



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano
Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería**

AUTORAS:

Leva Escalante, Claudia Alejandra Desire (orcid.org/0000-0002-5624-1976)

Llanca Flores, Brianda Pamela (orcid.org/0000-0001-5977-1238)

ASESORA:

Mg. Chapilliquen Llerena, Maritza Esther (orcid.org/0000-0002-7092-1599)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades No Transmisibles

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA — PERÚ

2023

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mis hijos que son mi inspiración y mi motivo de lucha, a mi esposo por su apoyo emocional y económico, a mis padres por sus consejos y por estar siempre para mí, a mi familia por estar siempre apoyándome.

**Leva Escalante, Claudia
Alejandra**

Dedico esta tesis, a Dios por tanto que me da, que gracias a Él estoy cumpliendo uno de mis sueños, a mis padres en especial a mi querida mamá por sus oraciones y sus sabios consejos, a mi novio Darwin Castillo por su apoyo incondicional, a mis hermanos por siempre estar para mí, a un hermoso matrimonio la familia Luna Ramos por darme ese empujón para estudiar, a mis amigos por sus palabras de aliento.

Llanca Flores, Brianda Pamela.

AGRADECIMIENTO

Queremos agradecer en primer lugar a Dios por habernos permitido culminar con nuestra tesis, y cumplir una de nuestras metas, así mismo, a la universidad César Vallejo que es nuestra casa de formación académica, a los docentes y asesores que nos guiaron paso a paso para culminar con éxito nuestra investigación.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE ASESOR



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CHAPILLIQUEN LLERENA MARITZA ESTHER, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.", cuyos autores son LLANCA FLORES BRIANDA PAMELA, LEVA ESCALANTE CLAUDIA ALEJANDRA DESIRE, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 21 de Noviembre del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CHAPILLIQUEN LLERENA MARITZA ESTHER DNI: 08480737 ORCID: 0000-0002-7092-1599	Firmado electrónicamente por: MCHAPILLIQUENLL el 15-12-2023 12:40:27

Código documento Trilce: TRI - 0657914



DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DE LAS AUTORAS



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, LEVA ESCALANTE CLAUDIA ALEJANDRA DESIRE, LLANCA FLORES BRIANDA PAMELA estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
LLANCA FLORES BRIANDA PAMELA DNI: 47517098 ORCID: 0000-0001-5977-1238	Firmado electrónicamente por: BLLANCAF el 15-01-2024 17:18:12
LEVA ESCALANTE CLAUDIA ALEJANDRA DESIRE DNI: 47830183 ORCID: /0000-0002-5624-1976	Firmado electrónicamente por: ALEVAES el 15-01-2024 17:24:53

Código documento Trilce: INV - 1473713

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR/AUTORES	v
ÍNDICE DE CONTENIDO	vi
ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	12
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo, unidad de análisis	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.5. Procedimientos	16
3.6. Métodos de análisis de datos	17
3.7. Aspectos éticos	18
IV. RESULTADOS	19
V. DISCUSIÓN	23
VI. CONCLUSIONES	28
VII. RECONVENCIONES	29
REFERENCIAS	30
ANEXOS	37

ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

Gráfico 1. Determinar los factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. 19

Gráfico 2. Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. 20

Gráfico 3. Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. 21

Gráfico 4. Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. 22

RESUMEN:

El sobrepeso se define como un aumento de grasa que puede ser perjudicial para la salud y que tiene diversos factores para que los niños y adolescentes puedan padecer, el trabajo de investigación titulada “Factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023” y como Objetivo General: Determinar los factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. La metodología fue de tipo de Básica, de enfoque cuantitativa, diseño no experimental, de corte transversal, nivel descriptivo, la población estuvo conformada por 55 estudiantes del 5° y 6° de primaria, y como instrumento fue el cuestionario. Y como resultados obtenidos fueron hábitos alimenticios nivel bajo 18.53%, actividad física nivel medio 32.50% y sedentarismo nivel alto 48.97%, con lo que respecta a las dimensiones está hábitos alimenticios tuvo como un nivel alto 9.09% mientras que el nivel medio tuvo del 89,09%, y 1,82% nivel bajo, por otro lado, actividad física tuvo como nivel alto 18.18%, nivel medio 65,45%, y nivel bajo 16,32%, y sedentarismo tuvo un nivel alto del 49,09%, nivel medio del 40,00% y 10,92% nivel bajo. Se llega a concluir que el factor de riesgo que está más presente fue el sedentarismo.

Palabras clave: sobrepeso, estudiantes, hábitos alimenticios, actividad física, sedentarismo.

ABSTRACT

Overweight is defined as an increase in fat that can be harmful to health and that has various factors that children and adolescents can suffer from, the research work titled “Risk factors of overweight in children at the Elim International Christian School, San Juan de Lurigancho – 2023” and as a General Objective: Determine the risk factors for overweight in children at the Elim International Christian School, San Juan de Lurigancho – 2023. Methodology was Basic, with a quantitative approach, non-experimental design, cutting transversal, descriptive level, the population was made up of 55 students from the 5th and 6th grades of primary school, and the instrument was the questionnaire. And the results obtained were low level eating habits 18.53%, medium level physical activity 32.50% and high-level sedentary lifestyle 48.97%, with regard to the dimensions these eating habits had a high level 9.09% while the medium level had 89 .09%, and 1.82% low level, on the other hand, physical activity had a high level of 18.18%, medium level 65.45%, and low level 16.32%, and sedentary lifestyle had a high level of 49.09%. %, medium level of 40.00% and 10.92% low level. It is concluded that the risk factor that is most present was a sedentary lifestyle.

Keywords: overweight, students, eating habits, physical activity, sedentary lifestyle.

I. INTRODUCCIÓN

Según, La Organización Mundial de la Salud determina al sobrepeso como una acumulación anormal de grasa que puede ser perjudicial para la salud. También, expresa que en el 2016 había aproximadamente 340 millones de jóvenes de 5 a 19 años con sobrepeso, con un aumento semejante en ambos sexos, siendo un 18% en niñas y un 19% en niños. Además, menciona que el sobrepeso y obesidad es causal de muerte en todo el mundo. Así mismo, afirma que las causas para un aumento de peso es el consumo de alimentos grasos ricos en calorías y una disminución en la actividad física debido a una naturaleza cada vez más sedentaria. Sin embargo, especifica que los cambios en la alimentación y la actividad física son consecuencias sociales y ambientales asociadas al desarrollo.²

Así mismo, El Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe (2020), Expresa que el problema del sobrepeso afecta a todos los niños mayores de cinco años y adolescentes, lo que significa que aumenta rápidamente, con un 30% de niños y adolescentes, destacando Haití con un 56,9%. Por lo tanto, es esencial establecer un sistema alimentario que promueva y permita el acceso de todos los pobladores, con una alimentación saludable y que proteja la salud de los niños y adolescentes. también, hace mención con lo que respecta la canasta familiar, siendo un costo elevado para una adecuada alimentación, los países con más alto costo de canastas familiar se encuentran, encabezando Venezuela con 61,7%, seguido esta Haití con 44,1%, sigue Nicaragua y Guatemala con 14, 4%, México con 12.3%, Honduras y Bolivia con 9,1%, Dominica y Paraguay con 6,4%, Panamá, Perú y Ecuador esta con 3, 8%, Lo que es probable que se pueda incrementar el padecer de sobrepeso¹

Por consiguiente, la OPS menciona que el sobrepeso y la obesidad han llegado a niveles epidémicos en jóvenes y niños entre los 5 a 19 años, representando el 33,6 %. Por lo tanto, la OPS responde que para

enfrentar o detener el aumento del sobrepeso, promueve y apoya políticas que permitan a las personas en la Región de las Américas a tener una mejor alimentación, actividad física .³

Por otro lado, National Heart, Lung, Blood Institute, define que existen varios factores que contribuyen al sobrepeso, incluidos los patrones alimenticios, la actividad física, la genética y los antecedentes familiares. Según este instituto, 1 de cada 5 niños y adolescentes de 2 a 19 años tienen sobrepeso. Además, menciona que el no hacer suficiente actividad física y consumir alimentos y bebidas con altas calorías y pocos nutrientes, aumenta el riesgo de desarrollar esta enfermedad. Para evitar o reducir el aumento de peso, es importante seguir un plan de alimentos saludable y hacer actividad física.⁴

Por tanto, el Instituto Nacional de Salud (2020), muestra que el peso elevado por encima de lo normal en adolescentes y niños en el Perú es de un porcentaje de 37.8%, así mismo, en Lima Metropolitana es de 64.7%, mientras que los demás departamentos muestran un alto porcentaje de sobrepeso, como en Arequipa que es de 39.7%, Moquegua 40.9%, la Libertad de 54%, además, indica que dos factores más relevantes que influyen a esta condición es una minoría del esfuerzo físico y una alimentación no adecuada.⁵ de esta manera el INEI (2022), informa que en la actualidad el Perú está habitado por 33, 396, 700 pobladores, viviendo a más del doble de las personas registrado en el año 1972, mientras que Lima Metropolitana está compuesto por 10, 4,141 habitantes, encabezando el Distrito SJL con más población 1, 225, 93 habitantes, así mismo especifica que dos países encabezan en la lista de mayor consumo de comida rápida como Brasil y Perú , esto provocó un aumento de 39,9 % en las regiones.^{8 y 9}

Por último, el ASIS, (2019), hace mención que el sobrepeso en niños ocupa el tercer lugar como problema priorizado de salud, así mismos hace mención, que se encuentra en el tercer lugar de las 10 primeras enfermedades de morbilidad, siendo las niñas de mayor persistencia con un 9,77% y los niños con 9,35%. También menciona algunos factores de riesgo, como los hábitos alimentarios y actividad física.⁷

Ante ello, se hace presente el problema general: ¿Cuáles son los factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023?, y como problemas específicos: ¿Cuáles son los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023? ¿Cuáles son los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023? ¿Cuáles son los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023?,

Como justificación teórica, el presente trabajo compromete la distinta apertura de conocimientos ya existentes en investigaciones buscadas, además el asunto a tratar es de suma relevancia e importancia, demostrada por varios trabajos investigados y datos obtenidos directamente de la población de estudio.

Como justificación práctica: esta investigación se realizó con el fin de recopilar información concreta y real de los niños con respecto a factores de riesgo del sobrepeso en el colegio Cristiano Internacional Elim.

Como justificación social: el trabajo de investigación es de suma relevancia en factores de riesgo del sobrepeso para abordar en la prevención y manejo de dicha afectación en niños.

Como justificación metodológica: En esta tesis se basó en un razonamiento sólido. Era esencial ampliar los conocimientos científicos sin descuidar las aplicaciones prácticas. El diseño del estudio fue no experimental, ya que no alteró los factores de riesgo del sobrepeso en niños. Se realizó en un momento concreto, por lo que tiene un carácter transversal. Por último, el estudio tuvo un enfoque descriptivo, ya que buscó perfilar de manera integral las características del fenómeno estudiado.

Adicionalmente a ello, para poder llevar a cabo el actual trabajo de investigación se utilizó un instrumento de recopilación de datos ya validado, y verídico.

Por ello el presente estudio tiene como objetivo general: Determinar los factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023, y como objetivos específicos tenemos: Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023, Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.

II. MARCO TEÓRICO

Sultana S, Rahman M, Sigel B y Hashizume M. (2021), titulado "Asociaciones de factores de riesgo del estilo de vida con sobrepeso u obesidad entre adolescentes", y como objetivo "Estimar la prevalencia y las puntuaciones de riesgo del estilo de vida y el sobrepeso en los adolescentes", como instrumento usó el cuestionario, así mismo el resultado que obtuvieron fue de 18.2% de los encuestados padecen de sobrepeso, con lo que respecta Hábitos alimenticios los adolescentes tuvieron 76,7% poco saludable, la inactividad física 47,5% y por último el comportamiento sedentario 47,5% llegando a concluir que los estilos poco saludable fue el más prevalente para los adolescentes y muestran una vida de estilo no saludable.¹³

Sanhueza D. (2021), realizado durante una investigación en adolescentes con el objetivo de la investigación era "Determinar en los adolescente los factores de riesgo de sobrepeso y obesidad del colegio del Cantón Eloy Alfaro", el estudio que realizaron fue mixto de corte transversal, su población de estudio fue adolescentes 233 estudiantes, como resultado obtenido fue de 46,78% de las adolescentes femeninas tienen sobrepeso y 21,46% de los adolescentes varones tienen sobrepeso, llegando a concluir que los adolescentes tienen un mal hábito de alimentación, no hacen suficiente actividad física y pasan más tiempo sedentarios.¹⁴

Navas S. (2018), en su estudio "Prevalencia y factores de riesgo relacionados con el sobrepeso y la obesidad en adolescentes de la ciudad de El Alto (Bolivia)" El objetivo fue "Determinar la prevalencia y los factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en los adolescentes de la unidad educativa de secundaria en la ciudad de El Alto, Bolivia", con una población de 129.688 adolescentes. Se encontraron que los hábitos alimenticios y la actividad física son los factores más importantes para padecer sobrepeso.¹⁵

Machado K., Ramos I Gil P., y Pírez C. (2018) Realizando una investigación transversal con niños de 4° y 5° grado de colegios públicos y privados de Rivera y Montevideo. Los resultados mostraron

28,3% tenía sobrepeso y el 14,5% tenía sobrepeso, considerando que el alto índice de menores con sobrepeso/obesidad que se alimentaban con galletas, bizcochos, snacks, dulces y golosinas y permanecían sentados más de 6 horas eran obesos. A partir de esto, se llegó a concluir que hubo una alta prevalencia de dicha afectación en el grupo de estudio, lo que se relaciona con la ingesta de comidas hipercalóricas y la no actividad física.²¹

Alcázar M., Pincay V., Lucas I. y Cáceres S., (2020) en su trabajo científico denominado “Prevalencia de sobrepeso y obesidad como factores asociados en escolares”, llevado a cabo con una finalidad de definir el porcentaje de sobrepeso, obesidad como factores predisponentes en la edad escolar de cinco a once años. Cabe mencionar que la investigación fue descriptivo transversal y correlacional, utilizando un grupo de 130 niños, obteniendo como resultado que hubo en un 12% una mayor incidencia de sobrepeso y sus factores asociados con mayor relevancia fueron la falta de control médico, el sedentarismo y una inadecuada alimentación.¹⁸

Herrera A. y Sarmiento C. (2022) El objetivo de su investigación fue analizar la prevalencia de esta enfermedad, los factores relacionados con la actividad física y los factores relacionados con la dieta en estudiantes de 6 a 9 años de clase socioeconómica 4 en Santiago de Cali, Colombia. Además, su estudio fue realizado descriptivamente, con una muestra de 150 escolares utilizando un dispositivo previamente validado. Descubrieron que el 28% de niños tenían sobrepeso, el 13% eran obesos y 95% de niños no eran significativamente activos físicamente. Y como conclusión se logró tener una relación entre el número de hermanos y el estado nutricional y. Los estudiantes con tasas más altas de dicha afectación tenían más probabilidades de ser hijos.²²

Castillo C. y Correa R, (2020), realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación que existe en los hábitos alimentarios con la actividad física y el estado nutricional de los adolescentes. El estudio se llevó a cabo con un enfoque descriptivo correlacional y utilizando un enfoque cuantitativo. La muestra fue 270 estudiantes y obtuvieron

en sus resultado 56% lo que respecta nivel de hábitos alimentarios tienen una adecuada alimentación y 44 % una inadecuada alimentación, por otro lado 46% lo que respecta nivel de actividad física moderado y nivel leve 44%, y solo 10% realizan buena actividad física, por último lo que respecta el estado nutricional 75% tienen buen estado y 7% figuran con sobrepeso, llegaron a concluir que la actividad física, los hábitos alimentarios y el estado nutricional tienen correlación.¹²

Pisconte J. (2018), Su investigación se tituló "Prevalencia y factores de riesgo del sobrepeso y obesidad en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Sebastián Barranca, Santiago, Ica. Julio a diciembre 2018" y utilizó un método de corte transversal descriptivo. La muestra consistió en 217 estudiantes, y se descubrió que el 30,4% de los estudiantes tenían sobrepeso y que los factores de riesgo más importantes eran la ingesta de alimentos.¹⁶

Palomino S. y Vilcamiche J. (2022) El objetivo de su estudio fue identificar factores relacionados con el sobrepeso y la obesidad en niños de 6 a 12 años en el Distrito de Huancayo. Para lograr este objetivo, se realizó un estudio no experimental de evaluación fundamental de diseño con una muestra de 103 niños, realizando una encuesta mediante cuestionarios, trabajando con una muestra de 103 menores de 12 años en la municipalidad de Huancayo, resultando que el porcentaje de dicha afectación fue de 21,36 % en niños que dedican menor de 2 horas a la tecnología digital, el 5,8% tiene sobrepeso u obesidad, y el 15,5% dedica más de 2 horas. Por otro lado, indica que 9,7 % de los niños que realizan ejercicio en el transcurso del día más de una hora, tienen sobrepeso u obesidad, así mismo refiere que 11,7 % que realizan menos ejercicio padecen de dicha afección. Solo el 2,9% de los menores que comen frutas más de 3 al día tienen sobrepeso u obesidad, y el 18,4% de los menores que comen menos de 2 frutas al día tienen este problema. Del total de niños que consumen regularmente refrescos, el 12,6% tiene sobrepeso u obesidad, y solo el 8,7% los que no consumen refrescos tienen sobrepeso.¹⁷

Galea J. (2021) El estudio "Hábitos de alimentación relacionados con sobrepeso y obesidad en estudiantes entre 8 a 11 años en Sullana, Piura 2020" busca descubrir si hay una similitud con los hábitos alimentarios y la obesidad en niños de 8 a 11 años en el colegio "Santa Úrsula " de Sullana, provincia de Piura., 211 escolares de ocho a once años, utilizando datos antropométricos para determinar el IMC. Su resultado fue que el 16,1% tenía hábitos no saludables, el 40,8% tenía sobrepeso y el 23,7% era obeso. Con esto se concluyó que el sobrepeso o la obesidad están asociados con las dietas escolares.¹⁹

Silva J. (2018) en su investigación con el objetivo general era determinar la relación entre el sobrepeso, la obesidad y los hábitos alimentarios, dieta y actividad física mediante la realización de medidas antropométricas y la realización de estudios dietéticos y de actividad física relevantes, analíticos y prospectivos Obteniendo resultado que 23 participantes presentaban sobrepeso, 0,7 eran obesos, 20,9% presentaban hábitos alimenticios negativos y 27% realizaban actividad física negativa, asociación significativa con el sobrepeso.²⁰

Mamani R. (2019), con el título "Factores relacionados con el sobrepeso de los estudiantes del segundo año de secundaria del CE Fe y Alegría N° 25, febrero 2019", y en la sección de metodología utilizada el enfoque cuantitativo, el nivel descriptivo y el corte transversal, con una población de 100 estudiantes, el instrumento utilizado fue un cuestionario y como resultado obtuvieron que el factor predominante para el desarrollo del sobrepeso en los alumnos fue malos hábitos alimenticios fue de 55%, la actividad física 8% y por último el sedentarismo 37% y como conclusión fue que el factor predominante fue los malos hábitos alimenticios.¹⁰

Gallo J, y Peche A. (2022), El estudio de su estudio fue "Determinar los niveles de riesgo de factores de sobrepeso en adolescentes del Colegio Matemático Católico San Juan, San Juan de Lurigancho, 2022". La metodología fue de tipo básico y de enfoque cuantitativo, y el diseño no experimental, como técnica que utilizaron fue el cuestionario y el instrumento la encuesta y Como resultado, se

encontró que el 27% de los niveles de riesgo de sobrepeso son bajos, el 73% de los niveles de riesgo medio, el 29% de los niveles de riesgo de los factores de hábitos alimenticios son bajos y el 71% de los niveles de riesgo medio. Los niveles de riesgo de los factores relacionados con la actividad física fueron bajos, mientras que el 22% de los niveles de riesgo de los factores relacionados con la actividad física, nivel medio 75% y nivel alto 4%, y como niveles de riesgo de factores sedentarismos obtuvo 41% nivel bajo, 43% nivel medio y 16% nivel alto, y como conclusión muestra que los jóvenes tienen un medio nivel de riesgo como un 80% de sobrepeso.¹¹

Factor de riesgo: Cortés M et al. (2019), define que los Factores de riesgo son elementos determinados y comprobado científicamente que valide tener una relación con la causa de un determinado problema, de manera que tenga característica o exposición que comprometa a un incremento de padecer algún problema de salud o alguna patología que afecte la vida.²⁴

Sobrepeso: la OMS (2021), expresa que el sobrepeso es el acumulo de grasa anormal en el cuerpo que puede perjudicar la salud.²

Como primera dimensión está hábitos alimenticios: para Adrianza Y. (2019), expresa sobre la definición de los hábitos alimenticios, comienza repitiendo comportamientos similares, cuando hablamos de hábitos es que se relaciona con el tipo de comportamiento correcto de una persona para ser utilizado ya sea costumbres, actitudes o comportamientos en la vida cotidiana, el comportamiento debe ser enseñando con el tiempo y que tendrán efectos negativos o positivos sobre la salud, También tiene que ver con las costumbres religiosa, culturales y sociales, que está influenciado por factores sociales y económicos. Los alimentos deben contener cantidades exactas para llenar las necesidades del cuerpo en cantidades suficientes en nutrientes, energía.²⁷

La segunda dimensión actividad física: Según Pérez s. (2019), define que la actividad física son movimientos de alguna estructura corporal, surgiendo movimientos de los músculos esqueléticos y que produce disminución de energía, por otro lado, hace mención que dentro de ello

incluye la vida cotidiana como el trabajo, el descanso, la recreación, el deporte y todo lo que incluye movimientos del cuerpo.²⁵

La tercera dimensión sedentarismo: Según Renán J. (2020), define que el sedentarismo es la deficiencia de la actividad física, y que es un estilo de vida con escaso o nada de actividad física, también hace mención que la OMS define al sedentarismo a las personas que hacen menos de noventa minutos de actividad física semanal, así mismo, hace mención que por lo menos el 60% de las poblaciones no hacen actividad física con motivo de mejorar la salud, sin embargo dice que la familia es un eje principal en la etapa de la niñez y adolescentes, en formar hábitos de realizar actividades físicas y tengan un estilo de vida saludable.²⁶

Dorothea Orem: Su propuesta es dividir su modelo en tres temas relacionados para formar una teoría general de enfermería. Para resolver lo que está afectado y presentar beneficios para el bienestar y la salud de uno mismo, la teoría del autocuidado explicará todo lo que se puede hacer por uno mismo. Además, nos informa que hay tres condiciones para el autocuidado:

El autocuidado universal: Se refiere al mantenimiento del aire, el agua, la eliminación, el descanso y la actividad, prevenir los riesgos y todas aquellas actividades humanas.

El autocuidado del desarrollo: Es el cambio de condiciones que todos necesitan y desarrollarse para prevenir las diversas consecuencias que surgen a lo largo del vivir.

El autocuidado de la desviación de la salud: es para aquellos que están enfermos o sufren de un trastorno o estado específico, así como para aquellos que están recibiendo un diagnóstico y tratamiento médico.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

según Baena, quien define la investigación básica como la indagación de un tema con la única intención de desarrollar nueva información o alterar nociones teóricas aceptadas para el avance de la ciencia.²⁸

3.1.2. Diseño de investigación

- Asimismo, fue de enfoque cuantitativo, por lo que Hernández, Fernández y Baptista (2013), refieren que este enfoque analizará y estudiará la realidad objetiva mediante el establecimiento de medidas y valores numéricos que permiten la recogida de datos verídicos, con el objetivo de explorar explicaciones contrastantes y generalizadas basadas en el campo de la estadística.²⁹
- El diseño del presente estudio fue no experimental, para Hernández, Fernández y Baptista, explica que se basa en la realización sin manipulación, consciente de variables y en la que simplemente se ven los fenómenos en su medio natural y posteriormente se analizan.
- Por otro lado, el estudio ha sido de corte transversal, ya que, como Rothman refiere, este diseño de estudio transversal recopilará datos en momento y punto específico, y su propósito será detallar variables y examinar sus frecuencias e interrelaciones en un determinado momento.³⁶
- Además, su nivel fue descriptivo, ya que, según Rojas R. (2013) este nivel de investigación se enfoca en describir la realidad del evento, objeto, individuo, grupo o comunidad particular bajo estudio.³²

3.2 Variable y operacionalización

- Variable: Factores de riesgo del sobrepeso en niños (variable cuantitativa-independiente). Ver Anexo 1.
- **Definición conceptual**
para Matas (2018), se mide en escala de Likert que viene a ser una medida que se ejecuta con el fin de saber el estado en se encuentran cada encuestado.³³ así mismo, para Ñaccha (2021), define los factores de riesgo del sobrepeso, expresa que son condiciones que llevan al individuo a desarrollar un aumento de masa en el cuerpo, con una alimentación no apropiada y un desorden de estilos de vida.³⁴
- **Definición operacional**
El trabajo de investigación cuenta con 3 dimensiones, como número 1 hábitos alimenticios que consta de 5 indicadores y cada indicador tiene 3 Ítems en total tuvo 15 ítems, segunda dimensión esta actividad física que tiene 3 indicadores y cada indicador cuenta con 3 ítems, en su totalidad 9 Ítems y por último está el sedentarismo que también tiene 3 indicadores y cada indicador tiene 3 Ítems de la misma manera tiene 9 Ítems en total cuenta con 33 Ítems. El método utilizado fue una encuesta y el instrumento utilizado fue un cuestionario. La escala de medición utilizada fue ordinal y fue una escala de calificación de bajo. Medio y alto.
- **Indicadores**
En nuestra tesis se trabajó con 11 indicadores, de las cuales 5 son de la primera dimensión que son hábitos alimenticios, sus indicadores fueron consumo de vegetales y legumbres, consumo de frutas, consumo de carnes y pescado, consumo de lácteos y sus derivados, consumo de comida rápida y

golosinas; seguidamente con actividad física sus indicadores son tipos de actividad física, frecuencia de actividad física y duración de actividad física y por último la dimensión de sedentarismo sus indicadores son Televisión, computadora (redes sociales) y videojuegos.

- **Escala de medición**

En nuestra tesis la escala de medición fue ordinal, ya que nos da un orden, una secuencia, en este sentido se habla sobre la escala de Likert.

3.3 población, muestra, muestreo, unidad de análisis

3.3.1 Población

para Tamayo y Tamayo (2004), define como el conjunto del fenómeno a un estudio, donde todas las unidades de la población comparten una peculiaridad común que se estudia y da como resultado la estadística de la investigación. Es así que el estudio fue conformado por 55 estudiantes del Colegio Cristiano Internacional Elim.³⁵

- **Criterio de inclusión:**

- niños que se encuentren matriculados en el colegio cristiano Internacional Elim.
- Niños que se encuentren cruzando 5^{to} y 6^{to} del nivel primario
- Niños que tengan el permiso de sus padres y estén firmado el consentimiento informado.
- Niños que desean participar voluntariamente en el trabajo de investigación.
- Niños que se encuentren cruzando entre los 10 a 12 años de edad.

- **Criterio de exclusión:**

- Niños que no se encuentran matriculados en el colegio

- Niños que no tengan firmado el consentimiento informado por parte de sus padres o apoderados.

3.3.2 Muestra

Para Hernández, Fernández y Baptista. (2013)²⁹, define como el subconjunto del total de la población, y se usa una fórmula para llegar a los datos del grupo de estudio, en esta tesis no se implementó debido a que se consideró a toda la población ya que es un grupo pequeño, es por ello que se trabajó con los 55 alumnos de 5° y 6° de primaria del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho-2023. A este estudio se le conoce como población muestral.

3.3.3 Muestreo

Para Mata se define al muestreo como un conjunto de reglas, procedimientos y normas para seleccionar un conjunto de elementos de una población.³⁵ En este estudio no se utilizó el muestro debido a que se usó una población muestral.

3.3.4 Unidad de análisis

Para Arteaga G (2022)³¹, se refiere al parámetro principal de su proyecto o investigación. En este sentido se trata de niños de 5° y 6° del nivel primario de 10 a 12 años que se encuentren en el Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho- 2023.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica: Encuesta

Por otro lado, Falcón V, Pertile V y Ponce B. (2019)³⁷ explican que la encuesta es un método que utiliza una serie de métodos de investigación regularizado a través de los cuales se recopilan y analizan datos de una muestra representativa de una localidad o universo, la investigación fue descriptivo, debido a

que solo se recopiló información para obtener los datos de la población para realizar el estudio en un solo momento.

Instrumento: Cuestionario

De este modo Salas (2020)³⁸, expresa que el cuestionario es muy usado por los investigadores científicos con la recolección de datos, el cual será de manera presencial e impresa. Fue elaborado el instrumento por Mamani Palle, Roxana Regina. (2019), “en su tesis para adquirir el título profesional de licenciado en enfermería”, el instrumento se utilizó para poder identificar los factores de riesgo del sobrepeso en los niños del Colegio Cristiano Internacional Elim; este instrumento está conformado por 33 preguntas, iniciando por datos personales, donde se considera la edad y el sexo, posterior a ello se evaluó las siguientes dimensiones: hábitos alimenticios (15 pregunta), actividad física (9 preguntas), sedentarismo (9 pregunta). (Ver anexo N°02), en una escala de Likert según Sampieri, Hernández y Baptista (2013), define que son conjunto de preguntas que se presenta en forma de afirmación y que cada participante debe responder como por ejemplo (siempre, a veces o nunca), dando un valor a cada respuesta y al sumatorio se obtendrá un resultado. Para elaborar el cuestionario, se creó un consentimiento informado a los padres o apoderados de cada niño.

Validez

Según Medina M. y Verdejo A. (2020)³⁹, especifica que la validez es el "grado en que certeza y garantizan la interpretación de los puntos de una prueba o instrumento que mide para los usos propuestos". En otras palabras, implica una decisión basada en evidencia de varias fuentes sobre el análisis de influencias o información obtenida mediante un instrumento. Variables y efectos como el contenido, el proceso de respuesta, la estructura interna. Por lo tanto, la validación está compuesto por 5 expertos, 4 licenciados en enfermería y 1 docente

especialista en investigación, las siguientes preguntas del instrumento para la validación cuentan con algunos criterios:

Pertinencia: Cada ítem está relacionado con el marco teórico.

Relevancia: Las preguntas son convenientes para mostrar la dimensión particular del constructo

Claridad: Los elementos son apropiado y preciso

Suficiencia: El grado que indica que realmente un instrumento cuantifica la variable a medir es la validez, y cada elemento propuesto son apropiados para medir la dimensión, de la misma manera se realizó con la prueba binomial, obteniendo un resultado de 0.03, eso significa es válido.

Confiabilidad

Para Hernández y Sampieri et. Al. (2013)²⁹. Define qué es el grado para que un instrumento produzca resultado consistente y coherente, en la investigación, en la cual se usa una prueba piloto en una muestra menor y después ser comparado con los resultados y evita tener alguna discrepancia.

Según Díaz G. (2020)⁴¹, define que la prueba piloto es una pequeñez de un estudio de investigación, es importante porque garantiza la victoria del trabajo principal.

Para Muñoz R. (2019)⁴², expresa que el alfa de Cronbach es la mediación para un qué instrumento produce resultados consistentes y coherentes. Es promediado con la suma de los ítems propios, y el promedio de la varianza de cada evaluado. Por lo tanto, el instrumento realizado por Mamani tuvo como resultado de 0.831, eso significa que es sumamente confiable.

3.5 Procedimientos

Para la elaboración de la presente tesis, en primer lugar, se reconoció el problema y se elaboró el marco teórico, a través de la recogida de datos que afecte al pueblo, seguido se comenzó a buscar los antecedentes, después se identificó a la población y a la muestra, donde la población fue de 80 y la muestra fue 55

niños de 5° y 6° del nivel primario entre 10 a 12 años que se encontraban matriculados en el Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho, 2023, luego de mucha búsqueda se encontró el instrumento realizado por Roxana Mamani, elaborado en el 2019, donde tuvo una buena validez y confiabilidad. Posterior a ello se procedió a entregar el documento de permiso a la directora del colegio cristiano Internacional ELIM, donde se recibió un documento de aprobación para poder llevar a cabo el instrumento.

El día 16 de octubre se hizo entrega del consentimiento informado a cada niño para que sus padres firmen, luego el 17 de octubre se recogió los consentimientos informados firmados y autorizados por el padre de familia, seguido a ello se entregó el cuestionario en la cual cada niño respondió con mucha madurez y responsabilidad.

3.6 Métodos de análisis de datos

En el momento que obtuvimos los datos se comenzó con el vaciado al programa de Excel y luego se pasó las respuestas al SPSS para graficar y analizar las estadísticas correspondientes y con ello se emitió los resultados mediante la exposición de gráficos y poder llevar a cabo las conclusiones de este estudio, respondiendo a cada objetivo propuesto.

3.7 Aspectos éticos

Según, Inguillay L., Tercero S., López J. (2019)⁴⁰, define al aspecto ético como uno de los más importantes ya que se busca responder una necesidad que se busca la verdad mediante una investigación, es por ello, en el desarrollo de este estudio se consideró los respectivos principios bioéticos universales:

Beneficencia

El comienzo de servicio, es que se buscó minimizar todo tipo de riesgo que puede presentar en la realización de la investigación, así mismo, los niños no padecieron ningún riesgo al responder el cuestionario, porque se respetó su anonimato y se brindó un trato humanizado.

No maleficencia

Es la abstinencia de hacer algún acto que puede dañar a otros, es por ello, que los niños al participar de nuestra investigación, no se hizo ninguna acción que pudo empeorar la sanidad de los que participaron en la investigación, durante su desarrollo, puesto que fueron tratados según la moral.

Confidencialidad

Todo dato que se obtuvo de cada participante ha sido tratado con la debida reserva, evitando que en cualquier momento se pueda identificar a alguno de ellos.

Autonomía

Para la elaboración de este proyecto, los padres tuvieron el conocimiento del consentimiento informado por lo que cada participante tuvo la libertad de poder elegir si desea participar del estudio de investigación.

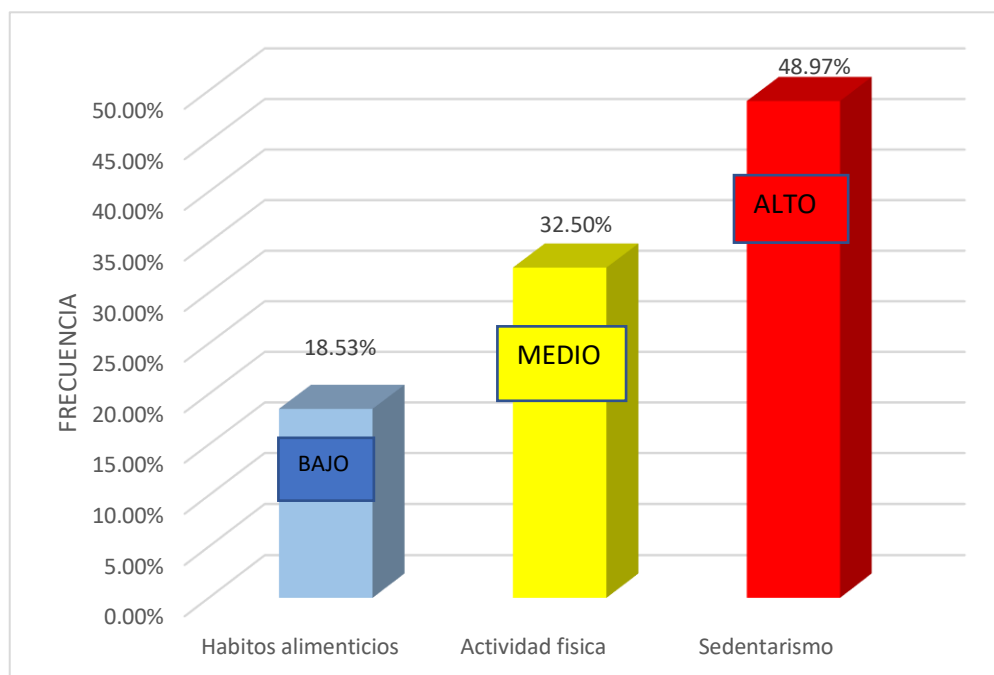
Justicia

El principio de justicia se enfoca en corregir, adaptar o ajustar un modelo para su desarrollo. Por lo tanto, cuando se elabora un modelo, debe tener una división equitativa de sus partes y todos se benefician por igual, en el desarrollo del trabajo de estudio, los niños fueron tratados por igual, respetando sus derechos, principios y valores.

IV. RESULTADOS

GRÁFICO N° 1

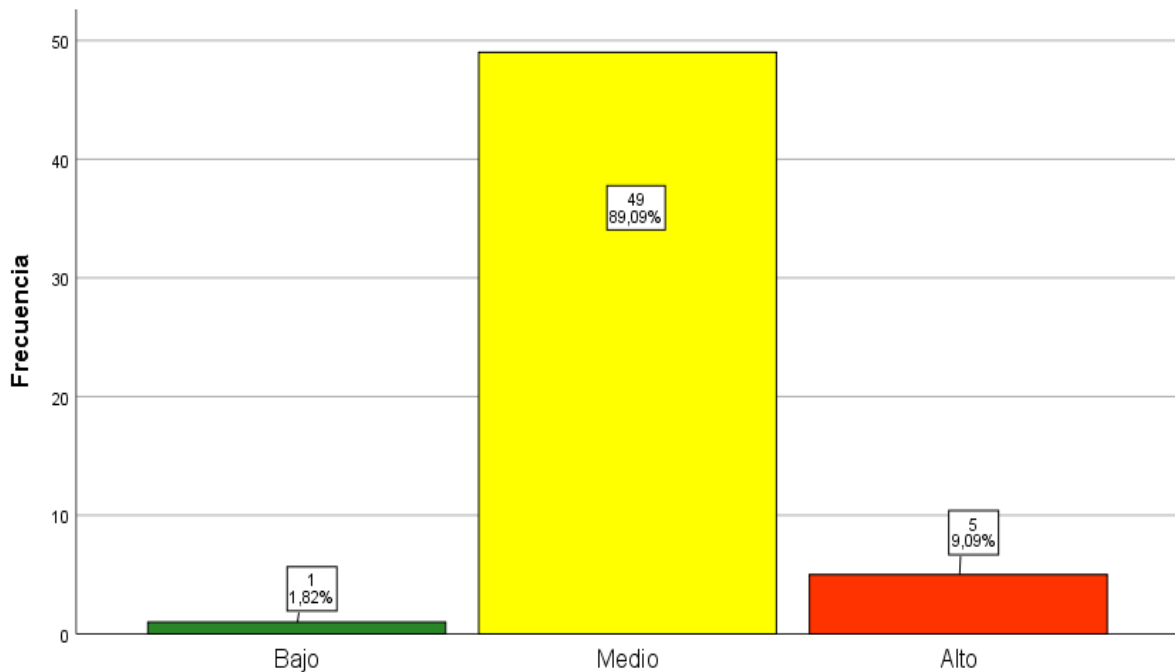
Factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.



Interpretación: En el gráfico que se presenta se observa que los factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, fue 18.53% de factor de riesgo bajo, 32.50% factor de riesgo medio y 48.97% factor de riesgo alto.

GRÁFICO N° 2

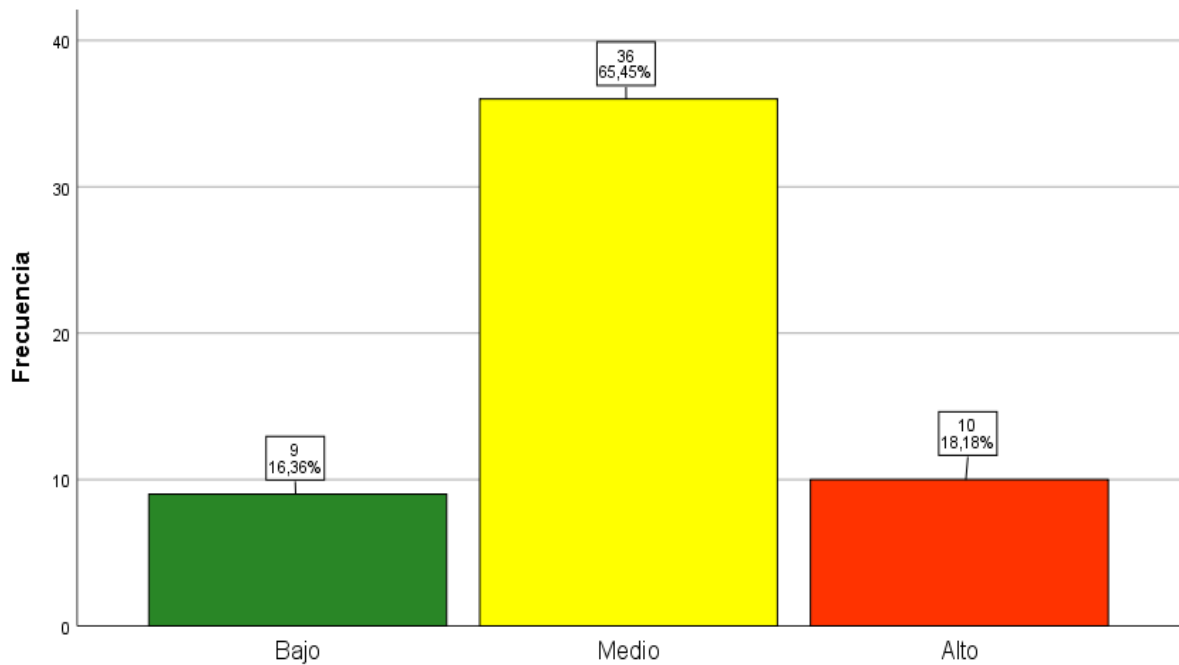
Factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.



Interpretación: En el gráfico se observa que los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, fue un 1,82% factor de riesgo bajo, un 89.09% factor de riesgo medio y 9.09% factor de riesgo alto.

GRÁFICO N° 3

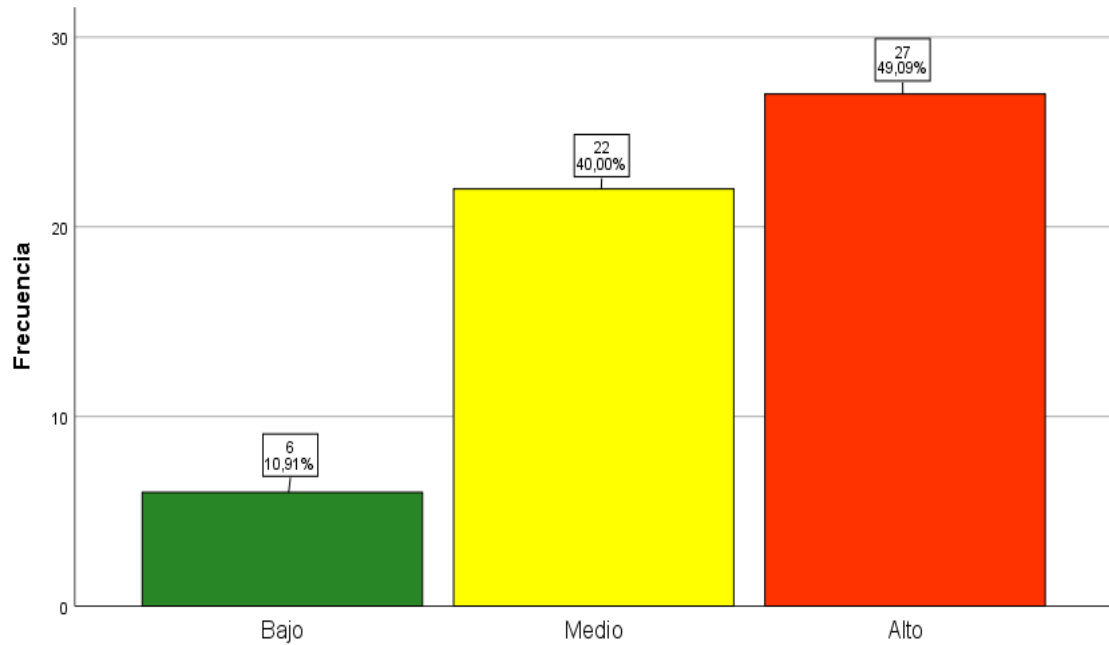
Factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.



Interpretación: En el presente gráfico se observa que los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, fue un 16,36% factor de riesgo bajo, un 65,45% factor de riesgo medio y un 18.18% factor de riesgo alto.

GRÁFICO N° 4

Factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.



Interpretación: En el presente gráfico se observa que los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, fue un 10,91% factor de riesgo bajo, un 40,0% factor de riesgo medio y un 49,09% factor de riesgo alto.

V. DISCUSIÓN

En esta presente tesis el objetivo general fue determinar los factores de riesgo del sobrepeso en los niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho-2023. Se encontró 18.53% de los niños presentan un factor de riesgo bajo, un 32.50% de los niños tienen un factor de riesgo medio y 48.97% factor de riesgo alto, en esta información expuesta se difiere con su resultado de estudio realizado por Gallo y Peche (2022), quienes tuvieron como resultados 27% niveles de riesgo de sobrepeso bajo, 73% niveles de riesgo de sobrepeso medio y no mostraron niveles de riesgo de sobrepeso alto. Se puede evidenciar que hay una gran diferencia con las investigaciones de dichos autores, puesto que el nivel bajo se encuentra hábitos alimenticios, nivel moderado actividad física y nivel alto sedentarismo de los cuales en la investigación de Gallo y Peche no mostraron resultados en nivel alto. Por otro lado, el diario de Sevilla, habla que los centros educativos públicos presentan una mayor tasa de sobrepeso en comparación con los privados, alcanzando un 21% y un 15%, respectivamente. Como principales causas se evidenció un aumento frente a las pantallas de televisión, Tablet, celular y computadoras.

Referente al primer objetivo específico, que fue Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. Se encontró como resultados 1.82% factor de riesgo bajo, 89.09% factor de riesgo medio y 9.09% factor de riesgo alto. en esta información expuesta se difiere con su resultado del estudio realizado por Mamani (2019), quien tuvo como resultado 5,00% nivel bajo, 35,00% nivel medio y 60,00% nivel alto. los resultados obtenidos no son el mismo grupo etario, y es en diferente periodo de tiempo e institución, en contexto muestra que mantiene un alto nivel de riesgo con respecto a la dimensión hábitos alimenticios, mientras en nuestra investigación se evidencia un nivel medio, esto se debe a que la mayor parte de los niños hacen mención que siempre consumen carnes rojas,

frutas, pescado, verduras, pollo y que a veces consumen comidas rápidas, bebidas gaseosas, frituras mantequilla, queso, bebidas lácteas.

Por otro lado, para Castillo C, Correa R. (2020), indicó como resultado nivel de hábitos alimentarios 56% de niños mantienen una adecuada alimentación y 44% una inadecuada alimentación. Así mismo, en la investigación hecho por Galea J. (2021) Su resultado fue de 16,1% mostró hábitos no saludables, el 40,8% de sobrepeso. Se puede decir que los niños consumen los mismos alimentos que la familia y que no hay una alimentación balanceada, por lo que están propenso a padecer de sobrepeso, Este resultado tiene relación con la primera dimensión de nuestra investigación, el cual es hábitos alimenticios, que incluyen las tres primeras preguntas que componen los alimentos de una comida saludable.

En la dimensión de hábitos alimenticios la tesis de Mamani y nuestra tesis medimos con 5 indicadores, como primer indicador se encuentra consumo de legumbres y vegetales, según la OMS recomienda comer cinco porciones de verduras al día, consumo de los cereales integrales como avena, maíz, los frutos secos y las legumbres como las lentejas, y como segundo indicador fue consumo de frutas, los expertos recomiendan el consumo de cinco frutas por día, ya que su consumo reduce la aparición de enfermedades no transmisibles, con respecto al tercer indicador fue consumo de carnes y pescado, los expertos en nutrición aconsejan comer pescado dos o tres veces por semana, carnes rojas no se debe pasar de los 500g a la semana, pollo de 3 a 4 veces a la semana, como cuarto indicador que son el consumo de lácteos y sus derivados, el panorama de la seguridad alimentaria en América latina explica que los alimentos lácteos son ricos en calcio vitaminas y minerales y como último indicador tenemos a consumo de comidas rápidas y golosinas los expertos recomiendan consumir lo menos posible ya que no aportan beneficios para nuestra salud.

además, el segundo objetivo específico fue Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023. tuvo como resultados 16.36% factor de riesgo bajo, 65.45% factor de riesgo medio y 18.18% factor de riesgo alto. en relación con los resultados obtenidos de otras investigaciones coincidentes, como es su estudio realizado por Castillo C, Correa R. (2020), quienes evidenciaron como resultado con respecto en la actividad física un nivel moderado de 46% en niños que realizan actividad física y 44% un nivel leve de actividad física, por último, el 10% nivel alto de actividad física. Por lo tanto, se puede confirmar que hay una relación entre los resultados de ambos autores con lo que respecta la dimensión actividad física, es decir que el más predominante es el nivel de riesgo medio, los datos más representativos en nuestra investigación fueron que los niños no practican ningún tipo de danza, no caminan de su casa al colegio, no practica fuera del horario escolar mucho deporte, en el colegio practican poca actividad física, no hacen actividad física por más de 30 minutos.

Mientras para Vargas J (2020), su resultado fue de 27% tiene actividad física moderada y 33% buena actividad física. Así mismo, para Levalle I. y Pedraza Y (2023), mostró como resultado 65.9% presenta una actividad física moderada y 14.6% presentan una actividad física inadecuada. Estas investigaciones coinciden con nuestra investigación, teniendo como resultado nivel de riesgo moderado en la segunda dimensión que es actividad física, esto es evidente a que los niños no cumplen con lo establecido por la OMS, que mínimo se debe realizar actividad física 30 minutos por día.

Para la dimensión actividad física la tesis de Gallo-Peche y nuestra investigación hemos medido con los tres indicadores que son tipos de actividad física, los expertos indican que hacer ejercicio con frecuencia reduce el riesgo de enfermedades no transmisibles. Las actividades físicas incluyen deportivas, de desplazamiento y recreativas, que se realizan en la vida diaria. Frecuencia de actividad física, Las personas

de 5 a 17 años deberían realizar actividad física durante un promedio de 60 minutos al día y al menos tres días a la semana para fortalecer sus huesos y músculos, lo que permitirá un óptimo desarrollo y duración de actividad física, El tiempo dedicado a la actividad física variará según la edad, pero generalmente se recomienda realizar actividad física entre 150 – 300 minutos con una moderada intensidad, pero para las personas que sufren de una discapacidad se recomienda 60 minutos promedio, esto los define la OMS.

Referente al último objetivo específico fue Identificar los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023, Como resultados se evidenció 10.91% factor de riesgo bajo, 40.00% factor de riesgo medio y 49,09% factor de riesgo alto, en contraste, con los resultados obtenidos en la tesis realizada por Gallo y Peche (2022), donde obtuvieron 41% niveles de riesgo bajo, 43% niveles de riesgo medio, y 16% niveles de riesgo de sobrepeso alto. los resultados obtenidos por Gallo y Peche existe una gran diferencia con nuestra investigación y que muestra que predomina un nivel medio con lo que respecta a la dimensión del sedentarismo, mientras que en nuestra investigación obtuvimos un nivel alto de la misma dimensión.

Mientras en su tesis realizada por Mamani R. (2019), en la dimensión del sedentarismo su resultado fue 8.00% nivel de incidencia de sobrepeso del factor sedentario bajo, 38.00% nivel de incidencia de sobrepeso del factor sedentario medio y 54.00% nivel de incidencia de sobrepeso del factor sedentario alto. Se puede observar que coinciden con los resultados de Mamani, lo que muestra que persiste un nivel alto del sedentarismo, mostrando que los niños pasan mayor tiempo en actividades de ocio, y no practican ejercicio que beneficia su salud. Así mismo se pudo observar que los ítems más resaltantes fueron frente a una pantalla de Tv, celular, Tablet o una computadora por más de 3 horas al día. Según los expertos, es mejor no pasar más de dos horas porque puede causar molestias en cuello y espalda por una postura incorrecta, problemas para conciliar el sueño y sobrepeso.

Con respecto a la dimensión del sedentarismo los autores Mamani, Gallo y Peche y nuestra investigación se midió los resultados con tres indicadores que son Televisión, la OMS recomienda a los niños a que dedique el mayor tiempo en realizar actividades para mantener su cuerpo en movimientos, y evitar estar sentados frente a una pantalla de televisión, computadoras (redes sociales), según los expertos expresan que los niños pasan mayor tiempo en las redes sociales y se pudo confirmar con nuestra investigación realizada a los niños y videojuegos, La adicción a los videojuegos se clasifica actualmente como una enfermedad que causa trastornos mentales en la lista de enfermedades no transmisibles. Además, tiene un efecto indirecto ya que los individuos que ocupan sus tiempos jugando, realizan menos o nada de ejercicio y pasan más tiempo sentados, eso lo define la OMS.

VI. CONCLUSIONES

1. Se determinó los factores de riesgo del sobrepeso en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, predominando un alto nivel de sobrepeso, para llegar a medir se utilizó las tres variables que son hábitos alimenticios, actividad física y sedentarismo de las cuales la tercera dimensión fue la más resaltante.
2. Se identificó los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión hábitos alimenticios en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, se evidenció que predomina más, un nivel medio, seguido nivel alto por último nivel bajo.
3. Se identificó los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión actividad física en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, donde mostró un nivel medio el más contestado por los estudiantes, seguido el nivel alto y por último nivel bajo.
4. Se identificó los factores de riesgo del sobrepeso en la dimensión sedentarismo en niños del colegio Cristiano Internacional Elim, mostrando el más resaltante un nivel alto, sigue nivel medio y termina con un nivel bajo.

VII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a la directora del colegio cristiano Internacional Elim a que crean programas educativos que se enfoquen en los padres de familia y en los estudiantes en general para promover cambios efectivos en los estilos de vida, la alimentación saludable y la actividad física. Además de promover la prevención y el control de los factores de riesgo, es necesario seguir continuando con estudios en relación con el sobrepeso para obtener mayores evidencias que permitan una intervención oportuna.
2. Se recomienda tanto a los tutores como a los maestros del colegio cristiano Internacional ELIM a que cumplan con los programas educativos y actividades destinados a prevenir el sobrepeso y fomentar hábitos alimenticios saludables y actividad física.
3. Se recomienda a los padres y a los niños que participen en los programas y actividades que brinda el colegio con la finalidad de evitar o controlar factores de riesgo y sobrepeso en los estudiantes.

REFERENCIAS

1. FAO, FIDA, OPS, WFP y UNICEF. Panorama de la seguridad alimentaria y nutrición en América Latina y el Caribe. 2020. Santiago de Chile. [sitio en internet]. Disponible en: <https://doi.org/10.4060/cb2242es>
2. OMS. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso [en línea]. 2021. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. OPS. Organización Panamericana de la salud. Prevención de la obesidad 2022. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
4. NIH National Heart, Lung, and Blood Institute. ¿Qué son el sobrepeso y la obesidad? 2023. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/sobrepeso-y-obesidad>
5. Instituto Nacional De Salud. Más del 60% de peruanos mayores de 15 años sufre de sobrepeso u obesidad y podría hacer formas graves de COVID-19.2023. [sitio en internet]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/mas-del-60-de-peruanos-mayores-de-15-anos-sufre-de-sobrepeso-u-obesidad-y-podria>
6. OECD, Health at a Glance 2021: OECD Indicators. [sitio en internet]. Disponible en: <https://doi.org/10.1787/ae3016b9-en>
7. ASIS- distrito de San Juan de Lurigancho; Lima. Perú 2019. [sitio en internet]. Disponible en: https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis-lima-2019/CD_MINSA/DOCUMENTOS_ASIS/ASIS_DISTRITO%20SAN%20JUAN%20LURIGANCHO%202019.pdf
8. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) 10 julio 2022. [sitio en internet]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-115-2022-inei.pdf>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática , 2022. . [sitio en internet]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/lima-supera-los-10-millones-de-habitantes-al-ano-2022-13297/>
10. Mamani R. “Factores asociados al Sobrepeso de los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25, febrero 2019”, tesis para obtener

- el título profesional de: Licenciada en enfermería, LIMA - PERÚ 2019. [sitio en internet]. Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73479/Mani_PRR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
11. Gallo J., Peche A. Niveles de riesgo de factores del sobrepeso en adolescentes del colegio Matemático Católico San Juan, San Juan de Lurigancho, 2022, tesis para obtener el título profesional de: Licenciado en Enfermería, LIMA - PERÚ 2022. [sitio en internet]. Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/113502/Gallo_DJJ-Peche_CAJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 12. Castillo C. y Correa R. “Hábitos Alimentarios, Actividad Física y Estado Nutricional de los Adolescentes de una Institución Educativa, La Esperanza – 2020”, tesis para obtener el título profesional DE: Licenciado en Enfermería, TRUJILLO - PERÚ 202. [sitio en internet]. Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/55989/Castillo_DLCCB-Correa_HRA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 13. Sultana S, Rahman M, Sigel B y Hashizume M. Associations of lifestyle risk factors with overweight or obesity among adolescents: a multicountry analysis [published correction appears in Am J Clin Nutr. 2021 May 8;113(5):1381]. *Am J Clin Nutr.* 2021. [sitio en internet]. Disponible en:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33381796/>
 14. Sanhueza D. “factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en adolescentes de los Colegios del cantón Eloy Alfaro Provincia de ESMERALDAS”, previo a la obtención del título de licenciatura en enfermería, Pontifica universidad Católica del Ecuador, Esmeraldas, 2021. [sitio en internet]. Disponible en:
<https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/2765/1/Sanhueza%20Bennett%20Danae%20Dayana.pdf>
 15. Navas S. Prevalencia y factores de riesgo asociados a sobrepeso y obesidad en adolescentes de la ciudad de el alto (Bolivia), Bolivia 2018. [sitio en internet]. Disponible en:
https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/149322/tfm_2017-18_MSQV_snr704_2060.pdf?sequence=1&isAllowed=y

16. Pisconte J. "Prevalencia y factores de riesgo del sobrepeso y obesidad en adolescentes de la institución educativa secundaria Sebastián Barranca, Santiago, Ica. julio a diciembre 2018", tesis para obtener el título profesional de biólogo, Ica- Perú 2019. [sitio en internet]. Disponible en: <https://repositorio.unica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13028/3112/Prevalencia%20y%20factores%20de%20riesgo%20del%20sobrepeso%20y%20obesidad%20en%20adolescentes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Palomino S y Vilcamiche J, factores asociados al sobrepeso y obesidad en niños de 6 a 12 años; del Distrito de Huancayo, 2020, para optar el título profesional de licenciado en Nutrición Humana; Huancayo-Perú, 2021. [sitio en internet]. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3129/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Alcázar M., Cáceres S., Pincay V. y Lucas I. Prevalencia de sobrepeso y obesidad como factores asociados en escolares. Revista Digital Científica. 2019 [sitio en internet]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7471200>
19. Galea J. Hábitos alimentarios relacionados a sobrepeso y obesidad infantil en escolares de 8-11 años en Sullana, Piura, 2020. Piura: Universidad Privada Antenor Orrego. 2021. [sitio en internet]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_a80077c36e92cdd28f6f399cb2801aa4/Description#tabnav
20. Silva J. Sobrepeso y obesidad en relación con los hábitos alimentarios y la actividad física en alumnos de 9 a 15 años del colegio San Ramón del Distrito de Cajamarca en el año 2017 [Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano]. Cajamarca: Universidad Nacional de Cajamarca. 2018. [sitio en internet]. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/2220>
21. Machado K, Ramos I, Gil P, y Pirez C. sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo, arch. Pediatrico, Uruguay Vol. 80 2018. [sitio en internet]. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S168812492018000400016&script=sci_abstract

22. Herrera A, Sarmiento C. Overweight and obesity: Family factors, diet, and physical activity in school children from middle to high socioeconomic level in Cali, Colombia. Sobrepeso y obesidad: factores familiares, dietéticos y de actividad física en escolares de una institución educativa de estrato medio-alto en Cali, Colombia. *Biomédica*. 2022. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9400795/>
23. Ucha F. Definición de la niñez, definiciones ABC, 2010. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.definicionabc.com/general/ninez.php>
24. Cortés M et al. Factores de riesgo y factores protectores relacionados con el ciberbullying entre adolescentes: una revisión sistemática. 2019. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/778/77864948004/77864948004.pdf>
25. Pérez S. Actividad física y salud: aclaración conceptual, 2019. [sitio en internet]. Disponible en: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53382796/Actividad_fisica_y_salud_aclaracion_conceptual_libre.pdf?1496566765=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DActividad_fisica_y_salud_aclaracion_conc.pdf&Expires=1685412245&Signature=P0e6seHM1kC0XGHMjqzUiRp8PJxnV58ltFwZbHZE01Acjh-Ov-1FRDCfywtdACtDvvxm4ucsRQpdjoDq1EbyJHEisROG43sd-M26KSqQYIulh5pT27E0mbnDIK~SseXK-IPU7RGnA4zdTyozU3c2aPXhDdF85R5QA3jgoO8Kmc-u5H3yLNxtOReLzSEPGMdk-MF4VqGclxDp5Yv2S6KesK16X-AHVvsPBmvpw7e~osymS5V8s8CXiiYYb7M44A8C54HPNps31A8jMtjHzCckzV7zi2ZbRNWZeEEMDh13UefpPefzt30~2zL-eHMRr2UxPQqqkCIRrm283oqVgNRRjwQ_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
26. Renán J. sedentarismo: causas y consecuencia, hospital del niño, 2020. [sitio en internet]. Disponible en: <https://hn.sld.pa/sedentarismo-causas-y-consecuencias/#:~:text=El%20sedentarismo%20es%20un%20estilo,mi-nutos%20de%20actividad%20f%C3%ADsica%20semanal.&text=para%20la%20salud.,como%20un%20problema%20de%20salud>
27. Adrianza Y. Hábitos alimenticios en el aprendizaje, Sullana- Perú 2019. [sitio en internet]. Disponible en:

- <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/830/ADRANZEN%20MECA%20YOJANY%20%20ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. [Baena G. Metodología de la investigación. México, 2014.](#) [sitio en internet]. Disponible en: <https://instipp.edu.ec/Libreria/libro/Metodologia%20Investigacion.pdf>
29. Hernández R, Fernández C y Baptista L. Metodología de la investigación 6° edición. México, 2014. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
30. Westreicher G. Definiciones técnicas de muestreo. 2021. [sitio en internet]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/muestreo.html>
31. Arteaga G. la unidad de análisis explicada. 2022. [sitio en internet]. Disponible en: <https://www.testsiteforme.com/unidad-de-analisis/>
32. Rojas R. Guía para realizar investigaciones sociales. México, 2013. [sitio en internet]. Disponible en: <https://raulrojassoriano.com/cuallitlanezi/wp-content/themes/raulrojassoriano/assets/libros/guia-realizar-investigaciones-sociales-rojas-soriano.pdf>
33. Matas A. Diseño del formato de escala tipo Likert. 2018. [sitio en internet]. Disponible en: <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/1347>
34. Ñaccha J. sobrepeso, obesidad y factores de riesgo en adultos aparentemente sanos, Ayacucho, Perú. 2021, [sitio en internet]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8283120>
35. Tamayo y Tamayo. El proceso de investigación científica. 2004. [sitio en internet]. Disponible: https://books.google.com.cu/books?id=BhymmEqkJwC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
36. Rothman. Estudio transversal. 2006. [sitio en internet]. Disponible en: https://issuu.com/cesvirtual/docs/estudios_transversales
37. Falcón V. Pertile V. y Ponce B. (2019). La encuesta como instrumento de recolección de datos sociales: Resultados diagnóstico para la

- intervención en el Barrio Paloma de la Paz (La Olla) - ciudad de Corrientes (2017-2018). EN: *Actas*. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. [sitio en internet]. Disponible en:
https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.13544/ev.13544.pdf
38. Salas D. el cuestionario de la investigación cualitativa. Internet. Investigaría, 2020. (consultado el 5 de julio 2022). [sitio en internet]. Disponible en: <https://investigaliacr.com/investigacion/el-cuestionario-de-la-investigacion-cualitativa/>
39. Medina-Díaz, María del R., & Verdejo-Carrión, Ada L.. (2020). Validez y confiabilidad en la evaluación del aprendizaje mediante las metodologías activas. *ALTERIDAD. Revista de Educación*, 15(2), 270-284. [sitio en internet]. Disponible en: http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S1390-86422020000200270&script=sci_arttext
40. Inguillay L., Tercero S., López J. Ética de la investigación científica, revista *Imaginario Social*, 2019. [sitio en internet]. Disponible en: <https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26118w/Etica%20en%20La%20investigacion%20cientif%ADfica.pdf>
41. Díaz G. Metodología del estudio piloto [Internet]. *Revista Chilena de radiología*. [Consultado 5 julio 2022]. [sitio en internet]. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S07179308202000300100
42. Muñoz R. Análisis de la situación actual de la metodología para proyectos de servicios tecnológicos. [Internet] *Ciateq*, 2019. [Consultado 5 julio 2022] [sitio en internet]. Disponible en: <https://ciateq.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1020/375/1/Mu%C3%B1ozChavezRaulRoberto%20MDGPI%202019.pdf>
43. Vargas J, Actividad física en el recreo escolar: una investigación mixta combinando mediciones de actividad física y la perspectiva de niñas y niños de centros educativos de zona urbana y rural, heredia, 2020, periodo de febrero a abril.2020. [sitio en internet]. Disponible en:

<https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/23495/Tesis%209817.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

44. Levallos I, y Pedraza Y “Sobrepeso – obesidad y estilos de vida en preescolares de la institución educativa inicial “mi casita”, callao – 2023” [sitio en internet]. Disponible en: <https://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12952/8172/TESIS-PEDRAZA-LAVALLE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>


ANEXOS

Anexo N°01: Matriz de Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA	RANGO
Factores de riesgo del sobrepeso	Factor de riesgo, cortés M et al. (2019), define que el factor de riesgo son elementos determinados y comprobado científicamente que valide tener una relación con la causa de un determinado problema, de manera que tenga característica, exposición o comprometa a un incremento de padecer algún problema de salud. según la OMS (2019), expresa que el sobrepeso se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. ⁵²	Los factores de riesgo asociados al sobrepeso, se identificará a través de un cuestionario validado por Mamani Palla Roxana Regina. Compuesto por 33 ítems, con la escala de Likert las cuales tendrán un valor	Hábitos alimenticios	<ul style="list-style-type: none"> • Consumo de vegetales y legumbres • consumo de frutas • consumo de carnes y pescado • consumo de lácteos y sus derivados • consumo de comida rápida y golosinas. 	33	Ordinal: Nunca A veces Siempre	Alto: 78-99 Medio: 56-77 Bajo: 33-55
			Actividad física	<ul style="list-style-type: none"> • tipos de actividad física • frecuencia de actividad física • duración de actividad física 			
			Sedentarismo	<ul style="list-style-type: none"> • televisión • computadora (redes sociales) • videojuegos 			

Anexo: N° 2 Jueces expertos que validaron el instrumento, autora del instrumento es la Lic. Mamani Palla Roxana Regina en el año 2019.

1: Lic. Emma FloresYancan

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO


Observaciones: Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr./Mg: FLORES YANCAN EMMA DNI: 09446808


Especialidad del validador:

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del Experto Informante.
Especialidad

2: Lic. Dora Briseño Sánchez

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO


Observaciones: Mejor redacción de preguntas.
Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr./Mg: DORA BRISEÑO SANCHEZ DNI: 07134641


Especialidad del validador: EMERGENCIAS Y DESASTRES

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del Experto Informante.
Especialidad

3: Lic. Janet Arévalo Ipanaqué (enfermera en investigación)

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Observaciones: Corregir el ítem de factor biopsico


Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg.: Janet Arévalo Ipanaqué DNI: 40288982


Especialidad del validador: Enfermera Investigadora

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Firma del Experto Informante.
 Especialidad

4: Lic. Sonia Flores Huamán

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Certificado de validez de contenido del instrumento

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []


Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg.: Lic. Sonia Flores Huamán DNI: 4055023

Especialidad del validador: Salud Pública


.....de..... del 201...

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Firma del Experto Informante.
 Especialidad

5: Lic. Montero Roles Teresa

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Certificado de validez de contenido del instrumento


Observaciones: Ninguna

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Montero Roles Teresa DNI:

Especialidad del validador:

...02 de 09 del 2012.


Firma del Experto Informante.
Especialidad

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Anexo: N°03 Confiabilidad

Determinación de la confiabilidad del instrumento alfa de Cronbach a partir de las varianzas, el alfa de Cronbach se calcula así:

Donde:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right],$$

Donde:

- S_i^2 es la varianza del ítem i ,
- S_t^2 es la varianza de los valores totales observados y
- k es el número de preguntas o ítems.

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.831	33

La confiabilidad fue analizado mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteneindo como resultado 0.831 por lo que se dice que es altamente confiable. Este instrument incluyo la medicion de las tres dimensiones que son los siguientes: Hábitos alimenticios, actividad fisica y sedentarismo.

Anexo: N° 04 Concordancia entre los jueces expertos según la prueba binominal

Cuestionario de los factores de riesgo del sobrepeso en niños.

ITEMS	JUECES					TOTAL, DE ACUERDO	P
	1	2	3	4	5		
1	1	1	1	1	1	5	0.03125
2	1	1	1	1	1	5	0.03125
3	1	1	1	1	1	5	0.03125
4	1	1	1	1	1	5	0.03125
5	1	1	1	1	1	5	0.03125
6	1	1	1	1	1	5	0.03125
7	1	1	1	1	1	5	0.03125
8	1	1	1	1	1	5	0.03125
9	1	1	1	1	1	5	0.03125
10	1	1	1	1	1	5	0.03125
11	1	1	1	1	1	5	0.03125
12	1	1	1	1	1	5	0.03125
13	1	1	1	1	1	5	0.03125
14	1	1	1	1	1	5	0.03125
15	1	1	1	1	1	5	0.03125
16	1	1	1	1	1	5	0.03125
17	1	1	1	1	1	5	0.03125
18	1	1	1	1	1	5	0.03125
19	1	1	1	1	1	5	0.03125
20	1	1	1	1	1	5	0.03125
21	1	1	1	1	1	5	0.03125
22	1	1	1	1	1	5	0.03125
23	1	1	1	1	1	5	0.03125
24	1	1	1	1	1	5	0.03125
25	1	1	1	1	1	5	0.03125
26	1	1	1	1	1	5	0.03125
27	1	1	1	1	1	5	0.03125
28	1	1	1	1	1	5	0.03125
29	1	1	1	1	1	5	0.03125
30	1	1	1	1	1	5	0.03125
31	1	1	1	1	1	5	0.03125
32	1	1	1	1	1	5	0.03125
33	1	1	1	1	1	5	0.03125
TOTAL							0.96875

Se considera:

0: si la respuesta es negativa

1: si la respuesta es positiva

$$P=0.96875/31= 0.031125$$

Si $p < 0,05$ la concordancia es significativa, por lo tanto, el grado de concordancia es significativo y el instrumento es válido según la Prueba Binominal aplicada. Por lo cual $P= 0.03$

Anexo N°05: Instrumento de recolección de datos

CUESTIONARIOS SOBRE FACTORES DE RIESGO DEL SOBREPESO I PRESENTACIÓN

Buenos días soy estudiante de enfermería de la Universidad César Vallejo, estoy realizando un estudio con el objetivo de obtener información acerca de los factores de riesgo que se asocian con el sobrepeso, de la información que se comparta será de uso estrictamente confidencial. Le agradecemos anticipadamente, su valiosa colaboración.

DATOS GENERALES:

1. **SEXO:** Femenino () Masculino ()
2. **EDAD:**

Lea detenidamente y marque con un "X" la respuesta correcta

Dimensión: Hábitos alimenticios		Nunca	A veces	Siempre
1	¿con que frecuencia comes verduras?			
2	¿Consumes vegetales de color verde (espinacas, lechuga, etc)?			
3	¿Consumes vegetales de color rojo (cebollas, tomates, etc)?			
4	¿Con qué frecuencia comes frutas?			
5	¿Consumes frutas rojas (manzana, fresas, etc)?			
6	¿Consumes frutas amarillas (plátano, mango, etc)?			
7	¿Con qué frecuencia comes pollo?			
8	¿Con qué frecuencia comes pescado?			
9	¿Con qué frecuencia comes carnes?			
10	¿Con qué frecuencia consumes bebidas lácteas (leche o yogurt)?			
11	¿Con qué frecuencia consumes queso?			
12	¿Con qué frecuencia consumes mantequilla?			
13	¿Con qué frecuencia consumes frituras?			
14	¿Con qué frecuencia consumes comida rápida (KFC, McDonald 's, etc)?			
15	¿Con qué frecuencia consumes bebidas gaseosas?			
Dimensión: Actividad Física				
16	¿Sueles caminar de tu casa al colegio?			
17	¿Prefieres usar las escaleras?			

18	¿Practicas algún tipo de danza (ballet, salsa, etc.)?			
19	¿Practicas frecuentemente algún deporte fuera del horario escolar?			
20	¿Practicas frecuentemente alguna actividad física en el colegio?			
21	¿Practicas con algún familiar tus actividades físico deportivas?			
22	¿Al realizar una actividad física dura 10 minutos?			
23	¿Al realizar una actividad física dura 20 minutos?			
24	¿Al realizar una actividad física dura 30 minutos a más?			
Dimensión: sedentarismo				
25	¿Con qué frecuencia ves la TV en casa?			
26	¿Ves más de 3 horas seguidas TV?			
27	¿Sueles comer (almorzar o cenar) viendo la TV?			
28	¿Permaneces más de 3 horas en la computadora?			
29	¿Sueles jugar en la computadora en los días de clases?			
30	¿Sueles jugar en la computadora los fines de semana?			
31	¿Permaneces más de 3 horas en los videojuegos?			
32	¿Sueles jugar a los videojuegos en los días de clases?			
33	¿Sueles jugar a los videojuegos en los fines de semana?			

ANEXO N°6: Escala de Baremos

Una escala de puntuaciones obtenidas con un instrumento de medida que permite su interpretación, mediante la atribución a cada una de ellas de un determinado valor.

	BAJO	MEDIO	ALTO	RANGO	AMPLITUD
VARIABLE	33-54	55-76	77-99	66	21
DIMENSIONES	HÁBITOS ALIMENTICIOS	ACTIVIDAD FÍSICA	SEDENTARISMO		
BAJO	15-24	9-14	9-14		
MEDIO	25-34	15-20	15-20		
ALTO	35-45	21-27	21-27		
RANGO	30	18	18		
AMPLITUD	9	5	5		

Anexo N°7: Consentimiento informado

Consentimiento Informado del Apoderado

Título de la investigación: Factores de riesgo del sobrepeso en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.

Investigadores: Leva Escalante, Claudia Alejandra y Llanca Flores, Brianda Pamela.

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada ‘Factores de riesgo asociados al sobrepeso en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.’, cuyo objetivo es Determinar los factores de riesgos asociados al sobrepeso en niños, en el Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho – 2023.

Esta investigación es desarrollada por estudiantes de pregrado, de la carrera profesional de Enfermería, de la Universidad César Vallejo del campus Lima Este – San Juan de Lurigancho, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso del Colegio Cristiano Internacional Elim.

El impacto que se viene dando en los últimos años, con respecto a los Factores de Riesgo Asociado al Sobrepeso, tiene un alto índice, es por ello que en esta investigación queremos conocer cómo se encuentra su salud de los alumnos de 5^{to} y 6^{to} grado de primaria.

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación:

1. Se realizará una encuesta donde se recogerá algunos datos y preguntas sobre la investigación. “factores de riesgo asociado al sobrepeso”.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente del aula del Colegio.

3. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Participación voluntaria (principio de autonomía): Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia): La participación de su hijo en la investigación no existirá riesgo o daño. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia): Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico. El estudio va a aportar a la salud individual de la persona mediante sesión educativa, así mismo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia): Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas: Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con las Investigadoras:

-Leva Escalante, Claudia Alejandra, email: Alevases@ucvvirtual.edu.pe

-Llanca Flores, Brianda Pamela. bllanca@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento: Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

.....

Firma

Anexo N°8: Compromiso de Honor



COMPROMISO DE HONOR

Conforme a la Resolución del Consejo Directivo No033-2016-SUNEDU/CD y el Reglamento del Registro Nacional de trabajos de investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI del 06 de setiembre de 2016 en el que se establece que “los estudiantes desarrollarán el Proyecto de Investigación de forma individual o en pares para obtener el título profesional”. Acatando la normatividad vigente y teniendo en cuenta si alguno de los integrantes se retira, se inhabilita por exceso de faltas, o por incumplimiento a las normas que estipula la universidad *pierde todo el derecho a la propiedad intelectual del proyecto de investigación*. En consecuencia, se sostiene que el estudiante que se retira, por los motivos anteriormente expuestos no podrá utilizar el tema elegido de manera personal en otra ocasión y tendrá que repetir la correspondiente experiencia curricular, cediendo la autoría al otro integrante del equipo de investigación.

Por tal motivo LLANCA FLORES, Brianda Pamela y LEVA ESCALANTE, Claudia Alejandra realizamos el correspondiente compromiso de honor, superando diferencias y dificultades para permanecer unidos y culminar el proyecto de investigación en un Informe de Tesis en la siguiente experiencia curricular que es Desarrollo de Proyecto de Investigación, el cual será sustentado y defendido para la obtención del título profesional.

Como señal de conformidad, firmamos el correspondiente compromiso y estampamos nuestra huella digital.

San Juan de Lurigancho, 01 de octubre de 2023.



LLANCA FLORES, BRIANDA PÁMELA
DNI 47517058



LEVA ESCALANTE, CLAUDIA ALEJANDRA
DNI 47830183

Anexo N°9: Carta Presentada al Colegio Cristiano Internacional Elim.



"Año la Unidad, la paz y el desarrollo"

San Juan de Lurigancho, 29 de setiembre 2023

CARTA N°040-2023-UCV-VA-P12-F05/CCP

Rocio Meigar De La Cruz
Directora
Colegio Cristiano Internacional Elim

De mi mayor consideración:

La que suscribe, Mgtr. Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a los investigadores **LEVA ESCALANTE CLAUDIA ALEJANDRA DESIRE** con DNI N° 47830183 y **LLANCA FLORES BRIANDA PAMELA** con DNI N° 47517098, estudiantes de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quien optará el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado **"Factores de riesgo del sobrepeso en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho, 2023"** para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.

Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye Instrumento de recojo de información.



Luz María Cruz Pardo
Coordinadora Académica de la C.P. de Enfermería
UCV – Campus San Juan de Lurigancho

Anexo N° 10: carta de respuesta por parte de la directora del Colegio



" Año la Unidad, la Paz y el desarrollo"

San Juan de Lurigancho, 04 de octubre 2023

CARTA N° 040-2023-UCV-VA-P12-F05/CCP

Roció Melgar de la Cruz
Directora
Colegio Internacional Elim

La que suscribe, directora Roció Melgar de la Cruz, del Colegio Cristiano Internacional Elim- San Juan de Lurigancho, tiene el agrado de aceptar la solicitud presentada por las estudiantes de la Universidad Cesar Vallejo, las señoritas: Leva Escalante, Claudia Alejandra Desire con DNI N° 47830183 y Lianca Flores, Brianda Pamela con DNI N° 47517098, permitiendo que realicen su proyecto titulado "Factores de riesgo del sobrepeso en niños del Colegio Cristiano Internacional Elim, San Juan de Lurigancho, 2023" y así poder ser un apoyo para la contribución científico, positivamente en ciencias de la salud.