

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA



TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE MÉDICO CIRUJANO

“Hábitos alimentarios relacionados a sobrepeso y obesidad infantil en escolares de 8-11 años en Sullana, Piura, 2020.”

Área de Investigación:

Cáncer y enfermedades no transmisibles

Autora:

Br. Galea Castillo, Jimena Lucía.

Jurado evaluador:

Presidente: Kawano Kobashigawa, Jorge Eduardo.

Secretario: Cisneros Infantas, Luz Herlinda.

Vocal: Salcedo Espejo, Elena Ysabel.

Asesor:

Palacios Fera, César Javier.

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6040-9199>

Piura – Perú

2021

Fecha de sustentación: 2021/02/08

DEDICATORIA

Dedicado en primer lugar a Dios, porque él es quien me ha guiado y me ha colocado en este camino permitiéndome aprovechar cada oportunidad que la vida me ha brindado.

A mi padre que nunca me detuvo y siempre me apoyo. A mi madre que, aunque su deseo era que eligiera otro camino nunca dejo de brindarme su amor y paciencia, a mis hermanos por apoyarme en estos largos años con lo que han podido y a Catalina que es la luz de mis ojos y la que me inspira a ser mejor.

A todos mis docentes que me la pusieron difícil para enseñarme que el camino que elegí es dificultoso, pero no imposible.

A mis amigos que han escuchado mis hazañas diarias y que me han acompañado en cada paso que he dado.

Y por último aquellos personajes que están en mi corazón y que me han llenado el alma, gracias por coincidir conmigo.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi Dios por ser guía y fortaleza.

Así mismo, doy gracias a mis padres y hermanos por su confianza, apoyo, sabiduría y enseñarme que el límite son las estrellas.

Agradezco al director Samuel Urbina del colegio “Santa Úrsula” por brindarme el permiso para realizar mi trabajo de investigación y a toda su plana docente ya que a pesar de la dificultad por la pandemia aun así me apoyaron en la recolección de datos.

Al doctor Cesar Palacios, por brindarme soporte y palabras de aliento ante las dificultades presentadas, a los docentes que me asesoraron para mejorar y pulir este trabajo de investigación y por último a la universidad por formar profesionales competitivos y que se dediquen a la investigación.

RESUMEN

Objetivo general: Determinar si existe relación entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad infantil en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020. **Material y método:** Realizamos un estudio transversal a escolares con la aplicación de cuestionarios virtuales para conocer sus hábitos alimentarios y obtener datos antropométricos que nos permitieron conocer el Índice de Masa Corporal (IMC). Toda la información fue analizada en pruebas como ANOVA, Post hoc Tukey b y Regresión logística binaria. **Resultados:** De una población conformada por 211 escolares de 8 a 11 años de edad del colegio “Santa Úrsula”, encuestamos a 83 escolares de sexo masculino y 128 escolares de sexo femenino. Tuvimos como resultado que un 83,9% de escolares tienen hábitos saludables, mientras que un 16,1% tienen hábitos no saludables. Ellos representan un 35,5% como normal; 40,8% con sobrepeso y 23,7% con obesidad con respecto a los estados de clasificación del IMC. Según análisis bivariado no existe relación directa entre los hábitos alimentarios no saludables con el sobrepeso y la obesidad infantil. En el análisis multivariado no se encontró que las variables edad y hábitos saludables se asocien a la variable de interés. **Conclusión:** El sobrepeso ni la obesidad guardan relación con los hábitos alimentarios del escolar. La prevalencia de Sobrepeso y obesidad en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” fue alta; 4 de 6 escolares tienen sobrepeso y 2 de 10 obesidad. La prevalencia de hábitos saludables fue más del 80% de la población escolar de 8 a 11 años, mientras que ni el 20% tuvieron hábitos No saludables.

Palabras claves: *Hábitos Alimentarios, Obesidad, Sobrepeso, Escolares.*

ABSTRACT

General objective: To determine if there is a relationship between eating habits with overweight and childhood obesity in schoolchildren aged 8 to 11 years of the Colegio "Santa Úrsula" in the province of Sullana, Piura during 2020. **Material and method:** We conducted a study transversal to schoolchildren with the application of virtual questionnaires to know their eating habits and obtain anthropometric data that allowed us to know the Body Mass Index (BMI). All the information was analyzed in tests such as ANOVA, Post hoc Tukey b and binary logistic regression. **Results:** From a population made up of 211 schoolchildren between the ages of 8 and 11 from the "Santa Úrsula" school, we surveyed 83 male students and 128 female students. We had as a result that 83.9% of schoolchildren have healthy habits, while 16.1% have unhealthy habits. They represent 35.5% as normal; 40.8% overweight and 23.7% obese with respect to the BMI classification states. According to bivariate analysis, there is no direct relationship between unhealthy eating habits with overweight and childhood obesity. In the multivariate analysis, it was not found that the variables age and healthy habits are associated with the variable of interest. **Conclusion:** Neither overweight nor obesity is related to the school's eating habits. The prevalence of overweight and obesity in 8 to 11-year-old schoolchildren from Colegio "Santa Úrsula" was high; 4 out of 6 schoolchildren are overweight and 2 out of 10 are obese. The prevalence of healthy habits was more than 80% of the school population aged 8 to 11, while not even 20% had unhealthy habits.

Keywords: Eating habits, Obesity, Overweight, School.

ÍNDICE

	PAGINA
DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTOS	II
RESUMEN	III
ABSTRACT	IV
ÍNDICE	V
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MATERIALES Y METODOS	4
III. RESULTADOS	9
IV. DISCUSIÓN	13
V. LIMITACIONES	16
VI. CONCLUSIONES	17
VII. RECOMENDACIONES	18
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	19
IX. ANEXOS	
ANEXO 01: Solicitud de realización de proyecto de investigación	23
ANEXO 02: Cuestionario sobre hábitos alimentarios	24
ANEXO 03: Link del cuestionario (1 era sección).	25
ANEXO 03: Link del cuestionario (2 da sección).	26
ANEXO 03: Link del cuestionario (3 era sección).	27

I. INTRODUCCIÓN:

El sobrepeso y obesidad son enfermedades crónicas, complejas, heterogéneas y multifactoriales que prevalecen en todo el mundo(1,2), especialmente en el grupo escolar aproximándose a 18,1% en niños con sobrepeso y 14,1% con obesidad (3,4). La obesidad es llamada “la epidemia del siglo XXI” ,en la adolescencia ocasiona resistencia a la insulina y síndrome metabólico(1,5,6), en la adultez se ve relacionada con complicaciones cardiovasculares como hipertensión arterial, diabetes mellitus 2, aterosclerosis, dislipidemias, entre otras enfermedades que comprometen muy seriamente la salud.

Se considera que el porcentaje de riesgo que tiene un niño en convertirse en un adulto obeso en 6 primeros meses de edad es de un 14%, a los 7 años un 41% y 70% si empieza a entre los 10 y 13 años(7,8). Un adolescente obeso tiene un 80% de probabilidad de ser un adulto obeso con complicaciones y comorbilidad (9,10).La obesidad en el sector económico de un país como el nuestro, tiene consecuencias como discapacidad(11), menor calidad de vida y muerte. Y genera costos al sistema de salud que radican entre el 5 y 7% del total de los costos sanitarios de un país(12–14).

El aumento de peso es un proceso progresivo que se inicia en la infancia y adolescencia causado por un desequilibrio en la ingesta de alimentos altamente energéticos ricos en grasas y azúcares, sumado a la falta de ejercicio, incremento del sedentarismo y disposición genética manifestada en una serie de polimorfismos(15–17) creando un “ambiente obesogénico”(18–21). En un estudio se afirma que el cambio de mayor efecto fue la disminución de ingesta de fibra dietética y el incremento del consumo de azúcar, sal y grasas saturadas. También afirma que el avance de la tecnología ha provocado que a los alimentos se les dé “una mejor presentación” para su consumo, convirtiéndolos en alimentos con altas

cantidades de productos dañinos para la salud y que desplazan a los alimentos tradicionales en las loncheras escolares(22–24). También se sabe que existen ambientes como hogares, instituciones educativas, e incluso centros de salud(8,9,25) en los que se contribuyen a la formación de hábitos alimentarios inadecuadas.

Según otros estudios similares realizados en Lima se ha manifestado que la obesidad fue mayor que el sobrepeso y se postula que este último puede ser causa de un aumento de peso progresivo en la etapa de la niñez, ya que hay niños obesos entre los 6 y 7 años de edad que tuvieron sobrepeso antes. No existen muchos estudios sobre las causas de sobrepeso y obesidad en escolares y los disponibles hablan más de la densidad calórica de la dieta, que de los patrones de alimentación que están relacionados con el peso corporal en niños y adolescente(12,26).

El objetivo de esta investigación es determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana. Con los resultados obtenidos esperamos ayudar a elaborar un diagnóstico más preciso de la realidad.

1.1. PROBLEMA

¿Existe relación entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad infantil en escolares de 8a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020?

1.2. OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES:

- Determinar si existe relación entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad infantil en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar las características clínicas y socio demografías de los escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020.
- Evaluar la prevalencia de sobrepeso u obesidad en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en Sullana.
- Determinar la prevalencia de hábitos alimentarios en escolares de 8 a 11 años durante el año 2020.

1.3. HIPÓTESIS:

HIPÓTESIS INVESTIGACIÓN (HI):

- Existe relación directa entre los hábitos alimentarios no saludables con el sobrepeso y la obesidad infantil en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020.

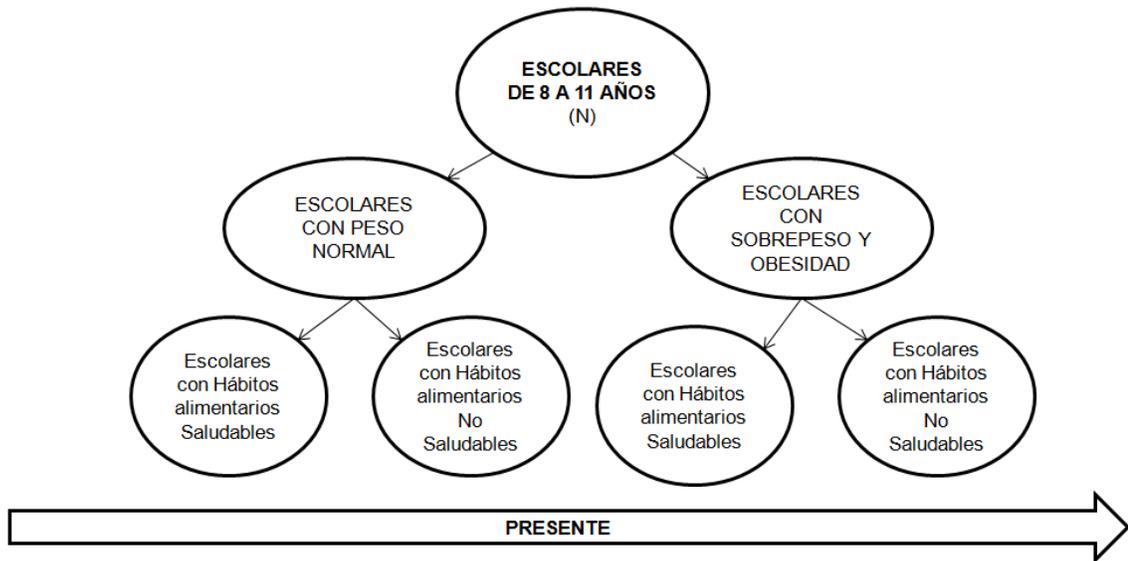
HIPÓTESIS NULA (HO):

- No existe relación directa entre los hábitos alimentarios no saludables con el sobrepeso y la obesidad infantil en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020.

II. MATERIAL Y MÉTODOS:

I.1. DISEÑO DE ESTUDIO:

La investigación es observacional, transversal, descriptiva y cualitativa.



I.2. POBLACIÓN:

La población de estudio está constituida por niños y niñas escolares de 8 a 11 años que cursan el 2do, 3ero, 4to, 5to grado del nivel primario del Colegio “Santa Úrsula” de la provincia de Sullana, Piura. Constituyendo una población total de 211 escolares matriculados.

I.3. CRITERIOS DE SELECCIÓN:

CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Niños y niñas de 2do, 3ero, 4to, 5to de primaria que estudien en el colegio “Santa Úrsula”, en la provincia de Sullana, Piura.
- Niños y niñas entre los 8 y 11 años.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

- Niños y niñas que no tengan la edad comprendida entre 8 y 11 años.
- Niños con sobrepeso u obesidad de causa secundaria (endocrina, alteraciones cromosómicas).

I.4. MUESTRA

UNIDAD DE ANÁLISIS:

Escolar de sexo femenino o masculino de 8 a 11 años que estudien en el colegio “Santa Úrsula”, en la provincia de Sullana, Piura.

UNIDAD DE MUESTREO:

Cuestionario virtual realizado por el escolar de 8 a 11 años que estudien en el colegio “Santa Úrsula”, en la provincia de Sullana, Piura.

MARCO MUESTRAL:

Está conformado por los números de cuestionarios virtuales realizados por todos los niños que cumplen nuestros criterios de selección.

TAMAÑO DE MUESTRA.

El tamaño de la muestra es de 211 escolares de 8 a 11 años siendo la misma cantidad que la población.

I.5. VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE DEPENDIENTE

Sobrepeso y Obesidad.

VARIABLE INDEPENDIENTE

Hábitos Alimenticios.

Variable	Dimensión	Definición Operacional	Escala	Forma de registro
Sobrepeso	Cualitativa	Se obtiene con el IMC (Peso/talla ²). Se define como más de una desviación típica por encima de la media establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS.	Razón	Sobrepeso si IMC para la edad > +1 DE.
Obesidad	Cualitativa	Se obtiene con el IMC (Peso/talla ²). Se define como más de dos desviaciones típica por encima de la mediana establecida en los patrones de crecimiento infantil de la OMS.	Razón	Obeso si IMC para la edad > +2 DE.
Hábitos alimentarios	Cuantitativa	Son los hábitos alimentarios determinados por un cuestionario de frecuencia de consumo de ciertos alimentos saludables y no saludables del cual se obtiene un puntaje.	Ordinal	Hábitos alimentarios no saludables 0 a 24 puntos Hábitos alimentarios saludables 25 a 48 puntos
Variables Intervinientes				
Edad	Cuantitativa	Según indique el escolar en el cuestionario	Razón	8 años 9 años 10 años 11 años
Sexo	Cualitativa	Según indique el escolar en el cuestionario	Nominal	Masculino Femenino
Nivel educativo de los padres	Cualitativa	Grado de instrucción del padre, madre o	Ordinal	Inicial Primaria Secundaria

		tutor que firme el consentimiento informado del escolar.		Superior
--	--	--	--	----------

I.6. PROCEDIMIENTOS Y TÉCNICAS:

- Por la pandemia declarada a inicios del año 2020, realicé trámites administrativos mediante un oficio dirigido a la dirección académica del colegio “Santa Úrsula” por correo electrónico (Ver ANEXO 01), especifique la utilización de un cuestionario el cual constó de 12 subdivisiones de alimentos, en donde sumado la totalidad del puntaje asignado a cada grupo por su frecuencia de consumo, se estableció 2 categorías: Hábitos alimentarios no saludables de 0 a 24 puntos y hábitos alimentarios saludables de 25 a 48 puntos. El cuestionario fue validado por especialistas del área y tuvo un alfa de Cronbach de 0,835 estableciendo su validez y fiabilidad en una prueba piloto realizada a escolares (26) (Ver ANEXO 02).
- Una vez autorizada la recolección de datos, me contacté con los tutores de 2do, 3er, 4to y 5to grado de nivel primario y les compartí un link que consistía en 3 secciones: La primera sección es sobre datos del Padre/ Madre /Tutor. La segunda sobre datos y medidas antropométricas (peso y talla) del escolar y la tercera el cuestionario de hábitos alimentarios, para tener conocimiento de la alimentación que ha tenido los escolares en los últimos 2 meses. (Ver ANEXO 03) La encuesta se completó y automáticamente se envió. Se especificó que sea enviada a los Padre/ Madre/Tutor para ser llenada por este mismo y el escolar.
- Una vez fue llenado el cuestionario y enviado con éxito, ingresé los resultados en una hoja de cálculos de Excel y realicé la suma para establecer las categorías de Hábitos saludables y Hábitos no saludables.

- Para el IMC, ingresé el peso, la talla, edad y el sexo al software Who Anthroplus, descargado de la página de OMS que sirvió para obtener el estado nutricional según la desviación estándar y el grupo etario.

I.7. PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS:

- Para la presentación de los resultados recurrí a la estadística descriptiva, utilicé gráficos y tablas matrices, para determinar la frecuencia y proporción de las variables.
- Comprobé la información obtenida en el cuestionario, sumé la totalidad del puntaje asignado según la frecuencia de consumo de cada alimento y establecí 2 categorías: Hábitos alimentarios no saludables y hábitos alimentarios saludables, Comparé los resultados con los escolares de peso adecuado y los alumnos con sobrepeso y obesidad buscando diferencias estadísticas significativas. Para el análisis bivariado utilicé ANOVA y post hoc Turkey b y para el análisis multivariado una regresión logística binaria.
- Por último, procesé la información y la presenté en tablas y gráficos estadísticos junto a un análisis e interpretación.

I.8. CONSIDERACIONES ÉTICAS:

El estudio contó con la autorización del comité de Investigación y Ética de la Universidad Privada Antenor Orrego y Dirección académica del colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura. Por ser un estudio observacional hecho en menores, se solicitó la supervisión de los padres en el llenado de la encuesta.

Se garantizó el anonimato de los participantes, la confidencialidad y reserva de los datos obtenidos.

Se garantizó que no se lucrará con la información y resultado del estudio y que los datos se usarán solo, exclusivamente para los fines y objetivos del estudio.

III. RESULTADOS

La población a estudiada estuvo conformada por 211 escolares de 8 a 11 años de edad del colegio “Santa Úrsula” ubicada en Sullana provincia de Piura, siendo 9 años la media.

En la tabla 1 apreciamos las características socio demográfico por los que podemos concluir que fueron encuestados 83 escolares de sexo masculino y 128 escolares de sexo femenino siendo este último el más predominante con un 60.7%.

En la encuesta se solicitó que coloquen el grado de instrucción del padre, madre o apoderado habiendo una distribución de 22.3% para los que han realizado primaria completa, 9.5% secundaria y 68.2% estudios superiores. Según la encuesta hubo un 83,9% de escolares que tienen hábitos saludables y un 16, 1% que tienen hábitos no saludables. Respecto al estado nutricional que clasificamos por IMC (desviación estándar) en Normal, Sobrepeso y Obesidad, tuvimos como resultados un 35,5 %, 40,8% y 23, 7% respectivamente. Siendo un total de 64,5% del total de escolares con un exceso de peso.

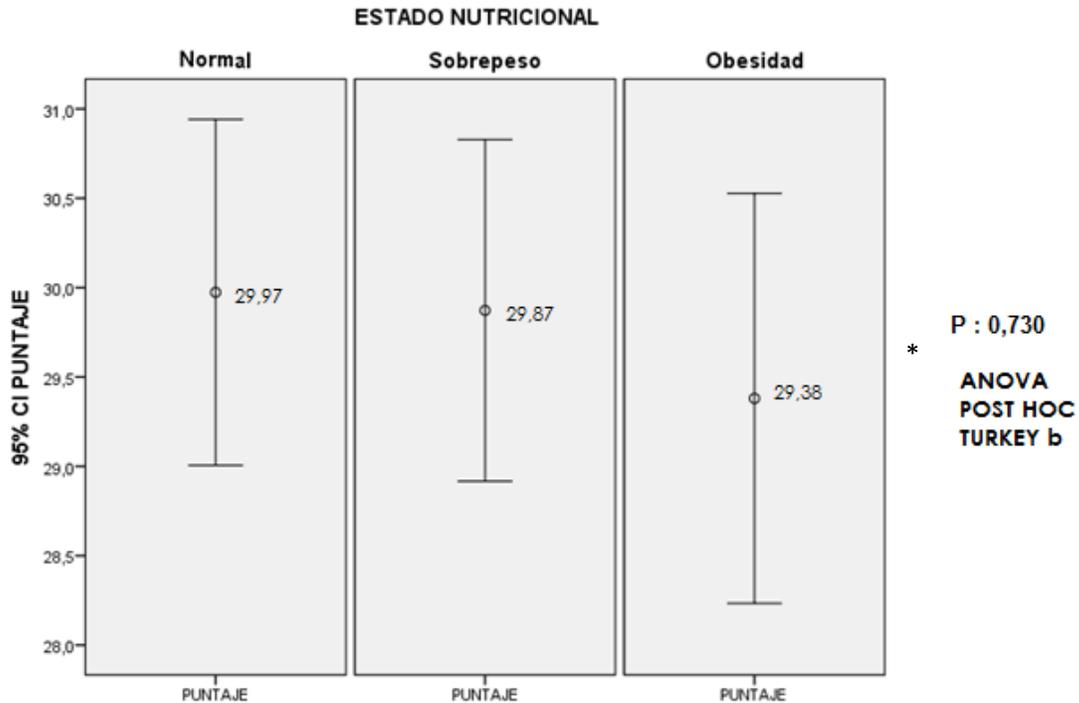
Tabla 1. Características clínicas y socio demográficos de los escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura.

		Frecuencia	%
GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL PADRE/MADRE/APODERADO	Primaria	47	22.3%
	Secundaria	20	9.5%
	Superior	144	68.2%
SEXO DE LOS ESCOLARES	Femenino	128	60.7%
	Masculino	83	39.3%
ESTADO NUTRICIONAL	Normal	75	35.5%
	Sobrepeso	86	40.8%
	Obesidad	50	23.7%
HÁBITOS ALIMENTARIOS	Saludable	177	83.9%
	No Saludable	34	16.1%

Fuente: Elaboración propia

En relación al estado nutricional y hábitos alimentarios luego de hacer un análisis bivariado con anova y post hoc Turkey b, en el grafico 1 se encontró que no hay relación entre los hábitos alimentarios saludables y sobrepeso y obesidad en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura durante el año 2020.

Grafico 1. Puntaje de la escala hábitos saludables según el estado nutricional infantil de los escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura



***Análisis de varianza ANOVA- post hoc- Turkey b.**

Fuente: Elaboración propia

Finalmente, en la tabla 2 en el análisis multivariado de regresión logística binaria en donde ajustando 3 variables: edad, sexo y puntaje de hábitos saludables. Nos dio como resultado que no se encontró que las variables edad y hábitos saludables se asocien a la variable de interés que es estado nutricional.

En lo que si se encontró asociación fue en el sexo y estado nutricional, siendo esto de interés clínico debido a que el 60,7% de los escolares fueron mujeres del colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura.

Tabla 2. Análisis multivariado entre estado nutricional, puntaje de hábitos saludables, edad y sexo de los escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura.

	B	Valor P	OR	IC 95%	
EDAD	-,023	,865	,977	,746	1,279
SEXO	1,016	,002	2,763	1,449	5,266
PUNTAJE DE HÁBITOS SALUDABLES	-,255	,635	,775	,270	2,222

*Análisis con regresión logística binaria.

Fuente: Elaboración propia

IV. DISCUSIÓN

El sobrepeso y obesidad se ha visto incrementado con el pasar de los años en todos los grupos etarios siendo actualmente un problema de salud público. En el presente trabajo de investigación estudiamos a los escolares ya que consideramos que es una población biológicamente vulnerable y están expuestos a un ambiente menos controlado y dependiente de las opciones disponibles en casa y en la escuela (27).

De acuerdo con los resultados tenemos una prevalencia en escolares de 8 a 11 años con sobrepeso de un 40,57 % y con obesidad de 23,58%, las cifras de estos resultados son elevados en comparación a los valores demostrados en el estudio que se realizó en el año 2007, en Lima Metropolitana y Callao, en alumnos de escuelas privadas de 7 – 14 años de edad en donde los resultados fueron una prevalencia de 23,3% de sobrepeso y 18,3% de obesidad (28). Incluso en la encuesta nacional de hogares (ENAHO) que tuvo como objetivo determinar la situación de obesidad en el Perú, sus resultados fueron en niños y niñas de 5 -9 años un 30,9% de sobrepeso y 15,7% de obesidad y en adolescentes fue 23,5% Sobrepeso y 5,9% obesidad (29). Con todo esto existe evidencia razonable que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares es alta, y sigue incrementando con el pasar de los años, provocando que en edad adulta tengamos más riesgo a obesidad y con ello contribuiremos a la morbilidad y

mortalidad de enfermedades no transmisibles, generando un gran costo al estado para el tratamiento de complicaciones y discapacidades que causa este mal.

Según el cuestionario utilizado cerca 84% tiene hábitos saludables y el 16% tiene hábitos no saludables, esto no guarda relación significativa con el estado nutricional de los escolares según mi investigación, pero cabe mencionar que el instrumento utilizado no es preciso, ni específico como por ejemplo raciones diarias, pudiendo haber producido un sesgo. Sin embargo, existe un estudio en donde se encontró que a partir de los 10 años no se observó diferencias estadísticamente significativas en la dieta de los niños con exceso de peso pudiéndolo atribuir a otros factores y no solo a los hábitos alimentarios, sino a la falta de actividad física, nivel de sedentarismo, a los datos socio demográficos, a su entorno social e incluso a su genética.

En el análisis multivariado no se asociaron significativamente las variables edad ($OR= ,977$, $P= ,865$) y hábitos alimentarios ($OR= ,775$, $P= ,635$), mientras que sexo ($OR=2,763$, $P= ,002$) si se asoció, siendo un hallazgo de gran importancia para la población de escolares de sexo femenino, no solo del colegio “Santa Ursula”, sino de toda la población estudiantil. Cabe mencionar que este resultado difiere con el estudio transversal realizado en el 2013-2014 en el Perú, en niños de 5 – 13 años en donde el sexo masculino ($OR= 3,1$; IC 95%: 2,2 a 4,3) se asocia al sobrepeso y obesidad y cabe rescatar que se evidenció que el exceso de peso

aumenta cuando el padre/madre/tutor tienen nivel educativo superior (OR= 2,5; IC 95%: 1,5 a 4,1) y mejor posición económica (OR= 9,2; IC 95%: 2,1;40,0) (30).

Esta investigación presentó algunas limitaciones tales como el diseño transversal basado en un cuestionario que tuvo que ser virtual en el contexto de la pandemia y por lo que fue enviado a los padres de familia quienes debían supervisar al escolar en la realización de este mismo, aunque podemos deducir por los resultados que incluso los padres contestaron o influyeron en que el cuestionario se llenara a su conveniencia ya sea porque no acepten la existencia de un exceso de peso o porque consideren que el escolar con sobrepeso es *“un niño saludable”* (31).

V. LIMITACIONES

- A causa del estado de emergencia y cuarentena por COVID 19, los colegios cerraron y adoptaron la modalidad virtual, realizando las clases por este medio, la adaptación de esto, provoco que mi trabajo tuviera que adaptarse también por ello la encuesta tuvo la modalidad de ser virtual, todo esto retraso la culminación de mi investigación según lo programado en el cronograma.
- La modalidad virtual hizo que quizás los escolares no llenaran la encuesta y en vez de ello fueran los padres, ya que en coordinación con el colegio la encuesta fue enviada a ellos para que supervisaran el llenado del cuestionario, esto pudo haber alterado los resultados de mi trabajo de investigación.
- No se tuvo el tiempo ni la logística necesaria para hacer un estudio longitudinal.
- No se incluye instituciones educativas públicas y solo se consideró un colegio en Sullana.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a la investigación realizada se concluye:

1. El sobrepeso y la obesidad no guardan relación con los hábitos alimentarios en los escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura.
2. La prevalencia de Sobrepeso y obesidad en escolares de 8 a 11 años del Colegio “Santa Úrsula” fue alta; 4 de 6 escolares tienen sobrepeso y 2 de 10 obesidad.
3. La prevalencia de hábitos saludables fue más del 80% de la población escolar de 8 a 11 años, mientras que menos del 20% tuvieron hábitos no saludables.
4. Se encontró asociación entre el sexo femenino y estado nutricional de los escolares del colegio “Santa Úrsula” en la provincia de Sullana, Piura.

VII. RECOMENDACIONES

- El colegio es un lugar adecuado para la ejecución de intervenciones como por ejemplo promover los hábitos saludables por lo mismo que llega a un grupo amplio de escolares en un ambiente vigilado, si estas intervenciones se sistematizaran formalmente pueden mantenerse a largo de la vida educativa del escolar. Por ello se recomienda promover el aumento de actividad física ya sea en el recreo o en el curso de educación física adaptando el colegio con áreas adecuadas e implementando artículos deportivos. También se le debe educar a los niños a lograr un equilibrio balanceado entre los alimentos de la casa y lo que compran en los quioscos escolares, estos últimos deben seguir una normativa de ofrecer opciones saludables y mejorar la ubicación de los alimentos nutritivos y saludables para que sean más visibles para el escolar.
- El colegio debe sensibilizar a los padres del problema del sobrepeso y obesidad infantil, sobre todo, hacerlos que conozcan los factores que influyen, y a pesar que se percibe este problema no se produzca un alto y un cambio de conducta hacia estos factores.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Abril V, Manuel-y-keenoy B, Solà R, García JL, Nessier C, Rojas R, et al. Prevalence of overweight and obesity among 6-to 9-year-old school children in Cuenca, Ecuador: relationship with physical activity, poverty, and eating habits. *Food Nutr Bull.* diciembre de 2013;34(4):388-401.
2. Al-Haifi AR, Al-Fayez MA, Al-Athari BI, Al-Ajmi FA, Allafi AR, Al-Hazzaa HM, et al. Relative contribution of physical activity, sedentary behaviors, and dietary habits to the prevalence of obesity among Kuwaiti adolescents. *Food Nutr Bull.* marzo de 2013;34(1):6-13.
3. Pajuelo Ramírez J. La obesidad en el Perú. *An Fac Med.* 17 de julio de 2017;78(2):73.
4. Tarqui-Mamani C, Alvarez-Dongo D, Espinoza-Oriundo P. Prevalencia y factores asociados al sobrepeso y obesidad en escolares peruanos del nivel primario. *Rev Salud Pública.* 1 de marzo de 2018;20(2):171-6.
5. Henríquez Konings FP, Lanuza Rilling FI, Bustos Medina LH, González San Martín A, Hazbún Game JI. Asociación entre conducta alimentaria y estado nutricional en preescolares chilenos. *Nutr Hosp.* 5 de octubre de 2018;35(5):1049.
6. Alba-Martín R. Prevalencia de obesidad infantil y hábitos alimentarios en educación primaria. *Enferm Glob.* abril de 2016;15(42):40-51.
7. Aranceta-Bartrina J, Pérez-Rodrigo C. Determinants of childhood obesity: ANIBES study. *Nutr Hosp.* 12 de 2016;33(Suppl 4):339.
8. Beulen Y, Martínez-González MA, van de Rest O, Salas-Salvadó J, Sorlí JV, Gómez-Gracia E, et al. Quality of Dietary Fat Intake and Body Weight and

- Obesity in a Mediterranean Population: Secondary Analyses within the PREDIMED Trial. *Nutrients*. 19 de diciembre de 2018;10(12).
9. Ruiz-Martínez E, Álvarez-Martínez I. Hábitos de alimentación en niños con sobrepeso y obesidad. 2012;9.
 10. Red Española de Investigación en Ejercicio Físico y Salud E, Vicente-Rodríguez G, Benito PJ, Casajús JA, Ara I, Aznar S, et al. Actividad física, ejercicio y deporte en la lucha contra la obesidad infantil y juvenil. *Nutr Hosp* [Internet]. 7 de diciembre de 2016 [citado 21 de junio de 2019];33(9). Disponible en: <http://revista.nutricionhospitalaria.net/index.php/nh/article/view/828>
 11. Ramiro-González MD, Sanz-Barbero B, Royo-Bordonada MÁ. Childhood Excess Weight in Spain From 2006 to 2012. Determinants and Parental Misperception. *Rev Espanola Cardiol Engl Ed*. agosto de 2017;70(8):656-63.
 12. Aparco JP, Bautista-Olórtegui W, Astete-Robilliard L, Pillaca J. Evaluación del estado nutricional, patrones de consumo alimentario y de actividad física en escolares del Cercado de Lima. *Rev Peru Med Exp Salud Pública*. diciembre de 2016;33:633-9.
 13. Orgilés M, Sanz I, Piqueras JA, Espada JP. [Differences in eating habits and physical activity in a sample of preadolescent depending on their weight category]. *Nutr Hosp*. 1 de agosto de 2014;30(2):306-13.
 14. Iza DAH. Hábitos Alimentarios y Sobrepeso/Obesidad en Adolescentes. :95.
 15. Villar CMDA. Obesidad en el niño: factores de riesgo y estrategias para su prevención en Perú. *Rev Peru Med Exp Salud Pública*. 23 de marzo de 2017;34(1):113-8.
 16. Yáñez-Ortega JL, Arrieta-Cerdán E, Lozano-Alonso JE, Gil Costa M, Gutiérrez-Araus AM, Cordero-Guevara JA, et al. Prevalence of overweight and obesity in

- child population. A study of a cohort in Castile and Leon, Spain. *Endocrinol Diabetes Nutr.* marzo de 2019;66(3):173-80.
17. Smetanina N, Albaviciute E, Babinska V, Karinauskiene L, Albertsson-Wikland K, Petrauskiene A, et al. Prevalence of overweight/obesity in relation to dietary habits and lifestyle among 7-17 years old children and adolescents in Lithuania. *BMC Public Health.* 1 de octubre de 2015;15:1001.
 18. Oyarce Merino K, Valladares Vega M, Elizondo-Vega R, Obregón AM. Conducta alimentaria en niños. *Nutr Hosp [Internet].* 29 de noviembre de 2016 [citado 21 de junio de 2019];33(6). Disponible en: <http://revista.nutricionhospitalaria.net/index.php/nh/article/view/810>
 19. al ÁGM et. Programas de intervención para la promoción de hábitos alimentarios y actividad física en escolares españoles de Educación Primaria: revisión siste... - PubMed - NCBI [Internet]. [citado 21 de junio de 2019]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28000478>
 20. Diez-Canseco F, Saavedra-Garcia L. Programas sociales y reducción de la obesidad en el Perú: reflexiones desde la investigación. *Rev Peru Med Exp Salud Pública.* 23 de marzo de 2017;34(1):105-12.
 21. Bibiloni MDM, Fernández-Blanco J, Pujol-Plana N, Surià Sonet S, Pujol-Puyané MC, Mercadé Fuentes S, et al. [Reversion of overweight and obesity in Vilafranca del Penedès child population: ACTIVA'T Program (2012)]. *Gac Sanit.* abril de 2019;33(2):197-202.
 22. Zalewska M, Maciorkowska E. Selected nutritional habits of teenagers associated with overweight and obesity. *PeerJ.* 2017;5:e3681.
 23. Weker H. [Simple obesity in children. A study on the role of nutritional factors]. *Med Wieku Rozwoj.* marzo de 2006;10(1):3-191.
 24. Fathi A, Ahari SS, Amani F, Nikneghad MR. Study Frequency of Hypertension and Obesity and their Relationship with Lifestyle Factors (Nutritional Habits,

- Physical Activity, Cigarette Consumption) in Ardabil City Physicians, 2012-13. Indian J Community Med Off Publ Indian Assoc Prev Soc Med. diciembre de 2016;41(4):268-72.
25. Vilela Q, Fanola S, Alexandra D, Muñoz S, Dabaiva D. Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería. :65.
26. Aymar, R. ESTADO NUTRICIONAL SU RELACIÓN CON HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES DE 8 A 11 AÑOS. I.E.E. N°111 SAN JOSÉ DE ARTESANOS. LIMA, PRIMER SEMESTRE, 2017 [Internet]. [citado 18 de octubre de 2019]. Disponible en: http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2695/3/aymar_pr.pdf
27. Mispireta ML. Determinantes del sobrepeso y la obesidad en niños en edad escolar en Perú. Rev Peru Med Exp Salud Pública [Internet]. 2012 [citado 7 de octubre de 2020];29(3). Disponible en: <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/370>
28. Liria MR, Mispireta ML, Lanata CF, Creed-Kanashiro HM. Perfil Nutricional en escolares de Lima y Callao. Lima: Instituto de Investigación Nutricional; 2008.
29. Pajuelo-Ramírez J. La obesidad en el Perú. An Fac Med. abril de 2017;78(2):179-85.
30. Martín AR, Ruiz JPN, Pérez SV, Martí JM. LA PERCEPCIÓN DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL POR PARTE DE LOS PROGENITORES. Rev Esp Salud Pública. 2012;86:12.
31. Tarqui-Mamani C, Alvarez-Dongo D, Espinoza-Oriundo P. Prevalencia y factores asociados al sobrepeso y obesidad en escolares peruanos del nivel primario. Rev Salud Pública. abril de 2018;20:171-6.

IX. ANEXOS:

ANEXO (01):

Solicitud de realización de proyecto de investigación

SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Samuel Urbina Carreño

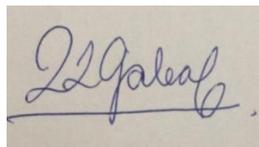
Director del Colegio "Santa Úrsula"

Yo, Jimena Galea Castillo, identificado con DNI N° 77341983, estudiante de pregrado de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Privada Antenor Orrego, ante usted me presento y expongo:

Que, presento el siguiente proyecto de investigación titulado: "HÁBITOS ALIMENTARIOS RELACIONADOS A SOBREPESO Y OBESIDAD INFANTIL EN ESCOLARES DE 8- 11 AÑOS EN SULLANA, PIURA, 2020"

En tal sentido, solicito aprobación y autorización para ejecución del proyecto de investigación. Así mismo me comprometo a cumplir con las buenas prácticas de investigación, las recomendaciones de los comités revisores y con el cronograma de supervisión de la ejecución según corresponda.

Atentamente, Sullana, 15 de julio del 2020.



Jimena Lucía Galea Castillo

DNI:77341983

Telefono:956512942

ANEXO (02):

Cuestionario sobre hábitos alimentarios:

Nombre: _____ **Curso:** _____

Sexo: M F **Edad:** _____ **Fecha:** __/__/__

Instrucciones: Según la comida del día y la frecuencia del consumo de alimentos. Marca con una "X" dentro del recuadro:

Tipo de Alimento	Frecuencia de consumo				
	4 puntos	3 puntos	2 puntos	1 punto	0 puntos
	Diariamente	2 a 3 veces a la semana	1 vez a la semana	Ocasional.	Nunca
Lácteos(leche, yogurt, queso)					
Carnes					
Pescado, pollo o pavo.					
Huevos					
Verduras					
Frutas					
Cereales, pan, pastas o papas cocidas					
Agua pura					

Tipo de Alimento	0 puntos	1 punto	2 puntos	3 puntos	4 puntos
	Diariamente	2 a 3 veces a la semana	1 vez a la semana	Ocasional.	Nunca
Aceites y otras grasas (mantequilla, margarina, aceituna, palta, nuez, almendra, maní)					
Azúcar, miel o dulces					
Comida Chatarra o prohibida (pizza, hamburguesa, salchipapas)					
Refrescos y bebidas (gaseosas, jugos y refrescos en caja)					

ANEXO (03):

Link del cuestionario (1era sección)

Cuestionario sobre Hábitos Alimentarios en escolares.

Buen día,

Soy Jimena Lucía Galea Castillo, ex alumna del colegio Santa Úrsula, y estudiante de la carrera de Medicina Humana de la UPAO. Este cuestionario es parte de un proyecto de investigación que tiene como objetivo determinar la relación que existe entre los hábitos alimentarios con el sobrepeso y la obesidad infantil en escolares en el que deseo con mucho esmeró que su menor hijo/a y usted participe.

Para resolver este cuestionario se recomienda que SE ENCUENTREN JUNTOS el escolar y los Padre/ Madre/Tutor.

****Toda la información que se obtenga será tratada con estricta confidencialidad y las respuestas y nombre de su menor hijo/a jamás serán revelados****

***Obligatorio**

Nombre completo del Padre/ Madre/Tutor *

Tu respuesta _____

Grado de instrucción del Padre/ Madre/Tutor *

Inicial

Primaria

Secundaria

Superior

Otro: _____

Siguiente

Página 1 de 3

(2da sección)

Nombre y Apellido del escolar *

Tu respuesta _____

Edad: *

8 años

9 años

10 años

11 años

Otro: _____

Sexo del Escolar *

Mujer

Hombre

Peso del escolar (Kg) *

Tu respuesta _____

Talla del escolar (cm) *

Tu respuesta _____

(3era sección)

CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS ALIMENTARIOS

SE RESPONDERÁ LA FRECUENCIA EN LA QUE SE CONSUMEN LOS SIGUIENTES TIPOS DE ALIMENTO *

	Diariamente	2 a 3 veces a la semana	1 vez a la semana	Ocasional	Nunca
Lácteos(leche, yogurt, queso)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Carnes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pescado, pollo o pavo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Huevos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verduras	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frutas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cereales, pan, pastas o papas cocidas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Agua pura	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

SE RESPONDERÁ LA FRECUENCIA EN LA QUE SE CONSUMEN LOS SIGUIENTES TIPOS DE ALIMENTO *

	Diariamente	2 a 3 veces a la semana	1 vez a la semana	Ocasional	Nunca
Aceites y otras grasas (mantequilla, margarina, aceituna, palta, nuez, almendra, maní)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Azúcar, miel o dulces	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Comida Chatarra o prohibida (pizza, hamburguesa, salchipapas)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Refrescos y bebidas (gaseosas, jugos y refrescos en caja)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[Atrás](#)

[Enviar](#)

Página 3 de 3