



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**“Factores asociados al Sobrepeso de los alumnos del 2do de
secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25, febrero 2019”**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en enfermería

AUTORA

Mamani Palle, Roxana Regina (ORCID: 0000-0002-7543-0959)

ASESORA:

Mg. De la Cruz Ruiz, María Angélica
(ORCID: 0000-0003-1392-5806)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades no transmisibles

LIMA - PERÚ

2019

DEDICATORIA

A Dios por darme la vida, A mi hija quien sido mi mayor motivación para nunca rendirme en los estudios y poder llegar a ser un ejemplo para ella, A mi compañero de vida por su apoyo incondicional, A mis padres por sus consejos y apoyo.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a mi asesora Mg. María De la Cruz por la orientación y dedicación para la elaboración de la presente investigación y al C.E Fe y alegría por darme las facilidades para realizar mi trabajo.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado, en el cumplimiento del reglamento de grados y títulos de la universidad Cesar Vallejo presento ante ustedes la tesis que lleva por título “Factores asociados al sobrepeso en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y alegría N°25-2019”, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título profesional de licenciada en enfermería.

La investigación consta de seis capítulos, el primer capítulo se detalla la introducción, la realidad problemática, los trabajos previos, las teorías relacionadas la formulación del problema, la justificación, hipótesis y los objetivos de investigación; en el segundo capítulo se describe la metodología: diseño de investigación, variables, operacionalización, población, muestra, técnica e instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad, método de análisis y aspectos éticos; en el tercer capítulo se desarrolla los resultados obtenidos a través de la tabla de frecuencia, los gráficos estadísticos y su interpretación; en el cuarto capítulo se redacta la discusión de los resultados obtenidos; en el quinto capítulo se presenta la conclusión; en sexto capítulo se presenta las recomendaciones, por ultimo describimos las referencias bibliográficas utilizadas en la presente investigación; así mismo se presentan anexos, matriz de consistencia, instrumento de encuesta, carta de presentación, desarrollo de la intervención educativa, validación de expertos, confiabilidad del instrumento, tabla de códigos, base de datos del SPSS y porcentaje de turnitin.

Mamani Palle Roxana Regina

ÍNDICE

RESUMEN	1
ABSTRACT	1
I. INTRODUCCION	1
II. METODO	11
2.1. Tipo de estudio	11
2.2. Operacionalización de variables	12
2.3. Población y muestra.....	13
2.4. Técnica e instrumento de recolección de datos, validación y confiabilidad.....	13
2.5. Método de análisis de datos.....	14
2.6. Aspectos físicos	14
III. RESULTADOS	15
IV. DISCUSION	19
V. CONCLUSIONES	21
VI. RECOMENDACIONES	22
REFERENCIAS	23
ANEXO	27
ANEXO 1:	28
ANEXO 2:	29
ANEXO 3:	30
ANEXO 4:	31
ANEXO 5:	33
ANEXO 6:	35
ANEXO 7.....	37
ANEXO 8.....	39

RESUMEN

La presente investigación, titulada “Factores asociados al Sobrepeso de los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25, febrero 2019”; Objetivo: Determinar el factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del CE Fe y alegría N° 25 febrero 2019. Metodología: Fue de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, de corte transversal. Población: Estuvo conformada por 100 estudiantes; setuvo como instrumento el cuestionario. Resultados: En el factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del C.E Fe y alegría N° 25 febrero 2019 se observa que el 55% presenta malos hábitos alimenticios, el 37% presenta sedentarismo y solo el 8% realiza actividad física. Conclusión: El factor predominante en los estudiantes fue los malos hábitos alimenticios.

Palabras claves: Estudiantes, hábitos alimenticios, sedentarismo.

ABSTRACT

The present investigation, entitled “Factors associated with the Overweight of the students of the 2nd secondary school of C.E Fe y Alegria N^o 25, February 2019”; Objective: To determine the predominant factor that affects the development of overweight in the students of 2nd secondary school of the C.E Fe y Alegria N^o 25, February 2019. Methodology: It was of quantitative approach, descriptive level, cross-sectional. Population: It was made up of 100 students; The questionnaire was used as an instrument. Results: In the predominant factor that affects the development of overweight in the students of 2nd secondary school of the CE Fe y joy N0 25 February 2019 it is observed that 55% present in bad habits food, 37% present sedentary lifestyle and 8% perform physical activity. Conclusion: The predominant factor in students was bad eating habits.

Keywords: Students, eating habits, sedentary lifestyle.

I. INTRODUCCIÓN

Según la OMS, el sobrepeso es una patología crónica que resalta por la acumulación de grasa en el organismo, el número de adolescentes con sobrepeso se multiplicó por 10 en las últimas cuatro décadas. A nivel mundial se dio un aumento del consumo de alimentos que tienen un porcentaje alto de calorías ricos en grasa; y se refleja que ya no realizan actividad física necesaria, por ende, cada vez se da el sedentarismo en diferentes formas de trabajo por ejemplo nuevos modos de transporte.

Los cambios de la actividad física y los cambios alimentarios son efectos de cambios sociales y ambientales tienen que ver con el desarrollo y la ausencia a nivel político en áreas de la salud; la planificación urbana; el medio ambiente, el transporte; el procedimiento, la educación, la comercialización de los alimentos y la distribución de ellos.¹

El aumento de las tasas de sobrepeso en la población de menores de edad y los jóvenes en los países que tienen ingresos bajos y medios se han llegado a acelerar en lugares como Asia. En 2017, la obesidad y el sobrepeso elevó las tasas en poblaciones como Micronesia y Polinesia, los adolescentes con un 25,4% y en varones con un 22,4% y le sigue países altos como Canadá, Australia, Irlanda, Reino Unido, Estados Unidos y Nueva Zelanda.

En Asia Oriental fue donde se incrementó la población del adolescente con sobrepeso, en el norte de África y en Medio Oriente tiene ingresos altos. Con mayor prevalencia de obesidad y sobrepeso en la etapa de la adolescencia se dio el país de Nauru con un porcentaje de 33,4%, por otro lado, los varones obtuvieron un 33,3% en las Islas Cook.²

En el país de Grecia y Malta (Europa) se registran tasas elevadas de sobrepeso en la etapa de la adolescencia con un porcentaje de 11,3% y un 16,7%, respectivamente. En Moldavia se dio las tasas más bajas de obesidad y sobrepeso en el sexo masculino y femenino con un porcentaje de 3,2% y un 5%, respectivamente. El Reino Unido obtuvo una posición a nivel mundial de 73 y Europa fue la sexta en los casos de adolescentes.

En Londres los menores y adolescentes de edades entre las edades de cinco hasta los diecinueve años que tienen sobrepeso se ha multiplicado 10 veces más a nivel mundial en

los cuatro últimos decenios, fueron los resultados de un trabajo realizado por el Imperial College de Londres y la OMS.³

Según la última Encuesta Nacional de Salud en el año 2017 en Chile, la prevalencia de obesidad y el sobrepeso en la adolescencia se ha incrementado en las últimas décadas, llegando a afectar al 9,2% de los adolescentes.⁴

En el Perú Según el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición del instituto nacional de salud, demostraron que el sobrepeso como la obesidad llegaron a afectar en un porcentaje de 42.4% en los jóvenes peruanos, 32.3% en estudiantes, 33.1% en personas mayores y 23.9% a adolescentes.

A nivel nacional en el año 2016, se demostró un porcentaje de 18,3% que sufren de obesidad y sobrepeso en el Perú. En el año 2015 se demostró un porcentaje de 17,8%. En mujeres con sobrepeso dio un porcentaje de 22,5% y en los hombres dio un porcentaje de 14,0% en el año 2016. En la edad de 15 años y más se demostró un porcentaje de 53,8% que tienen un aumento de peso, el valor que se ha aumentado en 0,6 puntos porcentuales en el 2015. El sexo femenino tiene mayor aumento de peso con un puntaje de 7,9 puntos a comparación de los varones de 57,7% a 49,8%.

En el año 2016 el sistema de información diaria HIS - MINSa se obtiene que los individuos padecen sobrepeso que registra un aumento de casos con un porcentaje de 67,0% con sobrepeso en las 12 a 17 años, de las edades de 18 a 29 años se obtuvo un porcentaje de 66,9%; en las personas que padecen obesidad dieron un resultado de 39,2% se observa que el porcentaje es menor.⁵

En Lima ocupa los primeros puestos en nivel de obesidad y sobrepeso a nivel nacional, donde la obesidad ya no se le toca como algo estético, si no en si como problema de salud que existe en el país. Lima es una de las regiones que presenta sobrepeso y llega a afectar a la población con un porcentaje de 6,4% en Lima. Después esta Tacna con un 6,3%, y se encuentra Cajamarca 6,1% e Ica 5,8% están con mayor nivel de sobrepeso según el diario Ojo. Se resalta que un 20% de población de la capital padece obesidad.

En la capital, San Juan de Lurigancho es el distrito que cuenta con alto porcentaje de obesidad y sobrepeso con un porcentaje de 11,8% del distrito. Luego viene Villa El Salvador (11,9%),

luego está el distrito Ate (11,7%), le sigue Los Olivos (11,7%), por último, San Martín de Porres (11,7%).⁶

Por todo lo antes expuesto es importante considerar que esta problemática está afectando a nuestros menores y jóvenes , y a su vez es un problema de Salud Pública, por ello los estudiantes del 2do C.E Fe y Alegría N° 25 actualmente es un grupo vulnerable, dado que se observan malos hábitos alimenticios en los adolescentes, debido a que dentro y fuera de la institución se expenden comida chatarra, dulces, gaseosas y bebidas artificiales para su consumo, además de ello se observa niños con sobrepeso, esto me conlleva a realizar la presente investigación que es de suma importancia.

Según Vanegas M. (Ecuador, 2018) en su investigación titulada “Prevalencia y Factores Asociados al Sobrepeso en estudiantes de secundaria, Colegio de Cuenca, 2018”. Los resultados que se puede observar que a edad del grupo de estudio varió de 12 a 16 años. El 70.8% estuvo entre 12 a 18 años. El 82% cursaba del 1° al 5° grado. Predominó el sexo femenino (55.6%) y residencia urbana (78%). La prevalencia de sobrepeso fue 26.8%. Hubo asociación de sobrepeso con actividad física. No hubo asociación con el mal estilo de vida.⁷

Según Vallejo J. (México, 2017) en su investigación titulada “Sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria, 2017”. Los resultados que se puede observar de las edades de 15 y 16 años son el porcentaje de 8.7% del sexo masculino que padecen sobrepeso y de obesidad de un 4.3%. En el sexo femenino se obtuvo un 39.1% de personas con sobrepeso y con obesidad un 30.4%.⁸

Según Villalobos T. (Madrid, 2016) en su investigación titulada “Estilos de vida y factores de riesgo asociados al sobrepeso y obesidad en adolescentes en España”. Los resultados que se puede observar que el 70.8% tiene sobre peso teniendo entre 10 a 16 años. El 82% cursaba del 1° al 5° grado. Predominó el sexo femenino con un 54%, y del sexo masculino un 46%. La prevalencia de sobrepeso fue 26.8%. Hubo asociación de sobrepeso con actividad física sedentaria.⁹

Según Ríos E. (Colombia, 2016) en su trabajo titulado “Factores familiares asociados al sobrepeso en los estudiantes de secundaria de UMF61”. Los resultados que se puede observar que los niños del sexo masculino tienen grado I de obesidad con un 59%, la familia no come

en casa hasta dos veces a la semana, y se trasladan en carro con 59%, miran la televisión como cuatro horas 59%, con un 67% se demostró que solo hacen menos de una hora y con un 54% tiene familia nuclear.¹⁰

Según Cofre C. (Chile, 2015) en su investigación titulada “El problema del sobrepeso y la obesidad infantil y sus interacciones con la actividad física, el sedentarismo y los hábitos nutricionales en Chile”. Los resultados que se puede observar que los estudiantes fueron clasificados por IMC el 45,05%, con sobrepeso un 25,05% y con obesidad un 29,90%. Los que realizan actividad física con un 33,20% baja, con un 34,60% media y alta con 32,20%.¹¹

Según Aguilar R. (Tacna, 2018) en su investigación titulada “Prevalencia y factores de riesgo para sobrepeso y obesidad en escolares de educación secundaria de colegios estatales del distrito Gregorio Albarracín Lanchipa”. Los resultados que se puede observar sobre la obesidad y sobrepeso de alumnos con un porcentaje de 55,37%. Los alumnos que padecen obesidad solo hacen dos horas de actividad física durante la semana se dio con un porcentaje de 71,5% y por debajo de 3 horas de ejercicios fuera de la escuela con un 73,9%, donde se refleja que miran mucha televisión con un 80%.¹²

Según Fasanando L. (Tingo María, 2017) en su investigación titulada “Factores de riesgo a sobrepeso y obesidad en los alumnos del primer y segundo grado de secundaria de la institución educativa parroquial padre abad-tingo maría, 2017”. Los resultados que se puede observar que la edad de los encuestados fue 12 años. Donde se vio que los hombres fueron 55% y vienen de zonas urbanas con un 72,5%. Tienen dieta unos 47%, los alumnos que tienen sobrepeso son el 24,2%, los que hacen ejercicio son el 81,2% y comen chatarra con un 62,4%. Se observó que tienen antecedentes familiares con sobrepeso-obesidad un porcentaje de 49,0%, y se considera como un factor de riesgo.¹³

Según Izquierdo H. (Trujillo, 2017) en su investigación titulada “Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los estudiantes de secundaria de un centro educativo público” Los resultados que se puede observar que se encontró que el 50% de los estudiantes durante el periodo de estudio comprendido entre marzo y abril del 2017 presentaron sobrepeso y un 20.4% presento obesidad, en relación a la asociación hábitos alimenticios con obesidad y

sobrepeso en escolares que refirieron una dieta alimenticia inadecuada, el 36.7% presenta obesidad, el 50% presenta sobrepeso.¹⁴

Según Rodríguez D. (Lima, 2016) en su investigación titulada “Factores relacionados con el sobrepeso u obesidad, en estudiantes de secundaria en una institución privada en barranquilla: Lima, 2016”. Se obtuvo como resultados que se observa una correlación significativa e indirecta con IMC, con un grado de correlación considerable, de igual manera mantienen relación con los antecedentes de obesidad y sobrepeso, y los hábitos de alimentación tienen relación significativa y directa con los ejercicios físicos. A comparación con factores alimentarios no tienen relación con la obesidad y sobrepeso en los alumnos.¹⁵

Según Durán A. (Lima, 2016) en su investigación titulada “Factores asociados al sobrepeso de los estudiantes del primer grado de secundaria de la institución educativa Teresa González de Fanning, Jesús María, 2016” Los resultados que se puede observar los niveles de sobrepeso que presentan los alumnos del primer año, donde el nivel bajo esta con 49%, el nivel moderado con un 37% , un nivel alto con un 14%, sobre los niveles de ejercicio físico demostraron que el nivel moderado se encuentra con 86% y el nivel alto con un 8%.¹⁶

El sobrepeso es el exceso o acumulación de grasa que presentamos y que eso daña nuestra salud. Para poder medir el sobrepeso u obesidad es por IMC; consta del peso del individuo que se tiene que dividir la talla. Cuando un individuo con el índice de masa corporal de superior o más a veinticinco se considera como sobrepeso. El sobrepeso trae como consecuencia muchas enfermedades el cual constamos con cáncer, diabetes y enfermedades cardiovasculares.¹⁷

Hábitos alimenticios: Los hábitos alimentarios son comportamientos repetitivos, conscientes y colectivos lo que llega al individuo a consumir, seleccionar o utilizar dietas, por presiones culturales y sociales. Todo este proceso de alimentos se adquiere de la familia y comienza desde ahí.¹⁸

En el periodo de la Infancia es donde tienen los hábitos alimenticios buenos como malos. Se adquiere de forma involuntaria y la familia y el entorno también influye, pero eso va cambiando cuando el menor crece. En la etapa de la adolescencia ocurren cambios emocionales y psicológicos que llegan a influir en la alimentación, poniendo como prioridad a la imagen corporal. Existen factores que ayudan a determinar el hábito alimentario como por ejemplo los fisiológicos como edad, estados económicos, sexo. También como factores ambientales, factores socioculturales eso incluye creencias religiosas, estilos de vida, tradiciones gastronómicas; también factores económicos.¹⁹

Consumo de vegetales y legumbres: Las verduras nos brinda vitaminas como la C y A, minerales, folatos, magnesio y hierro. También son pobres en grasa. Un adolescente debe comer entre dos a cuatro porciones cada día. Se debe ingerir diferentes verduras para poder obtener la mayoría de los nutrientes, contamos con todas las hojas que son de color verde, amarillo, las papas, guisantes o maíz que tienen alto contenido de almidón. No se debe de agregar mucho aceite sobre las verduras y no comer mucha mayonesa, mantequilla.

Consumo de las frutas: contienen vitaminas como la A y C y también potasio. No contienen mucho sodio o grasa, lo que se debe hacer es ingerir frutas que estén frescas y su zumo, no ingerir frutas que están en lata, se recomienda también ingerir cítricos, como mandarinas, melones, naranja, porque son ricos en la vitamina C.

Consumo de carnes y pescado: Los que se encuentran en este grupo contienen minerales, vitaminas y proteínas en la cual incluye vitaminas B, zinc y hierro. En promedio un joven debe ingerir de dos a tres porciones de alimentos diario, también debe consumir carne magra de 150-210g. Se debe de comer productos de calidad y no por cantidad que no contengan grasa así se a la parrilla, brasa, parrilla, fritas o cocidas. Tener en cuenta que los frutos secos son ricos en grasa por eso todos los alimentos se debe de ingerir con medición.

Consumo de lácteos y sus derivados: Esto proporciona una variedad de minerales, vitaminas y proteínas que si son grandes fuentes de calcio. El adolescente debe de ingerir de dos a tres razones de lácteos diarios. En la vida cotidiana se debe de consumir un yogur descremado y también leche descremada. Tratar de no consumir helados cremosos o quesos grasos.

Consumo de comida rápida y golosinas: No debe ser pasar más del 30% de la comida debe tener grasa. La grasa saturada se encuentra en los lácteos, carne, aceites se alza las tasas de colesterol sérico se encuentran en el aceite de cacahuete o aceite de oliva. El consumo de las grasas saturadas no tiene que pasar el 10% de las calorías diarias.²⁰

Actividad física: El ejercicio físico agrupa a toda actividad que necesita movimiento corporal donde realizamos en el trabajo, como juego, en el transporta, en la actividad doméstica y juegos recreativos. La inactividad física ocupa el 4to factor de riesgo sobre la muerte mundial, el cual las mujeres son el 6%. Un 60% de las personas a nivel mundial no hace ninguna actividad física que nos ayuda con los beneficios para la salud.²¹

Los tipos de actividad física: Son deportes, juegos, ejercicios recreativos, desplazamientos, educación física, ejercicios que son programados, en relación con la familia o comunidad o centros educativos Para así poder mejorar la mayoría de las funciones cardiorrespiratorias, ósea y musculares.

Frecuencia de actividades: Se recomienda realizar las actividades por lo menos como tres veces a la semana, actividades que requieran esfuerzo para los huesos y músculos.

Duración de las actividades: Los menores y adolescente entre los 5 años hasta los 17 años hacen como mínimo 60 min todos los días en actividades de intensidad de esfuerzo o si no también actividades moderadas.²²

Sedentarismo: El sedentarismo es la disminución de las actividades o movimiento al mínimo. Se considera a una persona con sedentarismo cuando no realiza las actividades, que aumenta más del 10% de la energía en descanso. En países desarrollados la gente es sedentaria porque no hacen ninguna actividad suficiente.²³

Televisión: Estudios previos han demostrado que mientras más Tv. Ve la gente mayor probabilidades hay que aumente de peso, los niños y adolescentes que cuentan con un televisor en su cuarto tienen mayor probabilidad de tener sobrepeso o padecer de obesidad.

Los hábitos de Tv. Que se hacen desde temprana edad pueden llevar a una vida de problemas de peso. Los niños no deberían ver Tv por más de 2 horas.²⁴

En el año 1955 se ha realizado más de mil investigaciones donde se ha demostrado que los jóvenes si tiene influencia todo lo que sale en la televisión, donde puede salir violencia, consumo de drogas, consumo de comidas chatarra eso es gracias a los programas que pasan por televisión. En el estudio que se realizó en los Estados Unidos se llegó a obtener que los jóvenes veían canales con contenido de violencia y eso influye a que sea un agresor a futuro o volverse criminales. Otras investigaciones obtuvieron que de tres a cinco mujeres que llegaron a ver los canales con contenido violento, donde se puede ver que hay más peleas, ataques con armas, estrangulamiento, en comparación con las mujeres que no llegaron a ver esos programas. Con todo esto nos da el conocimiento sobre los efectos que tienen los jóvenes en los canales de violencia que ven día a día.²⁵

Por ello se tiene que estar atentos con sus hijos así sean niños o jóvenes con la programación y la clasificación de la televisión, se tiene que bloquear los canales que no son apropiados para ellos y conversar sobre lo que ve en la televisión y sobre que aprende.²⁶

Computadora (redes sociales): El internet son la plataforma principal de comunicarnos entre nosotros, más con los jóvenes en la actualidad. Las redes sociales son la tendencia mundialmente junto a los equipos modernos de celulares. Por ellas se puede expresar las inquietudes o sentimientos, recibir noticias de una manera primaria de comunicación en los jóvenes. Si los padres toman la decisión de que el hijo no tiene una cuenta de Facebook, Twitter, Musicly y no cuenta con amigos. Se debe de tener en cuenta el derecho a la privacidad de los jóvenes, así mismo hay que tener en cuenta que debemos conocer que en la adolescencia muchos tomen decisiones.²⁷

Videojuegos: No todos los juegos son malos, hay investigación del videojuego que dieron como resultados positivos, se tiene que supervisar los videojuegos y permitir según su edad, Pero de todos modos viendo lo que juegan y que vaya a corte de su edad, no se debe de permitir que los jóvenes vean algo inadecuado. Las habilidades psicomotrices de que tienen los menores sobre los juegos son extraordinarias y algunos pueden ser útil en la vida de un adulto.

Tenemos que poner límite sobre el tiempo máximo por día, antes de permitir que juega tiene que hacer todas sus obligaciones que les dice los padres.²⁸

Dorothea Orem no indica que su modelo como una teoría general de enfermería que se divide con 3 relacionadas entre ellas. La teoría del autocuidado va a explicar todo sobre el autocuidado que se puede dar para uno mismo, se ve reflejada en situaciones de la vida que va dirigida hacia la misma persona o también al entorno para así poder solucionar lo que está afectando y presenten un beneficio para su salud y su bienestar.

También nos dice que hay 3 requisitos para el autocuidado:

Autocuidado universal: son comunes en todas las personas y viene con la conservación del agua, el aire, la eliminación, la actividad y el descanso, la prevención de riesgos y las actividades humanas.

Autocuidado del desarrollo: consiste en cambiar las condiciones que cada uno necesita y madures, para así poder prevenir los efectos de las diferentes consecuencias que se da durante a lo largo de la vida.

Autocuidado de desviación de la salud, se trata de estar vinculado con la salud.²⁹ El trabajo de investigación plantea como problema general:

¿Cuál es el factor predominante que incide al sobrepeso en los alumnos del 2ºdo de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25?

Seguidamente se plantea los problemas específicos: ¿Cuál es el nivel de incidencia del factor hábitos alimenticios en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25?, ¿Cuál es el nivel de incidencia del factor sedentarismo en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25?, ¿Cuál es el nivel de incidencia del factor actividad física en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25?

La presente investigación tiene como justificación que el sobrepeso es un problema de salud pública a nivel mundial que compromete grandemente el bienestar tanto físico y psicológico

del individuo. La investigación realizada en los alumnos del nivel secundario de la Institución Fe y Alergia N°25 tiene el propósito identificar los factores asociados al sobrepeso en los alumnos.

Esta investigación brinda información relevante y brinda muchos conocimientos sobre el problema del sobrepeso adolescente que existe en los distintos países.

Es importante y necesario esta investigación ya que los resultados que se han obtenido brindan conocimiento y se justifica porque está orientado a dar un aporte relacionado al sobrepeso en los estudiantes, ya que es uno de los problemas de salud más grave del siglo.

A nivel metodológico se justifica por la realización de un instrumento y aportará para las futuras investigaciones, se tendrá en cuenta los diseños planteados en la investigación. Lo que se obtuvo va a servir como un antecedente para las siguientes investigaciones.

Dicha investigación ayudara también a los estudiantes de ciencias de la salud como referencia ampliando así conocimientos en los futuros trabajos de investigación relacionados al tema

Objetivo general: Determinar el factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del C.E Fe y alegría N° 25 febrero 2019.

Objetivos específicos: Identificar el nivel de incidencia del factor hábitos alimenticios en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25, Identificar el nivel de incidencia del factor sedentarismo en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25, Identificar el nivel de incidencia del factor actividad física en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25.

II. MÉTODO

2.1 Tipo y diseño de investigación, La investigación es de enfoque cuantitativo según Sampieri lo cual refiere un esquema deductivo y lógico que busca preguntas de investigación e hipótesis para posteriormente probarlas.

De nivel descriptivo simple según Hernández, Fernández y Baptista nos dice que la investigación descriptiva simple tiene como objetivo describir datos que tienen un impacto en las vidas de la gente que le rodea.

La investigación será de corte transversal sostenida por Hernández, Fernández y Baptista, porque recopila los datos en un solo en el momento, en un tiempo único. Su intención es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede; con diseño no experimental que es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables.³⁰

2.2 Variables, Operacionalización:

Variable: Sobrepeso

Dimensiones, Hábitos alimenticios, actividad física, sedentarismo

2.2 Operalización de variables

Variable	D. Conceptual	D. Operacional	Dimensiones	Indicaciones	Escala de Medición
Factores asociados al Sobrepeso	<p>El sobrepeso se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.¹</p> <p>el sobrepeso trae consigo muchas enfermedades.¹⁷</p> <p>Existen factores que se asocian al sobrepeso tales como cambios en los hábitos alimenticios, desarrollo de actividad física y llevar una vida sedentaria.</p>	<p>Los factores asociados al sobrepeso evaluarán a través de un cuestionario aplicado en los estudiantes del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25 febrero valorado en alto moderado y bajo.</p> <p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumento: cuestionario</p>	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 	Alta Media Baja
			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 	

2.3 Población, muestra: La población está conformada por 100 estudiantes de 2do grado de secundaria del C.E Fe y alegría N⁰ 25 febrero - 2019. El investigador Hernández, Fernández y Batista, define a la población o universo como “un conglomerado de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones”.²²

2.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Técnica: La técnica que se utilizó en el estudio para la variable es la encuesta y el instrumento es un cuestionario. El instrumento fue para poder identificar los factores asociados al sobrepeso en los alumnos de 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N⁰ 25.

Confiabilidad: La tabla muestra el estadístico de confiabilidad alfa de Cronbach es de 0.831, con lo cual se concluye que dicha confiabilidad es “muy bueno”. En cuanto a la fiabilidad, el análisis alfa de Cronbach de los 30 ítems de los factores de riesgo asociados al sobrepeso en los alumnos de 2do de secundaria del C.E Fe y alegría N⁰25, se ha utilizado el estadístico SPSS 21 y el análisis individual de los ítems demuestra alta homogeneidad.

Validez: La validación del instrumento se realizó por varios juicios de expertos, lo cual estuvo conformado por 4 Profesionales de Salud de enfermería y 1 docente de investigación. Los ítems del instrumento en la validación tienen los siguientes criterios.

Pertinencia: Los ítems están en relación con el marco teórico formulado.

Relevancia: Los ítems es adecuado para representar a la dimensión específica del constructo.

Claridad: Cada ítem es conciso, adecuado y exacto.

Suficiencia: Los ítems planteados son adecuados para medir la dimensión, la validez del instrumento “indica el grado en que un instrumento realmente mide la variable a medir”.

Validez del cuestionario de los factores asociados al sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del C.E Fe y alegría N°25 febrero 2019.

2.5 Métodos de análisis de datos: Cuando se tuvo los datos se procedió a procesar los datos en el programa SPSS, posteriormente estos datos fueron evaluados y se presentaron por medio de gráficos, los cuales fueron interpretados.

2.6 Aspectos éticos: Se tuvo en cuenta los aspectos éticos de justicia, autonomía, no maleficencia y beneficencia.

Justicia: Se seleccionó sin ningún acto de discriminación, se trató a cada uno de los participantes con mucho respeto y consideración.

Autonomía: Se solicitó la participación de todos, la encuesta fue voluntaria.

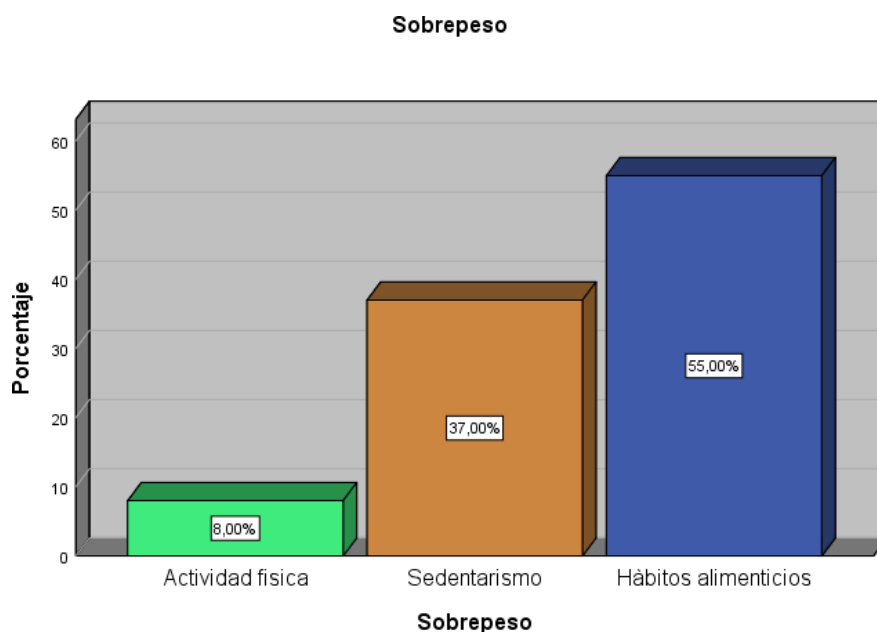
No maleficencia: Se informó a todos los estudiantes que la participación no es obligatoria y se respetara su decisión.

Beneficencia: Los resultados que se obtuvieron se mantendrán en confiabilidad.

II. RESULTADOS

GRAFICO N° 1

El factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del C.E Fe y alegría N° 25 febrero 2019.

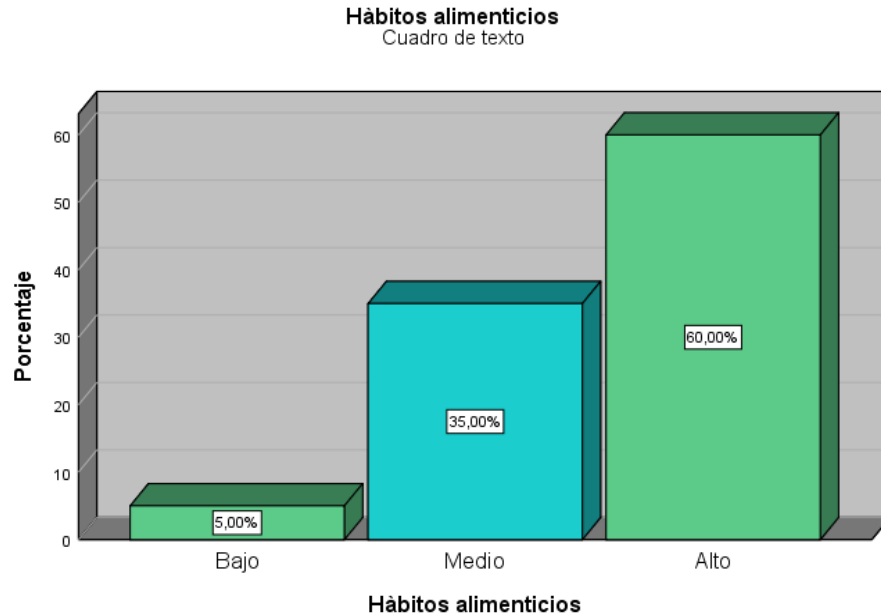


Fuentes: Encuesta aplicada a los estudiantes de 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25.

Interpretación: En el presente grafico el nivel de incidencia a sobrepeso del factor hábitos alimenticios tiene un 55%, el 37% presenta sedentarismo y el 8% realiza actividad física en el C.E Fe y Alegría N° 25.

GRAFICO N° 2

El nivel de incidencia a sobrepeso del factor hábitos alimenticios en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25

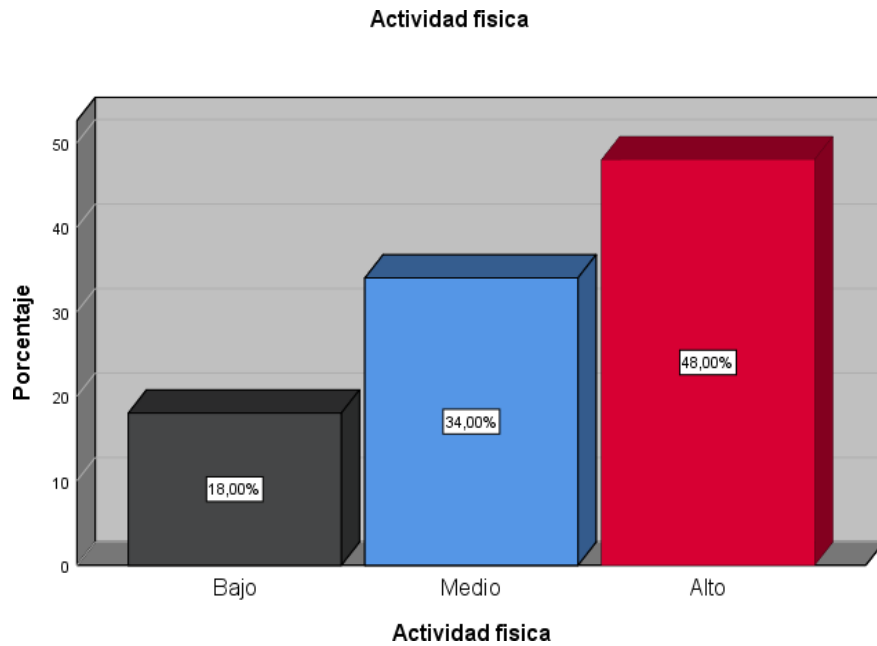


Fuentes: Encuesta aplicada a los estudiantes de 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25

Interpretación: Según los resultados obtenidos al respecto, en el presente grafico el nivel de incidencia a sobrepeso del factor hábitos alimenticios tiene un 60% con un nivel alto, mientras el nivel medio un 35% por otro lado con un nivel bajo un 5%, se puede afirmar que los resultados son desfavorables debido al considerar que los alumnos tienen un alto porcentaje con respecto a inadecuados hábitos alimenticios.

GRAFICO N° 3

El nivel de incidencia a sobrepeso del factor actividad física en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25

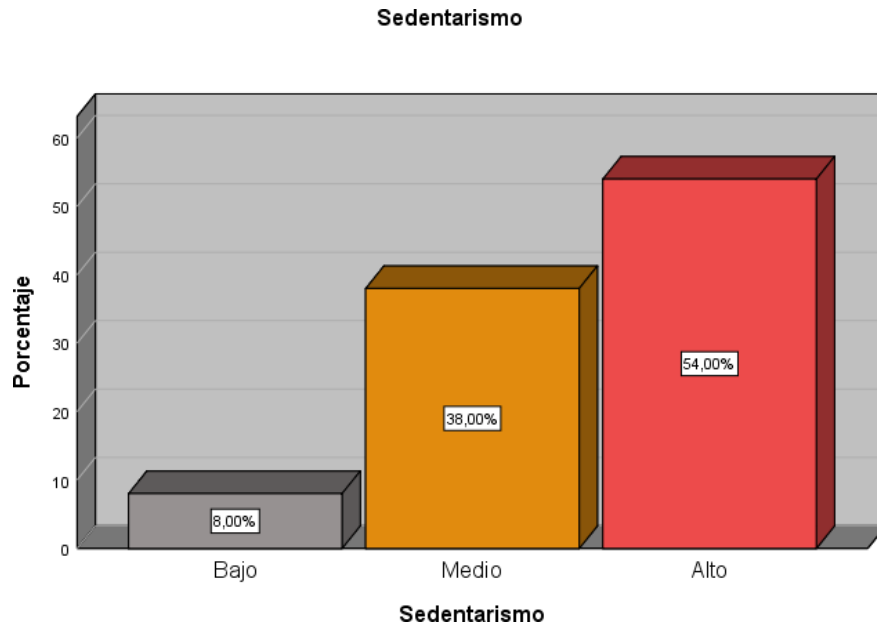


Fuentes: Encuesta aplicada a los estudiantes de 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25

Interpretación: Según los resultados obtenidos se puede observar en el presente grafico el nivel de incidencia a sobrepeso del factor actividad física tiene un 48% con un nivel alto, con un nivel medio un 34% y un con un nivel bajo un 18%, es decir se puede afirmar que los estudiantes están en un nivel alto de actividad física.

GRAFICO N° 4

El nivel de incidencia del factor sedentarismo en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25



Fuentes: Encuesta aplicada a los estudiantes de 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N° 25

Interpretación: En el presente grafico el nivel de incidencia a sobrepeso del factor sedentarismo tiene un 54% con un nivel alto, con un nivel medio un 38% y un con un nivel bajo un 8%, es decir se puede afirmar que los resultados son desfavorables, debido a que los estudiantes llevan una vida sedentaria.

IV. DISCUSION:

El sobrepeso en niños y adolescentes a nivel mundial está creciendo de y tristemente en nuestro país existe altas incidencia de casos porque ocupa el tercer puesto a nivel Latinoamérica en presentar casos de obesidad y sobrepeso, después de países como México y Chile, la existencia de obesidad entre los menores peruanos de 5 y 9 años es de 14.8%, esta enfermedad es un problema de salud pública que como consecuencia trae individuos padeciendo hipertensión, cáncer, diabetes y enfermedades cardiovasculares.

Es por esta razón que en la presente investigación se planteó el objetivo de determinar el factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del C.E Fe y alegría N° 25 febrero 2019, por lo que es importante saber si los adolescentes tienen factores predominantes que incide al desarrollo de sobrepeso en la actualidad.

Los hallazgos que se lograron en el factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso, obtuvieron un 55% presentan en malos hábitos alimenticios. Según dimensiones en el caso de hábitos alimenticios con un nivel alto (60%), respecto a la dimensión de actividad física presenta un nivel alto (48%), así mismo en la dimensión de sedentarismo presenta un nivel alto (54%).

En concordancia con Ríos ⁽¹⁰⁾ cuyos resultados fueron que los niños del sexo masculino tienen grado I de obesidad con un 59%, la familia no come en casa hasta dos veces a la semana, y se trasladan en carro con 59%, miran la televisión como cuatro horas 59%, con un 67% se demostró que solo hacen menos de una hora y con un 54% tiene familia nuclear.

A diferencia de Fasanando ⁽¹³⁾ cuyo resultado fue que los estudiantes no presentan sobrepeso ni obesidad relacionada con la práctica de actividad física debido a la gran proporción de adolescentes llevan una vida sedentaria y falta de actividad física que los hace propensos a desarrollar algún tipo de enfermedad crónica por lo expuesto los resultados no tuvieron concordancia con lo de nuestro estudio.

En concordancia con Aguilar ⁽¹²⁾ cuyo resultado que se puede observar sobre la obesidad y sobrepeso de alumnos con un porcentaje de 55,37%. Los alumnos que padecen obesidad solo hacen dos horas de actividad física durante la semana se dio con un porcentaje de 71,5% y

por debajo de 3 horas de ejercicios fuera de la escuela con un 73,9%, donde se refleja que miran mucha televisión con un 80%.

A diferencia con Villalobos ⁽⁹⁾ cuyo El resultado que se puede observar que el 70.8% tiene sobre peso teniendo entre 10 a 16 años. El 82% cursaba del 1° al 5° grado. Predominó el sexo femenino con un 54%, y del sexo masculino un 46%. La prevalencia de sobrepeso fue 26.8%. Hubo asociación de sobrepeso con actividad física sedentaria.

Esto se atribuye posiblemente a que el profesional de salud pública no se abastece para una adecuada promoción y prevención, también tiene implicación el financiamiento que se brinda al personal de salud, la mayoría de adolescentes muchas veces dejan de ir a los centros de salud y solo acuden a este cuando sufren alguna dolencia , estos no asisten a controles para poder saber si su crecimiento es acorde con su talla o viceversa .A estos se aumenta el desconociendo y una mala orientación, la gran parte de adolescentes desconocen la importancia de una buena alimentación y el ejercicio físico .Pero por otro lado cabe la necesidad de que el personal de salud responsable de áreas de promoción y prevención sesiones educativas sobre una adecuada alimentación saludable y ejercicio físico.

V. CONCLUSIÓN:

1. A través de esta investigación se puede demostrar que el factor con mayor porcentaje a la incidencia a desarrollar sobrepeso es el factor hábitos alimenticios, cuyos resultados son significativos, se puede afirmar que los estudiantes tienen malos hábitos alimenticios.
2. Según los resultados obtenidos con respecto al factor hábitos alimenticios tuvo un porcentaje significativo el nivel alto. El cual demuestra que los estudiantes del C.E Fe y Alegría N^o 25, tienen malos hábitos alimenticios.
3. En cuanto al factor actividad física se obtuvieron resultados con un nivel de alto porcentaje.
4. Por otro lado, el factor sedentarismo también muestra resultados significativos puesto que al sumar ambos porcentajes entre alto y medio, se puede afirmar que los resultados son desfavorables, debido a que los estudiantes llevan una vida sedentaria.

VI. RECOMENCIONES:

- A el director y profesores se les recomienda desarrollar programas educativos dirigidos a los padres de familia y alumnos en general con la finalidad de fomentar cambios positivos de estilos de vida y alimentación saludable.
- A los padres de familia se les recomienda realizar consejería sobre consumo de alimentos saludable, así como de un estilo de vida saludable en el adolescente afín de prevenir desordenes en su alimentación.
- A los adolescentes se les recomienda que realicen actividad física a fin de incentivar hábitos de vida saludable.
- Se recomienda la participación tanto de padres de familia como de los profesionales que laboran en dicha institución en los programas y actividades orientadas a la prevención de sobrepeso- y promoción de estilos de vida y alimentación saludable.
- Se debe considerar continuar realizando estudios relacionados al sobrepeso con el fin de lograr mayores evidencias que permitan una intervención oportuna, además fomentar la prevención y el control de los factores de riesgo.

- **Referencias:**

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso. [Internet]. Sitio web mundial: Centro de prensa; 2019 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. Organización Panamericana de la Salud. La obesidad entre los niños y los adolescentes se ha multiplicado por 10 en los cuatro últimos decenios. [Internet]. Sitio web mundial: Centro de prensa; 2017 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13798:obesity-trends-by-imperial-college-london-and-who-2017&Itemid=42457&lang=es
3. Organización Mundial de la Salud. La obesidad entre los niños y los adolescentes se ha multiplicado por 10 en los cuatro últimos decenios. [Internet]. Sitio web mundial: Centro de prensa; 2017 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13801:obesity-trends-by-imperial-college-london-and-who-2017&Itemid=135&lang=es
4. Atalah E. Epidemiología de la obesidad en Chile. Revista Médica Clínica Las Condes [revista en internet] 2017 marzo. [citado 22 de agosto de 2019]; edición Elsevier. Recuperado a partir de: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-epidemiologia-obesidad-chile-S0716864012702870>
5. Ministerio de Salud. La Semana de Lucha contra la Obesidad. [Internet]. Lima: Minsa, 2017. [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://www.minsa.gob.pe/Especial/2017/obesidad/index.asp>
6. E. C. Lima lidera cifras en nivel de sobrepeso y obesidad a nivel nacional. El Comercio [revista en internet] 2017 junio. [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://elcomercio.pe/lima/sucesos/lima-lidera-cifras-nivel-sobrepeso-obesidad-nivel-nacional-428553>
7. Vanegas M. Prevalencia y Factores Asociados al Sobrepeso en estudiantes de secundaria, Colegio de Cuenca [tesis para el título de magister en enfermería]. Ecuador: Universidad De Cuenca; 2018 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26963/1/TESIS.pdf>

8. Vallejo J. Sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria [tesis para el título licenciada en nutrición]. México: Universidad Autónoma del Estado de México; 2017 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.17799/32279/merged.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
9. Villalobos T. Estilos de vida y factores de riesgo asociados al sobrepeso y obesidad en adolescentes en España [tesis para el título licenciada en enfermería]. Madrid: Universidad Complutense de Madrid; 2016 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://eprints.ucm.es/36184/1/T36929.pdf>
10. Ríos E. Factores familiares asociados al sobrepeso en los estudiantes de secundaria de UMF61 [tesis para el título licenciada en nutrición]. Colombia: Universidad Autónoma del Estado de Colombia; 2016 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://cdigital.uv.cb/bitstream/handle/123456789/42257/RiosGuzmanEnrique.pdf;jsessionid=70A9E4DEBBE2A30EBE4E4AA04977CD2D?sequence=1>
11. Cofre C. El problema del sobrepeso y la obesidad infantil y sus interacciones con la actividad física, el sedentarismo y los hábitos nutricionales en Chile [tesis para el título licenciada en enfermería]. Chile: Universidad de Granada; 2015 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://hera.ugr.es/tesisugr/25289007.pdf>
12. Aguilar R. Prevalencia y factores de riesgo para sobrepeso y obesidad en escolares de educación secundaria de colegios estatales del distrito Gregorio Albarracín Lanchipa [tesis para el título de licenciada en enfermería]. Tacna: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2018 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/260>
13. Fasanando L. Factores de riesgo a sobrepeso y obesidad en los alumnos del primer y segundo grado de secundaria de la institución educativa parroquial padre abad-tingo maría [tesis para el título de licenciada en enfermería]. Tingo María: Universidad De Huánuco; 2017 [citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/1038;jsessionid=7E8D281D09DC7E7201ED90C0DB58B355>

14. Izquierdo H. Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los estudiantes de secundaria de un centro educativo público [tesis para el título de licenciada en enfermería]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2017[citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/3712/1/RE.HAROL.IZQUIERDO_SOBREPESO.Y.OBESIDAD_DATOS.PDF
15. Rodríguez D. “Factores relacionados con el sobrepeso u obesidad, en estudiantes de secundaria en una institución privada en barranquilla [tesis para el título de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad Peruana Unión; 2017[citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/366>
16. Durán A. Factores asociados al sobrepeso de los estudiantes del primer grado de secundaria de la institución educativa Teresa González de Fanning, Jesús María [tesis para el título de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad César Vallejo; 2017[citado 22 de agosto de 2019]. Recuperado a partir de: http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/12778/Dur%C3%A1n_AAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. De Lamater J. El sobrepeso y la obesidad en las adolescentes. Mc Graw Hill. México: mexicana; 2006. p. 170 – 300.
18. Romero P. Hábitos alimenticios. Rep. Costa Rica: Ed. San Luis; 2010. p. 100 – 102.
19. Carrera R Alimentación en los adolescentes. Mexico: Ed. MEX; 2004. p. 19 – 25.
20. García P. Fundamentos de Nutrición. Mc Graw Hill. Costa Rica: Ed. San José; 2004. p. 190 – 210.
21. Vázquez E. Mingote B. La actividad física en los adolescentes: Un valor para crecer y vivir sanos. Madrid: Ed. Diaz de Santos; 2000. p. 10 – 58.
22. Zapata C. Actividad Física. Ed. España: Madrid; 2011. p. 15 – 20.
23. De la Cruz J. Los adolescentes y la actualidad. Chile: Santiago. Primera edición; 2000. P. 25 – 30.
24. Montero Y. Televisión, valores y adolescencia. Estudios de televisión. Barcelona: Ed. Gedisa; 2006.
25. Moreno A. Los seres humanos y los cambios de vida. Mc Gree. México: Ed. Rich; 2001. p. 10 – 25.

26. Rodríguez J. Psicopatología del niño y del adolescente. Segunda edición. España: Sevilla; 1998.
27. Orozco M. Raimundo C. Redes sociales, infancia, familia y comunidad. Ed Barranquilla. Colombia; 2014.
28. Redondo C. García M. Atención al adolescente. Universidad de Cantabria. España: Publican; 2008. p. 170 – 400.
29. Potter P. Perry A. Fundamentos de enfermería. Octava edición. España: Elsevier; 2015. p. 124 – 205
30. Hernández R. Fernández C. Baptista P. Metodología de la investigación. Sexta edición. México: Mc Graw Hill Education, 2014. p. 468 – 528.

ANEXOS

ANEXO 1: VALIDACIÓN

Señor: Dr.

Asunto: Validación de instrumentos a través de juicio de expertos.

Me es muy grato comunicarme con usted para expresarle mis saludos y asimismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante de la escuela de Enfermería la UCV, en la sede de San Juan de Lurigancho, promoción 2019, requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para poder desarrollar mi proyecto investigación.

El título del proyecto de investigación es: Factores asociados al Sobrepeso de los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 Febrero 2019 y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en tema de enfermera, educación y/o investigación.

El expediente de validación, que le hago llegar contiene lo siguiente:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.
- Protocolo de evaluación del instrumento

Expresándole mis sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente

Firma

Mamani Palle, Roxana Regina

D.N.I:

ANEXO 2: CONFIABILIDAD

DETERMINACIÓN DE LA CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO ALFA DE CRONBACH

A partir de las varianzas, el alfa de Cronbach se calcula así:

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

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.

CONOCIMIENTO

Alfa de Cronbach	Nº de elementos
0.831	33

EL INSTRUMENTO ES CONFIABLE

FACTORES ASOCIADOS AL SOBREPESO

ANEXO 3: ESCALA DE ESTANINOS

Donde:

$$x = \text{Media} \rightarrow 17$$

$$s = \text{Desviación Estándar} \rightarrow 47.2$$

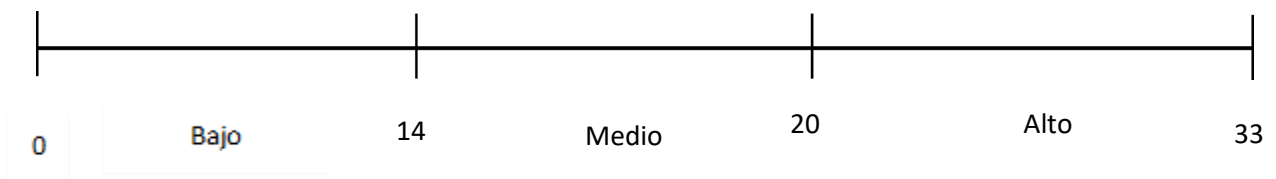
$$\text{min} = \text{Mínimo} \rightarrow 0$$

$$\text{máx.} = \text{Máximo} \rightarrow 33$$

Calculando:

$$a = x - 0.75 (s) = 17 - 0.75 (47.2) = 18.4$$

$$b = x + 0.75 (s) = 17 + 0.75 (47.2) = 52.4$$



Min - a = Nivel bajo

A+1 - b = Nivel medio

b+1 - Max = Nivel alto

Reemplazando:

14 = Bajo

20 = Medio

33 = Alto

ANEXO 4:

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Factores asociados al Sobrepeso de los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 febrero 2019						
Problemas	Objetivos	Variables e Indicadores				
		Variable: Sobrepeso				
		Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Rango
<p>Problema general: ¿Cuál es el factor predominante que incide al sobrepeso en los alumnos del 2ºdo de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25?</p> <p>Problema específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el nivel de incidencia del factor hábitos alimenticios en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25? • ¿Cuál es el nivel de incidencia del factor sedentarismo en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25? • ¿Cuál es el nivel de incidencia del factor actividad física en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25? 	<p>Objetivo general: Determinar el factor predominante que incide al desarrollo de sobrepeso en los alumnos de 2do secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 febrero 2019.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de incidencia del factor hábitos alimenticios en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 • Identificar el nivel de incidencia del factor sedentarismo en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 • Identificar el nivel de incidencia del factor actividad física en los alumnos del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 	Hábitos alimenticios	Consumo de vegetales y legumbres	1, 2, 3	Siempre A veces Nunca	Alto (21-33) Medio(15-20) Bajo (0-14)
			Consumo de frutas	4, 5, 6		
			Consumo de carnes y pescado	7, 8, 9		
			Consumo de lácteos y sus derivados	10, 11, 12		
			Consumo de comida rápida y golosinas	13, 14, 15		
		Actividad física	Tipos de actividad física	16, 17, 18	Siempre A veces Nunca	Alto (21-33) Medio(15-20) Bajo (0-14)
			Frecuencia de actividad física	19, 20, 21		
			Duración de actividad física	22, 23, 24		
		Sedentarismo	Televisión	25, 26, 27	Siempre A veces Nunca	Alto (21-33) Medio(15-20) Bajo (0-14)
			Computadora (redes sociales)	28, 29, 30		
			Videojuegos	31, 32, 33		

<p style="text-align: center;">Tipo y diseño de investigación</p>	<p style="text-align: center;">Población y muestra</p>	<p style="text-align: center;">Técnicas e instrumentos estadística descriptiva e inferencial</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque: Cuantitativo • Nivel: Descriptivo • Corte: Transversal • Diseño: No experimental 	<ul style="list-style-type: none"> • Población: La población está constituida por 100 estudiantes del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 • Muestra: La población total elegida para el estudio, fue el 100% de estudiantes del 2do de secundaria del C.E Fe y Alegría N0 25 	<ul style="list-style-type: none"> • Variable 1: Sobrepeso • Técnica: Encuesta • Instrumento: Cuestionario

ANEXO 5:**CONCORDANCIA ENTRE LOS JUECES EXPERTOS SEGÚN LA PRUEBA BINOMIAL**

Cuestionario de FACTORES ASOCIADOS AL SOBREPESO

ITEM S	JUECES					TOTAL DE ACUERDOS	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

$$P = 0.96875/31 = 0.03125$$

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 Binomial aplicada. Por lo cual $p = 0.03$

ANEXO 6:

CUESTIONARIO DE 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 sobrepeso, de la información que se comparta será de uso estrictamente confidencial. Le agradecemos anticipadamente, su valiosa colaboración.

II. DATOS GENERALES:

a. Edad:

b. Sexo: Masculino: () Femenino: ()

c. Grado:

Lea detenidamente y marque con una "x" la respuesta correcta.

Dimensión: Hábitos alimenticios		Siempre	A veces	Nunca
1.	¿Con que frecuencias comes verduras?			
2.	¿Consumes vegetales de color verde (espinacas, lechuga, etc.)?			
3.	¿Consumes vegetales de color rojo (cebollas, tomates, etc.)?			
4.	¿Con que frecuencias comes frutas?			
5.	¿Consumes frutas rojas (manzana, fresas, etc.)?			
6.	¿Consumes frutas amarillas (plátano, mango, etc.)?			
7.	¿Con que frecuencia comes pollo?			
8.	¿Con que frecuencia comes pescado?			
9.	¿Con que frecuencia comes carnes?			
10.	¿Con que frecuencia consumes bebidas lácteas (leche o yogurt)?			
11.	¿Con que frecuencia consumes queso?			
12.	¿Con que frecuencia consumes mantequilla?			
13.	¿Con que frecuencia consumes frituras?			
14.	¿Con que frecuencia consumes comida rápida (KFC, McDonald's, etc.)?			
15.	¿Con que 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 que 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 días de clases?			
30.	¿Sueles jugar en la computadora en los fines de semana?			
31.	¿Permaneces más de 3 horas en los videojuegos?			
32.	¿Sueles jugar en los videojuegos en días de clases?			
33.	¿Sueles jugar en los videojuegos en los fines de Semana?			

ANEXO 7:



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

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: FLORES YANCAY ESTIA 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.


FLORES YANCAY ESTIA
RESPONSABLE EXPERTO INFORMANTE
C.E.P. 25429
Firma del Experto Informante.
Especialidad

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

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: DOÑA BRUCEÑO SANCHEZ DNI: 07134641
Especialidad del validador: ANÁLISIS Y DEPTAS

- 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



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Observaciones: Corregir el ítem de factor biológico.
Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [X] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: José Aivalo Ipanagué DNI: 40288982

Especialidad del validador: Enfermería 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]
Firma del Experto Informante.
Especialidad



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Certificado de validez de contenido del instrumento

Observaciones: _____

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

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Lic. Sonia Llanos Huaman DNI: 4039013

Especialidad del validador: Salud Pública

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

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

[Firma]
Firma del Experto Informante.
Especialidad



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 Rojas Jesus Rifo DNI:.....

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

...02...de...09...del 2019.


D^o JESUS MONTERO ROJAS
EXPERTO EN CALIFICACIÓN DE INSTRUMENTOS
CEP 55361 - REC 7646

Firma del Experto Informante.
Especialidad

"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

San Juan de Lurigancho, 17 de julio del 2019

CARTA N° 078-2019-CP ENF/UCV-LIMA ESTE

Jorge Mallea Mamani
Director
C.E. Fe y Alegría N° 25

De mi mayor consideración

La que suscribe, la Mg. Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Cesar Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a los Investigadores (a) **Mamani Palle Roxana Regina** dni N° 42841073 y Código Universitario N° 6500067028, 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 Protocolo de Investigación (tesis) Titulado "FACTORES ASOCIADOS AL SOBREPESO EN LOS ALUMNOS DEL 2DO DE SECUNDARIA DEL C.E FE Y ALEGRIA N° 25 - 2019".

Por lo cual, solicitamos a usted, conceda la autorización del Campo de Investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercuta positivamente en la salud de la población y/o a la especialidad de enfermería.

Adjunto: Proyecto de Investigación por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.



Mg. Luz María Cruz Pardo
Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería
Universidad César Vallejo-Lima Este



17-07-19

Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.



ucv.edu.pe