

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE ESMERALDAS**



ESCUELA DE ENFERMERIA

TESIS DE GRADO

**DETERMINANTES DE OBESIDAD EN ESCOLARES DE 6 A 11 AÑOS
DE EDAD EN LA UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR LA
INMACULADA, CIUDAD ESMERALDAS**

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

AUTORA:

ROCIO BARRIO ROMO

ASERORA TESIS

MGT. YESICA CASTILLO AYОВI

ESMERALDAS, 2016

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN

Trabajo de tesis aprobado luego de haber dado cumplimiento a los requisitos exigidos por el reglamento de Grado de la P.U.C.E.S.E previo a la obtención del título de LICENCIADA EN ENFERMERÍA.

Presidente Tribunal de Graduación

Lector 1

Lector 2

Directora de Tesis

Directora de Escuela

SEPTIEMBRE 2016

AUTORÍA

Yo **ROCIO BARRIO ROMO** con CI. 0802838599, declaro que la presente investigación enmarcada en el actual trabajo de tesis es absolutamente original, autentica y personal.

En virtud que el contenido de esta investigación es de exclusiva responsabilidad legal y académica de la autora y de la PUCESE.

ROCIO BARRIO ROMO

CI. 0802838599

DEDICATORIA

Este trabajo investigativo, fruto de mucha dedicación y esfuerzo, lo dedico con mucho amor, cariño y respeto, primeramente a Dios Todopoderoso por ser el hacedor de nuestras vidas; a todos mis seres queridos, empezando por mis padres quienes siempre me inculcaron el seguir por la senda del bien y la superación; a mis hijos MILLER, JOSTHYN Y DERECK porque son el motor impulsor para nunca darme por vencida; a mis hermanos y hermanas en especial a mi hermana CARLOTA BARIO ROMO por brindarme su apoyo absoluto y constantemente estar allí; a toda mi familia por estar a mi lado en todo momento. Una mención especial a mi esposo GUILLERMO LOZANO MIDEROS por su amor y comprensión cuando he tenido que estar fuera del hogar por atender situaciones de mi carrera. Para todos ellos va dedicado este trabajo de finalización de mi carrera.

Con amor

ROCIO

AGRADECIMIENTO

Es preciso poner de manifiesto mis sentimientos de gratitud a todas las personas que de una u otra forma han puesto un granito de arena para que día a día me vaya formando en este camino hacia la consecución de un título académico.

Primeramente le agradezco a Dios, porque es el ser supremo que me escogió desde el vientre de mi madre para estar agradecida por todo lo bueno que ha hecho en mí en toda la trayectoria de mi vida y carrera profesional, para llegar hasta donde estoy porque hiciste realidad este sueño, gracias padre por siempre estar allí por ser mi luz, mi guía y mi salvación, por haberme dado la oportunidad en esta vida para obtener lo que siempre he anhelado, no me canso de agradecerte lo bueno y maravilloso que has sido conmigo como no alabarte y glorificarte si eres digno de todo .

A mi madre NELLY ROMO TENORIO por haberme regalado la vida, por poseer educación en valores y principios desde niñez hasta ahora, por brindarme su apoyo incondicional y por adquirir de ella la mejor herencia que es la educación, de ese principio parto para poder educar a mis hijos y desear todo mi sustento absoluto.

A mi esposo, GUILLERMO LOZANO MIDEROS por ser el sustento a seguir mis estudios universitarios, por siempre estar allí, inspirándome a seguir adelante y expresar que nada es fácil en la vida, lo que uno se plantea persistentemente lo obtiene, gracias por ser incondicional y por haber sido mi soporte hasta ahora .

A mis hijos, MILLER, JOSTHYN Y DEREK porque han sido mi pilar fundamental para culminar mi objetivo propuesto.

Debo mencionar a todos mis maestros y maestras de los diferentes niveles de educación, en especial a mi asesora de tesis YESICA CASTILLO quienes desinteresadamente compartieron sus saberes para poderme formar como una profesional. Cómo no agradecer a mis compañeros y compañeras con quienes juntos pasamos diferentes vicisitudes, sin embargo seguimos adelante hasta alcanzar este logro.

Sinceramente

ROCIO

ÍNDICE

Tribunal de graduación	ii
Autoría	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice	vii
Ilustración de tablas	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	1
	4
Materiales y métodos	5
	5
Resultados	10
	10
Discusión	17
	17
Conclusiones	20
	20
Recomendaciones	21
	21
Referencias bibliográficas	23
	23
Anexos	26

LISTADO DE FIGURAS Y TABLAS

Figura 1	Edad de los escolares	10
Figura 2	Incidencia según género de los escolares	10
Figura 3	Ingreso mensual de los padres de familia	11
Figura 4	Antecedentes de obesidad en la familia	11
Figura 5	Ocupación laboral de los padres de familia y tiempo libre de los niños	12
Figura 6	Frecuencia de consumo de alimentos en casa por los infantes	13
Figura 7	Frecuencia con que consumen comidas rápidas	14
Figura 8	Práctica de deportes de los niños	14
Figura 9	Uso de lonchera por los niños	15
Figura 10	Incidencia de obesidad y sobrepeso en niños de 6 a 11 años	16

RESUMEN

DETERMINANTES DE OBESIDAD EN ESCOLARES DE 6 A 11 AÑOS DE EDAD EN LA UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR LA INMACULADA ESMERALDAS

El presente trabajo investigativo se realizó en la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada”, institución educativa emblemática de la educación en la provincia de Esmeraldas con el propósito de coadyuvar de alguna manera en la solución de uno de los problemas de salud que se presenta con mucha frecuencia en la comunidad, especialmente en los niños en edad escolar, cual es la obesidad o el sobrepeso, la misma que trae graves consecuencias que afectan la integridad física y emocional de las personas que la padecen.

El objetivo planteado en esta investigación fue: identificar los determinantes de obesidad en los escolares de 6 a 11 años de edad de la institución educativa en mención. Aplicando métodos y técnicas analíticas y experimentales, se detectó 28 niños/as de 6 a 11 años de edad que presentan sobrepeso u obesidad, de un universo de 478 alumnos. De hecho que se trabajó directamente con la población objeto de estudio, sin embargo para tener la seguridad en las respuestas, se elaboró el instrumento pertinente, dirigido a los padres de familia de los niños/as que conforman la muestra, los mismos que luego del correspondiente análisis demuestran que los determinantes de obesidad en los niños/as de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” de la ciudad de Esmeraldas son: factores genéticos en 68%, consumo de comida chatarra 45%, sedentarismo 43%; lo que en definitiva da la pauta para emitir las recomendaciones que el caso amerita, las mismas que estarán sujetas a la supervisión médica especializada.

Palabras Clave: Determinantes, Obesidad, Escolares de 6 a 11 años de edad.

SUMMARY

DETERMINANTS OF OBESITY IN SCHOOL OF 6 TO 11 YEARS OF AGE IN PARTICULAR THE IMMACULATE UNIT EDUCATIVA ESMERALDAS

This research work was conducted at the Private Education Unit "The Immaculate" flagship educational institution of education in the province of Esmeraldas in order to contribute in some way in solving one of the health problems that occurs with high often in the community, especially in children of school age, which is obesity or overweight, it brings serious consequences that affect the physical and emotional integrity of people who have it.

The stated goal in this research was to identify the determinants of obesity in schoolchildren aged 6 to 11 years old from the school in question. Applying analytical and experimental methods and techniques, 28 children / as 6 to 11 years of age who are overweight or obese, a universe of 478 students was detected. In fact they worked directly with the population under study, however to be sure on the responses, the appropriate instrument, aimed at parents of children / as the exhibit was developed, the same as after corresponding analyzes show that the determinants of obesity in children / as 6 to 11 years of age of the Special Education Unit "the Immaculate" in the city of Esmeraldas are: genetic factors in 68%, consumption of junk food 45%, sedentary lifestyle 43%; which ultimately sets the standard for issuing recommendations that the case merits, they that are subject to specialized medical supervision.

.
Keywords: Determinants, Obesity, School of 6 to 11 years old.

INTRODUCCIÓN

En el convivir humano, la heterogeneidad de caracteres y características de cada uno de los miembros de la sociedad son múltiples, muchos de ellos no pueden percibirse a simple vista, sin embargo otros son muy evidentes. Entre los últimos se encuentra el sobrepeso y la obesidad, problemática que se presenta en todas las edades y se debe a muchos factores.

La obesidad constituye un problema de salud pública que se ha calificado como la “epidemia del siglo”, a la que se ha destinado una gran cantidad de recursos económicos y humanos para su manejo, control y prevención. De acuerdo con datos de la OMS, hace diez años había en el mundo un aproximado de 330 millones de adultos obesos; en el 2005 alcanzó los 400 millones de personas, y se calculó que para el año 2015 habría por lo menos 2,300 millones de individuos con sobrepeso y más de 700 millones con obesidad. **(Dra. Margaret Chan, Directora General de la OMS)**

En 2014, según las estimaciones de la OMS, unos 41 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso o eran obesos. Si bien el sobrepeso y la obesidad se consideraban antes un problema propio de los países de ingresos altos, actualmente ambos trastornos aumentan en los países de ingresos bajos y medianos, en particular en los entornos urbanos. En África, el número de niños con sobrepeso u obesidad prácticamente se ha duplicado: de 5,4 millones en 1990 a 10,6 millones en 2014. En ese mismo año, cerca de la mitad de los niños menores de cinco años con sobrepeso u obesidad vivían en Asia. **(Dra. Margaret Chan, Directora General de la OMS)**

A nivel mundial, el sobrepeso y la obesidad están vinculados con un mayor número de muertes que la insuficiencia ponderal. En general, hay más personas obesas que con peso inferior al normal. Ello ocurre en todas las regiones, excepto en partes de África al sur del Sahara y Asia. **(Dra. Margaret Chan, Directora General de la OMS)**

La obesidad infantil es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI. El problema es mundial y está afectando progresivamente a muchos países de bajos y medianos ingresos, sobre todo en el medio urbano. La prevalencia ha aumentado a un ritmo alarmante. Se calcula que en 2014 había 54 millones de niños con sobrepeso en todo el mundo, de los que cerca de 35 millones viven en países en desarrollo. Los niños obesos y con sobrepeso tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer a edades más tempranas enfermedades no transmisibles como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares. El sobrepeso, la obesidad y las enfermedades conexas son en gran medida prevenibles. Por consiguiente hay que dar una gran prioridad a la prevención de la obesidad infantil. **(Dra. Margaret Chan, Directora General de la OMS)**

El Ecuador posee una abundante y variada cultura gastronómica, por lo que las costumbres alimentarias son distintas dependiendo de la región, provincia o ciudad donde se encuentre, debido a la diversidad de clima y tipo de suelo de cada zona. En general la dieta en el Ecuador es rica en carbohidratos, carnes y lácteos los cuales son productos de menor consumo por su costo en las zonas periféricas, las frutas y hortalizas a pesar de la gran variedad y producción, tienen poca importancia en la dieta diaria (Moreno, 2014).

En el desarrollo de este trabajo investigativo se realizaron las acciones pertinentes para identificar los factores determinantes de la obesidad y sobrepeso en los/as escolares de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada”. Es preciso señalar que desde tiempos atrás tanto en niños/as como en adultos se ha presentado el problema de la obesidad y sobrepeso que no es más que: “una acumulación anormal o excesiva de grasa que supone un riesgo para la salud” (OMS); sin embargo en los últimos tiempos es más frecuente

que antes, observar niños y niñas en edades escolares con problemas de sobrepeso y obesidad, esta problemática se presenta debido a muchas determinantes; no obstante es preciso realizar un estudio retrospectivo en la calidad de vida que cada uno de los identificados con sobrepeso u obesidad han tenido.

De manera general se puede decir que las costumbres de las familias en los tiempos actuales han cambiado radicalmente, en relación a las anteriores generaciones. En los núcleos familiares tanto padre como madre trabajan y no tienen tiempo para atender a sus hijos en lo que tiene que ver a la preparación de los alimentos, razón por la que en la mayoría de los casos, comen fuera de casa, en lugares donde se desconoce qué es lo que preparan, cuál es el contenido nutritivo y calórico de los alimentos y si sus hijos/as comen a tiempo, etc. Los padres de familia no controlan el consumo de comida chatarra, considerándose como tal a las hamburguesas, patatas fritas, perros calientes, enlatados, gaseosas, jugos artificiales con energizantes, etc., que al paso y en todos los lugares se los puede adquirir. Los niños y niñas pueden acceder fácilmente a la compra de comida chatarra, lo cual afecta directamente a la salud de quienes lo consumen, puesto que su constitución está llena de lípidos, grasas saturadas, glucosa, sacarosa y otros elementos que solos o en conjunto, transforman el metabolismo de los individuos, provocando trastornos en muchos de los casos irreversibles.

Los escolares en edades comprendidas entre 6 a 11 años de edad, están cursando entre 2° y 7° años de EGB; los niños y niñas de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” cuentan con el servicio de Bar Estudiantil, el cual tiene que cumplir con una serie de normas, debido a que la institución está considerada dentro de las Escuelas Saludables, en virtud de lo cual no puede vender en ningún caso, comida chatarra; por el contrario en su menú deben ofertar comida saludable. Pese a estas circunstancias, hay niños y niñas que llevan en su lonchera comida chatarra que como es de dominio general, son perniciosos para la salud de los chicos/as; sin embargo escapa del control de los y las docentes que aisladamente no pueden realizar un trabajo efectivo para evitar el consumo de comida chatarra.

Por todas estas determinantes en la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” en los escolares en edades comprendidas entre 6 a 11 años de edad, que están cursando entre 2° y 7° años de EGB se encontraron 28 casos de sobrepeso y obesidad, lo que es posible afirmar luego del correspondiente trabajo de campo realizado y las relaciones científicas establecidas para determinar si hay sobrepeso u obesidad según lo establecido por la OMS:

Clasificación de la OMS del estado nutricional de acuerdo con el IMC⁴		
Clasificación	IMC (kg/m²)	
	Valores principales	Valores adicionales
<u>Bajo peso</u>	<18,50	<18,50
Delgadez severa	<16,00	<16,00
Delgadez moderada	16,00 - 16,99	16,00 - 16,99
Delgadez leve	17,00 - 18,49	17,00 - 18,49
Normal	18,5 - 24,99	18,5 - 22,99
		23,00 - 24,99
<u>Sobrepeso</u>	≥25,00	≥25,00
Pre obeso	25,00 - 29,99	25,00 - 27,49
		27,50 - 29,99
<u>Obesidad</u>	≥30,00	≥30,00
Obesidad leve	30,00 - 34,99	30,00 - 32,49
		32,50 - 34,99
Obesidad media	35,00 - 39,99	35,00 - 37,49
		37,50 - 39,99
<u>Obesidad mórbida</u>	≥40,00	≥40,00

Este trabajo investigativo se apoya en la base legal de La Constitución de la República en el Capítulo II, Artículo 13 en donde se indica que las personas tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales.

Para el desarrollo de este estudio se plantearon los siguientes objetivos; General: Identificar las determinantes de obesidad en escolares de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa particular La Inmaculada de la ciudad de Esmeraldas; Específicos: Determinar la prevalencia de obesidad en escolares de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa la Inmaculada; Describir los hábitos alimenticios de los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Inmaculada; Identificar el estado nutricional de los Escolares de la Unidad Educativa la Inmaculada mediante el índice de masa corporal; Verificar la aplicabilidad del plan de alimentación saludable de los escolares en los bares estudiantiles.

MATERIALES Y MÉTODOS

La Unidad Educativa Particular “La Inmaculada”, centro educativo ubicado en la ciudad de Esmeraldas, específicamente en la Avda. Cristóbal Colón, entre las calles El Oro y México en el sector denominado “El Potosí”; pese a que esta institución educativa es reconocida en la provincia como una de las de nivel académico más elevado, pocos saben que es uno de los establecimientos más antiguos de la localidad. Fue gracias a la solicitud del arzobispo de Quito, Manuel María Póllit, que las madres de Bélgica de la Congregación de las Hermanas de la Providencia, autorizaron la creación de la institución en 1925. Así, en marzo de 1926 comenzó la adecuación de la casa de la matrona esmeraldeña ‘Delfina Torres de Concha’ ubicada en las calles Mejía y Bolívar, donde arrancó sus labores educativas.

En la actualidad cuenta con 650 estudiantes y 36 maestros; también cuenta con canchas de uso múltiples para practicar varios deportes. Dispone de un bar escolar en el cual se ofrece comidas saludables y tradicionales puesto que el establecimiento está considerado dentro del grupo de Escuelas Saludables, proyecto patrocinado por el Ministerio de Salud Pública.

TIPO DE ESTUDIO

Se realizó un estudio de tipo analítico y descriptivo.

Analítico, por cuanto a partir de la observación, de la lectura científica, de los insumos bibliográficos, etc., se pudo realizar el correspondiente análisis referente al sobrepeso y la obesidad a nivel nacional, y se lo relacionó con la realidad encontrada en los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” de la ciudad de Esmeraldas en el primer trimestre del año lectivo 2016-2017.

Descriptivo, porque frente a todos los elementos encontrados en los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” de la ciudad de Esmeraldas en el primer trimestre del año lectivo 2016-2017, se llegó a establecer las correspondientes conclusiones, en base de las cuales se hizo posible emitir las recomendaciones pertinentes.

TIPO DE INVESTIGACIÓN

Fue de tipo cualitativa y cuantitativa.

Cualitativa: porque permitió seleccionar los documentos de soporte, así como los de respaldo de la investigación en los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” de la ciudad de Esmeraldas en el primer trimestre del año lectivo 2016-2017

Cuantitativa: porque se describió de forma numérica las diferentes connotaciones de sobrepeso y obesidad que presentan los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” de la ciudad de Esmeraldas en el primer trimestre del año lectivo 2016-2017.

TIPO DE DISEÑO

El diseño fue tipo transversal porque la información se recolectó en el primer trimestre del año lectivo 2016-2017

UNIVERSO

Estuvo constituido por todos los alumnos de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” que asistieron de manera regular durante el primer trimestre del año lectivo 2016-2017, es decir 478.

MUESTRA.- Se trabajó con toda la población, en donde se identificó a 28 alumnos con sobrepeso y obesidad, y sus respectivos padres de familia.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN.-

- Niños de 6 -11 años de edad que asistieron de manera regular durante el primer trimestre del año lectivo 2016-2017.

- Niños cuyos padres aceptaron participar en la investigación.
- Niños cuyo IMC fue mayor de 25 KG/m²

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.-

- Niños de 6 -11 años de edad que no asistieron de manera regular durante el primer trimestre del año lectivo 2016-2017.
- Niños cuyos padres no aceptaron participar en la investigación.
- Niños cuyo IMC fue menor de 25 KG/m²

TÉCNICAS DE RECOLECIÓN DE DATOS.-

Se utilizó la encuesta y la observación.

La encuesta dirigida a los padres de familia de los niños y niñas con la finalidad de conocer los factores que inciden en la obesidad de los escolares, los hábitos alimenticios además permitió identificar si estos niños realizaban alguna actividad física en el hogar.

La observación fue directa para detectar los niños y niñas con indicios de sobrepeso y obesidad, a través de ello se conoció el patrón alimenticio de cada escolar y se pudo verificar si el bar escolar cumple con el reglamento de expendio de alimentos saludables de acuerdo a lo establecido por el Ministerio de Salud Pública para las escuelas saludables.

INSTRUMENTO

Cuestionario.- Estuvo constituido por 10 preguntas cerradas con opciones de respuestas múltiples y dicotómicas que fueron aplicadas a los padres de familia con la finalidad de identificar los factores que han influenciado en el sobrepeso y la obesidad así como en los hábitos alimenticios.

Guía de observación.- Constituida por 6 ítems los cuales ayudaron a determinar los hábitos alimenticios de los escolares, además permitió evidenciar si el bar escolar cumple con el reglamento de expendio de alimentos saludables.

Técnica de antropometría: mediante la realización de la toma de peso, talla y perímetro abdominal se determinó el estado nutricional y se obtuvo el índice de masa corporal de cada escolar. Aplicando la fórmula.

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{(\text{Estatura-m})^2}$$

VARIABLES DEL ESTUDIO

- ✓ Sobrepeso y obesidad en Escolares
- ✓ Hábitos alimenticios
- ✓ Estado nutricional
- ✓ Tipos de obesidad

TÉCNICA DE PROCESAMIENTO Y ANALISIS

El procesamiento y análisis de los datos cualitativo se le realizó mediante el programa Word se hizo un análisis narrativo sobre la guía de observación y las situaciones más relevantes y significativas del estudio.

La encuesta y las medidas antropométricas se procesaron mediante una base de datos en Microsoft Excel, estos resultados fueron graficados a través de pasteles y barras con sus respectivos porcentajes.

RESULTADOS

Los niños/as que tienen sobrepeso u obesidad, en su mayoría están en edades de 10 a 11 años; sin embargo se encontraron también niños/as con obesidad y sobrepeso en menor proporción en edades de 6 a 9 años.

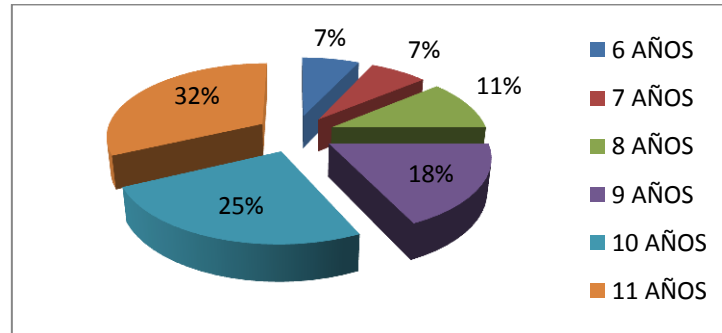


Figura 1: EDAD DE LOS NIÑOS QUE PRESENTAN OBESIDAD O SOBREPESO

Fuente.- Encuesta dirigida a los representantes de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

El mayor porcentaje de escolares con sobrepeso u obesidad corresponde al género femenino con un 71% demostrando así que en estas edades la prevalencia de obesidad la constituye éste género.

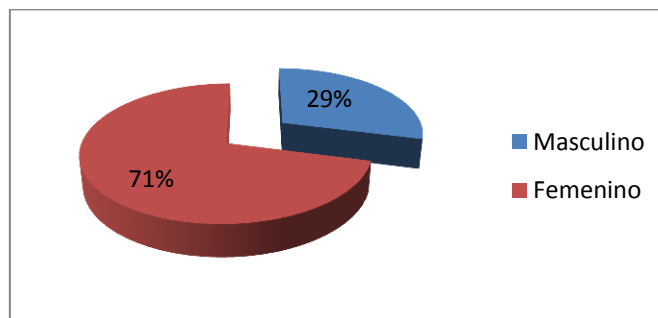


Figura 2: INCIDENCIA SEGÚN GÉNERO

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

El aspecto económico es uno de los factores determinantes para adquirir con solvencia y a veces con demasía los alimentos para los miembros de la familia, el 75% de los padres tiene un ingreso superior al sueldo básico.

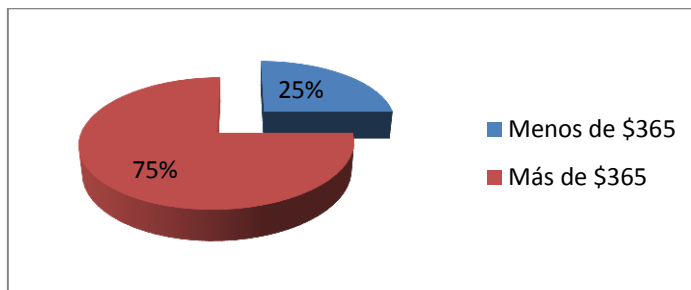


FIGURA 3: INGRESO MENSUAL DE LOS PADRES DE FAMILIA

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

El 68% de los encuestados tienen familiares con antecedentes de obesidad y sobrepeso; esto da una pauta para decir que el sobrepeso y la obesidad pueden ser de carácter genético.

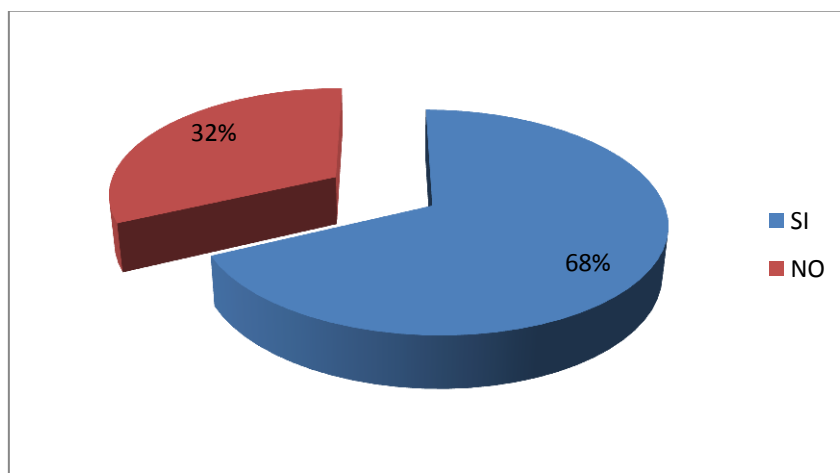


FIGURA 4: ANTECEDENTES DE OBESIDAD EN LA FAMILIA

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

En su mayoría trabajan fuera de casa esto da una idea acerca del tiempo que pasan solos los niños y por lo tanto están libres para comer de acuerdo a sus gustos y preferencias; un escaso porcentaje permanece en casa y está pendiente de los alimentos que ingieren sus hijos dentro del hogar .

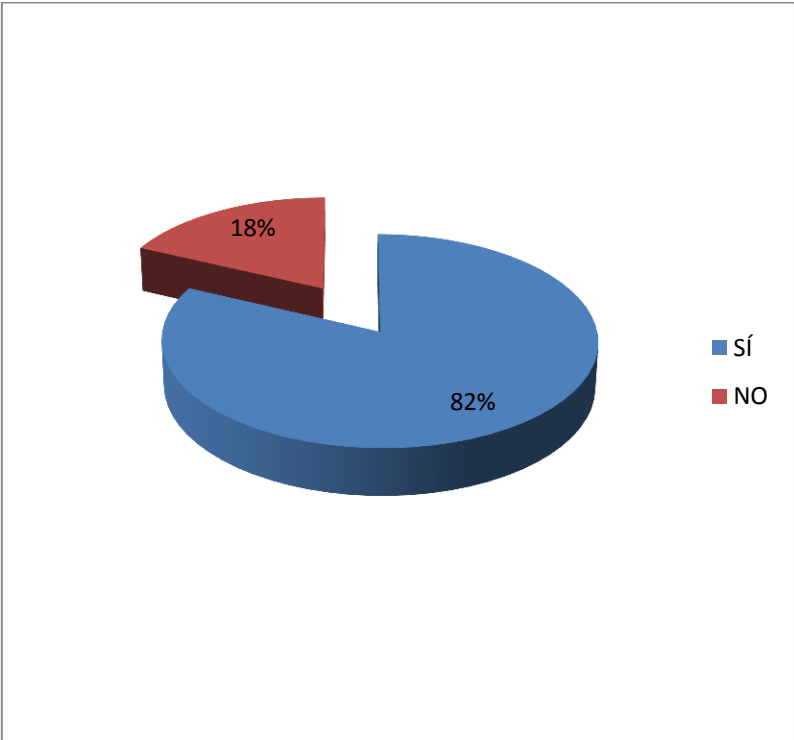


Figura 5: OCUPACIÓN LABORAL DE LOS PADRES DE FAMILIA Y TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

Referente a la preparación de los alimentos en casa, los 28 encuestados respondieron que sí lo hacen frecuentemente. Sin embargo esto no se refleja, puesto que si preparan los alimentos frecuentemente en casa, debe haber un control de lo que cocinan para sus hijos/as.

Refiriéndose a las veces que su hijo/a consume alimentos en el día, se estableció que el 64% comen cuatro veces en el día y el 36% tres veces; demostrándose que la frecuencia de ingesta de alimentos no es elevado.

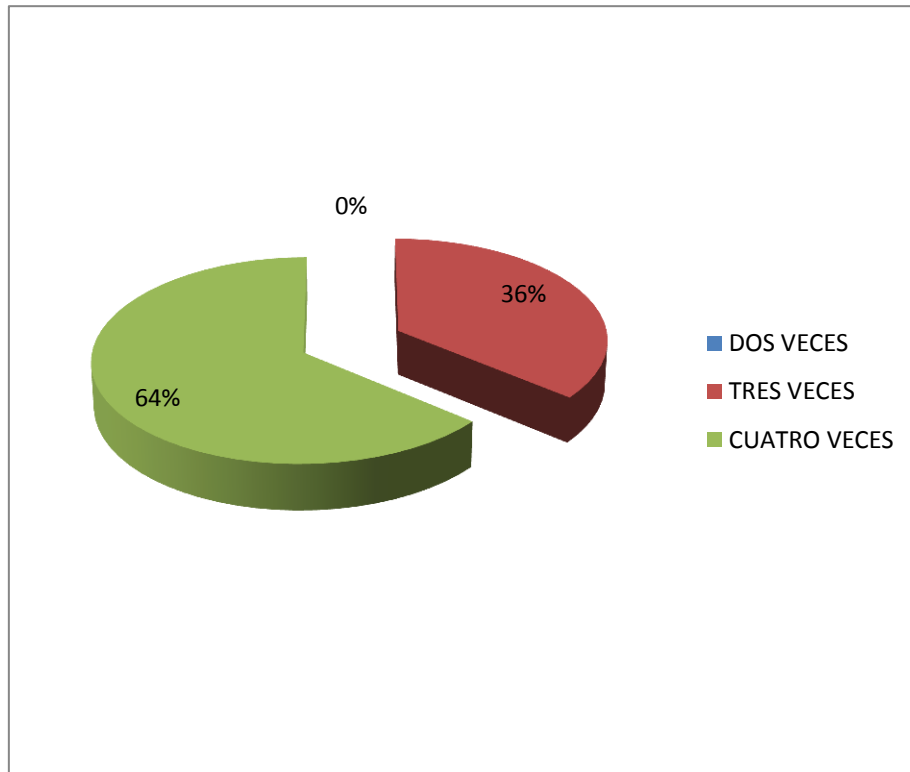


Grafico 6: FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS EN CASA POR LOS INFANTES

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

Al buscar la información referente al tipo de alimentos que consumen con mayor frecuencia los niños/as en cuestión, se pudo conocer que todos consumen: carbohidratos, proteínas, legumbres, frutas, lácteos. Es decir tienen una alimentación variada.

El 71% manifestaron consumir comidas rápidas una vez por semana, en tanto que 29% lo hacen dos veces a la semana. Se debe señalar que en este estudio la frecuencia de consumo de comidas consideradas chatarras es moderada.

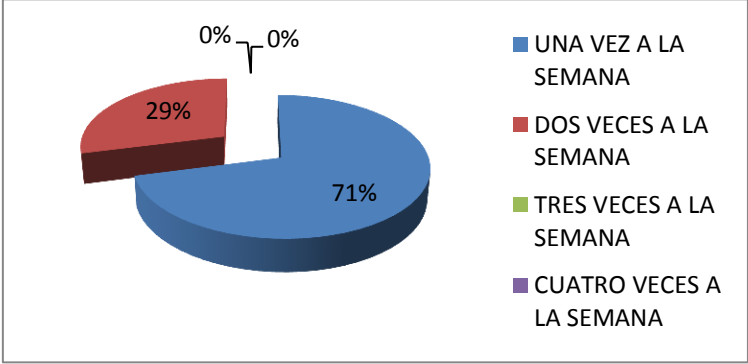


Gráfico 7: FRECUENCIA CON QUE CONSUMEN COMIDAS RÁPIDAS

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

El 57% manifestaron que sus hijos/as practican deportes, también hay un porcentaje considerado elevado que no lo realiza y esto podría ayudar a incrementar el sobrepeso considerando que practicar deporte ayuda a quemar calorías y mejorar el funcionamiento del aparato circulatorio. Es importante que los padres de familia acompañen a sus hijos/as en la práctica de cualquier deporte.

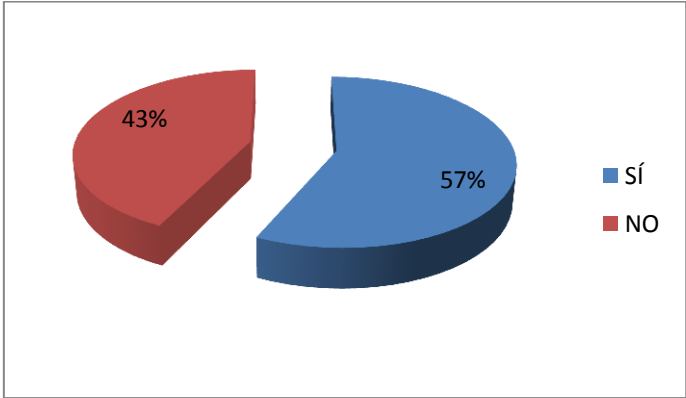


Gráfico 8: PRACTICA DE DEPORTES POR LOS NIÑOS

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

El 79% de los escolares no llevan lonchera a la escuela adquieren los alimentos en el bar de la institución, 21% lleva los alimentos desde sus hogares, es decir que en este grupo de niños los padres podrían tener la certeza de los alimentos que los niños consumen durante la jornada escolar.

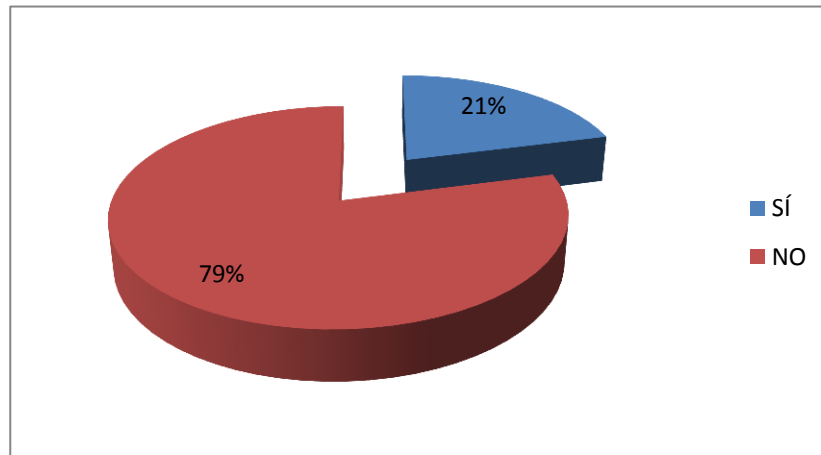


Figura 9: LLEVA EL NIÑO LONCHERA A LA ESCUELA

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

Partiendo de la observación directa, se pudo identificar 28 niños/as con sobrepeso u obesidad. De ellos 12 presentan sobrepeso y 16 obesidades, lo cual se detalla a continuación en la figura 10.

El problema de obesidad es mayor que el sobrepeso, sin embargo los niños/as con sobrepeso, si no cambian sus hábitos alimenticios y siguen sin practicar deporte alguno, definitivamente que caerán en la obesidad.

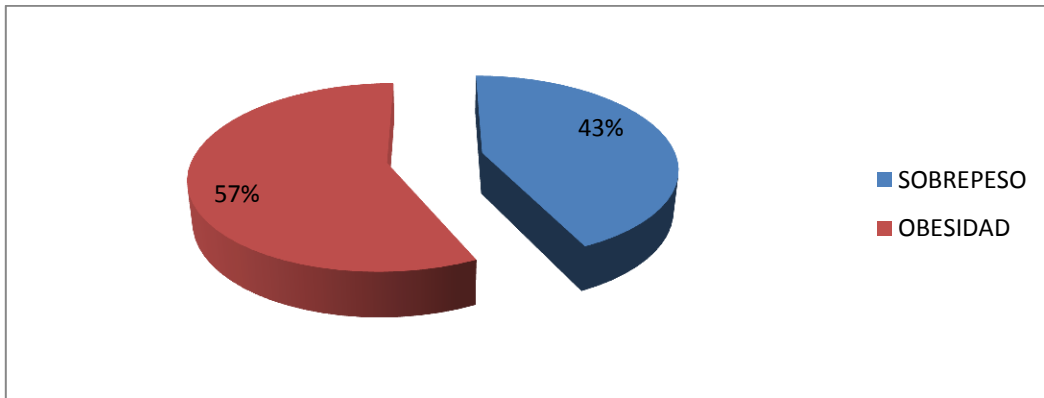


Figura 10: INCIDENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN NIÑOS DE 6 A 11 AÑOS

Fuente.- Encuesta dirigida a los padres de familia de los escolares que presentan sobrepeso u obesidad

RESULTADOS DE LA GUIA DE OBSERVACIÓN A LOS NIÑOS/AS DE 6 A 11 AÑOS DE EDAD, PARA IDENTIFICAR SU CONDICIÓN DE SOBREPESO U OBESIDAD

Esta guía de observación se planteó con el objetivo de verificar el estado nutricional de los alumnos, particularmente los de 6 a 11 años de edad, motivo de la presente investigación.

Los aspectos que se tomaron en cuenta para aplicar la guía de observación fueron los siguientes:

El niño/a lleva alimentos desde casa: se conoció que la mayoría no lleva alimentos, por lo que a la hora de recreo se abastece con los productos que ofertan en el bar estudiantil.

El niño compra alimentos en la escuela: como ya se señaló, la mayoría compra sus alimentos en la escuela o a la salida en las afueras de la misma, donde les ofrecen diversos alimentos, por lo regular en condiciones insalubres.

Realiza juegos de actividad física en las horas de descanso: los niños/as en cuestión en su mayoría, prefieren otras actividades en las que no haya desgaste físico, para aprovechar su tiempo libre.

Acompaña sus alimentos con agua: se pudo conocer que los niños/as tiene el hábito de acompañar sus comidas con líquidos endulzados, preferentemente procesados, por lo que muy de vez en cuando acompañan los alimentos con agua.

Come fritos y comidas chatarra en el descanso: es de preferencia de los niños/as la comida chatarra, especialmente las patatas fritas, las hamburguesas y el pollo frito.

El bar estudiantil expende alimentos saludables: se observó que en el bar sí venden comida saludable, pero los niños/as prefieren la comida chatarra; que de acuerdo a lo permitido por el Ministerio de Salud Pública permiten vender estos productos dos veces por semana.

DISCUSIÓN

La encuesta aplicada a los padres de familia de los niños y niñas de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa Particular “La Inmaculada” que presentan sobrepeso u obesidad, dan la oportunidad de someterlas a discusión, puesto que en ella se revelan algunos determinantes para que los escolares presenten sobrepeso u obesidad.

Se detectaron 28 niños con IMC superior a $25\text{KG}/\text{m}^2$ entre los cuales se los clasificó en: 12 niños con índices de sobrepeso y 16 con obesidad.

De acuerdo con las respuestas dadas por los padres de familia, se puede observar que en su mayoría trabajan fuera de casa, por lo que no tienen tiempo para estar cerca de sus hijos y controlar las actividades que éstos realizan después de la escuela. Los padres de familia se han visto obligados a dejar preparando la alimentación para que sus hijos la calienten para servirse al llegar de la escuela o cuando a ellos les apetezca. En compensación del abandono al que someten a sus hijos toda la semana, los padres llevan a sus hijos a “deleitarse” de comida rápida, los fines de semana.

“El auge de la comida chatarra se ha dado a causa de su rapidez para obtenerla y de sus precios accesibles. La nutricionista explica que este consumo es más visible en el periodo de la universidad ya que la falta de tiempo y un cambio en los hábitos alimenticios hace que las personas opten por estos alimentos. Cifuentes recomienda que su consumo sea máximo una vez por semana. (**Diario EL COMERCIO-Junio 2015**).

Coincidentemente, varios de los padres de familia de los niños/as que presentan sobrepeso u obesidad, aún están cursando sus estudios universitarios, en virtud de lo cual toman la alternativa más rápida para atender las comidas de sus hijos, carentes de nutrientes, saturados de grasa y con alto grado de químicos en los jugos elaborados.

Pese a que entre las respuestas que los padres dan en la encuesta referente a que sus hijos sí practican deportes; un respetable índice (43%) de niños y niñas con sobrepeso u obesidad, no practican deporte alguno, tienen un estilo de vida sedentario.

“Sobrepeso y obesidad: el ejercicio físico, o al menos mantenerse físicamente activo, es sumamente útil a la hora de prevenir el sobrepeso y la obesidad, dado que ayuda a que el

organismo quemé aquellas calorías y grasas que no necesita. Por tanto, cuando una persona no es activa lo habitual es que ingiera más calorías de las que su cuerpo en realidad termina por consumir, con el consecuente aumento de peso corporal”. (**Margarita Lázaro-2014**)

Los hábitos alimenticios en la actualidad han cambiado en los hogares, es muy posible que se deba a las ocupaciones de los jefes de hogar, por lo regular padre y madre trabajan, razón por la que no tienen tiempo para preparar los alimentos en casa; la influencia de los medios publicitarios de las comidas rápidas y los alimentos pre cosidos que se ofrecen en los supermercados han cambiado las costumbres de preparar los alimentos naturales en casa. No se preparan los jugos en base de frutas naturales, lo que en la actualidad se acostumbra es a comprar cualquier clase de jugo ya preparado, sin importar el contenido y muchas veces ni siquiera se observa la fecha de elaboración y caducidad. Mucho se insiste en preparar frituras para servir a los niños, en muchos de los casos el aceite utilizado, lo guardan y lo vuelven a usar, sin saber que las grasas sobresaturadas son totalmente nocivas para la salud de todos, particularmente de los niños, quienes con el tiempo sufren las consecuencias.

Las grasas que usted consume le dan al cuerpo la energía que necesita para trabajar adecuadamente. Durante el ejercicio, el cuerpo utiliza las calorías de los carbohidratos que usted ha consumido; pero después de 20 minutos, el ejercicio depende entonces de las calorías provenientes de la grasa para continuar. Usted también necesita grasa para mantener la piel y el cabello saludables. La grasa también le ayuda a absorber las vitaminas A, D, E y K, llamadas vitaminas liposolubles. La grasa también llena los adipocitos y aísla su cuerpo para ayudar a mantenerlo caliente. (**Catalina Marchant Contreras-2014**)

Entre otro de los aspectos que se pudo observar es la situación económica de los representantes o padres de familia, si bien es cierto los dos aportan para la economía del hogar, sin embargo descuidan la atención en tiempo que deben dar a sus hijos en el sentido de preocuparse de la clase de alimentos que consume su hijo/a, conocer si en la escuela hay un bar donde se vende comida saludable, u otros aspectos muy elementales como preparar para su hijo/a la tradicional lonchera; esto permitiría al padre de familia controlar de alguna manera el tipo de alimento que va a consumir su hijo/a.

Según las estadísticas otorgadas por el nutricionista del Hospital Sagrado Corazón de Jesús del cantón Quevedo, Geovanny Martínez, existe un 14 a 16 por ciento de la población en lo que respecta a niños y adolescentes, que presentan sobrepeso y obesidad, especialmente en escuelas y colegios.

Afirmó que el problema del sobre peso y la obesidad se presenta por malos hábitos alimentarios, y por la falta de ejercicio físico. Una de las principales causas que genera el sobrepeso y la obesidad, es el consumo de comidas chatarras como las hamburguesas y papas fritas, así lo dio a conocer Martínez.

Si bien es cierto que los niños/as cuando están fuera de casa es difícil controlarlos en lo que comen, pero tampoco es menos cierto que es responsabilidad de los padres de familia velar por la integridad de sus hijos/as, se precisa de un poco de tiempo y buena voluntad para aprovechar el poco o mucho tiempo de que dispone para realizar las mejores actividades junto a sus seres queridos. Parte del buen vivir y de la confraternización con el medio es el tener sanas distracciones en el campo, haciendo deporte, aprendiendo a cuidar la naturaleza, a compartir con los demás, haciendo notar que lo mejor que tiene para consumir el ser humano, son los productos naturales del que nos provee la madre naturaleza. No se puede olvidar que: “Nuestro cuerpo es un templo sagrado al cual debemos prodigarle el mejor de los cuidados, y los mejores cuidados provienen de la naturaleza” (**Rocío Barrio Romo, 2014**)

Cuando los padres de familia por cualquier circunstancia, no pueden mandar a sus hijos con alimentos seleccionados por ellos, les dan dinero para que compren en el Bar Estudiantil lo que a bien puedan; sin embargo no todos los padres de familia conocen la realidad del bar estudiantil. En la Unidad Educativa “La Inmaculada”, el Bar Estudiantil está obligado a ofrecer comida saludable, por cuanto la institución pertenece al programa de escuelas saludables; sin embargo, en el bar pueden vender dos productos de comida chatarra a la semana; esta realidad no pueden controlar las autoridades de la institución, ni los padres de familia, lo cual es un determinante para provocar el sobrepeso o la obesidad, cuando los niños consumen en exceso esos productos. También se puede observar en el bar bebidas procesadas, no hay jugos naturales, y el expendio de agua es muy escaso, cosa que si se la puede regular dentro de la institución, para promover en los alumnos el consumo de agua, que es el elemento fundamental para la vida de todo ser vivo, particularmente del hombre.

CONCLUSIONES

Al término de este trabajo investigativo se establecen las siguientes conclusiones:

- De los 478 escolares de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa la Inmaculada, 28 presentan sobrepeso u obesidad considerándose que el índice de sobrepeso y obesidad en esta institución educativa es bajo, equivalente a un 6%.
- El determinante de obesidad de mayor prevalencia en los escolares de 6 a 11 años en la Unidad Educativa particular “La Inmaculada” fue el factor genético con un 68 % seguido del consumo de comida chatarra en un 45 %, así como el sedentarismo en un 43 %., manifestándose la herencia como uno de los más importantes.
- En relación a los hábitos alimenticios de los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Inmaculada: en su mayoría los padres preparan los alimentos en casa, proporciona una alimentación que incluya carbohidratos, proteínas, grasas y vegetales, además el consumo de alimentos considerados rápidos los realizan máximo dos veces por semanas.
- El estado nutricional de los Escolares de la Unidad Educativa “La Inmaculada” según el IMC establecido para sobrepeso y obesidad son: el 57% corresponde a obesidad y el 43% a sobrepeso.
- La Unidad Educativa Particular “La Inmaculada”, está considerada dentro del programa de Escuelas Saludables, y como tal dispone de un bar donde se expende comida saludable diariamente y comidas rápidas dos veces a la semana de acuerdo a lo dispuesto por el Ministerio de Salud Pública.

RECOMENDACIONES

- Pese a que el número de escolares de 6 a 11 años de edad de la Unidad Educativa la Inmaculada que presentan sobrepeso u obesidad es pequeño, sin embargo se hace necesario buscar las estrategias para concienciar a toda la comunidad educativa, en lo que tiene que ver a la importancia de una correcta alimentación.
- Los hábitos alimenticios de los escolares de 6 a 11 años de la Unidad Educativa Inmaculada que presentan sobrepeso u obesidad tienen un régimen alimenticio que debe ser controlado, particularmente por los padres de familia.
- El estado nutricional de los Escolares de la Unidad Educativa “La Inmaculada” que presentan sobrepeso u obesidad, necesariamente debe cambiar, con la intervención los padres de familia y la ayuda de los maestros en la escuela, controlando en lo posible los alimentos que ingieren los niños/as.
- La Unidad Educativa Particular “La Inmaculada”, está considerada dentro del programa de Escuelas Saludables, y como tal dispone de un bar donde se expende comida saludable, de acuerdo a lo dispuesto por el Ministerio de Salud Pública, sin embargo se sugiere realizar las correspondientes supervisiones por parte de las autoridades competentes, de manera que se tenga una total seguridad y garantía en el stock de productos que se expendan en el bar estudiantil.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aranceta, A, Pérez, G, Ribas, N. (2015). Epidemiología y factores determinantes de la obesidad infantil y juvenil en España. Rev. Pediatra Aten Primaria. Vol.2 (núm. 1), pp. 13-20. http://www.aepap.org/pdf/obesidad_epidemiologia.pdf

Barroso, C. (2014, enero-abril). La obesidad, un problema de salud pública. Revista Redalyc, vol. 15, (núm. 33), pp. 200-215. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67622579011>

Bustos, E & Silva, K (2007). Factores determinantes del exceso de peso en escolares: Un estudio multinivel. Rev Méd Chile. Vol.2, (num135), pp 1510-1518. Recuperado de: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003498872007001200002&lng=es&tlng=es.10.4067/S0034-98872007001200002.

Castro, L. (2014). Prevalencia de obesidad en escolares de 6 a12 años. (Tesis de pregrado). Universidad veracruzana, Veracruz, México. Recuperado de: <http://cdigital.uv.mx/bitstream/12345678/988/1/tesis-0294.pdf>

Contreras, J & Ortiz, S. (200). Obesidad infantil e ingesta de alimentos chatarra. (Tesis de pregrado). Universidad Veracruzana, Veracruz, México. Recuperado de: <http://cdigital.uv.mx/bitstream/12345678/986/1/tesis-0291.pdf>

Control sanitario. (2014). Reglamento sustitutivo para el funcionamiento de bares escolares del sistema nacional de educación. Recuperado de: <http://www.controlsanitario.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/09/04-10-reglamento-sustitutivo-para-el-funcionamiento-de-bares-escolares.pdf>

Fajardo, G & Gonzales, A. (2012). Prevalencia de sobrepeso y obesidad, consumo de alimentos y patrón de actividad física en una población de niños escolares de la ciudad de Bogotá. Revista MED. Vol. 20 (núm. 1), pp 101-116. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/910/91025872011.pdf>

Héctor, O & Barrios, L. (20014). Sobrepeso, obesidad, hábitos alimentarios, actividad física y uso del tiempo libre en escolares. Argentina. Revista Cubana de Pediatría, Vol.79, (núm.1). Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034753120070001000006&lng=es&tlng=es

Ley orgánica del régimen de la soberanía alimentaria. (2009). Artículo (n.-28), Calidad nutricional. Recuperado de: <http://www.wipo.int/edocs/lexdocs/laws/es/ec/ec046es.pdf>

Londoño, C & Tovar, G. (2009). Sobrepeso en escolares: prevalencia, factores protectores y de riesgo en Bogotá (Tesis de Grado). Colegio Mayor Nuestra Señora del Rosario, Bogotá, Colombia. Recuperado de: https://tel.archivesouvertes.fr/tel01127332/file/2015PA113002_annexe.PDF

Martínez, F & Torrijos, M. (20014). Prevalencia de obesidad y tendencia de los factores de riesgo cardiovascular. Universidad de Castilla, La Mancha, Cuenca. . Vol. 126. (núm. 18).

Ministerio de Salud Pública. (2011). Normas de nutrición para la prevención primaria y control del sobrepeso y la obesidad en niñas, niños y adolescentes. Recuperado de: http://www.opsecu.org/manuales_nutricion/sobrepeso%20y%20obesidad/art.%20prevencion%20primaria.pdf

Mispiretas, M. (2012). Determinantes del sobrepeso y la obesidad en niños en edad escolar en Perú. Rev Peru Med Exp. Salud Pública. Vol.3, (núm. 336) Recuperado de: <http://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/v29n3/a11v29n3>

Moreno M. (2014). Hábitos alimentarios y actividad física y su relación con el sobrepeso y obesidad en los trabajadores de las estaciones del Terminal Marítimo Onshore y Offshore de

Esmeraldas de OCP. (Tesis de Grado). Pontificia universidad católica del ecuador. Quito, Ecuador. Recuperado de: <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/7519>

Organización mundial de la salud. (2015) ¿Qué son el sobrepeso y la obesidad? Recuperado de: http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what/es/

Organización mundial de la salud. (2015). Datos y cifras de obesidad y sobrepeso. Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

Parreño D. (2011). Guía educativa para el manejo dietético nutricional de sobrepeso y obesidad infantil. Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de: <http://repositorio.educacionsuperior.gob.ec/handle/28000/292>

Pesquera, Raúl. (2014). Prevalencia de obesidad infantil en Cantabria. (Tesis doctoral). Universidad de Cantabria, Santander, España. Recuperado de: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10704/TesisRPC.pdf?sequence=1>

Ramos, S, Carpio, M, Delgado, I & Villavicencio, R. (2015). Sobrepeso y obesidad en escolares y adolescentes del área urbana de la Ciudad de Riobamba, Ecuador. Rev Esp Nutr Hum Diet. Vol. 19, (nùm 1), pp. 21 – 27. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S2174-51452015000100004&script=sci_abstract

Tejada E. (2015). Sobrepeso y obesidad infantiles. Boletín epidemiológico (Tacna), vol. 1. Recuperado de: http://www.tacna.minsa.gob.pe/uploads/epidemiologia/2015/BOLETIN/BOL_SE_1.pdf

UNICEF. (2014). UNICEF Resaltó la necesidad de promover una alimentación saludable para combatir la obesidad y desnutrición infantil. Recuperado de: http://www.unicef.org/ecuador/media_27842.htm

Yépez, C & B, E. (2012). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes adolescentes Ecuatorianos del área urbana. Archivos latinoamericanos de nutrición, vol. 58, (n^o 2). Recuperado de: <http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v58n2/art04.pdf>

ANEXOS

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE ESMERALDAS**

ESCUELA DE ENFERMERÍA.

**DETERMINANTES DE OBESIDAD EN ESCOLARES DE 6 A 11 AÑOS DE EDAD
EN LA UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR LA INMACULADA DE
ESMERALDAS.**



ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ESCOLARES

La presente encuesta tiene como finalidad conocer las determinantes de sobrepeso y hábitos alimenticios de los escolares de la unidad particular la Inmaculada de la ciudad de Esmeralda.

1.- EDAD

Del niño

Del representante

2.- GÉNERO

Del niño

Del representante

3.- INGRESO MENSUAL

a.- Menor 365 dólares

c.- Mayor a 365 dólares

4.- ¿EXISTE EN SU FAMILIA ALGUNA PERSONA CON OBESIDAD?

a) Si

b) No

Cual.....

5.- ¿TRABAJAN FUERA DE CASA?

a) Si

b) No

Cual.....

6.- ¿PREPARAN FRECUENTEMENTE LOS ALIMENTOS EN CASA?

a) Si

b) No

Porque

7.- ¿CUÁNTAS VECES SU HIJO CONSUME ALIMENTOS EN LA CASA?

a) Dos veces

b) Tres veces

c) Cuatro veces

8.- ¿QUÉ TIPO DE ALIMENTOS CONSUMEN CON MAYOR FRECUENCIA?

9.- ¿PRACTICAN DEPORTE SU NIÑO/A?

a) Si _____

b) No _____

10.- ¿EL NIÑO LLEVA LONCHERA A LA ESCUELA?

a) Sí

b) No

FICHA ANTROPOMÉTRICA

Nº	NOMBRE	SEXO			PESO	TALLA	IMC
		EDAD	F	M			

**FICHA DE OBSERVACIÓN EN LA INSTITUCION
EDUCATIVA LA INMACULADA**

ASPECTOS	Indicadores	
	Si	No
El niño lleva alimentos desde casa		
El niño compra alimentos en la escuela		
Realiza juegos de actividad física en las horas de descanso		
Acompaña los alimentos con agua		
Acompaña los alimentos con colas		
Come fritos y comidas chatarras en el descanso		
El bar escolar expende alimentos saludables		
El bar escolar expende comidas chatarras		

PRESUPUESTO

Nº	Descripción	Cantidad	p. unitario	Total
TALENTO HUMANO				
1	Horas de asesoría de tesis	30 h		30 h
RECURSOS MATERIALES E INSUMOS				
2	Esferos	4	0.40	0.40
3	Lápices	3	0.20	0.60
4	Cd	1	0.60	0.60
5	Fotocopias	200	0.05	10.00
6	Impresiones	200	0.10	20.00
7	Flash memory	1	10.00	10.00
8	Anillados	5	2.00	10.00
9	Empastados	3	15.00	45.00
10	Internet	1	30.00	30.00
RECURSOS FINANCIEROS				
11	Examen complexivos	1	249.09	249.09
12	1 borrador	1	408.19	408.19
13	2 borrador	1	408.19	408.19
14	3 borrador	1	349.88	349.88
15	Matricula	2	149.23	298.46
16	Impresión titulo	1	12.00	12.00
MOVILIZACIÓN				
17	Movilización a Pucese	8	1.50	12.00
18	Movilización a la escuela	9	5.00	45.00
19	Gasto de alimentación	9	3.00	27.00
20	Imprevisto	1	150.00	150.00
	TOTAL			2,085,81

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

OBJETIVO	VARIABLE	CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA	INSTRUMENTO
Identificar las determinantes que desencadenan la obesidad en escolares de 6 a 11 años de edad en la unidad educativa Inmaculada de la ciudad de Esmeraldas.	Determinantes de obesidad	Enfermedad crónica, caracterizada por la acumulación excesiva de grasa o hipertrofia del tejido adiposo en cuerpo que empieza desde los 6 a 11 años.	Determinante genético	Edad	6 – 8 9 – 11	Encuesta
				Género	Masculino Femenino	
			Herencia	Si No		
			Determinante Económico	Trabajan los padres	Si No	
				Ingresos económicos	Menos de 365 Más de 365	
			Determinante Físico	Realizan algún deporte	Si No	
Prácticas alimentarias	Ocupación del tiempo libre	Deporte TV PC Dormir Celular Otra				
	Preparan los alimentos en casa	Si No				
				Con qué		

				<p>frecuencia consumen alimentos rápidas</p> <p>Una vez por semana Dos veces por semana Tres veces por semanas</p> <p>Qué tipo de comidas rápidas consume</p> <p>Cuatro veces por semanas Hamburguesas Hot dog Salchipapas Perro caliente Colas</p> <p>Con que combina los alimento</p> <p>Otros</p> <p>Agua Jugos naturales Jugos procesados</p> <p>Consume alimentos variados en casa</p> <p>SI No</p>	
--	--	--	--	--	--

OBJETIVO	VARIABLE	CONCEPTO	Indicador	Dimensión	ESCALA	INSTRUMENTO
Identificar el estado nutricional de los escolares de la Unidad Educativa la Inmaculada.	Estado nutricional	Grado de adecuación de las características anatómicas y fisiológicas del individuo, en parámetros normales, relacionados con la ingesta, la utilización y la excreción de nutrientes.	Tipo de Estado Nutricional	Bajo peso Normo peso Sobrepeso Obesidad	Por debajo de 18,5 18,5-24,9 25-29,9 Mayor 30	Medidas antropométricas

Describir los hábitos alimenticios en escolares de 6 ^a a 11 años de edad en la unidad educativa Inmaculada de la ciudad de Esmeraldas.	Hábitos alimenticios	Hábitos adquiridos a la largo de la vida que influyen en nuestra alimentación	Tiempos de Comida	Vegetales Carnes Rojas y Blancas Mariscos Cereales y Lácteos Frutas	3 veces al día 4-5 veces al día 6 o más veces día	Encuesta
			Frecuencia de Consumo		Diario Semanal Mensual Nunca	Encuesta

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES POR MES	Año, 2016																						
	enero	febrero	marzo	abril	mayo	junio	julio	agosto	septiembre														
Elaboración del tema	■																						
Aprobación del tema		■																					
Elaboración del anteproyecto			■	■	■																		
Disertación de anteproyecto						■																	
Elaboración de instrumentos						■																	
Visita a las escuela educativa la Inmaculada						■	■	■															
Aplicación de instrumentos						■	■	■															
Tabulación								■	■														
Realización de Corrección									■														
Entrega de primer borrador										■													
Corrección del primer borrador											■												
Entrega del segundo borrador												■											
Corrección de segundo borrador													■										
Entrega de tercer borrador																				■	■	■	■
Disertación de tesis																				■	■	■	■