,0	11,0	4,3	6,7
NORMAL	2	23	40	65
%	100,0	28,0	28,8	29,1
SOBREPESO	0	38	57	95
%	0,0	46,3	41,0	42,6
OBESIDAD	0	12	36	48
%	0,0	14,6	25,9	21,5
<b>TOTAL</b>	<b>2</b>	<b>82</b>	<b>139</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 96

### ANEXO 10

#### ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN LA VENTA ALGUNA VEZ DE ALGÚN PRODUCTO

Estado nutricional	VENTA DE ALGUN PRODUCTO EN ALGUN MOMENTO		Total
	Si	No	
ENFLAQUECIDA	2	13	<b>15</b>
%	8,7	6,5	<b>6,7</b>
NORMAL	8	57	<b>65</b>
%	34,8	28,5	<b>29,1</b>
SOBREPESO	10	85	<b>95</b>
%	43,5	42,5	<b>42,6</b>
OBESIDAD	3	45	<b>48</b>
%	13,0	22,5	<b>21,5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>23</b>	<b>200</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 97

### ANEXO 11

#### ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS SEGÚN TIEMPOS DE COMIDA DIARIOS

Estado nutricional	Nº DE TIEMPOS DE COMIDA DIARIOS					Total
	2 veces	3 veces	4 veces	5 veces	6 veces	
ENFLAQUECIDA	0	5	4	2	4	<b>15</b>
%	0,0	11,6	6,3	2,4	14,3	<b>6,7</b>
NORMAL	1	14	18	21	11	<b>65</b>
%	25,0	32,6	28,6	24,7	39,3	<b>29,1</b>
SOBREPESO	2	13	26	46	8	<b>95</b>
%	50,0	30,2	41,3	54,1	28,6	<b>42,6</b>
OBESIDAD	1	11	15	16	5	<b>48</b>
%	25,0	25,6	23,8	18,8	17,9	<b>21,5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>4</b>	<b>43</b>	<b>63</b>	<b>85</b>	<b>28</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 98

**ANEXO 12**

**ANÁLISIS DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS BENEFICIARIAS**

<b>SEGÚN EL CONSUMO DE ALGÚ</b>	<b>CONSUMO DE SUPLEMENTO DIARIO</b>		<b>Total</b>
	Si	No	
ENFLAQUECIDA	8	7	<b>15</b>
%	8,5	5,4	<b>6,7</b>
NORMAL	21	44	<b>65</b>
%	22,3	34,1	<b>29,1</b>
SOBREPESO	37	58	<b>95</b>
%	39,4	45,0	<b>42,6</b>
OBESIDAD	28	20	<b>48</b>
%	29,8	15,5	<b>21,5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>94</b>	<b>129</b>	<b>223</b>
<b>Porcentaje</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 99

**ANEXO 13**  
**CONSUMO DE PRODUCTOS LÁCTEOS**

ALIMENTO	DIARIO	%	SEMANAL	%	MENSUAL	%	NUNCA	%	TOTAL
Clara de Huevo	17	7,6	92	41,3	92	41,3	22	9,9	223
Huevo entero	18	8,1	89	39,9	96	43,0	20	9,0	223
Queso	19	8,5	96	43,0	87	39,0	21	9,4	223
Lacteos descr	24	10,8	85	38,1	95	42,6	19	8,5	223
Lacteos saboriz	30	13,5	87	39,0	90	40,4	16	7,2	223
Lacteos enteros	31	13,9	79	35,4	94	42,2	19	8,5	223
Promedio	23	10	88	39	92	41	20	9	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 104

**ANEXO 14**  
**CONSUMO DE PRODUCTOS CÁRNICOS**

ALIMENTO	DIARIO	%	SEMANAL	%	MENSUAL	%	NUNCA	%	TOTAL
Pollo	30	13,5	82	36,8	94	42,2	17	7,6	223
Res	28	12,6	101	45,3	75	33,6	19	8,5	223
Cerdo	28	12,6	78	35,0	96	43,0	21	9,4	223
Riñones	26	11,7	102	45,7	77	34,5	18	8,1	223
Panza	25	11,2	98	43,9	80	35,9	20	9,0	223
Cordero	24	10,8	91	40,8	83	37,2	25	11,2	223
Hígado	23	10,3	84	37,7	90	40,4	26	11,7	223
Pescado	19	8,5	94	42,2	92	41,3	18	8,1	223
Promedio	25	11,4	91	40,9	86	38,5	21	9,2	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 105

**ANEXO 15**  
**CONSUMO DE FIAMBRES Y EMBUTIDOS**

ALIMENTO	DIARIO	%	SEMANAL	%	MENSUAL	%	NUNCA	%	TOTAL
Morcilla	19	8,5	96	43,0	82	36,8	26	11,7	223
Jamón	19	8,5	108	48,4	75	33,6	21	9,4	223
Salchicha	21	9,4	91	40,8	88	39,5	23	10,3	223
Mortadela	23	10,3	94	42,2	86	38,6	20	9,0	223
Chorizo	23	10,3	85	38,1	94	42,2	21	9,4	223
Promedio	21	9	95	43	85	38	22	10	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 106

**ANEXO 16**  
**CONSUMO DE VERDURAS**

ALIMENTO	DIARIO	%	SEMANAL	%	MENSUAL	%	NUNCA	%	TOTAL
Vainitas	35	15,7	98	43,9	76	34,1	14	6,3	223
Choclo	31	13,9	91	40,8	85	38,1	16	7,2	223
Brócoli	29	13,0	88	39,5	84	37,7	22	9,9	223
Tomate	29	13,0	94	42,2	81	36,3	19	8,5	223
Arveja	28	12,6	79	35,4	92	41,3	24	10,8	223
Espinaca	27	12,1	101	45,3	80	35,9	15	6,7	223
Lechuga	27	12,1	97	43,5	79	35,4	20	9,0	223
Cebolla	27	12,1	86	38,6	92	41,3	18	8,1	223
Zanahoria	27	12,1	86	38,6	92	41,3	18	8,1	223
Pimiento	26	11,7	97	43,5	82	36,8	18	8,1	223
Acelga	25	11,2	84	37,7	94	42,2	20	9,0	223
Zapallo	24	10,8	97	43,5	79	35,4	23	10,3	223
Zucchini	24	10,8	82	36,8	101	45,3	16	7,2	223
Apio	23	10,3	92	41,3	87	39,0	21	9,4	223
Coliflor	23	10,3	94	42,2	87	39,0	19	8,5	223
Pepino	22	9,9	98	43,9	79	35,4	24	10,8	223
Habas	20	9,0	82	36,8	99	44,4	22	9,9	223
Repollo	20	9,0	93	41,7	84	37,7	26	11,7	223
Remolacha	18	8,1	94	42,2	94	42,2	17	7,6	223
Berenjena	17	7,6	100	44,8	85	38,1	21	9,4	223
Promedio	25	11,3	92	41,1	87	38,8	20	8,8	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 107

**ANEXO 17**  
**CONSUMO DE LEGUMINOSAS**

<b>ALIMENTO</b>	<b>DIARIO</b>	<b>%</b>	<b>SEMANAL</b>	<b>%</b>	<b>MENSUAL</b>	<b>%</b>	<b>NUNCA</b>	<b>%</b>	<b>TOTAL</b>
Soya	18	8,1	104	46,6	77	34,5	24	10,8	223
Garbanzo	19	8,5	88	39,5	95	42,6	21	9,4	223
Maní	24	10,8	89	39,9	92	41,3	18	8,1	223
Lenteja	26	11,7	90	40,4	80	35,9	27	12,1	223
Frejol	29	13,0	100	44,8	77	34,5	17	7,6	223
Promedio	23	10	94	42	84	38	21	10	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 108

**ANEXO 18**  
**CONSUMO DE TUBÉRCULOS**

<b>ALIMENTO</b>	<b>DIARIO</b>	<b>%</b>	<b>SEMANAL</b>	<b>%</b>	<b>MENSUAL</b>	<b>%</b>	<b>NUNCA</b>	<b>%</b>	<b>TOTAL</b>
Camote	19	8,5	85	38,1	93	41,7	26	11,7	223
Plátano	20	9,0	90	40,4	91	40,8	22	9,9	223
Yuca	23	10,3	101	45,3	78	35,0	21	9,4	223
Papa	28	12,6	76	34,1	99	44,4	20	9,0	223
Promedio	23	10	88	39	90	40	22	10	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 109

## ANEXO 19

### CONSUMO DE FRUTAS

ALIMENTO	DIARIO	%	SEMANAL	%	MENSUAL	%	NUNCA	%	TOTAL
Uva	14	6,3	98	43,9	83	37,2	28	12,6	223
Sandía	16	7,2	85	38,1	95	42,6	27	12,1	223
Palta	16	7,2	90	40,4	99	44,4	18	8,1	223
Pera	17	7,6	83	37,2	102	45,7	21	9,4	223
Mandarina	18	8,1	93	41,7	83	37,2	29	13,0	223
Papaya	18	8,1	103	46,2	83	37,2	19	8,5	223
Naranja	21	9,4	83	37,2	90	40,4	29	13,0	223
Ciruela	22	9,9	94	42,2	82	36,8	25	11,2	223
Banana	23	10,3	86	38,6	93	41,7	21	9,4	223
Frutillas	24	10,8	93	41,7	88	39,5	18	8,1	223
Manzana	25	11,2	86	38,6	89	39,9	23	10,3	223
Piña	25	11,2	101	45,3	80	35,9	17	7,6	223
Durazno	27	12,1	92	41,3	90	40,4	14	6,3	223
Promedio	20	9	91	41	89	40	22	10	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 110

## ANEXO 20

### CONSUMO DE CEREALES Y PANES

ALIMENTO	DIARIO	%	SEMANAL	%	MENSUAL	%	NUNCA	%	TOTAL
Avena	17	7,6	89	39,9	93	41,7	24	10,8	223
Quinoa	18	8,1	101	45,3	77	34,5	26	11,7	222
Pan Integral	18	8,1	83	37,2	91	40,8	31	13,9	223
Trigo	18	8,1	98	43,9	88	39,5	19	8,5	223
Galletas Dulces	18	8,1	91	40,8	93	41,7	21	9,4	223
Galletas Saladas	19	8,5	87	39,0	89	39,9	28	12,6	223
Pan Dulce	20	9,0	81	36,3	102	45,7	20	9,0	223
Fideo	21	9,4	84	37,7	91	40,8	27	12,1	223
Horneados	23	10,3	86	38,6	86	38,6	28	12,6	223
Pan Blanco	26	11,7	92	41,3	92	41,3	13	5,8	223
Arroz	26	11,7	90	40,4	90	40,4	17	7,6	223
Promedio	20	9	89	40	90	40	23	10	223

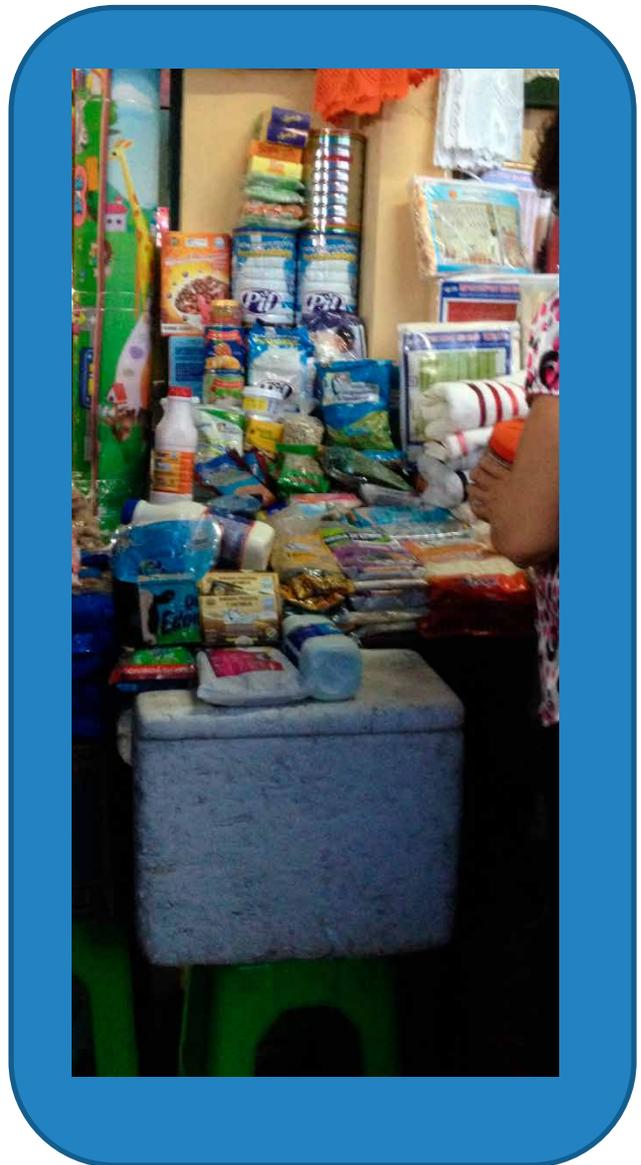
\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 111

**ANEXO 21**  
**CONSUMO DE OTROS ALIMENTOS**

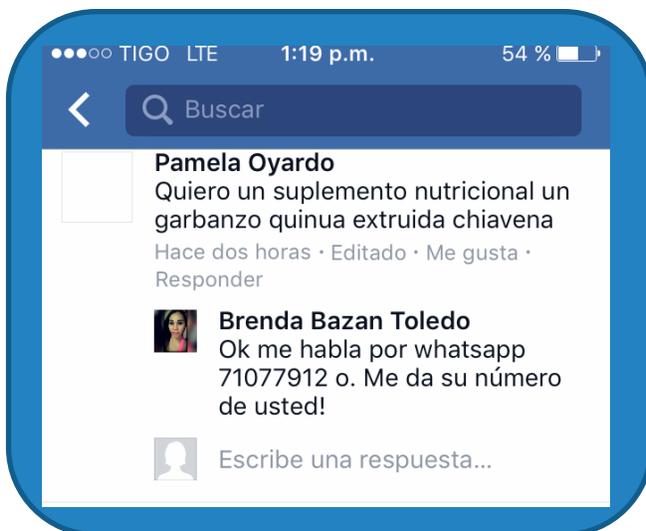
<b>ALIMENTO</b>	<b>DIARIO</b>	<b>%</b>	<b>SEMANAL</b>	<b>%</b>	<b>MENSUAL</b>	<b>%</b>	<b>NUNCA</b>	<b>%</b>	<b>TOTAL</b>
Chocolates	14	6,3	102	45,7	77	34,5	30	13,5	223
Ketchup	18	8,1	89	39,9	99	44,4	17	7,6	223
Dulces-caramelos	20	9,0	84	37,7	97	43,5	22	9,9	223
Gaseosas	21	9,4	95	42,6	82	36,8	25	11,2	223
Jugos Industriales	21	9,4	85	38,1	91	40,8	26	11,7	223
Mermeladas	21	9,4	84	37,7	97	43,5	21	9,4	223
Miel	21	9,4	88	39,5	91	40,8	23	10,3	223
Gelatina	23	10,3	91	40,8	91	40,8	18	8,1	223
Mostaza	24	10,8	90	40,4	92	41,3	17	7,6	223
Helados	24	10,8	100	44,8	80	35,9	19	8,5	223
Mayonesa	26	11,7	83	37,2	93	41,7	21	9,4	223
Papas Fritas	26	11,7	93	41,7	84	37,7	20	9,0	223
Aceite	27	12,1	95	42,6	83	37,2	18	8,1	223
Azúcar	27	12,1	89	39,9	85	38,1	22	9,9	223
Promedio	22	10	91	41	89	40	21	10	223

\*Referencia del gráfico- Resultados, Página 114

**ANEXO 22 - Fotografías de la comercialización de productos en el mercado local**



## ANEXO 23 Fotografías de la comercialización de productos en redes sociales





## ANEXO 24 - ENCUESTA PARA EL PROGRAMA DE SUBSIDIOS PRE NATALES

**Entrevista N°:** ..... **Lugar de entrevista:**.....  
**Fecha de entrevista:** ...../...../2015 **Turno:**.....  
**Nombre del Entrevistador:** .....  
**Nombre del entrevistado:** ..... **Teléfono:**.....

### I. DATOS GENERALES

1.1 Edad	1.2 Nivel de Instrucción	1.3 Ocupación	1.4 Estado Civil
_____ años	1) Primario 2) Secundario 3) Técnico 4) Universitario 5) Profesional	1) Ama de casa 2) Trabajo Profesional 3) Otros: _____	_____

1.5 Número de miembros en la familia	1.6 ¿De cuánto es la cantidad estimada de su ingreso familiar?
_____ personas	1) menor a 1600 Bs. 2) entre 1600 y 3000 Bs. 3) 3000 a 5000 Bs. 4) más de 5000 Bs.

### II. DATOS DE SALUD

2.1 Semanas de gestación	2.2 Antecedentes patológicos	2.3 ¿Durante el periodo de gestación presentó alguna complicación?
_____ semanas	1) Diabetes 2) HTA 3) Anemia 4) Obesidad 5) Otros: _____	1) Si 2) No

### III. TENENCIA DE VIVIENDA

3.1 ¿En qué zona de la ciudad vive Ud.?	3.2 Su vivienda actual es:
1) Centro 2) Dentro del 4to anillo 3) Entre 4to y 8vo anillo 4) Provincia 5) Otro _____	1) Propia 2) Alquiler 3) Anticrético 4) Otro: _____

#### IV. SANEAMIENTO BASICO

<b>4.1 ¿De dónde obtiene el agua en su vivienda?</b>	<b>4.2 ¿Qué tipo de excreta posee?</b>	<b>4.3 ¿Qué hace con la basura de su vivienda?</b>
1) Grifo 2) Noria 3) Otro: _____	1) Pozo séptico 2) Inodoro 3) Otro: _____	1) La quema 2) La entierra 3) La saca para el recojo del camión 4) Otro: _____

#### V. UTILIZACION DEL PRODUCTO

<b>5.1 ¿Sabe Ud. cuántos productos recibe en su subsidio?</b>	<b>5.2 ¿Qué hace con los productos luego de recibirlos?</b>	<b>5.3 ¿Alguna vez ha vendido algún producto del subsidio?</b>	<b>5.4 ¿Ocupa los productos del subsidio en su alimentación diaria?</b>	<b>5.5 ¿Luego de concluido el mes, le sobran productos?</b>
1) Si 2) No	1) Los vende 2) Los comparte 3) Todos se quedan en su hogar	1) Si Dónde: _____ 2) No	1) Si 2) No	1) Si 2) No

<b>5.6 Si le sobran productos, ¿Por qué sucede esto?</b>	<b>5.7 Si le sobran productos, ¿Qué hace con ellos?</b>	<b>5.7 ¿En su hogar quien se encarga de la preparación de los alimentos?</b>	<b>5.8 ¿Existen productos del subsidio que no son de su agrado?</b>	<b>5.9 ¿Tiene Ud. en su vivienda como refrigerar los productos lácteos?</b>
1) Desconoce la forma de preparación 2) No le gustan 3) Otro: _____	1) Los Vende 2) Los regala 3) Los bota 4) Otro: _____	1) Ud. misma 2) Otra persona 3) No cocina y compra la comida afuera	1) Si Cual (es): _____ 2) No	1) Si Cómo: _____ 2) No

#### VI. DATOS NUTRICIONALES

Peso:	
Talla:	
IMC:	

<b>6.1 ¿Cuántos tiempos de comida consume?</b>	<b>6.2 ¿Ha modificado su alimentación en los últimos meses?</b>	<b>6.3 ¿Toma algún suplemento alimenticio?</b>
--	---	--

## 6.4 Frecuencia de consumo

ALIMENTOS	DIA- RIO	SEMA- NAL	MEN- SUAL	NO	ALIMENTOS	DIA- RIO	SEM- ANAL	MEN- SUAL	NO
<b>LACTEOS Y HUEVO</b>					<b>TUBERCULOS</b>				
Leche o yogur descr.					Papa				
Leche o yogur entero					Camote				
Leche con sabor					Yuca				
Queso					Plátano				
Huevo entero					<b>FRUTAS</b>				
Clara de huevo					Ciruela				
<b>CARNES y VISCERAS</b>					Durazno				
Res					Banana				
Pollo					Manzana				
Pescado					Mandarina				
Cerdo					Naranja				
Cordero					Papaya				
Hígado					Pera				
Panza					Piña				
Riñones					Sandía				
<b>FIAMBRES Y EMBUT.</b>					Uva				
Jamón					Palta				
Mortadela					Frutillas				
Chorizo									
Salchicha									
Morcilla									
<b>VERDURAS</b>					<b>CEREAL Y PAN</b>				
Acelga					Arroz				
Apio					Fideo				
Arveja					Avena				
Berenjena					Quinoa				
Brócoli					Trigo				
Cebolla					Pan blanco				
Coliflor					Pan integral				
Choclo					Pan dulce				
Espinaca					Horneados				
Habas					Galletas dulces				
Lechuga					Galletas saladas				
Pimiento					<b>OTROS</b>				
Pepino					Aceite				
Remolacha					Azúcar				
Repollo					Dulces-caramel				
Tomate					Chocolates				
Vainitas					Mayonesa				
Zanahorias					Kétchup				
Zapallo					Mostaza				
Zucchini					Gaseosas				
<b>LEGUMINOSAS</b>					Jugos industria.				
Lenteja					Papas fritas				
Garbanzo					Mermeladas				
Soya					Miel				
Frejol					Gelatina				
Maní					Helados				



## VII. EDUCACION NUTRICIONAL

<b>7.1 ¿Conoce Ud. los beneficios que trae el consumo de estos productos?</b>	<b>7.2 ¿Alguna vez ha recibido algún volante, folleto o recetario referente a los productos del subsidio?</b>	<b>7.3 ¿Alguna vez ha participado de alguna charla o taller sobre los productos del subsidio?</b>	<b>7.4 ¿Le gustaría recibir junto a su lote de productos un recetario para realizar preparaciones con estos productos?</b>
1) Si 2) No	1) Si 2) No	1) Si 2) No	1) Si 2) No



### RECORDATORIO DE 24 HORAS

<b>TIEMPO DE COMIDA/HORA</b>	<b>PREPARACION</b>	<b>ALIMENTOS</b>	<b>CANTIDAD MEDIDA CASERA</b>	<b>CANTIDAD EN GRAMOS</b>
<b>Desayuno</b>				
<b>Media mañana</b>				
<b>Almuerzo</b>				
<b>Merienda</b>				
<b>Cena</b>				
<b>Sobre cena</b>				

