

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6^{to} GRADO EN
PREVENCIÓN DE OBESIDAD EN ESCOLARES
DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA CORONEL JOSÉ JOAQUÍN
INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**

TESIS

**PRESENTADA POR BACHILLER
HEIDI GEOVANI OSPINA CAHUANA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

LIMA PERÚ

2017

ASESORA DE TESIS: MG NORMA CORDOVA DE MOCARRO

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por iluminar mi camino y brindarme la fuerza para salir adelante.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Agradezco a mi alma mater por haberme formado como profesional

A la Institución Educativa Gral. José Joaquín Inclán

Al Director, a los docentes y a los padres participantes por su apoyo en el estudio.

Asesora

Que durante el desarrollo de mi tesis siempre me ha apoyado y ha sido un pilar fundamental para culminar mi formación profesional.

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación está dedicado
A mis hijos mi razón de ser y de superación,
a mi esposo por su apoyo incondicional y a
mis padres por estar siempre conmigo
apoyándome.

RESÚMEN

Introducción: La obesidad es un enemigo silente clínicamente identificable en todas las edades, genera discapacidades, es por ello que se debe prevenir a temprana edad; por lo que es relevante practicar hábitos de alimentación y actividad física para tener una vida saludable. El presente trabajo tuvo como **Objetivo:** Determinar el Conocimiento de las madres del 6^{to} grado en prevención de obesidad en escolares del nivel primario de la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos Noviembre 2016. **Metodología:** Estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal y prospectivo. Se trabajó con 50 madres que reunieron criterios de inclusión y exclusión seleccionados a través del muestreo no probabilístico, la técnica de recolección de datos fue la encuesta, y el instrumento fue el cuestionario. **Resultados:** Las madres en la prevención de la obesidad en escolares de nivel primario, no conocen (56%), las madres según la dimensión de alimentación, conocen (55%), actividad física, no conocen (60%). **Conclusión:** Las madres de los escolares de 6to grado del nivel primario de la institución educativa Coronel José Joaquín Inclán no conocen sobre la prevención de la obesidad por lo cual se acepta la hipótesis planteada.

PALABRAS CLAVE: Conocimiento, prevención de la obesidad, madres.

ABSTRACT

Introduction: Obesity is a clinically identifiable silent enemy in all ages, generates disabilities that is why it should be prevented at an early age; therefore it is important to practice eating habits and physical activity to have a healthy life. The present work had like **Objective:** To determine the knowledge of the mothers of children of the 6th grade of primary level of the Educational Institution Coronel José Joaquín Inclán in the prevention of obesity. **Methodology:** Study of quantitative, descriptive, cross-sectional and prospective approach. We worked with 50 mothers who met inclusion and exclusion criteria selected through non-probabilistic sampling, the technique of data collection was the survey, and the instrument was the questionnaire. **Results:** mothers in the prevention of obesity in primary school children, do not know (56%), parents according to the feeding dimension, know (55%), physical activity, do not know (60%). **Conclusion:** the mothers of the 6th grade students of the primary level of the educational institution Coronel José Joaquín Inclán do not know about the prevention of obesity, for which the hypothesis is accepted.

KEY WORDS: Knowledge, prevention of obesity, mothers.

PRESENTACIÓN

La obesidad, es el primer causante de morbimortalidad a nivel internacional y nacional con graves consecuencias en la salud, constituyendo así en el principal factor de riesgo en enfermedades cardiovasculares, es por ello que en el presente trabajo de investigación está proyectado hacia las madres de escolares de nivel primario para identificar el conocimiento que tienen sobre este trastorno y prevenirlo en el nivel primario.

La obesidad es un enemigo silente clínicamente identificable en todas las edades, genera discapacidades, es por ello que se debe prevenir a temprana edad; por ello es relevante practicar hábitos de alimentación y actividad física para tener una vida saludable. El estudio tiene como objetivo determinar el Conocimiento de las madres del 6^{to} grado en prevención de obesidad en escolares del nivel primario de la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos Noviembre 2016. Asimismo, tiene como propósito brindar información al investigador a cerca del conocimiento de las madres y la prevención de la obesidad en escolares, con el fin de trabajar en conjunto con el centro educativo elaborando un programa de intervención para el cambio de hábitos de vida saludables relacionados a la alimentación y actividad física en escolares. El trabajo de investigación realizado consta de lo siguiente: **Capítulo I:** Planteamiento del problema, la Formulación del problema, Justificación, Objetivos generales y específicos y Propósito. **Capítulo II:** Antecedentes Bibliográficos, Base Teórica, Hipótesis, Variable y Definición operacional de términos. **Capítulo III:** Tipo de estudio, Área de estudio, Área de estudio Población y muestra, Técnica e instrumento de recolección de datos, Diseño y recolección de datos, Proceso de análisis de datos. **Capítulo IV:** Resultados y Discusión. **Capítulo V:** Conclusiones y recomendaciones. Finalmente las Referencias Bibliográficas, Bibliografía y Anexos.

ÍNDICE

	Pág.
CARATULA	i
ASESORA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
PRESENTACIÓN	vii
ÍNDICE	viii
LISTA DE TABLAS	x
LISTA DE GRAFICOS	xi
LISTA DE ANEXOS	xii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	
I.a. Planteamiento del problema.	13
I.b. Formulación del problema	15
I.c. Objetivos	15
I.c.1. Objetivo General	15
I.c.2. Objetivos Específicos.	16
I.d. Justificación	16
I.e. Propósito	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
II.a. Antecedentes bibliográficos	18
II.b. Base teórica	20
II.c. Hipótesis.	35
II.d. Variables	36
II.e. Definición operacional de términos.	36

CAPÍTULO III: METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN	
III.a. Tipo de estudio	37
III.b. Área de estudio	37
III.c. Población y muestra.	38
III.d. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	38
III.e. Diseño de recolección de datos	39
III.f. Procesamiento y análisis de datos	39
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	
IV.a. Resultados	40
IV.b. Discusión.	46
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.	
V.a. Conclusiones.	50
V.b. Recomendaciones	51
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA	52
BIBLIOGRAFÍA	57
ANEXOS	58

LISTA DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1 Datos demográficos de las madres de escolares del 6to grado del nivel primario en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos noviembre 2016.	40

LISTA DE GRÁFICOS

		Pág.
GRÁFICO 1	Conocimiento de las madres del 6to grado en prevención de obesidad en escolares del nivel primario en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos noviembre 2016	41
GRÁFICO 2	Conocimiento de las madres del 6to grado en prevención de obesidad según dimensión alimentación en escolares del nivel primario en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos noviembre 2016.	42
GRAFICO 3	Conocimiento de las madres del 6to grado en prevención de obesidad según indicadores de alimentación en escolares del nivel primaria en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos noviembre 2016.	43
GRAFICO 4	Conocimiento de las madres del 6to grado en prevención de obesidad según dimensión actividad física en escolares del nivel primario en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos noviembre 2016.	44
GRAFICO 5	Conocimiento de las madres del 6to grado en prevención de obesidad según indicadores de actividad física en escolares del nivel primaria en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos noviembre 2016.	45

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO 1 Operacionalización de Variables	59
ANEXO 2 Instrumento	60
ANEXO 3 Validez de instrumento prueba binomial	65
ANEXO 4 Consentimiento Informado	66
ANEXO 5 Informe del estudio piloto	68
ANEXO 6 Confiabilidad del instrumento KR20	69
ANEXO 7 Escala de valoración	70
ANEXO 8 Prueba Piloto	71

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

I.a. Planteamiento del Problema

En la actualidad la obesidad sigue siendo un trastorno nutricional que afecta a la población en edades tempranas siendo ello motivo de preocupación en los profesionales de la salud por ende de gran trascendencia en este siglo XXI. Las consecuencias de la obesidad y sobre peso son los responsables del inicio temprano de enfermedades cardiorrespiratorias; sumado a ello factores de riesgo en los cuales se encuentran el tipo de dieta, sedentarismo, y antecedentes familiares. Las consecuencias de la obesidad traen consigo problemas biológicos y psicológicos.¹

Según la Organización Mundial de la Salud, Es la pandemia del sobrepeso, que hoy afecta en el mundo a mil millones de personas -una quinta parte de los cuales son niños-, y el de la obesidad, que ya alcanza a casi 500 millones. Y sigue creciendo acelerada e incontrolablemente es alarmante en el mundo globalizado de hoy porque los niños en edad escolar que sufren de obesidad, tienden a ser obesos en la edad adulta, los datos cada día son alarmantes existe al menos 300 millones de personas que alcanzan a ser obesos. Menores de 5 años que padecen obesidad han incrementado desde 1990 de 32 a 42 millones para el 2013. En países de ingresos bajos y medianos la prevalencia de obesidad en preescolares supera el 30%. Se espera que para el 2025 esta cifra aumente a 70 millones.²

Baracco A, Ocho Y, Romero M En un estudio realizado en Argentina, concluyeron que los niños se alimentan adecuadamente en los horarios correspondientes a pesar de que sus tutores en su mayoría 63% no cuentan con los medios económicos elevados y a su vez no poseen un buen conocimiento acerca de una adecuada alimentación.³

De acuerdo con la OPS en el 2015 informo que el número de obesos en el Perú incrementó de 3% a 19%, siendo el octavo país que sufre obesidad a nivel mundial.³

Estudios recientes por Janet Serwint sugieren que los padres subestiman la actividad física en un grupo de edad, a quienes a menudo ellos perciben como "bastante activo", alertar a los padres sobre los riesgos de tiempo de inactividad es fundamental en la prevención de la obesidad, de acuerdo con Serwint, MD, de la Johns Hopkins Center Niños.⁴

El Ministerio de Salud (MINSA) reporta que la obesidad se manifiesta región del sur con un 62% en Moquegua en Tacna con 61% y en Madre de Dios con 59% quedando Lima en el sexto lugar con 55% habiéndose incrementado al transcurrir los años porque reporta un crecimiento de un 19.4% desde 2014. ⁵ El comportamiento estadístico de la obesidad fue investigado en el 2015 hallándose a nivel nacional 23.6% de niños menores de 5 años con obesidad afirmándose entonces que viene incrementándose en menores de 5 años según el Instituto Nacional de estadísticas e informática .⁶

Augurto, M Nutricionista asegura que la falta de conocimiento de los padres sobre la correcta nutrición de sus hijos es una de las causas de la obesidad infantil, Según Augurto, un 99 % de padres se desentiende de su responsabilidad y olvida vigilar lo que comen sus hijos. "Muchos incluso creen que si comen más alimentos van a estar mejor, explicó la nutricionista.⁷

En Perú, Fernández p, Sarmiento p, Vera m, realizaron un estudio donde concluyeron que la mayor parte de madres encuestadas 40% tienen un nivel de conocimiento medio por lo que se recomienda incorporar estrategias dirigidas a brindar conocimientos.⁸

Durante el camino académico se tuvo la oportunidad de visitar muchos colegios entre ellos, la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos del nivel primario. Pudiendo observar que los padres de familia se detienen en la puerta de la institución educativa a comprar snacks salados y dulces tales como; galletas, frutos, dulces, gaseosas, panes entre otros; al interactuar con la madres ellas responden que compran ello

porque sus hijos se lo piden, que ellas solo les compran cuando van al colegio, otras optan por darles dinero para que adquieran ellos mismos su propia lonchera. Se entrevistó a los profesores quienes manifestaron que la mayoría de alumnos no traen lonchera, muchos toman gaseosa en los recreos, no hacen adecuadamente las actividades deportivas y que esa actitud se incrementa, porque no participan en jornadas de deporte debido a que sus padres no los traen, ni asisten a las charlas educativas acerca de la lonchera nutritiva.

De acuerdo a lo observado se plantea el siguiente problema de investigación:

I.b. Formulación del Problema

¿CUÁL ES EL CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6^{TO} GRADO EN PREVENCIÓN DE OBESIDAD EN ESCOLARES DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CORONEL JOSÉ JOAQUÍN INCLÁN CHORRILLOS NOVIEMBRE 2016?

I.c. Objetivos

I.c.1. Objetivo General

- Determinar el conocimiento de las madres del 6^{to} grado en prevención de obesidad en escolares del nivel primario de la institución educativa coronel José Joaquín Inclán Chorrillos Noviembre 2016.

I.c.2. Objetivo Específico

- Identificar el conocimiento de las madres del 6to grado de nivel primario en la prevención de obesidad según dimensiones:
 - Alimentación
 - Actividad física

I.d. Justificación

El padecer de obesidad condiciona a tomar riesgos innecesarios involucrando el desarrollo de una vida saludable condicionando a graves problemas como hipertensión llegando a padecer hasta depresión y bullying.

La presente investigación es necesaria porque la problemática acerca de obesidad está aumentando, cada vez hay más niños que la presentan y no hay un enfoque o atención oportuna para combatir ello. Así mismo, los centros educativos no cuentan con profesionales adecuados que evalúan la nutrición a través de las loncheras, consejería a las madres para que puedan balancear este alimento que es llevado día a día.

Así mismo, la investigación es trascendente socialmente porque a través de los hallazgos sobre la problemática acerca del conocimiento de las madres en la prevención de obesidad en escolares, se podría proponer soluciones para modificar las deficiencias encontradas y fortalecer las áreas indicadas, de esta manera contribuir en el logro de una mejor nutrición y conocimiento sobre la misma.

Mediante la investigación realizada se procura construir nuevos conocimientos sobre los conocimientos de las madres en prevención de la obesidad de esta manera la presente problemática pueda disminuir y alcanzar un estado nutricional óptimo en cada uno de los escolares que la padecen.

I.e. Propósito

Los hallazgos de este estudio serán entregados a las autoridades de la institución educativa Coronel José Joaquín Inclán a fin de que se diseñen estrategias para mejorar los conocimientos de las madres acerca de la prevención de la obesidad en escolares a través de talleres de educación continua , con la inclusión de la familia, para promover la empatía y a la vez, mejorar el estado nutricional de los escolares fortaleciendo los conocimientos , considerando cada caso en forma individualizada.

A su vez esta investigación sirve de apoyo y/o base para otros estudios referentes a este tipo de problemática, fomentando así la exploración y actualización de los conocimientos de las madres en prevención de la obesidad, y la construcción de nuevos instrumentos.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

II.a. Antecedentes Bibliográficos

INTERNACIONALES

Baracco A, Ocho Y, Romero M, realizaron en el 2014 Argentina un estudio descriptivo y de corte transversal El objetivo del estudio fue: determinar el **CONOCIMIENTO DE LOS PADRES DE LOS NIÑOS EN ESTUDIO Y LA RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS MISMOS**. El método fue un estudio descriptivo y de corte transversal. La población estuvo conformada por 53 padres. La técnica de recolección es el instrumento, el cuestionario. Los resultados: la alimentación de los alumnos cumple con las expectativas nutricionales de las cinco comidas diarias, se encontró un porcentaje menor en el consumo de lácteos 23%, frutas 25%, huevos 17% y cereales 25% y un mayor porcentaje de verduras 28%, carne 32% y líquidos 55%. Las conclusiones: se constató que los niños se alimentan adecuadamente en los horarios correspondientes a pesar de que sus tutores no cuentan con los medios económicos elevados y no poseen un buen conocimiento acerca de una adecuada alimentación.⁹

NACIONALES

Rosado M, Silvera V, Calderón J, realizaron en el 2015 Perú un estudio descriptivo y de corte transversal El objetivo del estudio fue: determinar la **PREVALENCIA DE OBESIDAD EN NIÑOS ESCOLARES DE 6 – 10 AÑOS DEL DISTRITO DE CERCADE DE LIMA**. El método fue de estudio de corte transversal. La población estuvo conformada por 600 escolares de ambos sexos. El resultado: la prevalencia fue de un 22% de sobrepeso en los niños y de un 22,8% de obesidad. En los hombres el sobrepeso se encontraba en un 19,7% y la obesidad en un 28,7% pero en las mujeres el sobrepeso era de un 24,3% y la obesidad se encontraba en un 17%.

Conclusiones. Existe una gran prevalencia de sobrepeso y obesidad en dichos escolares.¹⁰

Fernández P, Sarmiento P, Vera M, realizaron en el 2015 Perú un estudio descriptivo, El objetivo del estudio fue: determinar el **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE OBESIDAD INFANTIL EN MADRES DE PREESCOLARES**. El método fue un estudio descriptivo, la técnica fue el formulario y el instrumento el cuestionario. La población estuvo compuesta por 60 madres. Se obtuvo como resultado que el 42% tiene conocimiento, de acuerdo a la alimentación saludable el 40% tiene conocimiento, de acuerdo a la actividad física el 59% tiene conocimiento. Se concluyó que la mayor parte de madres encuestadas tienen un nivel de conocimiento medio por lo que se recomienda incorporar estrategias dirigidas a brindar conocimientos.¹¹

Requena L, realizo en el 2015 Perú un estudio descriptivo y de corte transversal El objetivo fue: establecer la **RELACIÓN ENTRE CONOCIMIENTO Y LAS PRÁCTICAS QUE TIENEN LAS MADRES SOBRE EL CONTENIDO DE LA LONCHERA Y EL ESTADO NUTRICIONAL DEL PRE ESCOLAR**. El método fue un estudio descriptivo, la técnica fue el formulario y el instrumento el cuestionario. La población estuvo conformada por 150 madres y sus niños. El resultado: el 54% no tiene conocimiento, de acuerdo a las prácticas el 76,7% son inadecuadas y el 23,3% son adecuadas, de acuerdo al estado nutricional el 49,3% es normal y el 50,7% no. Se concluyó que las madres tienen conocimiento de medio a bajo al desconocimiento de la importancia de la lonchera, los cuales son los alimentos reguladores, los que favorecen la absorción y las bebidas que deben incluir en una lonchera, por lo cual la madre tiene prácticas inadecuadas en el contenido de una lonchera.¹²

Quispe C, realizo en el 2014 Perú un estudio descriptivo y de corte transversal. El objetivo fue: determinar los **CONOCIMIENTOS DE LOS**

PADRES SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD EN ESCOLARES. El método fue un estudio de descriptivo, la técnica fue el formulario y el instrumento el cuestionario. La población estuvo conformada por 42 padres de niños. Los resultados fueron: el 52.3% no conoce cómo prevenir la obesidad, de acuerdo a la alimentación 86% no conoce, de acuerdo con la actividad física un 90% no tiene conocimiento. La conclusión fue: los padres no conocen sobre la prevención de obesidad lo cual se traduce el riesgo de desarrollar obesidad.¹³

Los antecedentes ya mencionados ayudarán a ver la relevancia de este problema a nivel nacional e internacional, analizando así la trascendencia que tienen los conocimientos de las madres de la obesidad y la trascendencia que tiene el tipo de alimentación y la actividad física reconociendo estas dimensiones como factores de riesgo que pueden llevar a problemas futuros de salud como por ejemplo enfermedades metabólicas, cardiovasculares entre otras.

II.b. Base Teórica

Conocimiento:

El conocimiento es definido desde diferentes puntos de vista; en pedagogía el conocimiento es denominado como: tipo de experiencia que contiene una representación de un suceso o hecho ya vivido, también se le define como la facultad consciente o proceso de comprensión, entendimiento, que pertenece al pensamiento, percepción, inteligencia, razón.¹⁴

Tipos de Conocimiento

Conocimiento intuitivo:

Es aquel conocimiento que utilizamos en nuestra vida cotidiana y nos permite acceder al mundo que nos rodea, de forma inmediata a través de la experiencia, ordenando en hechos particulares, es decir, tratando de

relacionarla con algún evento o experiencia que hallamos vivido y se relacione con lo que estamos apreciando. Nos permite resolver problemas, reaccionar a estímulos, nuevos obstáculos y situaciones inéditas.¹⁴

Es un conocimiento que se adquiere sin la necesidad de emplear un análisis o un razonamiento anterior.

Algunos ejemplos de este tipo de conocimiento:

1. Saber cuándo una persona está feliz.
2. Saber cuándo una persona está triste.
3. En general, saber cuándo una persona presenta diversos estados de ánimo (soledad, nerviosismo, llorando, felicidad, agrado, desprecio, necesidad de amor, etc.).
4. Las estaciones del año.¹⁴

Conocimiento religioso

Es aquel que nos permite sentir confianza, certidumbre o fe respecto a algo que no se puede comprobar. Se basa en un tipo de creencia que no se puede demostrar de forma real, pero permite llevar a cabo determinadas acciones. Gracias a este conocimiento, muchas personas sienten confianza para actuar y relacionarse con los demás.

Se pueden mencionar como ejemplos los siguientes:

- El inicio de la vida con Adán y Eva
- Religiosamente, Jesucristo es un ser que fue enviado por el espíritu santo a la tierra; filosóficamente es un ser humano que fue muy humilde y sabio.
- Dios creó el universo en 7 días. Básicamente creer en lo que la biblia dice.
- Los rituales que se presentan en diversas culturas y tienen en cuenta un ente más allá de todo.¹⁴

El conocimiento empírico

Se refiere al saber que se adquiere por medio de la experiencia, percepción, repetición o investigación. Este tipo de saber se interesa por lo que existe y sucede, no se interesa en lo abstracto.

Es la experiencia que se tiene del medio natural, se produce a través de nuestros sentidos y de la manera en cómo se percibe la realidad.

A este tipo de conocimiento corresponderían los siguientes ejemplos:

- Aprender a escribir.
- El conocimiento de idiomas solo es posible si se los practica de manera escrita y además si se escucha a personas hablando.
- Reconocer el color de las cosas. Es por medio de la experiencia y aprendizaje inconsciente que nos han inculcado nuestros padres.
- Aprender a caminar o andar en bicicleta, manejar un vehículo, etc.¹⁴

Conocimiento filosófico

A través de la historia de la humanidad, la necesidad por conocer lo que es el hombre, el mundo, el origen de la vida y saber hacia dónde nos dirigimos ha sido una gran inquietud. Las respuestas se han ido acumulando y han surgido muchas más preguntas.

Es aquel razonamiento puro que no ha pasado por un proceso de praxis o experimentación metodológica para probarlo como cierto.

Un par de ejemplos:

- Todos somos filósofos en alguna parte de nuestras vidas, en cierto momento, desde escribir una carta de amor, una canción; hasta una larga reseña de lo que es la vida.
- El pensamiento filosófico no se limita a opiniones ni argumentos comprobables o sometidos a un análisis metodológico.¹⁴

Conocimiento científico:

Es apoyado por una suposición y su comprobación, que siguió un método riguroso y que sus conclusiones son objetivas, esto es, independientemente de la voluntad o subjetividad de las personas que participan en el proceso de investigación.

El conocimiento científico se apoya de la investigación, analizar, buscar una explicación factible, reconocer y recorrer un camino para llegar a largas conclusiones.¹⁴

Obesidad:

Es el incremento de grasa excesiva y anormal que es dañino en la salud. El índice de masa corporal (IMC) es la conexión entre el peso y la talla que es utilizado comúnmente para diagnosticar la obesidad y el sobrepeso, calculándose el peso en kilos y dos veces su talla en metros (Kg/m²).¹⁵

Adultos

La Organización Mundial de la Salud lo definió mediante la siguiente clasificación:

- **Sobrepeso:** $IMC \geq 25$.
- **Obesidad:** $IMC \geq 30$.

La toma del IMC ayudara a diagnosticar el sobrepeso y la obesidad en mujeres como en hombres de todas las edades, pero se tiene que tomar en cuenta el grosor corporal porque es diferente para cada persona.

En caso de los niños la obesidad y el sobrepeso, se debe tener en cuenta la edad para diagnosticarse.

Niños de 5 a 19 años

En estos casos el sobrepeso y la obesidad es definido como:

- El sobrepeso es el IMC para la edad

- La obesidad es mayor que dos desviaciones típicas por encima de la mediana.¹⁵

Causas

Es el desequilibrio entre las calorías ingestadas de las gastadas. Mundialmente ha sucedido lo siguiente:

- Alimentos ricos en grasas.
- Sedentarismo por la creciente urbanización.

Los cambios en la mala alimentación como el sedentarismo es consecuencia de los cambios ambientales y sociales que está asociado al poco apoyo del sector salud.

Consecuencias

Un IMC incrementado es factor de riesgo de enfermedades no transmisibles como:

- Enfermedades cardíacas
- Diabetes
- Trastorno locomotor
- Cáncer

Mientras más aumente el IMC, más riesgo tendrá de contraer una enfermedad no transmisible.

Los niños que tienen obesidad infantil tienen más probabilidad de tener obesidad y discapacidad en la vida adulta, como también tienen dificultades respiratorias, riesgo de fracturas e hipertensión, resistencia a la insulina y efectos psicológicos.¹⁵

Grados

Según el Índice de Masa Corporal

- 18,5-24,9 Kg/m² Normo peso

- 25-26,9 Kg/m² Sobrepeso grado I
- 27-29,9 Kg/m² Sobrepeso grado II
- 30-34,9 Kg/m² Obesidad tipo I
- 35-39,9 Kg/m² Obesidad tipo II
- 40-49,9 Kg/m² Obesidad tipo III o mórbida
- >50 Kg/m² Obesidad tipo IV o extrema.

Alimentación

La alimentación es la acción por la cual se proporciona o suministra alimentos al organismo, esto incluye la selección de alimentos, preparación o cocción y su ingestión; alimentos que proporcionan sustancias que llamamos nutrientes y vitaminas, que se necesitan para poder mantener una buena salud y prevenir enfermedades. Todo esto depende de las necesidades de cada individuo, disponibilidad de dichos alimentos, religión, cultura, situación económica y/o social, entre otras. La alimentación es acto o suceso voluntario, que se aprende a lo largo de la vida y uno de los más fundamentales del mundo de los seres vivos, debido a su relación a la supervivencia diaria de estos.¹⁶

Los seres vivos necesitan una equilibrada alimentación, además del agua que es vital, estos necesitan una adecuada dieta la cual debe contener una serie de proteínas, lípidos glúcidos, vitaminas y minerales fundamentales para la buena salud y vida. En la actualidad la alimentación es sumamente desequilibrada, añadiendo a esto una vida sedentaria, es lo causante del padecimiento de muchas enfermedades.¹⁶

Para tener una buena y saludable alimentación, se creó la pirámide de los alimentos, que fueron creadas desde comienzos de la década de 1970, y han sido modificadas o actualizadas al correr de los años, la misma está compuesta por grupos; donde en el primero se compone por cereales, arroz, luego le siguen las verduras y legumbres frescas; seguidamente las frutas frescas, luego aceites y grasas, el siguiente grupo por productos

lácteos y el último grupo compuesto por carnes, pescados y legumbres secas.¹⁶

Los nutrientes son encontrados en los alimentos para que ayude al organismo a funcionar y mantener la salud. Existen 5 tipos de nutrientes los cuales son: proteínas, lípidos, carbohidratos, vitaminas y minerales.

- **Proteínas:** Son nutrientes que ayudan a las personas para que crezcan, y el cual encontramos en las carnes, pescados, huevo, leche, quesos, embutidos y granos.
- **Carbohidratos:** Son los nutrientes que nos brindan energía y calor para poder movilizarnos y desarrollar actividades diarias y por el cual lo encontramos en los cereales, tubérculos o verduras, azúcar y granos.¹⁶
- **Grasas:** Son los nutrientes que tienen mayor concentración para brindar energía al cuerpo y al cerebro. Estos nutrientes ayudan en las funciones de los tejidos del cuerpo, las vitaminas y las hormonas. Estos nutrientes se encuentran en las carnes, piel del pollo, derivados de la leche, aceites vegetales, aguacate, aceitunas y algunas semillas.
- **Vitaminas:** Son los nutrientes que favorecen a transformar y a defender la función esencial del organismo los cuales son las siguientes vitaminas: A, D, E, K, C, complejo B, y el ácido fólico
- **Minerales:** Los nutrientes ayudan en el crecimiento, reproducción y la función muscular. Entre los principales nutrientes se encuentran en el calcio, hierro, yodo y el zinc, los cuales se están en los alimentos de origen animal.
- **Fibra:** Son los alimentos que facilitan a excretar las heces, lo cual ayuda a prevenir el cáncer de colon y así también reduce el colesterol en sangre. Estos nutrientes se encuentran en los alimentos de origen vegetal tales como las hortalizas, frutas, granos, verduras, y cereales integrales.¹⁶

Clasificación

Está clasificada en tres grupos básicos, los cuales son:

- **Reparadores** Contiene proteínas, los cuales son: La leche, carnes, huevos, pescado, embutidos, queso, yogurt.
- **Reguladores** Tiene una gran cantidad de vitaminas y minerales, los cuales son las frutas y las hortalizas.
- **Energéticos** Tiene gran cantidad de carbohidratos y grasas, los cuales son los cereales, granos, tubérculos, plátanos, aceite, margarina, mantequilla y mayonesa.

La alimentación equilibrada ayuda al organismo en los procesos metabólicos ayudándolo en las actividades diarias con mayor energía. Para la elaboración de una dieta equilibrada la Organización Mundial de la Salud y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación estableció los nutrientes que necesita el organismo, los cuales son:

- Los carbohidratos deber ser el 55 – 60% de la energía diaria.
- Las proteínas brindan del 10 – 15% de energía calórica.
- Las grasas no deben exceder del 30%, y las grasas saturadas menores del 10%.¹⁶

A ello se suma la ingesta de líquidos que debe ser dos litros de agua diarias como también de zumos naturales, infusiones o caldos. La ingesta ayudara a compensar las pérdidas de fluidos en el cuerpo.

Una buena alimentación debe incluir 5 raciones de verduras y frutas, lo cual ayudara en el aporte de vitaminas y minerales.

Los cereales deben ser consumidos de 4 a 6 raciones diariamente. El consumo de carbohidratos debe ser mayor al de grasas y aceites. Los lípidos brindan un gran valor energético y calórico que deben ser tomados en pequeñas porciones y sin excederse. Se debe consumir todos los grupos de todos los nutrientes para poder garantizar una buena

alimentación, pero se deben consumir en pequeñas cantidades el consumo de dulces, azúcares, grasas y alimentos salados.¹⁶

Los alimentos vegetales es alimento importante para poder tener una buena alimentación, su consumo aporta carbohidratos, fibra, vitaminas y minerales

- **Cereales:** Son el mejor producto para la alimentación saludable, siendo una buena fuente de energía para el organismo aportando carbohidratos, vitaminas y minerales.
- **Frutas:** El consumo de frutas diariamente ayuda a una dieta sana. El consumo de dos o tres frutas diarias ayuda a la prevención de enfermedades, por la gran cantidad de fibras, vitaminas y minerales.¹⁶
- **Verduras:** Tiene un gran valor en vitaminas, minerales, oligoelementos y fibra. Las verduras ayudan a prevenir enfermedades cardíacas por el contenido de vitamina C, ácido fólico, y fibra. Una persona debe consumir 400gr de vegetales diariamente.
- **Lácteos:** Tienen alto contenido de vitamina A, B2, B12, fósforo, magnesio, zinc y yodo. En la alimentación aporta aminoácidos a nuestro cuerpo.
- **Grasas:** Se debe consumir en cantidades pequeñas. Las grasas y aceites ayudan a absorber las vitaminas A, D, E y K, pero no se debe consumir más del 30% que es 30gr de grasas.¹⁶

Lonchera saludable

En la actualidad ambos padres trabajan diariamente para brindar los alimentos en los hogares por lo que ha hecho que los alimentos que se llevan a sus centros de estudios sean más simple y menos saludable.

De acuerdo a la docente Sabrina Cordero Gómez, menciona que los factores para realizar una lonchera saludable se debe incluir los siguientes alimentos:

- Galletas sin adicionales, barras energéticas.
- Quesos bajo en grasa, embutidos, atún enlatado, pechuga de pollo sancochada deshilachada.
- Pan, muffin casero.
- Frutas y vegetales frescos
- Refrescos bajos en azúcar, bebidas sin calorías y bebidas a base de leche descremada.¹⁷

Los alimentos que se debe evitar son:

- Alimentos salados y dulces.
- Gaseosas o jugos con colorantes.
- Embutidos.
- Dulces
- Alimentos que se puedan descomponer¹⁷

Actividad Física

Son los movimientos corporales producidos por nuestro cuerpo produciendo así el gasto de energía. Son actividades planificadas, estructuradas, repetitivas y realizadas con el objetivo de mejorar la aptitud física.

Tipos

Existen dos tipos de actividad física los cuales son:

Actividad física moderada (aproximadamente 3 – 6 MET)

Acelera de manera perceptible la frecuencia cardiaca, los cuales son:

- Caminar Rápidamente¹⁸
- Bailar

- Tareas de casa
- Juegos y deportes con niños y paseos con mascotas
- Tejer, pintar, etc.
- Realizar cargas moderadas (< 20 kg).

Actividad física intensa (aproximadamente > 6 MET)

Produce la respiración rápida e incremento de la frecuencia cardíaca, los cuales son:

- Escalar
- Ciclismo
- Aerobic
- Natación
- Fútbol, voleibol, baloncesto
- Excavación de zanjas;
- Realizar cargas pesadas (> 20 kg).

Se suelen usar los equivalentes metabólicos (MET) para referirse a la inmensidad de las actividades físicas y es el costo de energía de estar permanecer sentado que es el consumo de 1 kcal/kg/h. ¹⁸

Frecuencia y tiempo

De acuerdo a las edades, los jóvenes y niños deben realizar actividades físicas lo cual está basado en juegos, deportes, actividades recreativas que realizan en sus centros de estudios como fuera de ellas, con el propósito de mejorar sus funciones cardíacas, respiratoria, y muscular reduciendo de esa manera muchas enfermedades, por lo cual es recomendable:

- Personas entre los 5 – 17 años deben realizar 1 hora diaria de actividad física de gran intensidad, lo cual beneficiara en su salud.¹⁸
- Las actividades físicas deben ser aeróbicas, los cuales serán 3 veces por semana lo cual ayudara en el reforzamiento muscular y del hueso.¹⁸

Prevención de la Obesidad en Escolares

De acuerdo a Lourdes de Torres Aured, se debe tomar en cuenta el grado de obesidad de las personas para que se creen nuevas actividades para que se incorporen centros de prevención de salud para la reducción de este mal. El profesional de enfermería deberá brindar información sobre la obesidad, la alimentación saludable, actividades físicas y estilos de vida saludables para reducir este problema.¹⁹

Los adolescentes son receptores de información que le sean brindados por los padres e influirá mucho las actividades que ellos realicen para sus cambios. De acuerdo al Ministerio de Salud la clasificación de la prevención se divide en primaria, secundaria y terciaria por lo cual nos abocaremos a la prevención primaria:

Prevención primaria: Las personas con sobrepeso de alto riesgo son identificados, lo cual ayudara a realizar actividades que disminuyan su desarrollo, las personas que son consideradas son las siguientes:

- Tercer mes de embarazo
- Desde los 2 años
- Inicio y dos años al final de la pubertad.¹⁹

También se deben tener en cuenta a los niños con los siguientes casos:

- Padres con sobrepeso.
- Familiares con obesidad, o con hipertensión arterial sistémica, hiperlipidemias, coronariopatías y diabetes mellitus
- Padres ausentes por trabajo
- Evitar el desayuno¹⁹

Rol de las Madres en la Prevención de la Obesidad

Incluir a los padres y familiares, es importante, porque son ellos quienes crearan conciencia de los riesgos de la obesidad, y así ayudaran a diagnosticar precozmente y poder brindar un tratamiento oportuno.

La comunidad con el apoyo del personal de salud realizase actividades como:

- Promover acciones que ayuden a mejorar los hábitos alimenticios y disminuir el sedentarismo en la comunidad.
- Sensibilizar a la población sobre los beneficios de una dieta sana y los beneficios de las actividades físicas.
- Fomentar la buena alimentación en la familia, comunidad y el estudiante.
- Estimular las actividades físicas en la comunidad como en los estudiantes
- Incluir a las empresas a que produzcan y distribuyan alimentos sanos para la población
- Promover los controles de crecimiento y desarrollo (CRED) desde el nacimiento hasta los 5 años de edad, buscando el diagnóstico temprano de obesidad¹⁹

Rol de la Enfermera en la Prevención de la Obesidad

El personal de enfermería tiene un gran papel en la prevención de la obesidad porque es la persona que brinda una atención primaria, creando actividades o brindando experiencias que ayuden a la prevención y promoción de la salud. Es trabajo del personal de enfermería incrementar los niveles de autocuidados, esperando que el individuo logre realizar actividades que le ayuden a preservar su vida, su salud y su bienestar.²⁰

El personal de enfermería brinda herramientas para la prevención de la obesidad infantil promocionando la alimentación saludable, enseñando a los niños sobre ello desde temprana edad. El personal brinda tratamiento en las persona, familia y comunidad mediante los conocimientos que se les brinden a ellos para mejorar su salud y prevenir enfermedades

Intervención de Enfermería en el área Educativa:

- Brindar información mediante sesiones educativas sobre la obesidad y su prevención como también la medida de la presión arterial, y estas actividades deben de ser realizadas en la comunidad y centro de primer, segundo y tercer nivel de atención.²⁰

Adultez

Es la llamada segunda edad de la vida del ser humano, incluye el final de la adolescencia por lo que no pueden verse aisladas una de otra, es el periodo comprendido entre los 20 y los 59 años de edad.

El hombre alcanza la etapa plena de desarrollo humano, se enfrenta a la sociedad con un nivel de responsabilidad en la formación de las nuevas generaciones
Clasificación por edades

Adulto joven ----de 18 años a----35 años

Adulto maduro----de 35 años a----59 años²¹

A esa edad el adulto joven alcanza la madurez física y sus sistemas corporales funcionan a optimo nivel adquieren una filosofía de la vida acorde con los cambios sexuales las transformaciones físicas y el momento social en el cual se desarrollan. La percepción sensorial e intelectual y el vigor muscular están al máximo

En el adulto maduro será el crecimiento y a partir de los 45 años hay una disminución progresiva de la talla debido a los cambios degenerativos. Desarrolla un nuevo tipo de relación interpersonal. Desecha a voluntad lo que considera bueno o no. Contribuye a la transformación del medio. Así como a su desarrollo. Se convierte en un eslabón más del proceso social. Hay aumento de peso con el de cursar de los años.

Adulto sano Se considera a una persona saludable cuando está en equilibrio con su medio ambiente, cuando hay autonomía, dignidad y responsabilidad en su familia y en la comunidad.²¹

El nivel de instrucción de una persona es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos.

Se distinguen los siguientes niveles:

- Primarios y menos. Personas que no saben leer ni escribir, personas que saben leer y escribir pero no han terminado ningún tipo de estudios, Educación Infantil, Educación Primaria, estudios primarios como la EGB, la Enseñanza Primaria y estudios similares.²²
- Formación Profesional. Estudios de Formación Profesional.
- Secundarios. Estudios de Bachillerato Elemental y equivalente, de Educación Secundaria Obligatoria, de Bachiller Superior o BUP, de Bachillerato LOGSE, Acceso a la Universidad y similares.
- Medios-Superiores. Estudios de Ingenieros Técnicos y Peritos, Magisterio, Enfermería y otros del mismo nivel.
- Superiores. Estudios de Licenciatura, Ingenieros Superiores y similares, así como de doctorado y especialización.²²

Modelo de Dorothea Orem

Teoría del auto cuidado: en la que explica el concepto de auto cuidado como una contribución constante del individuo a su propia existencia: el autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigida por las personas sobre sí mismas, hacia los demás o hacia el entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar. ²³

Los seres humanos tienen el potencial de desarrollar habilidades intelectuales y prácticas de cuidado, manteniendo la motivación esencial para el autocuidado y el cuidado de los miembros dependientes de la familia.

Meta paradigmas:

- **Salud:** Según Dorothea Orem se caracteriza por la firmeza o totalidad del desarrollo de las estructuras humanas y de la función física y mental.
- **Persona:** Se define como un ser que tiene potencial para aprender y desarrollarse.²³
- **Entorno:** Es entendido en este modelo que pueden influir e interactuar en la persona logrando cambios para su bienestar.
- **Enfermería:** Es la buscadora del bienestar del individuo, siendo ella la responsable de su salud y motivadora de que realicen grandes cambios.²³

La relación que tiene Dorotea Orem con el tema de investigación va desde el enfoque del menor ya que ellos no rigen su propio autocuidado por lo mismo existe un déficit, esta va desde la perspectiva de la madre es ella quien mediante creencias, cultura entre otras cosas va favorecer o afectar la nutrición de su menor hijo, ya que es ella la responsable directa de su cuidado.

II.c. Hipótesis

Hipótesis Global

- Las madres del 6to grado de escolares del nivel primario de la institución educativa Coronel José Joaquín Inclán no conocen sobre la prevención de la obesidad Chorrillos - Noviembre 2016.

Hipótesis Derivadas

- Las madres del 6to grado de escolares del nivel primario no conocen sobre la prevención de la obesidad según dimensión alimentación.
- Las madres del 6to grado de escolares del nivel primario no conocen sobre la prevención de la obesidad según dimensión actividad física.

II.d. Variables

Conocimiento de las madres de escolares sobre la prevención de la obesidad.

II.e. Definición Operacional de Términos

Conocimiento: Viene a ser el conocimiento que manejan las madres de la I.E. “Coronel José Joaquín Inclán” Chorrillos acorde a lo que es prevención de la obesidad en niños desde el punto de vista de la alimentación y la actividad física.

Prevención de la obesidad: Son todas las acciones que las madres deben realizar para evitar la obesidad en sus menores hijos, mediante una buena alimentación y evitar el sedentarismo en sus hijos.

Madres: Madres de niños y niñas del 6° grado del nivel primaria que acuden a la I.E. “Coronel José Joaquín Inclán” Chorrillos.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a. Tipo de Estudio

El presente estudio de investigación es de un abordaje de enfoque cuantitativo; los datos se recopilaron y fueron representados en forma numérica haciendo uso de estadísticas descriptivas los resultados en tablas o gráficos es de corte trasversal.

III.b. Área de Estudio

La institución educativa pública de gestión privada “Coronel José Joaquín Inclán” se encuentra ubicado en av. República de Panamá s/n Villa Militar Matellini el horario de ingreso es: 07:45 a.m. y salida es: 13:30 p.m.

Actualmente la institución está dirigida por el Coronel EP. Lama Roa Luis, en su organización tiene una sub dirección administrativa, servicios complementarios (psicología, asistente social, enfermera), cuenta con un departamento de registro, estadística y evaluación general del alumno (DEREGA), un departamento de tutoría y orientación educativa (TOE), departamento de normas y una plana docente altamente calificada, profesores de talleres curriculares, personal de servicio estudiantil de aproximadamente 1300 alumnos. La institución posee en su infraestructura 07 pabellones distribuidos en 39 aulas, 01 biblioteca escolar, 04 laboratorios de computo, tópico de enfermería, 27 aulas interactivas, cafetería, 01 canchita de futbol con gras sintético, 01 canchita de futbol sin gras sintético.

III.c. Población y Muestra

La población de la presente investigación estuvo integrada por 50 madres de los escolares que asisten a esta I.E. “Coronel José Joaquín Inclán” de nivel primario; por lo cual la población es finita respondiendo a un estudio no probabilístico.

Criterios de inclusión

- Madres de escolares del 6° grado de primaria
- Madres que acepten participar en la investigación
- Madres que accedan a firmar el consentimiento informado

Criterios de exclusión

- Madres de escolares que no estén matriculados formalmente en la I.E. “Coronel José Joaquín Inclán”.
- Madres que no acudan el día de la encuesta

III.d. Técnica e Instrumento de Recolección de Datos

En el presente estudio se usó la técnica de la encuesta y el instrumento que se utilizó es el cuestionario que consta de 16 preguntas con sus respectivas alternativas, con el fin de medir el conocimiento de las madres sobre la prevención de la obesidad en los escolares. Para su aplicación se usó el instrumento ejecutado y validado Por Ebelin Susi Quispe Cusicuna, en el año 2014.

Se realizó la prueba piloto y se utilizó el estadístico KR 20 obteniendo un resultado de 0.57 de confiabilidad. El detalle del instrumento es el siguiente:

El resultado óptimo es 16

- 0 – 7 = no conocen
- 8 – 16 = conocen

III.e. Diseño de Recolección de Datos

Para poder aplicar el instrumento a la recolección de datos, para la investigación; se solicitó la autorización del Centro educativo de educación primaria. La selección de los encuestados se realizó mediante el siguiente procedimiento. Se seleccionó a las madres del 6° grado de primaria y se le explico el objetivo del estudio y se le solicito su participación voluntariamente, así mismo se consideró la aplicación del formato del consentimiento informado.

Para la información recolectada, se tomó en cuenta los principios de confidencialidad, en estos datos se tomó en cuenta los principios bioéticos los cuales son: Beneficencia, ayuda a mejorar los conocimientos de las madres, que acuden al centro educativo, No maleficencia, no hizo ningún daño a las madres que participaron en el presente estudio, Justicia, porque la información recolectada no es divulgada ni se utilizó los nombres de los encuestados, Autonomía, se les solicitó el previo consentimiento informado antes de la resolución de la encuesta

III.f. Procesamiento y Análisis de Datos

Una vez obtenida la información se efectuó el procesamiento de datos en el programa Excel favoreciendo la tabulación y el proceso de datos.

Se procesaron a través de análisis estadísticos, conteo de datos a través de la tabulación y representados por gráficos a través del programa SPSS. Se utilizaron los gráficos y tablas estadísticas utilizando porcentaje para demostrar los resultados estadísticos descriptivos como son: el análisis porcentual, mediana. Los resultados se presentaron mediante tablas y gráficos.

El análisis de datos estuvo de acuerdo a la puntuación según cada respuesta del instrumento a presentar.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

IV.a. Resultados

TABLA 1

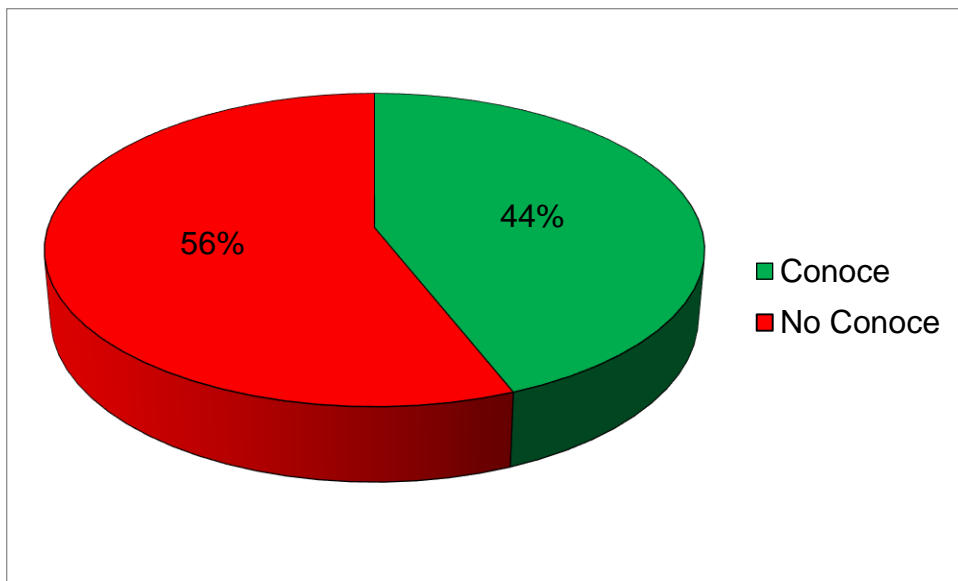
**DATOS DEMOGRÁFICOS DE LAS MADRES DE ESCOLARES DEL 6to
GRADO DEL NIVEL PRIMARIO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
CORONEL JOSÉ JOAQUÍN INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**

DATOS DEMOGRÁFICOS	N° 50	100%	
EDAD	26 – 35 años	27	54%
	36 – 45 años	14	28%
	46 – más años	9	18%
	Analfabeta	0	0%
	Prim. Incompleta	0	0%
GRADO DE INSTRUCCIÓN	Prim. Completa	0	0%
	Sec. incompleta	1	2%
	Sec. Completa	25	50%
	Superior	24	48%
	Dependiente	22	44%
	Independiente	11	22%
OCUPACIÓN	Ama de casa	17	34%
	TOTAL	50	100%

Las madres en relación a edades tienen entre 26 a 35 años 54% (27), grado de instrucción secundaria completa 50% (25) ocupación dependientes el 44% (22).

GRÁFICO 1

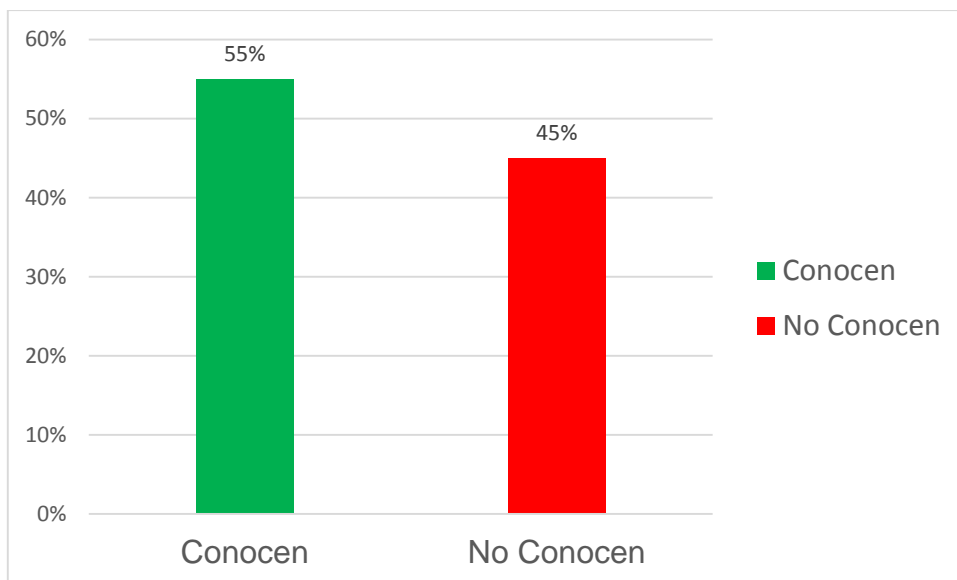
CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6TO GRADO EN PREVENCIÓN DE OBESIDAD EN ESCOLARES DEL NIVEL PRIMARIO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CORONEL JOSÉ JOAQUÍN INCLÁN CHORRILLOS NOVIEMBRE 2016



Las madres en la prevención de la obesidad de escolares en nivel primario, no conocen en un 56% (28) y si conocen en un 44% (22).

GRAFICO 2

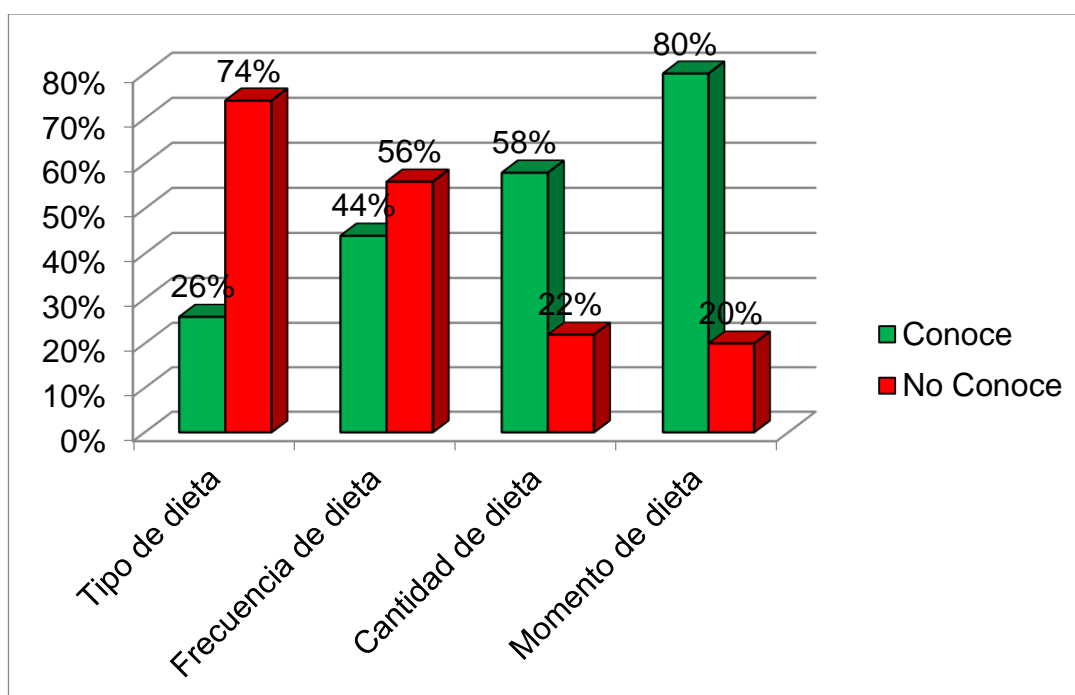
**CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6TO GRADO EN
PREVENCIÓN DE OBESIDAD SEGÚN DIMENSIÓN
ALIMENTACION EN ESCOLARES DEL NIVEL
PRIMARIO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
CORONEL JOSÉ JOAQUÍN
INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**



Las madres de escolares del 6to grado en la prevención de la obesidad según la dimensión de alimentación, conocen en un 55%(27) y no conocen en un 45%(23).

GRAFICO 3

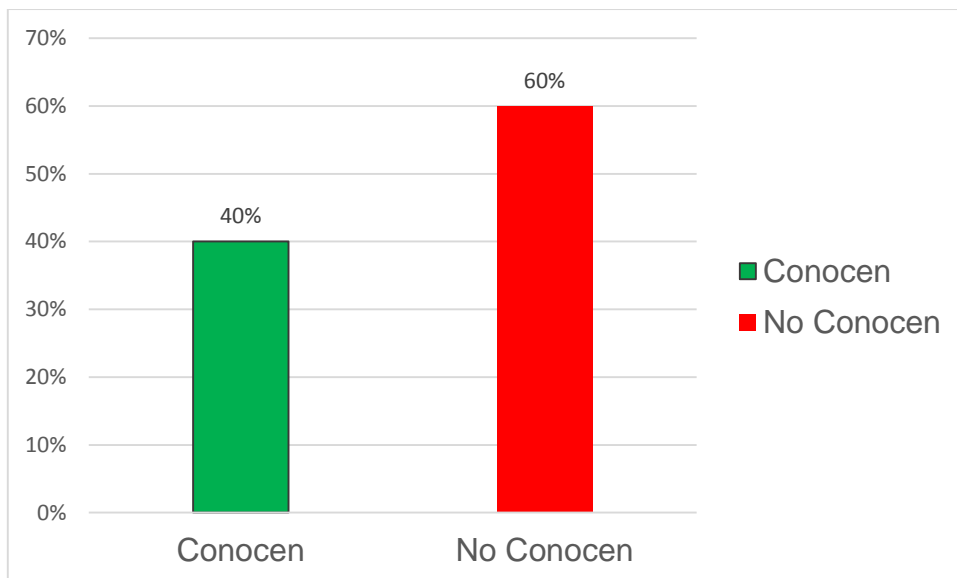
**CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6TO GRADO EN
PREVENCION DE OBESIDAD SEGÚN INDICADORES EN
LA DIMENSION ALIMENTACIÓN EN ESCOLARES
DEL NIVEL PRIMARIO EN LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA CORONEL JOSÉ JOAQUÍN
INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**



El conocimiento de las madres acerca de la obesidad según indicadores de la dimensión alimentación: tipo de dieta no conoce en un 74% (37), según frecuencia de dieta no conoce en un 56% (28), según cantidad de dieta conoce en un 58% (29), según momento de dieta conoce en un 80% (40).

GRAFICO 4

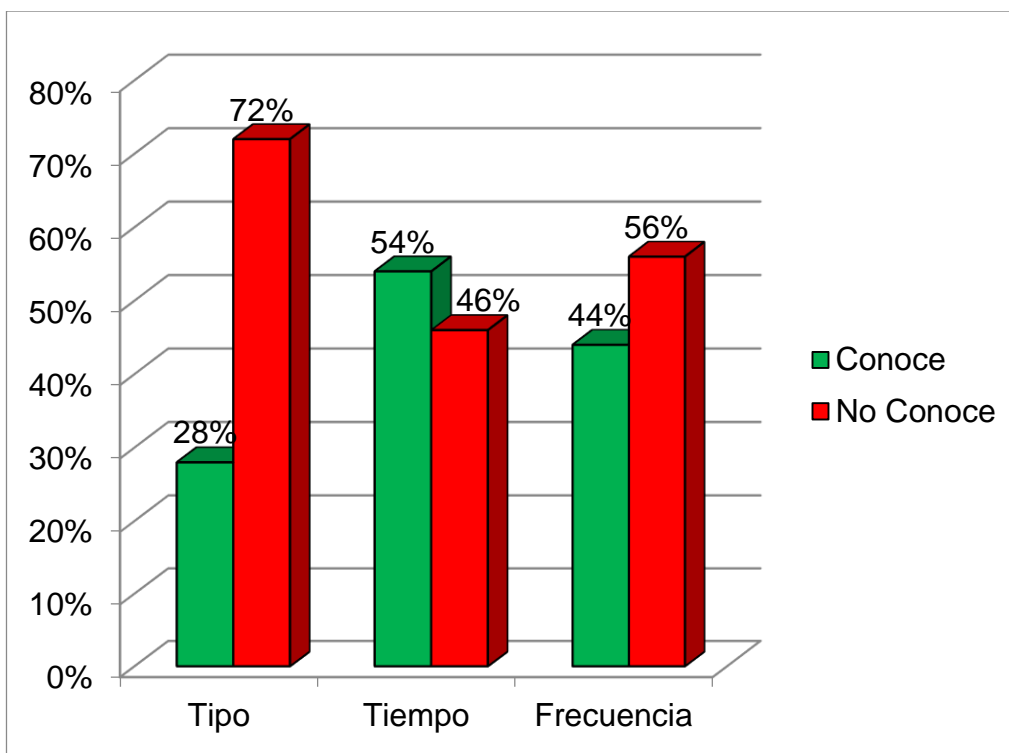
**CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6TO GRADO EN
PREVENCIÓN DE OBESIDAD SEGÚN DIMENSION
ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES DEL NIVEL
PRIMARIO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
CORONEL JOSÉ JOAQUÍN
INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**



Las madres de escolares del 6to grado en la prevención de la obesidad según la dimensión de actividad física, no conocen en un 60% (30) y conocen en un 40%(20).

GRAFICO 5

**CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6TO GRADO EN
PREVENCION DE OBESIDAD SEGÚN INDICADORES EN
LA DIMENSIÓN ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES
DEL NIVEL PRIMARIO EN LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA CORONEL JOSÉ JOAQUÍN
INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**



Los conocimientos de los padres acerca de la obesidad según indicadores de la dimensión actividad física: tipo no conoce en un 72% (36), tiempo conoce en un 54% (27), frecuencia no conocen en un 56% (28).

V.b. Discusión

La obesidad es un trastorno nutricional que ha afectado a cientos de niños en la actualidad y también precursor de otras enfermedades a futuro. Una persona que sufre de obesidad en su niñez tiene más posibilidad de sufrirlo en su edad adulta, es por ello que el profesional de enfermería debe realizar actividades de prevención y promoción de salud en los centros educativos para que no solo los niños, adolescentes y jóvenes conozcan de este trastorno, también deberán ser incluidos los padres, porque ellos son las personas quienes se encuentran a cargo de su alimentación durante las primeras etapas de su vida.

De acuerdo a la tabla sociodemográfica los resultados encontrados son: Las madres encuestados en su mayoría tienen edades entre 26 a 35 años 54%, tienen secundaria completa 50% y son dependientes de acuerdo su ocupación el 44%. Este resultado es similar a los encontrados por Quispe C.¹³ que las edades de los padres fluctúan entre 26 -35 años 33%, tienen secundaria completa 33% y son dependientes de acuerdo a su ocupación 45%. El grado de instrucción es un dato relevante porque ayuda a que los padres de familia le den interés en poder capacitarse en la problemática de la prevención de la obesidad; en el sentido de que la mayoría de los padres de familia conforman un grupo etario de adultos maduros por lo que están en la capacidad de poder conocer la importancia y los riesgos de la obesidad; mejorando los conocimientos redundara en una alimentación con características saludables y mejorar la actividad física en los niños para su crecimiento y desarrollo saludable

Según datos hallados, sobre conocimientos de las madres acerca de la obesidad, 56% no conoce y el 44% si lo conocen; los resultados encontrados son similares a los de Requena L¹², quien halló que el 54% no tiene conocimiento sobre la obesidad; también es similar al encontrado por Quispe C¹³, quien demuestra mediante su investigación, que el 52.3% de

padres no tienen conocimiento. Además, difieren de Fernández P, Sarmiento P, Vera M¹¹, quien concluyó de acuerdo a sus resultados que, el 42% tiene conocimiento sobre la obesidad. Según autores El conocimiento es definido desde diferentes puntos de vista; en pedagogía el conocimiento es denominado como: tipo de experiencia que contiene una representación de un suceso o hecho ya vivido, también se le define como la facultad consciente o proceso de comprensión, entendimiento, que pertenece al pensamiento, percepción, inteligencia, razón. ¹⁴ .Los padres son los principales cuidadores y responsables de la salud de sus hijos, para poder lograr un crecimiento y desarrollo óptimo saludable y de calidad; es por ello que se deben tomar medidas correctivas inmediatas de educación y sensibilización, por medio de estrategias educativas para solucionar de manera oportuna y eficaz los conocimientos de las madres de familia.

Respecto a los conocimientos de las madres acerca de la obesidad, conocen 55% en la dimensión alimentación y no conocen 45% en la dimensión actividad física; estos resultados son similares a los de Fernández P, Sarmiento P, Vera M¹¹, quien obtuvo que, el 40% tiene conocimiento estos resultados difieren de lo hallado por Quispe C¹³, quien demuestra en sus resultados que el 86% desconoce. La alimentación es la acción por la cual se proporciona o suministra alimentos al organismo, esto incluye la selección de alimentos, preparación o cocción y su ingestión; alimentos que proporcionan sustancias que llamamos nutrientes y vitaminas, que se necesitan para poder mantener una buena salud y prevenir enfermedades. Todo esto depende de las necesidades de cada individuo, disponibilidad de dichos alimentos, religión, cultura, situación económica y/o social, entre otras. La alimentación es acto o suceso voluntario, que se aprende a lo largo de la vida y uno de los más fundamentales del mundo de los seres vivos, debido a su relación a la supervivencia diaria de estos.¹⁶ Los resultados denotan que los padres de familia, conocen que la dimensión de alimentación es importante para el desarrollo de sus hijos, pero estos conocimientos no se practica por lo tanto

deben ser coherentes con los que les ofrece a sus hijos. Los datos hallados son relevantes porque si bien es cierto, las madres demuestran en la dimensión resultados alimentación su relevancia; ellas deben estar enfocadas y dirigidas, a conocer la importancia del valor nutritivo en la alimentación de sus hijos.

Los conocimientos de las madres acerca de la obesidad dimensión alimentación según indicadores de tipo de dieta no conoce 74%, según la frecuencia no conoce 56%, según la cantidad conoce 58%, y según el momento conoce 80%. Sin duda en estos tiempos donde todo se torna cada vez más rápido , debemos tener en cuenta y detenernos un momento a pensar en que alimentación le estamos brindando a nuestros hijos ya que esta es determinante biológicamente , mediante ella le brindamos los nutrientes necesarios para el correcto funcionamiento de su actividad vital , por lo mismo conocer el tipo de alimento , las cantidades necesarias y la frecuencia del consumo de los mismos va ayudar a realizar esta función como padres de la manera más conveniente posible y no cometer los errores tan comunes como lo es la sustitución de alimentos por comidas rápidas , snack etc. los cuales podrían llevar a lo largo de nuestra vida a un sin fin de patologías como lo son la obesidad , hipertensión , colesterol entre otras .

En cuanto a la dimensión de actividad física, 60% de las madres no conocen y 40% si conocen estos resultados son similares al hallado por Quispe C¹³, quien concluyó que el 90% no conocen, difiriendo con ello se encuentra Fernández P, Sarmiento P, Vera M¹¹, quienes obtuvieron como resultado que el 59% si conoce. Actividad física son los movimientos corporales producidos por nuestro cuerpo produciendo así el gasto de energía. Son actividades planificadas, estructuradas, repetitivas y realizadas con el objetivo de mejorar la aptitud física, De acuerdo a las edades, los jóvenes y niños deben realizar actividades físicas las cuales están basados en juegos, deportes, actividades recreativas que realizan en

sus centros de estudios como fuera de ellas, con el propósito de mejorar sus funciones cardiacas, respiratoria, y muscular reduciendo de esa manera muchas enfermedades. Los datos encontrados son de gran relevancia porque el no tener conocimientos sobre la actividad física en el desarrollo del niño, la inactividad contribuye a un aumento peligroso de la obesidad en los niños; es por ello que el profesional de enfermería debe motivar la práctica de ejercicio, como una de las acciones que benefician a la salud de un escolar que está en pleno desarrollo. La actividad física no sólo ayuda a que el organismo tenga un mejor y correcto funcionamiento, sino que también es lo que permite lograr un estado mental saludable. Además, es uno de los métodos preventivo promocional más eficientes contra muchas enfermedades.

Los conocimientos de las madres acerca de la obesidad en la dimensión actividad física según indicadores, no conocen 72% en el tipo de actividad, conoce 54% según el tiempo de realización de la actividad, y no conoce 56% según la frecuencia. Actividad física son los movimientos corporales producidos por nuestro cuerpo produciendo así el gasto de energía. Son actividades planificadas, estructuradas, repetitivas y realizadas con el objetivo de mejorar la aptitud física., los jóvenes y niños deben realizar actividades físicas lo cual está basado en juegos, deportes, actividades recreativas que realizan en sus centros de estudios como fuera de ellas, con el propósito de mejorar sus funciones cardiacas, respiratoria, y muscular reduciendo de esa manera muchas enfermedades. Si no se cultiva una cultura acerca el deporte en los estudiantes, ellos no tienen un modelo a seguir, recordemos que ellos aprenden muchas veces incurriendo a la emulación desde pequeños, el hacerles de conocimiento de la importancia de realizar actividad física es de vital de importancia ya que le aporta un gran balance en el organismo, si consumimos los nutrientes necesarios la dosis adecuada de actividad física evitaremos el sedentarismo y la malnutrición.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. Conclusiones

- Las madres de los escolares del 6to grado del nivel primario de la institución educativa Coronel José Joaquín Inclán no conocen sobre prevención de obesidad por lo cual se acepta la hipótesis planteada Chorrillos Noviembre 2016.
- Las madres de los escolares del 6to grado de nivel primario conocen sobre prevención de obesidad según dimensión: alimentación por lo cual se rechaza la hipótesis planteada.
- Las madres de los escolares del 6to grado de nivel primario no conocen sobre prevención de obesidad según dimensión actividad física por lo cual se acepta la hipótesis planteada.

V.b. Recomendaciones

- Se recomienda a las autoridades del centro educativo: director, docentes, tutores y auxiliares capacitarse a través del profesional de enfermería para; promover estrategias educativas en sesiones programadas en el año académico escolar en la prevención promoción y prevención de la salud de conductas de alimentación saludable.
- Que se motive a los docentes del centro educativo para poder sensibilizar a los alumnos y padres de familia favoreciendo una alimentación saludable previniendo así la obesidad.
- Que los docentes puedan implementar dentro de su currícula jornadas de actividades deportivas en el plantel motivando así a las madres a participar con sus hijos.
- Que los profesionales de enfermería del centro de salud más cercano programen campañas de salud hacia los padres en general para impartir conocimientos para prevenir y concientizar la importancia de una alimentación adecuada, balanceada y el desarrollo de actividades físicas.
- El personal de enfermería debe realizar seguimientos y evaluación a los padres y a los niños con riesgo a padecer este trastorno, mediante las visitas domiciliarias, fomentando el desarrollo de hábitos saludables.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Achor M, Benítez N, et.al. Obesidad Infantil / Revista de Posgrado de la VIa Cátedra de Medicina. N° 168; 2011. [fecha de consulta 14 de agosto de 2017] Disponible en https://med.unne.edu.ar/revista/revista168/6_168.pdf.
2. Organización Mundial de la Salud. Una enfermedad que mata en silencio, una crisis de salud pública mundial: Serie de informes técnicos de la OMS; 2013. [fecha de consulta 14 de agosto de 2017]. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/87679/1/WHO_DCO_WHD_2013.2_spa.pdf
3. Organización Panamericana de la Salud .Prevención de la obesidad: OPS: 2011 [fecha de consulta 16 de agosto de 2017]. Disponible en: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11506%3Aobesity-prevention
4. Organización de las Naciones Unidas para la Educación. La Ciencia y la Cultura. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar. UNESCO: 2014 [Fecha de consulta 14 de junio 2016]. Disponible en: <http://es.unesco.org/themes/acoso-violencia-escolar>
5. ABC Artículos. Conocimiento de Padres dieta elección no prevenir la obesidad infantil [revista virtual] [fecha de consulta 24 de noviembre 2017] Disponible en: <http://abcarticulos.info/article/conocimiento-de-padres-dieta-eleccin-no-prevenir-la-obesidad-infantil>

6. Ministerio de Salud, Boletín epidemiológico Lima: MINSA: 2013 Cuadernos N° 4; [Fecha de consulta 14 de junio 2016]. Disponible en:<http://www.rslc.gob.pe/Descargas/Epidemiologia/Boletin/2013/Boletin-N-05-2013.pdf>
7. Instituto Nacional de Estadísticas e Informática, Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles. INEI : 2013 [Fecha de consulta 14 de junio 2016]. Disponible en:http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1152/libro.pdf
8. El Comercio, El sobrepeso infantil crece por el descuido de los padres. [Internet] Perú ;2014 [fecha de consulta 24 de noviembre 2017] Disponible en:<https://elcomercio.pe/tecnologia/ciencias/8-errores-padres-sobrepeso-ninos-417962>
9. Baracco A, Ochoa Y, Romero M. Conocimiento de los padres sobre la alimentación en niños en edad escolar Universidad de Cuyo. Colombia 2014 [Fecha de consulta 14 de junio 2016]. Disponible en:http://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/
10. Rosado M, Silvera V, Calderón J. Prevalencia de la obesidad y sobrepeso en alumnos primarios. Rev. Soc. Perú Med Interna 2011; 24 (4) [Fecha de consulta 14 de junio 2016]. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v15n42/>
11. Fernández P, Sarmiento P, Vera M. Nivel de conocimiento sobre prevención de obesidad infantil en madres de preescolares de la institución educativa inicial Luis Enrique XIII Comas .Perú 2015. Revista médica. 2011; 9(16):120- 129 [fecha de acceso 16 de agosto del 2017]. Disponible en: http://repositorio.Uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/112/CD-TENF-077_2017.Pdf.sequence=1&isAllowed=y

12. Requena L. Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del pre escolar de la institución educativa n° 524 Nuestra Señora de la Esperanza. Perú [fecha de acceso 17 de agosto del 2017]. Disponible en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1000/1/Requena_rl.pdf
13. Quispe C. Conocimientos de los padres sobre la prevención de la obesidad en escolares en una institución educativa de Lima. Revista Perú .2015; 31(3): 467-472. [Fecha de consulta 17 de agosto del 2017]. Disponible en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/4121/1/Quispe_ce.pdf
14. Zepeda, R. Conocimientos intuitivo, religioso, empírico, filosófico y científico. Definición, características y relevancia, [en línea]. [Fecha de consulta 14 de junio 2016] Disponible en: [https://www. Gestiopolis.com/conocimientos-intuitivo-religioso-empirico-filosofico-y-cientifico-definicion-caracteristicas-y-relevancia/>](https://www.Gestiopolis.com/conocimientos-intuitivo-religioso-empirico-filosofico-y-cientifico-definicion-caracteristicas-y-relevancia/)
15. Reilly J, Wilson D. La obesidad, definida como un exceso de grasa en el cuerpo con aumento de la morbilidad, es cada vez más común en niños y adolescentes BJM : 2006 : [revista virtual], [Fecha de consulta 14 de junio 2016] Disponible en: http://www.intramed.net/actualidad/art_1.asp?idActualidad=44269&nomCat=Art%C3%ADculos
16. Castillo DC, Romo MM. Las golosinas en la alimentación infantil. Revista chilena de pediatría. 2006; revista virtual]. [fecha de consulta 2 de setiembre del 2017]; Disponible en: http://www.Scielo.cl/scielo.php?pid=S037041062006000200011&script=sci_arttext&tlng=en

17. Pisabarro R, Recalde A, Irrasábal E, Chaftare Y. ENSO niños 1: Primera encuesta nacional de sobrepeso y obesidad en niños uruguayos. Revista Médica Uruguaya. 2002; [internet] 2002 [fecha de consulta 02 de octubre del 2017]; Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-3295-2002000300008&lng=es&nrm=iso&tlng=es
18. Cole T, Bellizzi M, Flegal K, Dietz W. Definición estándar de sobrepeso y obesidad en niños: estudio internacional British medical journal, [base de datos en internet] 2008 [28 de agosto del 2017] Disponible en: http://www.sap.org.ar/staticfiles/publicacion/es/correo/cor_3_01/933.pdf
19. Zayas T, Chiong D, Díaz Y, Torriente A, Herrera X. Prevención y Obesidad en la infancia. Revista Cubana de Pediatría 2013 [15 de agosto del 2017]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S003475312002000300007&script=sci_arttext
20. Hirschler V, González C, Cemente G, et al. Cómo perciben las madres de niños de jardín de infantes a sus hijos con sobrepeso, Rol de enfermería en la prevención de la obesidad. Archivo Argentina de Pediatría [revista virtual] 2010 [fecha de consulta 26 de setiembre del 2017] Disponible en: http://www.sap.org.ar/staticfiles/archivos/2006/arch06_3/v104n3a06.pdf
21. Núñez L, Atención de enfermería al pre-escolar, escolar, adolescentes, joven, adulto sano y al trabajador. Libro de texto Enfermería Familiar y Social del colectivo de autores Cubanos Capítulo XIV y XVII. Editorial Ciencias médicas. Habana 2004. [fecha de consulta 26 de setiembre del 2017] Disponible en: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/pdvedado/prescolar.pdf>

22. Instituto Vasco de Estadística, Nivel de instrucción. [fecha de consulta 26 de setiembre del 2017] Disponible en: http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html

23. Marriner A, Raile M, Modelos y teorías en enfermería, 7a ed, Madrid: Elsevier España; 2011. Capítulo 21.

BIBLIOGRAFÍA

- Cruz M, Flores F, Valentín N. Metodología de la investigación. Madrid: Profdosa; .2004. p. 261.
- Hassink, Obesidad Infantil: Prevención, Intervenciones y Tratamiento en Atención Primaria, Madrid-España, Medica Panamericana, 2007, Pág 1 – 45.
- Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación 4^{ta} ed. México: Mac Graw Hill; 2006
- Paez Z. Prevalencia de obesidad en escolares que asisten al ambulatorio La Sabanita. Diciembre 2009 – febrero 2010”, España, 2009, pág. 29, 30, 32, 35.

ANEXOS

ANEXO 1
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALOR FINAL
Conocimientos de los Padres sobre La prevención de obesidad en escolares	El conocimiento es definido desde diferentes puntos de vista; en pedagogía el conocimiento es denominado como: tipo de experiencia que contiene una representación de un suceso o hecho ya vivido, también se le define como la facultad consciente o proceso de comprensión, entendimiento, que pertenece al pensamiento, percepción, inteligencia, razón.	Es la información adquirida por las madres sobre la prevención de la obesidad en sus hijos escolares.	Alimentación Actividad física	Tipo de alimento Momento de la alimentación. Frecuencia de la ingesta de alimentos. Cantidad de alimentos. Tipo de actividad física. Frecuencia de la actividad física. Tiempo de actividad física.	Conocen No conocen

ANEXO 2:

INSTRUMENTO

Buenos días, soy bachiller de la Universidad San Juan Bautista de la Facultad de Ciencias de Salud donde realice mis estudios en la Escuela Profesional de Enfermería mi nombre es Heidi Ospina Cahuana.

Me encuentro realizado un estudio de investigación que lleva como título **“Conocimiento de las madres del 6to grado en la prevención de obesidad en escolares del nivel primario de la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán Chorrillos Noviembre 2016”**, tengo como objetivo Determinar el conocimiento de las madres sobre la prevención de la obesidad en escolares del nivel primario.

A continuación encontrara una serie de preguntas con diferentes alternativas, por lo que solicitamos que responda las preguntas en forma sincera para la veracidad del trabajo que estoy realizando.

Agradezco por anticipado su valiosa participación, las respuestas vertidas en esta encuesta serán utilizadas únicamente para los fines de la investigación y su identidad se mantendrá en el anonimato.

Por favor responde todas las preguntas con letra clara o marcando con una **“x”** donde creas conveniente.

II. DATOS GENERALES

Edad de la madre:

26 - 35 ()

36 - 45 ()

46 - mas ()

Grado de instrucción:

Analfabeta ()

Prim. Incompleta ()

Prim. Completa ()

Sec. Incompleta ()

Sec. Completa ()

Superior ()

Ocupación:

Dependiente ()

Independiente ()

Ama de casa ()

III. DATOS RELACIONADOS AL ESTUDIO DE INVESTIGACION

1. La obesidad infantil es:

- a) Una enfermedad.
- b) Un defecto que tiene los niños.
- c) Algo que no tiene importancia.
- d) Es ver a los niños “gordos”
- e) Es un niño que no come

2. La obesidad puede ocasionar

- a) Problema en los pies
- b) hongos en el cuerpo
- c) Infecciones en la piel
- .d) problemas con la cabeza
- e) Problemas en el corazón

3. Los alimentos que debe incluir la dieta del escolar está dado por:

- a) Carnes, leche y sus derivados, verduras y harinas.
- b) Leche y sus derivados, verduras y carne de res.
- c) Carnes, leche y derivados, huevo, verduras y frutas.
- d) Frutas, huevo, verduras, harina y carnes.
- e) Solo harinas y verduras

4. Es importante que el escolar tenga una alimentación saludable:

- a) Le permite crecer, estudiar, jugar y estar saludable.
- b) Le permite estudiar, crecer, hacer amigos y ser inteligente.
- c) Le permite crecer, desarrollar su actividad física y estar sano.
- d) Le permite estudiar, crecer, ser inteligente y estar saludable.
- e) Le permite solo ser inteligente

5. El escolar necesita comer verduras y frutas:

- a) Las verduras tienen vitaminas y es necesario para prevenir enfermedades.
- b) Las verduras previenen el estreñimiento, vitaminas y es necesario para prevenir enfermedades.
- c) Las verduras contienen minerales, vitaminas, antioxidantes necesarios para prevenir enfermedades.
- d) Las verduras son buenas para su salud, tienen muchas vitaminas y es necesario para prevenir enfermedades.
- e) Las verduras favorecer al desarrollo muscular

6. El escolar debe consumir aceites y grasas:

- a) Aportan los nutrientes esenciales para el crecimiento normal.
- b) Hacen que el niño engorden y que sufra obesidad infantil.
- c) Evita que le niño tenga problemas intestinales
- d) Favorece la regeneración de la piel
- e) Evitan que las personas engorden

7. Los alimentos que debe incluir en el desayuno del escolar?

- a) Leche, pan o cereal y frutas.
- b) Frugos, queque y gelatina.
- c) Vaso de agua, galletas y mazamorra.
- d) Arroz con pollo y un jugo natural.
- e) Arroz, queso y leche

8. La lonchera escolar es importante ya que:

- a) Es una parte complementaria de la alimentación.
- b) Calma del hambre al niño durante el día.
- c) Le ayuda a crecer y a desarrollar.
- d) Protege al organismo de enfermedades.
- e) Evita que el niño tenga anemia

9. Señale que alimentos debe incluir una lonchera

- a) Fruta o verdura, pan, refresco natural.
- b) Gaseosa, galletas y una naranja.
- c) Agua pura, huevo con arroz y gelatina.
- d) Frugos, galletas y manzana.
- e) Frugos, yogurt y pan

10. Los alimentos que se debe evitar en una lonchera está dado por:

- a) Verduras.
- b) Frutas.
- c) Alimentos Chatarras.
- d) Carbohidratos
- e) Proteínas

11. ¿Cuántas frutas cree usted que debe consumir el escolar?

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) 5

12. Que actividades contribuye o favorece a que el escolar se ponga obeso.

- a) Mirar televisión una hora
- b) Consumir tres frutas diariamente
- c) Dormir inmediatamente después de almorzar o cenar
- d) Comer la mitad del almuerzo de la mañana
- e) Tomar agua todos los días en ayunas

13. La actividad física en el escolar es importante ¿Por qué?

- a) Les ayuda en su crecimiento y estar sanos.
- b) Les ayuda a tener huesos delgados y largos
- c) Les ayuda a no padecer enfermedades de la piel
- d) Les ayuda a evitar calambres
- e) Les ayuda a engordar

14. La actividad que debe realizar diariamente el escolar, está dada por:

- a) Realizar deportes como fútbol y vóley.
- b) Saltar, escalar, hacer volantín, bailar, trepar, etc.
- c) Correr, saltar y bailar, si lo desea.
- d) Deja que él niño se divierta solo.
- e) Jugar canicas

15. El tipo de juegos que puede realizar diariamente el escolar, está dada por:

- a) Juegos de gran esfuerzo físico
- b) Jugar con el play station
- c) Juegos que les permita jugar con papá, mamá o sus amigos.
- d) Juegos de mesa (damas o ajedrez)
- e) Jugar con la Tablet o computadora

16. El tiempo mínimo que debe realizar ejercicio un escolar es de:

- a) 15 min
- b) 30 min
- c) 45 min
- d) 1 hora
- e) 2 horas

Gracias por su participación.

ANEXO 3

VALIDEZ DE INSTRUMENTO PRUEBA BINOMIAL

PREGUNTAS	JUECES								Valor de p*
	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.03516
2	1	1	1	1	1	1	1	1	0.00391
3	1	1	1	1	1	1	1	1	0.00391
4	1	1	1	1	1	1	1	1	0.00391
5	1	1	1	1	0	1	1	1	0.03516
6	1	1	1	1	1	1	1	1	0.00391
7	0	1	1	1	1	1	1	1	0.03516
8	1	1	1	1	1	1	1	1	0.00391
9	1	1	1	1	1	1	1	1	0.00391
10	1	1	1	1	1	1	0	1	0.03516

Si $p < 0,05$, la concordancia es significativa

Si la respuesta es NO =0

Si la respuesta es SI =1

$$p = \frac{\sum P_i}{(N^\circ \text{ criterios})} =$$

$$P = \frac{0.1641}{10} = 0.01641$$

10

En estas preguntas se tomaron en cuenta las observaciones realizadas para la elaboración del instrumento final. Si $P > 0.05$ la concordancia es significativa.

ANEXO 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

**CONOCIMIENTO DE LAS MADRES DEL 6TO GRADO EN
PREVENCION DE OBESIDAD EN ESCOLARES DEL
NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA
CORONEL JOSÉ JOAQUÍN
INCLÁN CHORRILLOS
NOVIEMBRE 2016**

INVESTIGADORA: OSPINA CAHUANA HEIDI GEOVANI, alumna de la Escuela de Enfermería; quien está realizando un estudio al que usted está siendo invitada(o) a participar.

¿De qué se trata el proyecto?

Este proyecto tiene como objetivo dar a conocer el conocimiento de las madres acerca de la prevención de la obesidad en escolares del nivel primario.

¿Quiénes pueden participar en el estudio?

Son todos los padres del 6° grado de primaria que se encuentran en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán.

¿Qué se me pedirá que haga si acepto participar en el estudio?

Si acepta participar en el estudio se le pedirá que firme una hoja dando su consentimiento informado y conteste con sinceridad las preguntas de la respectiva encuesta.

¿Cuánto tiempo tomará mi participación?

La encuesta consta de 16 preguntas por lo que el tiempo estimado aproximadamente es de 10 a 15 minutos.

Beneficios

Con su participación colaborará a que se desarrolle el estudio y que los resultados sirvan a la institución para mejorar deficiencias encontradas.

Confidencialidad:

La información que usted proporcione es absolutamente confidencial y anónima, solo será de uso de la autora del estudio.

Es muy importante recordarle que si acepta, participar en este estudio es totalmente anónimo y voluntario; nadie le obliga a ser parte de ella; no hay ningún inconveniente si decide no participar.

Firma de la persona

DNI

Firma del investigador

DNI

ANEXO 5

INFORME DEL ESTUDIO PILOTO

El presente trabajo de investigación fue sometido a la confiabilidad de instrumentos el cual se llevó a cabo en la Institución Educativa Coronel José Joaquín Inclán el 21 de agosto del 2016, el instrumento fue: una encuesta para medir el conocimiento en cuanto a la prevención de obesidad en escolares.

La Universidad Privada San Juan bautista, elaboró un oficio que fue presentado al director de la Institución Educativa Coronel Lamas Roa Luis, pidiendo la autorización correspondiente, se coordinó la fecha de visita con el director de la Institución. Se Realizó la presentación con las madres de los estudiantes como alumna de la Universidad Privada San Juan Bautista y se dio inicio a la aplicación de la encuesta, entablado así una comunicación cordial ellos que gustosos colaboraron en el llenado, algunos pidieron apoyo para la resolución y dudas que tenían.

Culminando el llenado de encuesta se procedió a la despedida no sin antes agradecerles por su colaboración y otorgarles un pequeño presente simbólico en gratitud a la toma de su tiempo.

ANEXO 6

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO A TRAVES DE LA FÓRMULA DE KUDER Y RICHARDSON 20

Para determinar la confiabilidad del cuestionario, se utilizó el coeficiente de confiabilidad KR20, cuya fórmula es:

$$P_{KR20} = \frac{K}{K - 1} * \left(1 - \frac{\sum_{j=1}^K p_j q_j}{\sigma^2} \right)$$

k = número de preguntas

P_j = número de personas en la muestra que respondieron la pregunta j correctamente

Q_j = número de personas en la muestra que no respondieron la pregunta j correctamente

σ^2 = varianza de las puntuaciones totales de todas las personas que toman la prueba = VARA (R1) donde R1 = matriz que contiene las puntuaciones totales de todas las personas que toman la prueba.

Usando el software estadístico Excel, se obtuvo los siguientes resultados estadísticos:

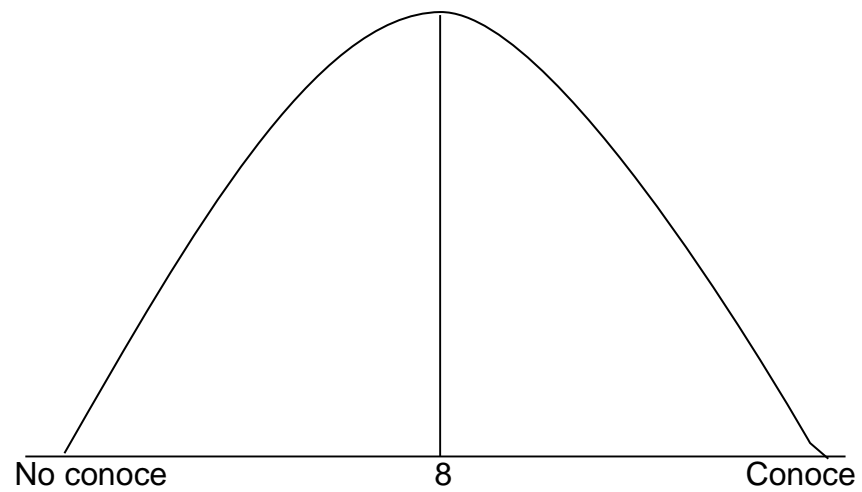
	$\rho_{KR20} =$	$\frac{16}{15} *$	$\frac{4.35 - 2.02}{4.35}$	
Para que exista				
confiabilidad del		$1.07 *$	$\frac{2.33}{4.35}$	
instrumento se				
requiere que el		$1.06 *$	0.54	kr20
sea mayor de	$\rho_{KR20} =$	0.57		0.5 por
lo tanto este instrumento es confiable.				

ANEXO 7

ESCALA VALORACION

CONOCIMIENTO DE LAS MADRES EN PREVENCION DE LA OBESIDAD EN ESCOLARES

Valor final	Puntaje
No Conoce	V. Min 0 - 07
Conoce	V. Max 08 – 16



ANEXO 8 PRUEBA PILOTO

SUJETOS	ALIMENTACIÓN											ACTIVIDAD FISICA					TOTAL
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	
S1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	14
S2	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	8
S3	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	8
S4	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	7
S5	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	7
S6	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	7
S7	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	10
S8	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	9
S9	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	7
S10	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	5
S11	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	6
S12	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	7
S13	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	6
S14	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	8
S15	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	6
S16	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	8
S17	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	7
S18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	11
S19	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	11
S20	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	7
	2	12	8	16	10	19	19	13	5	17	14	15	5	2	1	1	
	0.0947	0.2526	0.2526	0.1684	0.2632	0.0500	0.0500	0.2395	0.1974	0.1342	0.2211	0.1974	0.1974	0.0947	0.0500	0.0500	

159

4.3475

p	0.094736842	0.25263158	0.25263158	0.16842105	0.26315789	0.05	0.05	0.23947368	0.19736842	0.13421053	0.22105263	0.19736842	0.19736842	0.09473684	0.05	0.05	
q	0.905263	0.74737	0.74737	0.83158	0.73684	0.95	0.95	0.76053	0.80263	0.86579	0.77895	0.80263	0.80263	0.90526	0.95	0.95	
Pq	0.085761773	0.18880886	0.18880886	0.1400554	0.19390582	0.0475	0.0475	0.18212604	0.15841413	0.11619806	0.17218837	0.15841413	0.15841413	0.08576177	0.0475	0.0475	2.01885734

k 16
 Σpq 2.02
var 4.35
p 0.57

$$\rho_{KR20} = \frac{16^*}{15} \quad \frac{4.35 - 2.02}{4.35}$$

$$1.07^* \quad \frac{2.33}{4.35}$$

$$1.06^* \quad 0.54$$

$$\rho_{KR20} = 0.57$$

kr20 0.57133652