

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

FACULTAD DE ENFERMERÍA



**ESTILOS DE VIDA ASOCIADOS A LA PREVALENCIA DE
SOBRE PESO Y OBESIDAD ESCOLAR EN LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA MARIO VARGAS LLOSA "POTRACANCHA" DEL
DISTRITO DE PILLCOMARCA, 2018**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

TESISTAS:

Basilio Espinoza, Clida Zoraida

Papas Meza, Ricardo Remigio

Ventura Laurencio, Danitza

ASESORA

Dra. Nancy Veramendi Villavicencios

Huánuco – Perú

2018

DEDICATORIA

A Dios y a nuestros queridos padres, porque creyeron en nosotros y nos apoyaron en el día a día para salir adelante impulsándonos en los momentos más difíciles de nuestra carrera, y porque el orgullo que sienten por nosotros, fue lo que nos hizo ir hasta cumplir nuestras metas y objetivos.

AGRADECIMIENTOS

A Dios por acompañarnos todos los días de nuestras vidas, por darnos salud, protección y encaminarnos en nuestra carrera.

A Nuestros Padres por apoyarnos en todo momento, por los valores inculcados, y por darnos la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de Nuestras vidas.

A nuestra querida asesora Dra. Nancy Veramendi Villavicencios, a nuestros jurados en especial al Mg Ennis Jaramillo Falcón quienes compartieron con nosotros sus conocimientos y experiencias, por su apoyo en la elaboración y desarrollo de nuestra tesis, y por darnos la oportunidad de crecer profesionalmente y aprender cosas nuevas.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la asociación entre los estilos de vida y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de la institución educativa Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito Pillcomarca, 2018

Metodología: Estudio descriptivo transversal, cuya muestra estuvo conformada por 300 escolares de 6 a 12 años, matriculados en la Institución Educativa Mario Vargas Llosa “Potracancho”, 2018 del distrito de Pillcomarca. Los datos fueron recolectados mediante cuatro instrumentos: ficha de evaluación antropométrica, hábitos alimentarios, actividad física y características socioeconómicas.

Resultados: Participaron del estudio 300 escolares de los cuales la prevalencia total de exceso de peso fue 14% (42) de sobrepeso 11,7% (35) y obesidad 2,3% (11). También se halló que en cuanto al sobre peso es más frecuente en la mujer; lo contrario ocurre con la obesidad que afecta las a los varones. En lo referente a la procedencia se encontró que los de la zona rural tienen más riesgos a sufrir sobrepeso y obesidad. En cuanto al ingreso económico se observó que tienen más tendencia a sufrir sobrepeso y obesidad los alumnos cuyos padres tienen solvencia económica.

Conclusión: la asociación entre los estilos de vida y la prevalencia de sobre peso y obesidad en los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca, 2018 es significativo con un ($p=2,424$; $v=1$) aceptamos la Hipótesis de investigación.

Palabras claves: estilos de vida, Sobrepeso, obesidad, escolares, hábitos alimenticios, actividad física.

SUMMARY

Objective: To determine the association between lifestyles and the prevalence of overweight and obesity in schoolchildren of the Mario Vargas Llosa "Potracancha" educational institution in the Pillcomarca district, 2018.

Methodology: Cross-sectional descriptive study, whose sample consisted of 300 schoolchildren from 6 to 12 years old, enrolled in the Mario Vargas Llosa Educational Institution "Potracancha", 2018 of the district of Pillcomarca. The data were collected through four instruments: anthropometric evaluation card, eating habits, physical activity and socioeconomic characteristics.

Results: 300 students participated in the study, of which the total prevalence of excess weight was 14% (42) of overweight 11.7% (35) and obesity 2.3% (11). It was also found that overweight is more frequent in women; the opposite occurs with obesity that affects males. Regarding the origin, it was found that those from the rural area have more risks to suffer overweight and obesity. With regard to economic income, it was observed that students whose parents are economically solvent are more likely to suffer from overweight and obesity.

Conclusion: the association between lifestyles and the prevalence of overweight and obesity in schoolchildren of the I.E. Mario Vargas Llosa "Potracancha" of the district of Pillcomarca, 2018 is significant with a ($p = 2,424$; $v = 1$) we accept the research hypothesis.

Key words: lifestyles Overweight, obesity, schoolchildren, eating habits, physical activity.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. FUNDAMENTACION DEL PROBLEMA DE INVESTIGACION.

Según Moral & Redondo (s.f.) El sobrepeso y obesidad son enfermedades no transmisibles multifactoriales, así mismo son asociados a enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial y enfermedades endocrinas. ⁽¹⁾

El sobrepeso y la obesidad se pueden desarrollar a cualquier edad, pero es más habitual en ciertos grupos de edad. El periodo de inducción de esta patología puede comenzar, incluso en el útero materno, como ocurre con los hijos de madres diabéticas. En cualquier caso es un periodo dilatado en el tiempo y muy relacionado con los hábitos de alimentación y actividad física del sujeto. Si existe algún factor genético predisponente a desarrollar sobrepeso y obesidad ese periodo de inducción comenzará en el momento del nacimiento. (Sameens s.f.) ⁽²⁾

Es difícil definir el periodo de latencia de la obesidad, pero podríamos utilizar la clasificación de obesidad a partir del IMC y llegar a concluir que las personas con sobrepeso (IMC entre 25 y 30Kg/m²) se encuentran en periodo de latencia de obesidad, pero la expresión de ésta dependerá de otros factores ambientales. (Sameens, s.f.) ⁽²⁾

Existen tres períodos críticos en la infancia que favorecen el desarrollo o no de la obesidad:

1. Periodo prenatal: Hijos de madres diabéticas nacen con mayor peso y tienen más riesgo de desarrollar obesidad.

2. Período de rebote de la adiposidad: entre los 6-7 años el IMC aumenta después de llegar a su mínimo.
3. Adolescencia: La maduración y temprana se asocia a un mayor riesgo de padecer obesidad en la edad adulta.

A pesar de la importancia del peso en la niñez y la adolescencia, la mayoría de los individuos con sobrepeso desarrollan esta patología en la edad adulta.

La mayoría de las mujeres adultas con sobrepeso desarrollan este exceso después de la pubertad. Varios sucesos, como son el embarazo, el tratamiento con anticonceptivos orales y la menopausia, pueden desencadenar. El cambio de un estilo de vida activo en la adolescencia y uno más sedentario en la treintena, se acompaña de aumento de peso en muchos hombres.

En la expresión de la obesidad los individuos desarrollarán diversas comorbilidades: hipertensión arterial, diabetes mellitus, patologías cardiovasculares, respiratorias, digestivas y osteo articulares. Así como problemas de carácter psicológico y social.

La prevención tiene que ocurrir antes de que se exprese la obesidad, por tanto, habrá que actuar sobre los factores de riesgo modificables que básicamente son la dieta y el ejercicio. Para ello la OMS ha desarrollado una Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud, en la que realiza las siguientes recomendaciones generales para prevenir la obesidad:

- Aumentar el consumo de frutas y hortalizas, legumbres, cereales integrales y frutos secos
- Reducir la ingesta total de grasas y sustituir las saturadas por las insaturadas

- Reducir la ingesta de azúcares
- Mantener la actividad física: un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física moderada o intensa. (Sameens, s.f.)⁽²⁾

MAGNITUD DEL PROBLEMA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha estimado que 170 millones de jóvenes menores de 18 años presentan exceso de peso y ha considerado a la obesidad como una epidemia a nivel mundial. Debido a que su persistencia en la adultez es causa de una alta tasa de morbilidad y mortalidad por enfermedades cardiovasculares entre otras enfermedades crónicas no transmisibles. (Suarez N, Cespedes M, Bhetania K, 2012, p.185-190)⁽³⁾

Baur (s.f.)⁽⁴⁾ afirma que la obesidad infantil es descrita como un problema de salud pública por su comportamiento epidémico y por sus consecuencias adversas, a nivel físico, fisiológico y mental (p.6) y según Minaya (2017) afirma que el 77% de los niños obesos continuaran siéndolo en su vida adulta (p.15)

⁽⁵⁾

CAUSAS DEL PROBLEMA

Hay diversos factores que pueden tener un rol en el aumento de peso. Estos incluyen la dieta, la falta de ejercicio y factores genéticos o del entorno de la persona. Algunos de estos factores se describen brevemente a continuación:

• Alimentos y actividad

Las personas suben de peso cuando ingieren más calorías de las que queman con su actividad. Este desequilibrio es el factor que más contribuye al aumento de peso.

• Entorno

El mundo que nos rodea influye en nuestra habilidad para mantener un peso saludable. Por ejemplo:

No tener cerca parques, aceras y gimnasios costeables torna más difícil para las personas hacer actividad física.

Las porciones de tamaño extra grande de los alimentos aumentan la ingesta de calorías de los estadounidenses, lo que torna incluso más necesaria la actividad física para mantener un peso saludable.

Algunas personas no tienen acceso a supermercados que vendan alimentos saludables como frutas y verduras frescas a precios razonables.

La publicidad de los alimentos alienta a las personas a comprar alimentos poco saludables como bocadillos con alto contenido de grasa y bebidas azucaradas.

- **Genética**

Las investigaciones muestran que la genética tiene un rol en la obesidad. Los genes pueden causar obesidad directamente en los trastornos como el síndrome de Prader-Willi.

Los genes también pueden contribuir a la propensión de una persona a subir de peso. Los científicos creen que los genes podrían aumentar la probabilidad de una persona de volverse obesa, pero que los factores externos como un suministro abundante de alimentos o una actividad física escasa también serían necesarios para que una persona suba de peso.

- **Problemas de salud y medicamentos**

Algunos problemas hormonales podrían causar sobrepeso y obesidad, como el hipotiroidismo, el síndrome de Cushing y el síndrome del ovario poliquístico (PCOS por sus siglas en inglés).

Determinados medicamentos también podrían provocar un aumento de peso, incluidos algunos corticosteroides, antidepresivos y anticonvulsivos.

- **Estrés, factores emocionales y falta de sueño**

Algunas personas comen más de lo habitual cuando están aburridas, enojadas, molestas o estresadas.

Algunos estudios también descubrieron que cuanto menos duermen las personas, más probable es que tengan sobrepeso u obesidad. Esto se debe, en parte, a que las hormonas que se liberan durante el sueño controlan el apetito y el consumo de energía del organismo. (NIH, s.f.) ⁽⁶⁾

QUE SE ESTÁ HACIENDO HASTA LA FECHA PARA RESOLVER EL PROBLEMA

Como alternativas de solución, el gobierno y las autoridades locales vienen creando programas como ESANS (estrategia sanitaria nacional de salud) y otros que contienen diversos paquetes para disminuir este problema de salud pública, además los enfermeros desarrollan un papel importante al momento realizar el CONTROL DE CRED (control de crecimiento y desarrollo) y además brindan a los padres consejos para una nutrición y alimentación adecuada de acuerdo a la edad.

1.2. FORMULACION DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Existe asociación entre los estilos de vida y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECIFICOS

- ¿cómo son los estilos de vida de los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018?
- ¿Cuál es la prevalencia de sobre peso y obesidad en los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018?
- ¿cómo es la asociación entre los estilos de vida de los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018 y la prevalencia de sobre peso y obesidad?
- ¿Cuáles son las características socioeconómicas de los padres y los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la asociación entre los estilos de vida y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de la institución educativa Mario Vargas Llosa “Potracancha” del distrito Pillcomarca, 2018.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Indicar los estilos de vida de los escolares de la institución educativa Mario Vargas Llosa “Potracancha” del distrito Pillcomarca, 2018.
- Identificar la prevalencia de sobre peso y obesidad de los escolares de la institución educativa Mario Vargas Llosa “Potracancha” del distrito Pillcomarca, 2018.

- Describir la asociación que existe entre los estilos de vida y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de la institución educativa Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito Pillcomarca, 2018.
- Reconocer las características socioeconómicas de los padres y los escolares de la institución educativa Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito Pillcomarca, 2018.

1.4. JUSTIFICACION E IMPORTANCIA

El tema que se propuso a investigar se justificó por motivos siguientes:

1.4.1. TEORICA

En el tema investigado se determinaron los estilos de vida asociados al sobre peso y obesidad tales como: los hábitos y prácticas alimenticias, y actividad física, Así mismo se identificaron que los escolares que viven en una zona urbana y cuyos padres tienen solvencia económica tienen riesgo a sufrir sobrepeso y obesidad, además se encontró que son más las mujeres quienes tienen sobre peso y son más los varones quienes tienen obesidad.

1.4.2. METODOLOGICA

Los resultados que se obtuvieron en este estudio servirán de referencia o como instrumento para combatir la problemática del sobre peso y obesidad, como un antecedente para futuros estudios. Ya que en estos últimos años se reportaron incrementos alarmantes en los infantes y niños.

1.4.3. SOCIAL

La atención y seguimiento a esta problemática algo que se viene enfatizando en las políticas de alcaldías y gobiernos como ya mencionamos anteriormente.

Permitirán reducir el incremento estadístico de niños con sobre peso y obesidad e indudablemente el beneficio será para ellos y sus familias. Lo más importante es que cada vez creemos una sociedad más consiente.

1.5. VIABILIDAD

El presente proyecto de investigación fue viable por las siguientes dimensiones:

1.5.1. ACCESIBILIDAD

Se contó con el permiso del director de la escuela para desarrollar el presente proyecto de investigación.

1.5.2. BIBLIOGRAFÍA

Se contó con una bibliografía adecuada, actualizada, pertinente, referente al proyecto de investigación.

1.5.3. POTENCIAL HUMANO

Para el desarrollo del presente trabajo de investigación se contó con un potencial humano, que se detallan a continuación:

➤ **Investigadores:**

Papas Meza, Ricardo Remigio; Basilio Espinoza, Zoraida y Ventura Laurencio, Dantiza

➤ **Asesora Dra.: Nancy Veramnedi Villavicencios**

1.5.4. RECURSOS ECONÓMICOS

Se contó con los recursos necesarios provenientes de ingresos propios para realizar el trabajo de investigación.

1.6. PROPOSITO

El propósito en esta investigación fue ofrecer un panorama acerca de los factores y estilos de vida asociados al sobre peso y obesidad en niños de 6 a 12 años de la institución educativa Mario Vargas Llosa "Potracancha" del distrito de Pillcomarca, por ende esta investigación servirá a las futuras investigaciones.

1.7. LIMITACIONES

Las limitaciones del presente proyecto de investigación se detallan a continuación:

1.7.1. MANEJO METODOLÓGICO

Existieron ciertas dificultades para el manejo de metodologías para desarrollar el proyecto de investigación.

1.7.2. INTERFERENCIA LABORAL

Existieron dificultades en cuanto a la carga laboral esto limita a una mayor investigación para el trabajo de investigación.

1.7.3. LIMITADA EXPERIENCIA

Existió limitada experiencia por parte de los investigadores el campo de la Investigación.

II MARCO TEORICO

2.1. REVISIÓN DE ESTUDIOS REALIZADOS

A NIVEL INTERNACIONAL

En cuanto a la revisión de estudios realizados que se relacionan con el tema materia de investigación se ha podido encontrar, a nivel internacional, los siguientes proyectos:

- Giomar Hernández y otros en Colombia, realizaron una investigación titulada: “sobrepeso y obesidad, hábitos alimenticios, actividad física y actividades de ocio en escolares de una localidad de la ciudad Cartagena, 2014”.

Los tesisistas concluyeron en que el sobrepeso y la obesidad tienen una alta prevalencia de 18,8%(141) y 10,7%(80) respectivamente convirtiéndose en un problema de gran magnitud, demostrado que los niños con exceso de peso llegan a la adolescencia con otros problemas de salud, (arterosclerosis, hipertensión, diabetes, hiperinsulinemia coronariopatías etc.) desencadenados por estos dos factores, lo que representa en un problema en salud pública. ⁽¹⁴⁾

- Francesca Sánchez Martínez y otros, en el año 2016 en España realizaron una investigación titulada “factores asociados al sobrepeso y la obesidad en escolares de 8 a 9 años de Barcelona”.

Los investigadores llegaron a la conclusión de que la prevalencia de sobre peso y obesidad infantil en Barcelona es alta, con porcentajes de 24 % y 12,7% respectivamente, siendo más frecuente en niños, que en niñas y

siendo los determinantes sociales los factores asociados de mayor relevancia.⁽¹⁵⁾

A NIVEL NACIONAL

En cuanto a la revisión de estudios realizados que se relacionan con el tema materia de investigación se ha podido encontrar, a nivel nacional, los siguientes proyectos:

- Ortiz Díaz Kelly y otros, en el año 2015 en Trujillo realizaron una investigación titulada “índice de masa corporal y prácticas de estilos de vida saludable en estudiantes del servicio nacional de adiestramiento en trabajo industrial – la esperanza”.

Los tesisistas llegaron a la conclusión de que al determinar la relación entre índice de masa corporal y práctica de estilos de vida saludable en estudiantes del Servicio Nacional de Adiestramiento en Trabajo Industrial - La Esperanza, 2015 no es significativo con un $(p=0,985 > p=0.05)$ aceptamos la Hipótesis nula.

(16)

- Yovana Érica Percca Paitán, en el año 2014 en Huancavelica realizó una investigación titulada “Factores asociados al sobrepeso y obesidad de preescolares de Instituciones Educativas Iniciales de la ciudad de Huancavelica”.

La tesisista llegó a la conclusión de que entre alimentos no saludables publicitados y sobrepeso y obesidad de preescolares de Instituciones Educativas Iniciales de la ciudad de Huancavelica si se encontró asociación estadísticamente significativa, lo que para este estudio lo convierte en un factor de riesgo para el sobrepeso y obesidad infantil; mientras que en los

factores de peso al nacer, lactancia materna exclusiva, y antecedentes familiares no se encontró una asociación estadísticamente significativa lo que para este estudio no representa un riesgo para sobre peso y obesidad.⁽¹⁷⁾

A NIVEL LOCAL

En cuanto a la revisión de estudios realizados que se relacionan con el tema materia de investigación se ha podido encontrar, a nivel local, los siguientes proyectos:

- Mely Ruiz Aquino y sus alumnos en el año 2014 en Huánuco realizaron una investigación titulada “prácticas de estilo de vida y estado de salud nutricional de los estudiantes de la universidad de Huánuco”.

Los tesisistas llegaron a la conclusión de la práctica de estilos de vida, tiene relación significativa con el estado nutricional de los estudiantes de la universidad de Huánuco.

2.2. CONCEPTOS FUNDAMENTALES

A continuación se presentan los principales conceptos fundamentales

ESTILOS DE VIDA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió el estilo de vida como “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales”.

(consumoteca, 2015)⁽⁷⁾

Según Ángel H, Oliva A y Ángel M. (2013); El estilo de vida hace referencia al modo de vida de un individuo o grupo poblacional en el que influyen tanto las características personales y patrones de comportamiento

individuales como las condiciones de vida en general y los aspectos socioculturales. ⁽²⁰⁾

El estilo de vida que adoptamos tiene repercusión en la salud tanto física como psíquica. Un estilo de vida saludable repercute de forma positiva en la salud. Comprende hábitos como la práctica habitual de ejercicio, una alimentación adecuada y saludable, el disfrute del tiempo libre, actividades de socialización, mantener la autoestima alta, etc.

Un estilo de vida poco saludable es causa de numerosas enfermedades como la obesidad o el estrés. Comprende hábitos como el consumo de sustancias tóxicas (alcohol, drogas), el tabaquismo, el sedentarismo, las prisas, la exposición a contaminantes, etc. (consumoteca, 2015) ⁽⁷⁾

ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Según Díaz M, Belén M y Torres A. (2015), Los estilos de vida saludables son considerados como un conjunto de hábitos, comportamientos y conductas que llevan a los individuos a alcanzar un nivel de bienestar y satisfacción plena de sus necesidades en la vida; por el contrario, los estilos de vida no saludables están relacionados con comportamientos que generan efectos negativos para la salud. ⁽²¹⁾

Según el Adaptado de CDC “Healthy Wright” (s f), los Hábitos y estilos de vida saludables describen el peso corporal, la actividad física, la buena higiene personal y un ambiente limpio que influyen positivamente en nuestra salud. ⁽²²⁾

COMPONENTES DE UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE

- **ÁREA DEL CUIDADO DE LA SALUD (DIETA ADECUADA Y ACTIVIDAD FÍSICA)**

La salud física se alcanza al equilibrar dos aspectos de suma importancia: la continuidad en la práctica de actividades físicas y la constancia de una dieta saludable y balanceada. Hacer ejercicio es beneficioso para el cuerpo, pues ayuda a prevenir problemas de salud, al mismo tiempo que desarrolla resistencia y da más energía para enfrentar cada día. Además, ayuda a reducir el estrés, mantiene saludable el peso corporal y controla el apetito.

Mantener una dieta equilibrada es parte fundamental de un estilo de vida saludable, ya que al aportar todas las vitaminas y minerales que el cuerpo necesita, se previenen muchas enfermedades de manera natural. Una dieta equilibrada y actividad física frecuente contribuyen a controlar el peso y reducir los niveles de estrés, lo que resultará en una mejor calidad de vida en general.

- **ÁREA DE RELACIONES INTERPERSONALES (ÁREA SOCIAL DEL INDIVIDUO Y LA SOCIEDAD)**

Los humanos son seres sociales y el entorno en el que se desenvuelven, se construye poco a poco de lazos afectivos que contribuyen a la creación de la identidad. Cada persona que forma parte del entorno de otra desempeña un papel importante cuya influencia afectará el desenvolvimiento de sí mismo y los demás.

Convivir y compartir es importante para alcanzar el bienestar personal y social.

- **ÁREA EMOCIONAL (CONTROL DE PENSAMIENTOS Y EMOCIONES)**

Todo individuo debe estar consciente de la importancia que tienen los pensamientos y emociones en la vida y cómo pueden contribuir o afectar adversamente al desempeño de la persona en la sociedad.

- **ÁREA PROFESIONAL/CRECIMIENTO PERSONAL (ALCANZAR EL ÉXITO EN LA CARRERA)**

El área profesional se compone de todas las expectativas, sueños, metas u objetivos que nos trazamos durante la vida en el área profesional. ¿Qué carrera elegimos? ¿A qué podemos aspirar? Una persona es capaz de alcanzar un alto nivel de satisfacción cuando llega a sentirse orgullosa de sí misma al obtener éxito en su vida laboral y vence los retos que ella misma se ha impuesto. (Antonio Escribano, 2015) ⁽¹⁹⁾

2.3. MARCO SITUACIONAL

En Perú el sobrepeso y la obesidad afectan al 58% de adultos y al 7% de menores de 5 años. Las mujeres son las más afectadas por la obesidad, con una prevalencia diez puntos porcentuales mayor que la de los hombres.

Aunque el Perú fue el tercer país con mejores índices de reducción de la desnutrición crónica en los últimos 20 años, con una reducción de casi 23 puntos porcentuales (desde 37,3% en 1991 a 14,6% en 2014), no tuvo igual desempeño en lo que a sobrepeso se refiere y se situó, una vez, más

en el promedio regional: el sobrepeso alcanzó al 7,2% de niños menores de 5 años en 2012. En nuestro país, la obesidad afecta a 26% de mujeres y 16% de hombres. (MINSa, s.f.) ⁽⁸⁾

En una encuesta del CONCORTV realizada a 3,000 niños de 7 a 11 años de doce ciudades del país, señala que el 40% veía la publicidad emitida en televisión y el 64% se había sentido influido por la misma al momento de querer comprar algo. El nivel de influencia se incrementa aún más en niños de 7 años (74%) y en el nivel socioeconómico alto (92%). Estas nuevas alternativas de alimentación influenciadas por la exposición publicitaria de alimentos ricos en grasas y calorías 6 contribuían al desbalance energético y al aumento de peso, que conllevan finalmente a la obesidad. (CONCORTV, 2012) ⁽⁹⁾

2.4. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

SOBRE PESO

El sobrepeso es una patología en la cual hay un incremento excesivo de la grasa corporal que puede ser perjudicial para la salud. Es producido por un desequilibrio energético, con un balance positivo entre las calorías consumidas en la dieta y el gasto energético total. Se han descrito tres periodos críticos para el desarrollo del sobrepeso y la obesidad: el primero es el periodo prenatal, el segundo es en la infancia de los 5 a los 7 años. Etapa en la cual se produce el llamado "rebote adiposo", que es un incremento marcado del tejido adiposo corporal y el tercer periodo es en la adolescencia, especialmente en las mujeres. Este último periodo, se

asocia estrechamente con la morbilidad relacionada con la obesidad. (Cecilia, Barbosa, & Tobar, 2009) ⁽¹⁰⁾

Es el aumento del peso corporal por encima de un patrón dado en relación con la talla, sin embargo en esta definición hay que tener en cuenta que en exceso de peso, no siempre indica exceso de grasa , ya que puede ser resultado de exceso de masa ósea, músculo o fluido. (Cecilia, Barbosa, & Tobar, 2009)⁽¹⁰⁾

OBESIDAD

Según Haslam James. (2005-209). La obesidad se define como una condición en la que se sufre de acumulación excesiva de energía en forma de tejido graso en relación al valor esperado según sexo, talla y edad, con potenciales efectos adversos en la salud, reduciendo la calidad y expectativa de vida de las personas afectadas ⁽²³⁾

La obesidad se define como una enfermedad crónica, que se caracteriza por un incremento anormal de peso, debido a una proporción excesiva de grasa, resultado de la pérdida de balance entre el consumo y el gasto de energía. Uno de los factores en la actualidad, es el cambio en el estilo de vida, como son las comidas rápidas hipocalóricas, ricas en azúcares, grasas (principalmente saturadas) bajas en fibra; asociado a la inactividad física, sobre un fondo genético. (Moral & Redondo, s.f.) ⁽¹⁾

Tipos de obesidad y clasificación

La OMS ha propuesto una clasificación del grado de obesidad utilizando el índice ponderal como criterio:

- Normo peso: IMC 18,5 - 24,9 Kg/m²

- Sobrepeso: IMC 25 -29 Kg/m²:
- Obesidad grado I con IMC 30-34 Kg/m²
- Obesidad grado II con IMC 35-39,9 Obesidad grado I con IMC 30-34 Kg/m²
- Obesidad grado III con IMC \geq 40 Obesidad grado I con IMC 30-34 Kg/m². Consenso SEEDO (2000).⁽²⁸⁾

Tipos de obesidad

- Obesidad androide o central o abdominal (en forma de manzana): el exceso de grasa se localiza preferentemente en la cara, el tórax y el abdomen. Se asocia a un mayor riesgo de dislipemia, diabetes, enfermedad cardiovascular y de mortalidad en general. Consenso SEEDO (2000).⁽²⁸⁾
- Obesidad ginoide o periférica (en forma de pera): la grasa se acumula básicamente en la cadera y en los muslos. Este tipo de distribución se relaciona principalmente con problemas de retorno venoso en las extremidades inferiores (varices) y con artrosis de rodilla (genoartrosis). Consenso SEEDO (2000).⁽²⁸⁾

- Obesidad de distribución homogénea: es aquella en la que el exceso de grasa no predomina en ninguna zona del cuerpo. Consenso SEEDO (2000).⁽²⁸⁾

Para saber ante qué tipo de obesidad nos encontramos tenemos que dividir el perímetro de la cintura por el perímetro de la cadera. En la mujer, cuando es superior a 0,9 y en el varón cuando es superior a 1, se considera obesidad de tipo androide.

Clasificación de la obesidad

- Hiperplástica: Se caracteriza por al aumento del número de células adiposas. (Bastos, González, Molinero y Salguero, 2005).
- Hipertrófica: Aumento del volumen de los adipocitos. (Bastos, González, Molinero y Salguero, 2005).⁽²⁹⁾
- Primaria: En función de los aspectos etiológicos la obesidad primaria representa un desequilibrio entre la ingestión de alimentos y el gasto energético (Bastos, González, Molinero y Salguero, 2005)⁽²⁹⁾.
- Secundaria: En función de los aspectos etiológicos la obesidad secundaria se deriva como consecuencia de determinadas enfermedades que provocan un aumento de la grasa corporal (Bastos, González, Molinero y Salguero, 2005).⁽²⁹⁾

ACTIVIDADES FISICA

Ana Martínez y Grupo PrevInfad (2014), Durante la infancia, la actividad física es casi siempre lúdica, es decir, juego espontáneo. Esto debe facilitarse en el hogar, en la escuela y en los tiempos de ocio. ⁽²⁴⁾

Los niños y las niñas deben ser estimulados a moverse todos los días ya que los hábitos de vida saludable se deben establecer cuanto antes. Parte de su tiempo libre lo deben dedicar a participar en juegos, deportes y cualquier otra actividad en que muevan su cuerpo, para que así puedan desarrollar todos los aspectos de la buena forma física. (Ana Martínez y Grupo PrevInfad ,2014) ⁽²⁴⁾

Las estadísticas dicen que uno de cada cuatro niños es obeso y el patrón de actividad física diaria se ha reducido de forma muy considerable (el 50% de los niños no hacen la actividad física diaria recomendada). El hecho de que esta situación se esté dando en una sociedad tecnológicamente tan avanzada nos debería hacer reflexionar sobre qué factores son los que realmente influyen en la salud de nuestros hijos y, más concretamente, sobre cuál es el papel que el ejercicio y el deporte pueden jugar en este campo. (fundacionespañolacorazon, 2012) ⁽¹¹⁾

III. HIPOTESIS, VARIABLES, INDICADORES Y DEFINICIONES OPERACIONALES

3.1. HIPOTESIS GENERAL Y ESPECÍFICAS

3.1.1. HIPOTESIS GENERAL

Hi: Los estilos de vida si guardan asociación con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018.

Ha: Los estilos de vida no guardan asociación con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de la Institución Educativa Mario Vargas Llosa del distrito de Pillcomarca, 2018.

3.1.2. HIPOTESIS ESPECIFICOS

- **Hi₁:** los estilos de vida de los escolares en estudio se asocian a la prevalencia de sobre peso y obesidad.
- **Ha₁:** los estilos de vida de los escolares en estudio no se asocian a la prevalencia de sobre peso y obesidad.
- **Hi₂:** las características socioeconómicas de los padres y escolares en estudio se asocian a la prevalencia de sobre peso y obesidad.
- **Ha₂:** las características socioeconómicas de los padres y escolares en estudio no se asocian a la prevalencia de sobre peso y obesidad.

3.2. VARIABLES

3.2.1. VARIABLE DEPENDIENTE

Prevalencia de Sobre Peso y obesidad de los escolares en estudio

3.2.2. VARIABLE INDEPENDIENTE

Estilos de vida de los escolares en estudio.

3.3. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE VARIABLES, DIMENSIONES E INDICADORES.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE DEPENDIENTE					
Sobrepeso y obesidad en los escolares	Se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa en el organismo, y el aumento del peso corporal por encima de un patrón dado, que puede ser perjudicial para la salud.	IMC mm ² Sobrepeso obesidad	IMC mm ² ≤ 18.5 ≤ 20.7	Sexo Masculino	Intervalo
		IMC mm ² Sobrepeso obesidad	IMC mm ² ≤ 19.2 ≤ 22.1	Sexo femenino	Intervalo
VARIABLE INDEPENDIENTE					
Estilos de vida	Característica, circunstancia o situación detectable que aumenta la asociación de padecer y desarrollar sobrepeso u obesidad.	Hábitos y prácticas alimentarias de los escolares	8-10 puntos = Hábitos y práct. Alimentarias + ≤ 7 puntos = Hábitos y práct. Alimentarias -	Consumo de alimentos básicos y no básicos	Ordinal
		Actividad física	2 puntos = Actividad física recomendada ≤ 1 punto = Actividad física deficiente	Ejercicio programado Actividad física al aire libre	Ordinal
VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN DE LOS ESCOLARES					
Biológicas	Características cualitativas de los seres vivos.	Edad	Fecha de nacimiento	Años cumplidos	Númérica
		Sexo	Femenino Masculino	Género biológico	Nominal
Socioeconómicas	Describe el perfil de la población mediante diversos indicadores	Zona de procedencia	Rural	Residencia habitual	Nominal
			urbano		
		Ingreso económico	≥ s/. 930 < s/. 930	Básico + No básico -	intervalo
Académicas	estudios y actividades académicas	Grado de estudios	De Primero a sexto de primaria	Estudios alcanzados a la fecha	Ordinal

IV. MARCO METODOLOGICO

4.1. NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

4.1.1. NIVEL DE INVESTIGACIÓN

Descriptivo

4.1.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Por el tiempo de recolección de datos, el estudio será de tipo prospectivo, puesto que se recogerán datos que ocurran durante el transcurso del estudio.

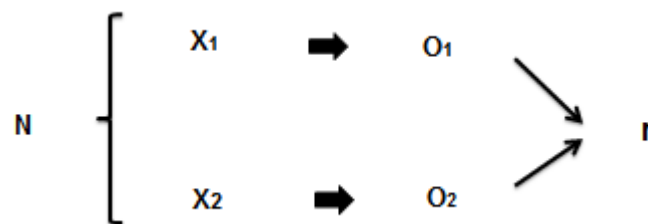
De acuerdo al periodo y secuencia del estudio; será transversal porque se estudió en un solo periodo de tiempo.

Por la intervención del investigador, el estudio es observacional – correlacional.

4.1.3. DISEÑO Y MÉTODO DE LA INVESTIGACION

El diseño del estudio corresponde a un estudio analítico de diseño correlacional tal como se muestra a continuación:(observacional analítico).

Donde:



N = muestra de niños con sobre peso y obesidad

X1 = sobre peso y obesidad

X2 = estilos de vida

O1=observación 1 R=relación

O2=observación 2

Para alcanzar los objetivos de la investigación se empleará el método, deductivo, el análisis para examinar las encuestas realizadas a los sujetos en estudio y las síntesis se empleará para concluir los resultados obtenidos del proceso anterior.

V. UNIVERSO/POBLACION Y MUESTRA

5.1. POBLACIÓN

Se evaluó el peso corporal y la estatura de 300 alumnos de 6 a 12 años de la institución educativa Mario Vargas Llosa "Potracancha" de nivel primario del distrito de Pillcomarca.

5.2. MUESTRA.

La muestra fue igual a la población, debido a que estudiamos prevalencia y se necesitó a toda la población.

5.3. SELECCIÓN DE LA MUESTRA

No se uso ningún criterio para la selección de la muestra debido a que ésta está conformado por el total de la población.

5.4. CRITERIOS DE INCLUSIÓN.

Niños de 6 a 12 años de edad que estudiaran en las instituciones de los distritos mencionados, cuyos padres o personas a cargo, aceptan la participación en el estudio, y no firmaron el consentimiento informado.

5.5. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.

Todos los niños que hubiesen tenido patologías que afecten el peso y la talla, tales como, diabetes, parálisis, malformación y/o limitación física, lo cual no se encontró.

VI. TECNICAS DE RECOLECCION Y TRATAMIENTO DE DATOS.

6.1 FUENTES, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica que se aplicó para la recolección de datos fue la entrevista, para tal fin se diseñó un instrumento que incluyan los estilos de vida asociados al sobrepeso y obesidad. Para la recolección de datos sobre Peso corporal y Estatura se aplicó la técnica **antropométrica** y luego se procedió a determinar el **Índice de Masa Corporal**.

Encuesta sobre estilos de vida asociados al sobrepeso y obesidad

El instrumento consistió en una encuesta de 12 preguntas (abiertas y cerradas) de las cuales obtuvimos respuestas respecto a los alimentos que consumen diariamente (10 preguntas), actividades físicas que realizan (2 preguntas).

Además, el instrumento contiene 5 preguntas en las que nos permitió obtener datos sociodemográficos de los sujetos en estudio.

6.2. VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS

Los instrumentos de recolección de datos fueron validados en dos fases, una cualitativa, correspondiente a la creación de dichos instrumentos (validéz de contenido) y otra cuantitativa que corresponderá a la evaluación de las propiedades métricas (confiabilidad). Lic. María Ocampo Valle, Lic. Percy Chocano Valverde, Dr. Edilberto Toscano Poma, Lic. Miriam Zevallos Carbajal, Lic. Dalinda Cajaleon Ortiz.

6.2.1. VALIDÉZ DE CONTENIDO

Este tipo de validéz evaluó la capacidad de los reactivos de cada instrumento de manera cualitativa para recoger el contenido y el alcance del constructo del

cuestionario propuesta. Para ello se aplicó los siguientes tipos de validez a nivel cualitativo:

Validez racional o revisión del conocimiento disponible

Ello se llevó a cabo gracias a la revisión de los antecedentes de investigaciones sobre el tema en estudio, para el cual se contó y se con literatura suficiente y disponible (antecedentes del estudio); este hecho aseguro la representatividad de todas las dimensiones, contenidos y conceptos de la variable de estudio.

Validez por juicio de expertos

Del mismo modo, los instrumentos de recolección de datos, fueros sometidos a un juicio de expertos; con el afán de realizar la validez de contenido, para determinar lo siguiente: el grado de representatividad del constructo y la idoneidad de las variables de caracterización del instrumento propuesto, para identificar las variables de caracterización más apropiadas para la descripción de la muestra. Para lo cual se procederá tal como se detalla continuación:

- La validación se realizó a través de la apreciación de 3 expertos, los cuales contaron con las siguientes características: ser expertos en investigación y especialistas en el manejo de pacientes (investigadores, licenciados de enfermería). Los cuales calificaran los reactivos de los instrumentos de recolección de datos, en términos de relevancia, claridad en la redacción y no tendenciosidad en la formulación de los reactivos.
- Cada experto recibió suficiente información escrita acerca del propósito del estudio; objetivos e hipótesis, operacionalización de las variables, los instrumentos de recolección de datos.

- Los expertos dieron a conocer sus distintas apreciaciones de los reactivos de cada instrumento, en las observaciones donde hubiera coincidencia favorable, se les catalogó como congruentes, claros y no tendenciosos quedando incluidos en el instrumento; algunos los ítems donde hubo observaciones salvables fueron revisados, reformulados, y nuevamente validados tres días después del acontecimiento, asimismo, quedaron excluidos algunos ítems donde no hubiera coincidencia de los expertos.

6.2.2. PROPIEDADES MÉTRICAS DE LOS INSTRUMENTOS

En la fase cuantitativa, para validar los instrumentos de recolección de datos por consistencia interna y así medir las propiedades métricas (confiabilidad) fueron analizadas usando contrastes estadísticos durante la aplicación de una prueba piloto 15 niños con sobre peso u obesidad ajenos a la muestra en estudio.

CONFIABILIDAD: Para estimar la confiabilidad de los instrumentos, se realizó el análisis de consistencia interna o confiabilidad; mediante la prueba de el Alfa de Cronbach, procesamos los instrumentos “cuestionario sobre hábitos alimenticios” lo cual arrojó un resultado de 8.01 ; “cuestionario sobre actividad física” 8.23 .

6.3. PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- **Autorización**

A fin de obtener los permisos respectivos en la aplicación del trabajo de campo; se realizó las respectivas coordinaciones con los maestros y padres de familia.

- **Aplicación de instrumentos**

Para la recolección de datos, se capacitó a tres encuestadores independientes con estudios profesionales.

De acuerdo al cronograma de actividades, se procedió a la recolección de datos (aplicación de los instrumentos), después de la aprobación del proyecto de investigación, Asimismo se les dió conocer los documentos respaldados por el Comité Institucional de Ética como:

- **Consentimiento informado.**

A través del cual la muestra en estudio fue informada por escrito de los objetivos generales del proyecto en el que van a ser incluidos. Una vez leído este documento lo confirmaron, así como el investigador y finalmente se les entregó una copia para utilizarlo como documento legal si requiriera el caso.

- **Compromiso de confidencialidad del investigador.**

Con este documento, los investigadores se comprometieron por escrito a no revelar los datos de la investigación de los que pudieran deducirse datos personales de los participantes y a emplearlos únicamente en la consecución de los objetivos planteados y que ellos conocerán. La ley del secreto profesional y de protección de datos considerará al investigador responsable de la guarda y custodia de datos personales, especialmente de datos considerados sensibles y a proteger de forma especial, y de tomar las medidas pertinentes para evitar que puedan relacionarse los datos con las personas concretas.

6.4. Procesamiento y presentación de datos

Para el procesamiento de los datos se utilizó la Estadística Descriptiva en sus siguientes técnicas:

Cuadros de Distribución de Frecuencias absolutas y relativas.

Gráficos estadísticos.

También se utilizó la Estadística Inferencial para la prueba de hipótesis.

La hipótesis fue validada utilizando las técnicas de la contrastación, es decir, se contrastó los resultados con la hipótesis, para verificar si los obtenidos corroboran o no la hipótesis formulada, para que finalmente sea aceptada en función a la naturaleza, características y tendencias de los datos que se obtuvieran.

Para el procesamiento de la prueba de hipótesis se utilizó la fórmula del Chi Cuadrado. Se presentó el procesamiento estadístico de cada variable en la dimensión que corresponda con los indicadores seleccionados, con su respectiva interrogante, tabla, cuadro, gráfico, análisis e interpretación del valor crítico calculado.

**VII. RESULTADOS DEL TRABAJO DE CAMPO CON APLICACIONESTADISTICA,
MEDIANTE CUADROS Y GRAFICOS ESTADISTICOS.**

Los datos que han sido recolectados para el presente trabajo de investigación se presentan en forma organizada; en los siguientes cuadros y gráficos estadísticos que se detallan a continuación:

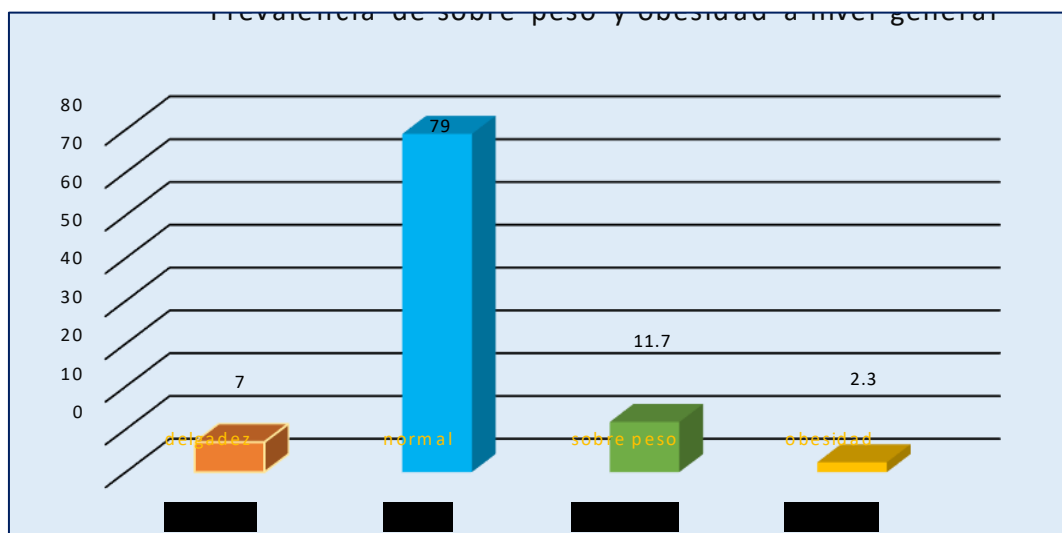
Prevalencia de sobre peso y obesidad						
Grado	Delgadez	Normal	sobrepeso	obesidad	Total	%
1°	1	24	7	1	33	11
2°	2	31	4	0	36	12
3°	2	22	4	1	30	10
4°	3	44	9	1	57	19
5°	4	48	8	2	62	20.7
6°	9	68	3	2	82	27.3
Total	21	237	35	7	300	100
%	7	79	11.7	2.3	100	

7.1. PREVALENCIA DE SOBRE PESO Y OBESIDAD

La población considerada en el estudio fue de 300 niñas y niños que acudieron frecuentemente a la escuela.

Tabla 1. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en los alumnos del nivel primaria de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha”, 2018.

Gráfico 1. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en los alumnos del nivel primaria de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”, 2018.



Fuente: datos obtenidos en el estudio de los cuestionarios del instrumento de investigación.

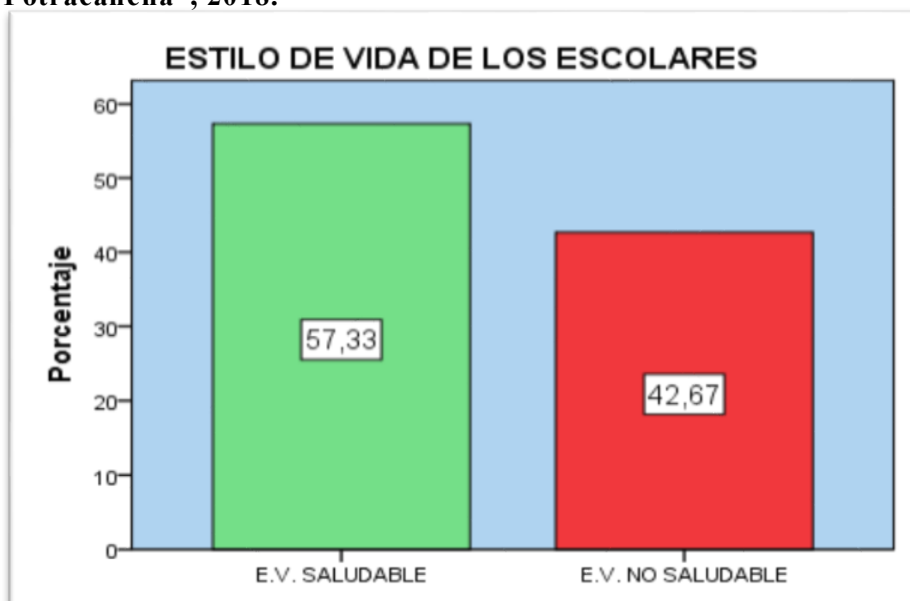
Interpretación y análisis:

Como se puede observar en la tabla y gráfico N°1 participaron en la investigación 300 escolares, de los cuales 35 escolares resultaron con prevalencia de sobre peso con un porcentaje de 11.7%; mientras que de 7 alumnos con un porcentaje de 2.3% representan la prevalencia de obesidad. En total podemos decir que la prevalencia de malnutrición por exceso es de 42 alumnos con un porcentaje 14% en el nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”. Para el periodo de 2018. Con respecto a los alumnos que resultaron con sobrepeso fue por que dichos alumnos presentan hábitos alimentarios no saludables, además son de solvencia económica, y residen en su mayoría en zonas urbanas. Con respecto a los alumnos que resultaron con obesidad también llevan una vida similar al sobre peso, pero se agrava más en cuanto a sus hábitos alimentarios debido a su frecuencia de consumo de alimentos no saludables.

Tabla 2. Estilo de vida de los alumnos del nivel primaria de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”, 2018.

Fuente: datos obtenidos del instrumento de investigación.

Grafico 2. Estilo de vida de los alumnos del nivel primaria de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha”, 2018.



Fuente: datos obtenidos del instrumento de investigación.

Interpretación y análisis:

Como se puede observar en la tabla y grafico N° 2 los estilos de vida de los escolares los clasificamos en saludable y no saludable según a sus respuestas al instrumento que les aplicamos obteniendo como tal una frecuencia de 172 para saludable con un porcentaje de 57,33%, y 128 para no saludable con un

porcentaje de 42,67%. En lo referente a los escolares que tienen un estilo de vida saludable mostraron preferencia por el consumo de frutas, verduras, agua así como prácticas de ejercicio físico frecuentemente, y mostraron baja preferencia por los alimentos “chatarra”; mientras los escolares que tienen un estilo de vida no saludable mostraron alta preferencia por los alimentos “chatarra” y baja preferencia por en el consumo de frutas, agua, verduras y no realizan actividad física con frecuencia.

Tabla 3. Asociación entre estilo de vida y prevalencia de sobre peso y obesidad en los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”, 2018.

Prevalencia de sobre peso y obesidad			Estilo de vida de los escolares		
			E.V. saludable	E.V. no saludable	Total
sobre peso	11.7%	35	172 (10)	128 (25)	300 35
obesidad	2.3 %	7	172 (2)	128 (5)	300 7
total	14 %	42	172 12	128 30	300 42

Fuente: datos obtenidos del instrumento de investigación

Tabla 4. Asociación estadística entre estilo de vida y prevalencia de sobre peso y obesidad en los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”, 2018.

estadísticos	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)	Sig. exacta (bilateral)	Sig. exacta (unilateral)	Probabilidad en el punto
Chi-cuadrado de Pearson	2,424 ^a	1	,120	,141	,122	
Corrección por continuidad	1,369	1	,242			
Razón de verosimilitudes	2,424	1	,120	,245	,122	
Estadístico exacto de Fisher				,141	,122	
Asociación lineal por lineal	2,416 ^d	1	,120	,141	,122	,096
N de casos válidos	300					

Fuente: datos obtenidos del instrumento de investigación (procesados en spss 22)

Interpretación:

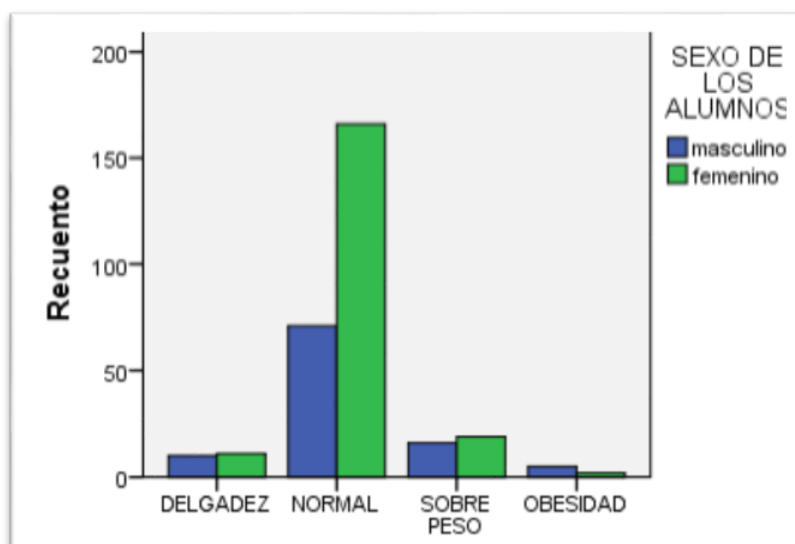
Como se puede apreciar en las tablas N° 3 y 4 la asociación entre los estilos de vida de los escolares y la prevalencia de sobre peso y obesidad en la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha”, 2018 es significativa ya que el resultado del procesamiento entre ambas variables arrojó Chi-cuadrado de Pearson de 2,424 y con un grado de libertad de 1 lo que es aceptable al encontrarse dentro de los límites de significancia. Por lo cual podemos decir que el estilo de vida es influyente para que el escolar tenga sobre peso y obesidad.

Tabla 5. Distribución según el diagnóstico nutricional y sexo de los alumnos del nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha” 2018.

Diagnostico nutricional de los alumnos	sexo de los alumnos			Total %	
	Masculino	%	Femenino		
Delgadez	10	3.3	11	3.6	21 7
Normal	71	23.7	166	55.3	237 79
Sobre peso	16	5.3	19	6.3	35 11.7
Obesidad	5	1.6	2	0.7	7 2.3
Total	102	34	198	66	300 100

Fuente: datos obtenidos del cuestionario sociodemográfico

Grafico 3. Distribución según el diagnóstico nutricional y sexo de los alumnos del nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha” 2018.



Fuente: datos obtenidos del cuestionario sociodemográfico.

Interpretación y análisis:

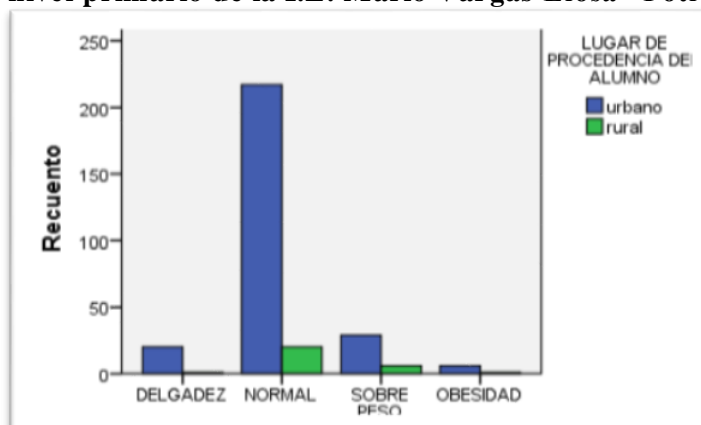
Como se puede apreciar en la tabla y gráfico N° 4, relacionado con el sexo observamos que el diagnóstico nutricional de sobre peso presenta 16(5.3%) alumnos del sexo masculino, y 19(6.3%) del sexo femenino; mientras que en el diagnóstico nutricional de obesidad observamos que es al contrario teniendo así, 5 (1.6%) del sexo masculino y 2 (0.7%) del sexo femenino. De todo esto se puede decir que del sexo femenino tienen más sobre peso, lo contrario ocurre con obesidad donde la mayoría son de sexo masculino.

Tabla 6. Distribución según el diagnóstico nutricional y lugar de procedencia de los alumnos del nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha” 2018.

Diagnostico nutricional de los alumnos	Lugar de procedencia del alumno				Total	%
	Urbano	%	Rural	%		
Delgadez	20	6.7	1	0.3	21	7
Normal	217	72.3	20	6.7	237	79
Sobre peso	29	9.6	6	2	35	11.7
Obesidad	6	2	1	0.3	7	2.3
Total	272	90.7	28	9.3	300	100

Fuente: datos obtenidos del cuestionario sociodemográfico.

Gráfico 4. Distribución según el diagnóstico nutricional y lugar de procedencia de los alumnos del nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancha” 2018.



Fuente: datos obtenidos del cuestionario sociodemográfico

Interpretación y análisis:

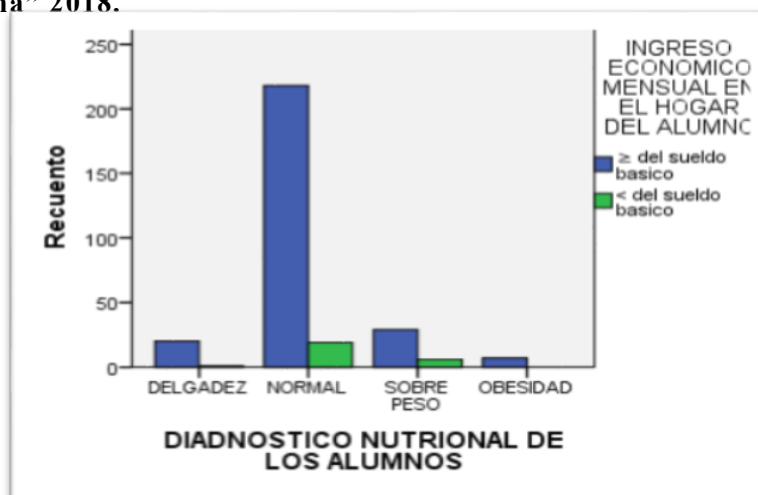
Como se observa en la tabla y grafico N° 5 la mayoría de alumnos con sobre peso (29(9,6%)) proceden de zonas urbanas; mientras que 6 alumnos con porcentaje de 2,6% proceden de zonas rurales. lo mismo sucede con los alumnos con obesidad (6(2,6%)) que proceden en su mayoría de zonas urbanas; mientras solo 1 alumno con obesidad con porcentaje 0,3% procede de zona rural. Esta tendencia se debe a que en las zonas urbanas la venta de los productos “chatarra” es más abundante y los alumnos se ven más tentados; lo contrario ocurre en la zona rural donde el comercio de estos productos es muy escaso.

Tabla 7. Distribución según el diagnóstico nutricional y el ingreso económico mensual de los alumnos del nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” 2018.

Diagnostico nutricional de los alumnos	Ingreso económico mensual en el hogar del alumno					
	≥ del sueldo básico		< del sueldo básico		Total	%
	básico	%	básico	%		
Delgadez	20	6.7	1	0.3	21	7
Normal	218	72.7	19	6.3	237	79
Sobre peso	29	9.7	6	2	35	11.7
Obesidad	7	2.3	0	0	7	2.3
Total	274	91.3	26	8.7	300	100

Fuente: datos obtenidos del cuestionario sociodemográfico.

Grafico 5. Distribución según el diagnóstico nutricional y el ingreso económico mensual de los alumnos del nivel primario de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” 2018.



Fuente: datos obtenidos del cuestionario sociodemográfico.

Interpretación y análisis:

Como se puede observar en la tabla y gráfico N° 6 de la mayoría de alumnos con sobre peso (29(9,7%)) el ingreso económico mensual en su hogar es igual o superior al sueldo básico; mientras de 6 alumnos con sobre peso con un porcentaje de 2% el ingreso económico en su hogar es menor al sueldo básico. De igual manera se puede observar en los alumnos con obesidad (7(2,3%)) donde el ingreso económico mensual en su hogar también supera o es igual al sueldo básico, en contraste podemos observar que no se encontraron alumnos con obesidad cuyo ingreso económico mensual en su hogar fuera inferior al sueldo básico. De todo esto podemos decir, que la tendencia de sobre peso y obesidad referente al ingreso económico mensual es mayor en donde los hogares superan el sueldo básico, esto nos indica que existe mayor probabilidad que dichos alumnos lleven más propina al colegio para comprar estos alimentos “chatarra”; mientras en los hogares donde el ingreso económico es inferior al sueldo básico hay más probabilidad de que los alumnos lleven menos propina y no compren estos alimentos “chatarra”.

VIII. DISCUSIÓN

Con respecto a la prevalencia de sobre peso y obesidad de los alumnos del nivel primaria de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”, del distrito de Pillcomarca 2018, en donde se puede apreciar que, de los 300 estudiantes, 11.7%(35) presentan sobre peso y 2.3%(7) presentan obesidad, lo que significaría una Sobrealimentación de 14% (42).

Resultados similares encontró Kovalskys en su estudio: Prevalencia de obesidad en una población 06 a 13 años en la consulta pediátrica en donde, revela que la prevalencia del sobrepeso fue de (11,0%) y la obesidad (3,3%) lo que significa una sobre alimentación de 14,3 %.⁽²⁵⁾

Resultados superiores encontró Ortiz Díaz, reportando 23.6% de Sobrepeso y un 3.4% de Obesidad, Con un total de 27% de malnutrición por exceso. Los instrumentos contenían preguntas sobre alimentación y actividad física.⁽²⁶⁾

Por otro lado, resultados inferiores reporto Yobana Percca, que fueron: 8.8% de sobrepeso y 1.5% de obesidad, lo que significaría una sobrealimentación de más del 9% de los escolares evaluados. Los instrumentos contenían preguntas

de antecedentes familiares, alimentos publicitados en la TV y horas dedicadas a ver TV.

En lo referente a los estilos de vida de los estudiantes del nivel primaria de la I.E. Mario Vargas Llosa "Potracancha", del distrito de Pillcomarca 2018, en donde se evidencia que el 57,3%(172) presentan estilo de vida saludable mientras que, 42,7%(128) presentan estilo de vida no saludable.

Por otro lado, difieren los resultados encontrados por Ortiz Díaz donde el 55.1% (49) presentan un estilo de vida no saludable y un 44.9% (40) tienen un estilo de vida saludable. ⁽²⁶⁾

Es indudable que el estilo de vida tiene un impacto importante en la salud de los escolares; infortunadamente, en la actualidad se observa la tendencia a la adopción de estilos de vida no saludables y es probable que como consecuencia de esto estén aumentando las prevalencias de enfermedades crónicas.

Al establecer la relación entre los estilos de vida y la prevalencia de sobre peso y obesidad en los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa "Potracancha" 2018, que de los 300 estudiantes (100%), el 57,3% (172) presentan estilo de vida saludable, de los cuales 3,3%(10) presentan sobre peso y 0,7%(2) presentan obesidad.

Así mismo el 42,7%(128) presentan estilo de vida no saludable, en el cual el 8,3%(25) presentan sobre peso y 1,7%(5) presentan obesidad.

Estos hallazgos difieren de los resultados encontrados por Ortiz diaz donde el 55.1% presentan estilos de vida no saludable, de los cuales, el 22.4% (11) presentan sobrepeso, y 6.1% (3) se encuentran con obesidad.

Así mismo el 44.9% presentan un estilo de vida saludable, de los cuales el 25% (10) presentan sobrepeso y no hubo obesidad. ⁽²⁶⁾

Por otro lado, se observó que, en cuanto a la procedencia, el sobrepeso y la obesidad fueron más en el área urbana que rural.

Por otro lado, también se observó que prevaleció el sexo femenino con respecto al sobre peso, lo cual fue contrario con respecto a la obesidad donde hubo más alumnos de sexo masculino con obesidad.

También se pudo apreciar que los alumnos que tuvieron ingreso económico igual o mayor al sueldo básico resultaron con sobre peso y obesidad.

IX. CONCLUSIONES

1. En los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca 2018, se encontró la prevalencia de sobre peso 11,7%(35) y 2,3%(5) de obesidad, un total de 14%(42) de malnutrición por exceso.
2. En cuanto a los estilos de vida de los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca 2018, se encontró que el 57,3%(172) presentan estilo de vida saludable, mientras que 42,7%(128) presentan estilo de vida no saludable.
3. Al determinar la asociación entre los estilos de vida y la prevalencia de sobre peso y obesidad en los escolares de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca, 2018 existe asociación ($p=2,424$; $v=1$) con lo cual aceptamos la Hipótesis de investigación

X. RECOMENDACIONES

- 1.** A los padres y cuidadores les recomendamos que brinden pautas educativas para las conductas positivas alimentarias y físicas en sus hijos.

Deberían brindar educación alimentaria saludable y hacer que los alimentos saludables estén al alcance de sus niños, para reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad de estos.

- 2.** Al director y a los docentes de la I.E. Mario Vargas Llosa “Potracancho”, recomendamos que realicen Tutorías donde se elaboren actividades educativas sobre alimentación saludable, actividad física y temas relacionados a la obesidad, para concientizar a los estudiantes.
- 3.** A las autoridades correspondientes recomendamos desarrollar programas de prevención del sobrepeso y la obesidad, entre los niños escolarizados, y de igual forma entre su familia y profesores, y que estén orientados en particular, a los estratos más desfavorecidos; por medio de actividades de educación nutricional, con el objeto de producir cambios en los patrones alimentarios y de hábitos de vida, que promuevan una dieta más variada y el ejercicio físico.

4. Con respecto a los padres que tienen solvencia económica, exhortamos que orienten a comprar alimentos saludables a sus hijos y no solamente darles dinero.
5. Con respecto a las zonas de procedencia recomendamos a los padres de las zonas urbanas que incentiven e inciten sus hijos a practicar más actividad física, a realizar alguna actividad recreativa que necesite movilidad corporal, debido a que estos tienen otras distracciones en las que no realizan actividad física como ver tv, video juegos, juegos en el celular, etc.
6. A la municipalidad de Pillcomarca recomendamos que implemente los programas de escuelas saludables y quioscos saludables en donde vendan alimentos naturales de la región.

Bibliografía

1. Moral, J., & Redondo, F. (s.f.). tipos y clasificación. Obtenido de obesidad:
<http://www.efdeportes.com/efd122/la-obesidad-tipos-y clasificacion.>

2. Sameens. (s.f.). trabajos públicos. Obtenido de historia:
https://sames.dia.uned.es/trabajos11/trab_publicos/trab_2/carmona_rodriguez_2/HISTORIA.HTM.
3. Suarez N, Céspedes M, Bhetania K. (2012). Factores determinantes de sobre peso y obesidad en infantes de un circulo infantil. Corsalud, 185-190.
4. Baur, L. (s.f.). obesidad infantil. Wellnes Nestle´, 6-8.
5. Minaya, D. (2017). Prevención de la obesidad infantil un reto para la enfermería. universidad de Cantabria , 1-46.
6. NIH. (s.f.). obesidad. salud.
7. consumoteca. (26 de octubre de 2015). estilo de vida. Obtenido de.
<https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/vida-sana/estilo-de-vida/>
8. MINSA. (s.f.). ministerio de salud. Obtenido de
http://www.ins.gob.pe/repositorioaps/0/5/jer/resu_sist_cena/HUANUCO.pdf
9. CONCORTV. (febrero de 2012). la obesiad infantil. Obtenido de
<http://www.concortv.gob.pe/file/informacion/mediatica/2012-03-alexander-chiu-wernerperu->
10. Cecilia, C., Barbosa, N., & Tobar, G. (mayo de 2009). repositorio.edu. Obtenido de
<http://repository.urosario.edu.co/bitstream/10336/1356/4/52498305.pdf>.
11. fundacionspanolacorazon. (02 de octubre de 2012). fundacion espanola.com.
Obtenido de <http://www.fundaciondelcorazon.com/corazon-facil/blog-impulso-vital/2479-ninos-en-forma-ninos-sanos.html>
12. Amigo H. Obesidad en el niño en América Latina: situación, criterios de diagnóstico y desafíos. Cad Saude Publica. 2003; 19 (Suppl 1): S163-70.
13. Romero D, Celestino S, Tantaleán K, Herrera M, Alarcón E, Gutiérrez C.
Sobrepeso, obesidad y la coexistencia de desnutrición crónica en niños menores de 5 años. Rev. Perú. Epidemiol. 2014; 18 (2): 5 - 6.

14. Giomar Hernández Álvarez, Arellano Romero María Teresa, Beltrán Mallarino Marínela, Jiménez Cruz Eliana Teresa, Troncoso Vásquez Doris Evelis, Colombia. “sobrepeso y obesidad, hábitos alimenticios, actividad física y actividades de ocio en escolares de una localidad de la ciudad Cartagena, 2014”.
15. Francesca Sánchez Martínez, Peter Torres Capcha, Gemma Serral Cano, Sara Valmayor Safont, Conxa Castell Abat, Carles Ariza Cardenal. En el año 2016 en España realizaron una investigación titulada “factores asociados al sobrepeso y la obesidad en escolares de 8 a 9 años de Barcelona”.
16. Ortiz Díaz Kelly Elizabeth, Sandoval Cruz Carlos Alberto, en el año 2015 en Trujillo realizaron una investigación titulada “índice de masa corporal y práctica de estilos de vida saludable en estudiantes del servicio nacional de adiestramiento en trabajo industrial – la esperanza”.
17. Yovana Érica Percca Paitán, en el año 2014 en Huancavelica realizó una investigación titulada “Factores asociados al sobrepeso y obesidad de preescolares de Instituciones Educativas Iniciales de la ciudad de Huancavelica”.
18. Mely Ruiz Aquino y sus alumnos en el año 2014 en Huánuco realizaron una investigación titulada “prácticas de estilo de vida y estado de salud nutricional de los estudiantes de la universidad de Huánuco”.
19. Antonio escribano 21 de octubre del 2015 disponible en: <http://ekilibrate.com/estilo-de-vida/>.
20. Ángel H, Oliva A, Ángel M. Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes. *Psychosocial Intervention*. 2013; 22 (1): 15-23. doi: <http://dx.doi.org/10.5093/in2013a3>
21. Díaz M, Belén M, Torres A. Estilos de vida y autoimagen en estudiantes de colegios oficiales de chía, Cundinamarca. *Pediatría*. 2015; 48: 5-20.

22. Adaptado de CDC "Healthy Weight" (s f) disponible en la página web:
<http://www.fao.org/docrep/019/i3261s/i3261s10.pdf>.
23. Haslam D, James W. Obesity. Lancet. 2005; 366(9492):1197-209. disponible en la página web: <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2011/pdf/Vol79-4-2011-9.pdf>.
24. Ana Martínez Rubio y Grupo PrevInfad. Familia y salud 2014, disponible en la página web: <http://www.familiaysalud.es/crecemos/la-edad-escolar-6-11-anos/la-actividad-fisica-en-la-etapa-escolar-diversion-coordinacion>.
25. kovalskys I, Bay L, Rausch Cecile, Berner E. Prevalencia de obesidad en una población de 06 a 13 años en la consulta pediátrica. Rev Chil Pediatr. 2005; 76 (3):324-5.
26. Ortiz Díaz, Kelly Elizabeth Sandoval Cruz, Carlos Alberto. índice de masa corporal y práctica de estilos de vida saludable en estudiantes del servicio nacional de adiestramiento en trabajo industrial – la esperanza, 2015.
27. Yovana Erica Percca Paitán Factores asociados al sobrepeso y obesidad de escolares de Instituciones Educativas de la ciudad de Huancavelica, 2014
28. Consenso SEEDO 2000 para la evaluación del sobrepeso y la obesidad y el establecimiento de criterios de intervención terapéutica. Med. Clin. Barc. 2000; 115: 587-597) N° 15.
29. Bastos, A.A., González Bato, R., Molinero González, O. y Salguero del Valle, A. (2005). Obesidad, nutrición y actividad física. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. 18.

ANEXOS

ANEXO 01



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

FACULTAD DE ENFERMERÍA



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estilos de vida asociados la prevalencia de sobre peso y obesidad escolar en la institución educativa Mario Vargas Llosa del distrito Pillcomarca, 2018

Este estudio busca los riesgos asociados al sobre peso y obesidad que pueden presentar ciertos estilos de vida, y así poder prevenir, detener, controlar o disminuir el riesgo de estos factores. Si usted permite que su hijo/a participe en el estudio, únicamente se le pedirá su colaboración para que participe en la aplicación de una encuesta.

Riesgos del estudio

Este estudio no representa ningún riesgo para su hijo/a.

Beneficios del estudio

Es importante señalar que con la participación de su hijo/a, ustedes contribuyen a mejorar los conocimientos en el campo, la salud y la nutrición.

Costo de la participación

La participación del estudio no tiene ningún costo para usted.

Confidencialidad

Para este estudio, toda información brindada será totalmente confidencial, solamente la persona encargada del estudio conocerá los resultados y la información.

Se le asignará un número (código) a las encuestas y este número se usará para

El análisis, presentación de resultados, etc.; y con esto ninguna persona tendrá acceso y a cualquier información de los nombres de los participantes.

Requisitos de la información

Los posibles candidatos/candidatas deberán ser niños y niñas entre las edades de 6-12 años que presenten sobrepeso y obesidad. Al aceptar la participación deberá firmar este documento, llamado consentimiento, con lo cual autoriza y acepta la participación en el

estudio voluntariamente. Sin embargo, si usted no desea participar en el estudio por cualquier razón, puede retirarse con toda libertad sin que esto represente algún gasto, pago o consecuencia negativa por hacerlo.

Donde conseguir información

Para cualquier consulta, queja o comentario favor comunicarse con Ricardo remigio papas meza, al celular 946639581 y con mucho gusto serán atendidos.

Declaración voluntaria

Yo he sido informado(a) del objetivo del estudio, he conocido los riesgos, beneficios y a confidencialidad de la información obtenida. Entiendo que la participación es Gratuita. He sido informado(a) de la forma de cómo se realizará el estudio y de cómo se tomarán las mediciones. Estoy enterado(a) también que puede participar o no continuar en el estudio en el momento en el que se considere necesario, o por alguna razón específica, sin que esto represente que tenga que pagar, o alguna represalia por parte del equipo, de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Por lo anterior acepto voluntariamente participar en la investigación de:

Factores y estilos de vida asociados al sobre peso y obesidad en escolares de 6-12 años de las instituciones educativas de Pillco marca Huanuco-2018

Nombre del participante: _____

Firma: _____ Fecha: ____/____/201

Dirección: _____

Nombre del niño/a: _____

ANEXO 02



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN



FACULTAD DE ENFERMERÍA

FICHA DE EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: Estilos de vida asociados a la prevalencia de sobre peso y obesidad escolar en la I. E. Mario Vargas llosa "PotracanCHA" del distrito de Pillcomarca, 2018.

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	TALLA Mts	PESO Kg	IMC Kg/m ²	DIAGNOSTICO NUTRICIONAL		
					Normal	Sobrepeso	Obesidad
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

Anexo 03



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN



FACULTAD DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE HáBITOS ALIMENTARIOS

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN Estilos de vida asociados a la prevalencia de sobre peso y obesidad escolar en la I. E. Mario Vargas Llosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca, 2018.

Instrucciones: en este presente cuestionario marque con un aspa lo que creas conveniente.

Muchas gracias

Número de vasos de agua que consume a diario

1. ¿Cuántos vasos de agua consumes a diario?

- a). 1-2vaso ()
- b). 3-4 vasos ()
- c). 5 o más vasos ()
- d).no consumo ()

Frecuencia de consumo de porciones de verdura

2. ¿Cuántas porciones de verdura consumes a diario?

- a). 1-2 porciones a diario ()
- b). 3-4 o más porciones ()
- c). 5 o más porciones a la semana ()
- d). No consume ()

Número de frutas que consume a diario

3. ¿Cuántas porciones de verdura consumes a diario?

- a). 1-2 frutas a diario () c). 5 o más frutas ()
b). 3-4 frutas () d). No consume ()

Número de panes que consume al día

4. ¿Cuántas porciones de verdura consumes a diario?

- a). 1-2 panes a diario () c). 5 o más panes ()
b). 3-4 panes () d). No consume ()

Veces que consume comida rápida al día

5. ¿Cuántas veces por día consumes comida rápida?

- a). 1-2 veces a l día () c). 5 ó más veces al día ()
b). 3-4 veces al día () d). No consumo comida rápida ()

Número de vasos de gaseosa que consume al día

6. ¿Cuántos vasos de gaseosa o refresco de sobre consume al día?

- a). 1-2vasos () c). 5 o más vasos ()
b). 3-4 vasos () d).no consumo ()

Veces que consume y golosinas dulces al día

7. ¿Cuántas veces al día consumes golosina dulce?

- a). 1-2 veces () c). 5 o más veces ()
b). 3-4 veces () d).no consumo ()

Veces que consume golosinas saladas al día

8. ¿Cuántas veces al día consumes golosina salada?

- a). 1-2 veces () c). 5 o más veces ()
b). 3-4 veces () d).no consumo ()



Anexo 04



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

FACULTAD DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE DE ACTIVIDAD FÍSICA

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: Estilos de vida asociados a la prevalencia de sobre peso y obesidad escolar en la I. E. Mario Vargas Ilosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca, 2018.

Instrucciones: en este presente cuestionario marque con un aspa lo que creas conveniente.

Muchas gracias

Ejercicio o deporte programado

1. ¿Cuántas horas por semana realizas ejercicio o deporte programado?

Menos de 2 horas por semana ()

De 2-5 horas por semana ()

Más de 5 horas por semana ()

Actividades o juegos al aire libre

2. ¿Cuántos minutos al día realizas actividad o juegos al aire libre?

Menos de 30 minutos al día ()

De 30-60 minutos diarios ()

Más de 60 minutos al día ()



Anexo 05

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
FACULTAD DE ENFERMERÍA



**CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS SOCIOECONOMICAS DE LOS PADRES Y
LOS ESCOLARES.**

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: Estilos de vida asociados a la prevalencia de sobre peso y obesidad escolar en la I. E. Mario Vargas Ilosa “Potracancho” del distrito de Pillcomarca, 2018.

Instrucciones: en este presente cuestionario completa tus datos personales.

Muchas gracias

Género

1. ¿A qué genero perteneces?

Femenino ()

Masculino ()

Edad en años

2. ¿Cuántos años cumplidos tienes a la fecha?

Grado escolar

3. ¿Qué grado vienes cursando a la fecha?

Primer grado ()

Tercero ()

Quinto ()

Segundo ()

Cuarto ()

Sexto ()

Procedencia

4. ¿De qué zona procedes?

Urbana ()

Rural ()

Ingreso económico mensual

5. ¿de cuánto es el ingreso económico en su hogar?

De \geq 930 ()

De $<$ 930 ()

EQUIPO DE TRABAJO DE CAMPO



REALIZANDO LA ANTROPOMETRÍA A LOS ALUMNOS



**APLICANDO EL INSTRUMENTO DE LA
INVESTIGACIÓN**



