

**DESEQUILIBRIO NUTRICIONAL INGESTA SUPERIOR A LAS
NECESIDADES RELACIONADO CON APORTE EXCESIVO DE
CLORURO DE SODIO MANIFESTADO POR HIPERTENSIÓN
ARTERIAL. ADULTOS MAYORES. COMUNA VALDIVIA.SANTA ELENA
2014 – 2015.**

AUTORES

Lic. Anderson Ángel

Lic. Sonnia Santos Holguín, MSc.

2016

CONSUMO EXCESIVO DE SAL PRODUCE DAÑOS EN LA SALUD



INTRODUCCIÓN



Tener un control permanente

Factor de riesgo para sufrir eventos cardiovasculares

Evitar el consumo excesivo de sal y realizar ejercicios

JUSTIFICACIÓN

Propósito

Determinar la ingesta superior de sal.

Importancia

Incidencia del consumo excesivo de sal.

Factibilidad

Identificar los tipos de alimentos que contienen este mineral

Beneficiarios

Adultos mayores

OBJETIVO GENERAL



Determinar la ingesta superior a las necesidades relacionado con aporte excesivo de cloruro de sodio manifestado por hipertensión arterial en los adultos mayores de la Comuna Valdivia de la Provincia de Santa Elena 2014-2015.

METODOLOGÍA

Diseño: Cuantitativo .

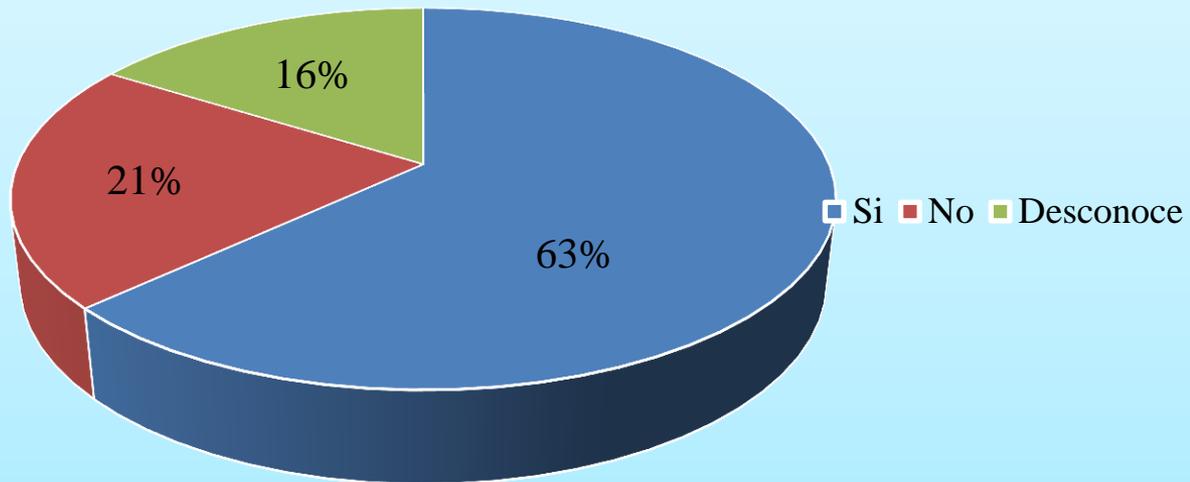
TIPOS DE INVESTIGACIÓN

Documental

Descriptiva

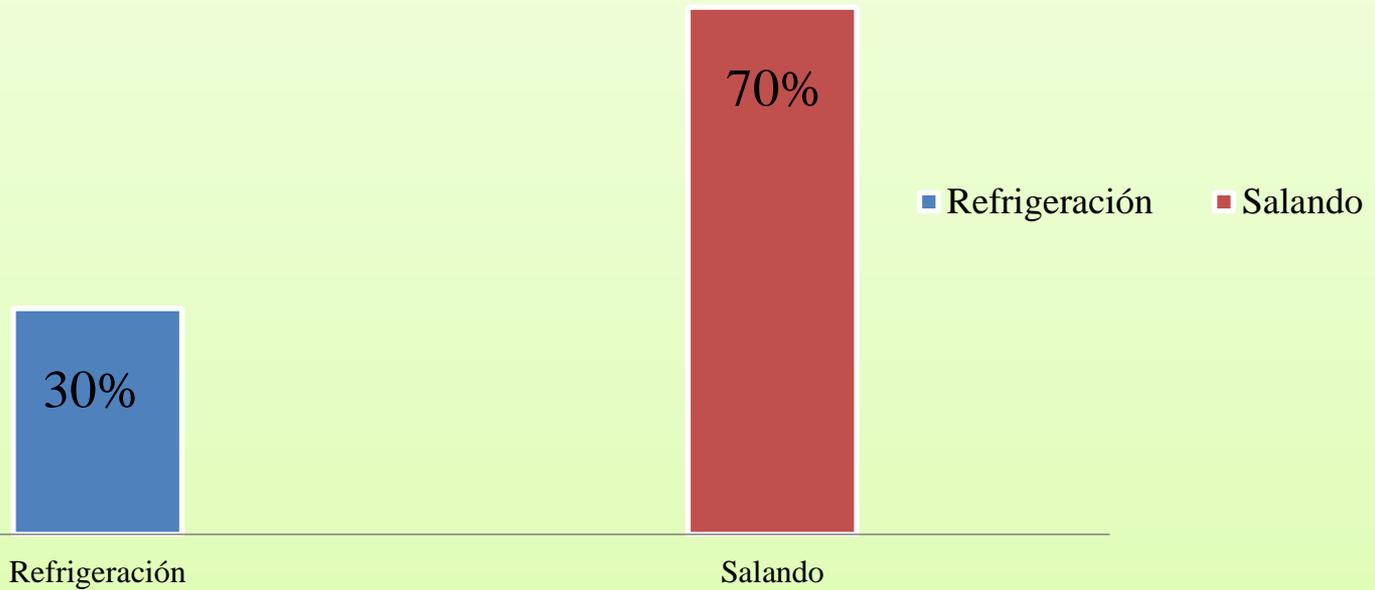
Transversal

Distribución según detección de H.T.A



Fuente: Encuesta Adultos Mayores
Elaborado por: Lic. Sonnia Santos

Distribución por conservación de alimentos



Fuente: Encuesta Adultos Mayores
Elaborado por: Lic. Sonia Santos

Conclusiones

- Bajo grado de conocimiento sobre la cantidad de sal en los alimentos.
- Método exagerado de sal en los alimentos.
- Vida sedentaria
- Determinar los estilos de vida de los adultos mayores.

Recomendaciones

- Promoción y prevención de la salud.
- Disminuir el consumo de cloruro de sodio.
- Practicar ejercicios
- Charlas informativas o campañas.

CÓMO CALCULAR EL CLORURO DE SODIO EN LOS ALIMENTOS



PROPUESTA: Proyecto educativo sobre nutrición, conservación de alimentos a los habitantes de la comuna Valdivia de la Provincia de Santa Elena.

Objetivo General

- Implementar un Proyecto educativo sobre nutrición, conservación de alimentos a los habitantes de la comuna Valdivia de la Provincia de Santa Elena para generar cultura Saludable.

Gracias