



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA“SAN VICENTE PAÚL”**

**TÍTULO:**

**INCIDENCIA DE OBESIDAD EN NIÑOS DE EDAD ESCOLAR DEL  
CURSO 4TO B DE BÁSICA DE LA ESCUELA PARTICULAR  
N°276 “CORAZÓN DE MARÍA” DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL.**

**AUTORES:**

**Naula Llangari Ana Del Rocío  
Ponce Larreategui José Luis**

**LICENCIADO/DA EN ENFERMERIA**

**TUTORA:**

**Lic. Fanny Ronquillo de León Mg.**

**Guayaquil, Ecuador**

**2015**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE PAÚL”**

## **CERTIFICACIÓN**

Certificamos que el presente trabajo fue realizado en su totalidad por Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis, como requerimiento parcial para la obtención del Título de Licenciado/da en Enfermería.

### **TUTOR (A)**

\_\_\_\_\_  
**Lcda. Fanny Ronquillo de León Mg.**

### **REVISOR(ES)**

\_\_\_\_\_  
**(Nombres, apellidos)**

\_\_\_\_\_  
**(Nombres, apellidos)**

### **DIRECTOR DE LA CARRERA**

\_\_\_\_\_  
**Lcda. Ángela Mendoza De Vinces Mg.**

**Guayaquil, a los 16 del mes de Marzo del año 2015**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE PAÚL”**

## **DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

**Yo, Karla Amada Chambers Quiros**

### **DECLARO QUE:**

El Trabajo de Titulación **“INCIDENCIA DE OBESIDAD EN NIÑOS DE EDAD ESCOLAR DEL CURSO 4TO B DE BÁSICA DE LA ESCUELA PARTICULAR N°276 “CORAZÓN DE MARÍA” DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL”** previa a la obtención del Título de **“Licenciado/da en Enfermería”**, ha sido desarrollado en base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico del Trabajo de Titulación referido.

**Guayaquil, a los 16 del mes de Marzo del año 2015**

### **AUTORES**

---

**Naula Llangari Ana Del Rocío**

---

**Ponce Larreategui José Luis**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE PAÚL”**

## **AUTORIZACIÓN**

**Yo, Karla Amada Chambers Quiros**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación: **“INCIDENCIA DE OBESIDAD EN NIÑOS DE EDAD ESCOLAR DEL CURSO 4TO B DE BÁSICA DE LA ESCUELA PARTICULAR N°276 “CORAZÓN DE MARÍA” DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL”**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

**Guayaquil, a los 16 del mes de Marzo del año 2015**

## **AUTORES**

---

**Naula Llangari Ana Del Rocío**

---

**Ponce Larreategui José Luis**

## **AGRADECIMIENTO**

**A Dios, creador de todas las cosas, por darnos la vida, salud, inteligencia y fortaleza para seguir adelante a alcanzar nuestras metas. A nuestros padres por cada uno de sus consejos dados, que sin su apoyo no estaríamos donde estamos.**

**A la Universidad Católica De Santiago De Guayaquil, que ha abierto sus puertas, quienes en sus aulas se han forjado los conocimientos para ser los mejores profesionales competentes y que necesita nuestra patria.**

**A nuestros profesores a quienes les debemos nuestros conocimientos y tan atesoradas enseñanzas compartidas.**

**Gracias a todas las personas que nos supieron guiar en nuestro proyecto, salir adelante y ser un ejemplo para los demás.**

**Gracias Totales**

## **AUTORES**

---

**Naula Llangari Ana Del Rocío**

---

**Ponce Larreategui José Luis**

## **DEDICATORIA**

**Quiero dedicarle este proyecto a Dios por guiar cada paso que doy, a mis padres, abuela, y familiares en general, por su motivación, alegría y fortaleza en mi carrera estudiantil y en todo lo que realizo a diario. También le agradezco a aquella persona muy especial que me ha sabido brindar su apoyo de manera incondicional. Dios bendícelos cuídalos y protégelos en cada paso que den.**

---

**Ponce Larreategui José Luis**

## **DEDICATORIA**

**Le dedico este trabajo a mi familia, amigos, y a mí mismo por haber soportado, atravesando adversidades que no pudieron flaquear mi convicción de llegar a ser una profesional. Especialmente a aquella persona que me supo brindar su apoyo incondicional en aquellos momentos.**

---

**Naula Llangari Ana Del Rocío**

## **TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN**

---

Lic. Fanny Ronquillo de León Mg.  
PROFESOR GUÍA Ó TUTOR

---

(NOMBRES Y APELLIDOS)  
PROFESOR DELEGADO



**UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA “SAN VICENTE PAÚL”**

**CALIFICACIÓN**

---

**Lic. Fanny Ronquillo de León Mg.  
PROFESOR GUÍA Ó TUTOR**

# ÍNDICE GENERAL

<b>Contenido</b>	<b>Pág.</b>
Portada	I
Certificación	II
Declaración de responsabilidad	III
Autorización	IV
Agradecimiento	V
Dedicatoria	VI
Calificación	VII
Índice General	VIII
Índice de Cuadros	IX
Índice de Gráficos	X
Resumen	XI
Abstract	XII

Introducción	1
--------------	---

## CAPÍTULO I

Planteamiento del problema	3
Justificación	6
Objetivos	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos	8
Variables generales y operacionalización	9
Diseño de la metodológico	12

## **CAPÍTULO II**

Marco conceptual	14
Obesidad	14
Expendio en los bares	17
Valoración nutricional	19
Estado nutricional	21
Alimentación	22
Nutrición	23
Alimentación del niño/a escolar	25
Requerimientos nutricionales y desarrollo	26

## **CAPÍTULO III**

### **PRESENTACIÓN Y ANALISIS DE RESULTADOS**

Presentación y análisis de la ficha de observación aplicada a niños de 4to año “B” Escuela particular Corazón de Caría	30
Encuesta aplicada a padres de alumnos del 4to año sección “B” Escuela Particular Corazón de María	47
Resultados de las encuestas	57

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

Conclusiones	59
Recomendaciones	61
Bibliografía	62
Anexos	65

## ÍNDICE DE CUADROS

<b>No.</b>	<b>Detalle</b>	<b>Pág.</b>
1	Variable Independiente	9
2	Variable Dependiente	11
3	Alimentos que forman parte de la dieta en los seres humanos	27
4	Resultados obtenidos de la investigación de campo	57

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>No.</b>	<b>Detalle</b>	<b>Pág.</b>
1	Género	30
2	Edad del niño(a)	31
3	Peso del niño(a)	32
4	Altura del niño(a)	33
5	Índice de masa corporal del niño(a)	34
6	Comida en el desayuno	35
7	Comida en el almuerzo	36
8	Comida en la merienda	37
9	Consumo de alimentos entre comidas	38
10	Cantidad de golosinas consumidas al día	39
11	Comida que consume en el recreo	40
12	Consumo de papas fritas, hamburguesas, pizzas, hot-dog	41
13	Comida favorita	42
14	Bebida favorita	43
15	Consumo de galletas, cake, dulces, caramelos, chocolates	44
16	Consumo de golosinas en el bar de la escuela	45
17	Práctica de ejercicios o deportes	46
18	Tipo de familia	47
19	Encargado de la cocina en la casa	48
20	Alimentos que consume con frecuencia en la casa	49
21	Bebida preferida en el hogar a la hora de las comidas	50
22	Número de comidas diarias	51
23	Come su hijo entre comidas	52

24	Cuántas veces lleva a su hijo a comer en locales de comidas rápidas	53
25	Frecuencia cocina comidas con alimentos fritos	54
26	Qué alimentos forman parte del lunch de su hijo (a)	55
27	Con qué frecuencia hace ejercicios su hijo (a)	56

## RESUMEN

La obesidad es uno de los problemas de salud pública que ha tenido un gran crecimiento en la población infantil, a nivel nacional se sitúa con una tasa de crecimiento del 5%, por ello las autoridades sanitarias le están dando la importancia necesaria, más aún cuando causaron enfermedades hipertensivas que fueron las principales causas de mortalidad en el país, por ello se formuló como objetivo principal, identificar y analizar las razones por las cuales existen incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4<sup>TO</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil. Para ello se aplicó una metodología descriptiva, transversal y cuantitativa, con el uso de la encuesta a los estudiantes y a los padres de familia de la Unidad educativa en mención, con lo cual se pudo verificar los siguientes hallazgos: la población mayoritaria de niños consume leche (52%) y pan (24%) en el desayuno, en el almuerzo comen sopa (80%) y arroz (20%), en la merienda consumen arroz con frituras (84%), el 52% comen todos los días entre comidas, además el 72% come una a dos veces dulces y/o golosinas durante el día en la escuela o en las tiendas cercanas a su casa, también comen papas fritas (16%), golosinas en fundas (20%), colas (4%), helados y bolos (4%), 44% tienen malos hábitos alimenticios, porque consumen alimentos procesados y comidas chatarras que contienen altas cantidades de azúcares y grasas, 1 a 2 veces a la semana, siendo su bebida preferida la cola en el 76% de los casos, mientras que 72% no practican actividad física, contribuyendo ello también a que haya mayor incidencia de obesidad.

**Palabras claves:** Incidencia, Obesidad, Edad, Escolar.

## ABSTRACT

Obesity is one of the public health problems that has had tremendous growth in children, not only nationally where it stands with a growth rate of 5%, but in the whole world, why health authorities will they are giving the necessary importance, especially when caused hypertensive diseases were the leading causes of death in the country, so it was formulated as main objective to identify and analyze the reasons why there incidence of obesity in schoolchildren course Basic 4TH B of the Special School No. 276 "Heart of Mary" in the city of Guayaquil. It is descriptive, transversal and quantitative methodology, using the survey to students and parents in the educational unit in question, which could be verified applied the following findings: the majority population of children consume milk (52%) and bread (24%) at breakfast, at lunch eat soup (80%) and rice (20%), at snack eaten fried rice (84%), 52% eat every day between meals, plus 72% eat once or twice sweets and / or snacks during the day at school or in stores near your home, they also eat fries (16%), treats in cases (20%), tails (4%), ice cream and bowling (4%), 44% had poor eating habits, because they consume processed foods and junk foods that contain high amounts of sugar and fat, 1-2 times a week, with your favorite beverage line at 76% of cases, while 72% did not do physical activity, thereby contributing also to have higher incidence of obesity.

**Keywords:** Incidence, Obesity, Age, School.

## INTRODUCCIÓN

La malnutrición no solo está referida a los problemas de desnutrición o bajo peso, sino también a otros factores que pueden afectar la salud de las personas, como es el caso de la obesidad y el sobrepeso, delimitándose la problemática de la investigación en el tópico de la obesidad que puede ocasionar a su vez, diversas patologías asociadas a las enfermedades hipertensivas y cardiovasculares.

En el Ecuador, las estadísticas del INEC y del Ministerio de Salud Pública, evidenciaron la prevalencia de la hipertensión arterial y la diabetes como principales causas de mortalidad en la población femenina y masculina a nivel nacional, de allí la importancia que tiene el análisis de la obesidad en la población infantil, donde está creciendo a nivel del continente y de la región latinoamericana.

Por esta razón se planteó como objetivo de la investigación, conocer la incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4TO B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.

El objetivo general de la investigación se alcanzó a través del desarrollo de los respectivos capítulos donde se pudo verificar el cumplimiento de los objetivos específicos: determinar el porcentaje de niños obesos en el cuarto curso “B”; establecer edad, peso, talla y perímetro abdominal en niños obesos de edad escolar; identificar los hábitos alimenticios de padres o familiares de los niños del cuarto curso “B” y describir los estilos de vida de los niños obesos.

Se tomó datos de estudios de años pasados que versaron acerca de la obesidad, para referenciar los antecedentes investigativos, los cuales

también tuvieron su apoyo en los criterios científicos de reconocidos autores, expertos en el área de la nutrición y salud, cuyas teorías fueron de gran utilidad en el desarrollo del marco conceptual.

Se aplica para el desarrollo de la presente investigación la metodología con enfoque cuantitativo y cualitativo, de tipo descriptivo y transversal, bajo el uso de la técnica de la encuesta y el instrumento de la ficha de observación a los estudiantes para la recolección de datos en la muestra poblacional seleccionada.

Los hallazgos que se obtengan posterior al desarrollo de la investigación bibliográfica y de campo, se convertirán en un aporte para la comunidad beneficiaria, que en este caso son los niños de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil, así como para el personal de enfermería que realice la labor investigativa en sus respectivas unidades académicas o en sus puestos de trabajo.

# CAPÍTULO I

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La obesidad es un problema de salud pública que denota una cantidad de grasa considerable en el cuerpo humano que aumenta a su vez la masa corporal de una manera exorbitante, constituyéndose en un estado donde puede verse afectada la salud de la persona obesa.

La Organización Mundial de la Salud (2014) señala que desde 1980 hasta el 2010, se dobló la cantidad de obesos a nivel mundial, representando en este último periodo 1.400 millones de adultos, de los cuales las mujeres representaban cerca del 60% y los hombres algo más del 40%, inclusive en el 2013 se constató que 42 millones de niños de hasta cinco años de edad tenían sobrepeso y un buen porcentaje padecían de obesidad. (OMS, 2014).

El impacto de la obesidad en niños y adolescentes se mide tanto por las consecuencias patológicas que presenta en el momento presente, así como las complicaciones que presentan en etapas posteriores con la edad, esto debido a que un 80% de los adolescentes con obesidad, se convierten en adultos con obesidad (Kibbe y Offner, 2003).

Una de los paradigmas de la obesidad que ya se ha roto, es que en la actualidad no sólo los países desarrollados tienen altos porcentajes de obesidad, sino que esta enfermedad también es un problema de Salud Pública en los países subdesarrollados como es el caso de Latinoamérica, región donde se ha notado un incremento considerable de esta epidemia.

Al respecto la Organización Panamericana de la Salud (2014) ha manifestado que la obesidad causa más de 2,6 millones de personas a nivel mundial, por ello la OPS ha hecho hincapié en que la obesidad puede

ocasionar diabetes la cual se incrementó en una tasa del 150% en América Latina, esperando que pase de 13,3 millones que tuvo en el 2000 a 32,9 millones en el 2030, así por ejemplo México considera que la obesidad duplicó los costos de atención a los pacientes desde el 2010 hasta el 2013, estimándose que ha sido la causa del fallecimiento de unos cinco millones de personas en Latinoamérica, debido a que países Venezuela, Argentina y Chile tienen hasta el 30% de obesidad.

El Ministerio de Salud Pública (2013), en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut 2011 – 2013) revelan que 5'558.185 ecuatorianos sufren de sobrepeso u obesidad, de los cuales el 29,9% de menores de 5 a 11 años está con sobrepeso, siendo Galápagos la provincia con mayor porcentaje de sobrepeso.

En la ciudad de Guayaquil, la obesidad es una epidemia que va en aumento, inclusive afectando a niños de 1 a 10 años, siendo uno de los hallazgos más interesantes, que esta alteración afecta con mayor énfasis a la población femenina, según los reportes del Ministerio de Salud Pública (2013), Dirección Provincial de la provincia del Guayas.

El problema se enfoca en la presencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4<sup>TO</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil, incrementando sus factores de riesgo a padecer desde hipertensión, diabetes, hasta alteración psicosocial provocado por las burlas de sus compañeros, afectándole su autoestima.

En la Escuela Particular N°276 “Corazón de María”, en el cuarto grado de educación general básica, hay 35 alumnos cuyas edades oscilan entre 8 y 9 años de edad, en quienes con la toma de medición de talla y peso efectuada por el departamento de salud del plantel objeto de estudio, se pudo comprobar que siete niños tienen obesidad, es decir, que de acuerdo al

cálculo realizado de su masa corporal, sobrepasan incluso los límites del sobrepeso.

Aunque no se conocen con certeza sus causas, los expertos consideran que la ingesta de comidas con altos niveles de grasas saturadas, exceso de carbohidratos como el arroz, la harina elaborado con trigo y los productos que se derivan de esta materia prima industrial, las comidas rápidas también denominadas como comidas chatarras, son varias de las causales que han contribuido al incremento de las tasas de obesidad en la población de la localidad y a nivel nacional.

A esta realidad se suma que la mayoría de niños en la actualidad pasan bastante tiempo jugando o manejando un equipo de computación, para jugar o navegar en alguna red social, descuidando el ejercicio físico, lo que incrementa el nivel de sedentarismo en los niños, un acontecimiento que se observaba con mayor frecuencia en la población adulta que trabajaba.

### **Preguntas de Investigación**

- ¿Cuáles son las características personales de los niños obesos del 4<sup>TO</sup> B de Básica del plantel en estudio?
- ¿Cuáles son los estilos de vida que llevan a la obesidad en esta etapa infantil?

## JUSTIFICACIÓN

La principal motivación para llevar a cabo la investigación fue porque una de las autoras que trabaja en calidad de Enfermera en este establecimiento de salud, observó un incremento de la obesidad en el plantel, especialmente en los niños de cuarto grado de educación general básica quienes en número de siete presentan obesidad, curso que reporta cuatro niños con sobrepeso y cinco con bajo peso o desnutridos, lo que significa que la obesidad representa el principal factor que está afectando su salud.

La presente investigación constituye un aporte importante para las ciencias de la salud, debido al incremento considerable de la obesidad, por ello el análisis de las razones por las cuales actualmente existe mayor incidencia de esta afección en la población infantil del plantel objeto de estudio, puede tener un impacto significativo para la comunidad beneficiaria.

Por esta razón es de gran importancia para la disciplina de la enfermería medir la incidencia de la obesidad en la población infantil del plantel en estudio, para que los organismos de control estatal y la propia comunidad beneficiaria puedan identificar los riesgos de la salud que pueden atravesar los niños que han adquirido una masa corporal inclusive superior al sobrepeso, de modo que puedan aportar con alternativas que minimicen la incidencia de esta enfermedad en la población infantil.

Con ello, se evidencia que la población infantil del curso 4<sup>TO</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María”, es la principal beneficiaria con el desarrollo de la presente investigación, lo que además será beneficioso para sus padres de familia y para la sociedad en general.

La investigación tiene mucha utilidad para la disciplina de la Enfermería, además que a través del análisis de la incidencia en el universo y muestra

escogido, se puede tener una idea clara de cómo está afectando la obesidad a los estudiantes del curso 4<sup>Tº</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María”, cuyos hallazgos pueden servir como un patrón que contribuya a la toma de decisiones de las autoridades educativas y de salud, para mejorar la situación actual y reducir los indicadores en mención.

Por este motivo, se considera que el presente estudio puede tener implicaciones positivas para los niños que se educan en el plantel en estudio, así como para sus padres de familia y/o representantes legales, e incluso para el sistema de salud pública que está tratando de dar solución al problema de la obesidad en la niñez ecuatoriana, para generar el cumplimiento de los objetivos del Buen Vivir.

Con ello se logra aumentar la literatura teórica acerca de la problemática de la obesidad en la población infantil en edad escolar, lo que será favorable para todos aquellos quienes han investigado e investigarán acerca de esta problemática para disminuir su incidencia a nivel local y nacional.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general**

Conocer la incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4<sup>TO</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil.

### **Objetivos específicos**

- Determinar el porcentaje de niños obesos en el cuarto curso “B”.
- Establecer edad, peso, talla y perímetro abdominal en niños obesos de edad escolar.
- Identificar los hábitos alimenticios de padres o familiares de los niños del cuarto curso “B”.
- Describir los estilos de vida de los niños obesos.

## OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

### Variable: Obesidad en niños de edad escolar

Concepto	Dimensión	Indicadores	Escala	Instrumento	
Enfermedad crónica que se caracteriza por la acumulación de grasas en el cuerpo, entre las causas de la misma se señala la inclinación por ingerir alimentos con abundancia grasa, es decir ingresan al cuerpo con mayor cantidad de calorías de las que el mismo necesita y es capaz de sintetizar	Estado nutricional	Peso y talla	Obesidad Sobrepeso Bajo peso	Encuesta	
	Alimentación en el hogar	Desayuno	Leche		
			Tortillas		
			Té		
			Fruta		
			Pan		
			Galletas		
		Almuerzo	Sopa		
			Arroz		
			Frituras		
			Comidas chatarras		
		Merienda	Otros		
			Arroz		
			Sopa		
			Comida rápida		
			Frituras		
		Entrecomidas	Dulces, golosinas		
			Otros		
			Todos los días		
	Varias veces x semana				
	Bebida preferida	Una vez x semana			
		Varias veces al mes			
		Nunca			
		Colas			
		Jugos envasados			
	Alimentación en la escuela	Consumo de dulces	Agua		
			Jugos naturales		
Helados					
Otros					
Una vez x semana					
Consumo de golosinas en bar escolar		Dos a cuatro x semana			
		Nunca			
		Dos a tres veces al mes			
		Una vez al mes			
Alimento que come en el recreo		Una vez x semana			
		Dos a cuatro x semana			
	Nunca				
	Dos a tres veces al mes				
	Una vez al mes				
	Papas fritas				
	Colas				
	Bolos, helados				
	Cachitos				
	Galletas				
		Golosina en funda			

			Frutas	
	Alimentación en la calle	Consumo de golosinas y dulces	Ninguno	
			Uno	
			Dos	
			Tres	
			Más de cinco	
		Consumo de comida chatarra	Una vez x semana	
			Dos a cuatro x semana	
			Nunca	
			Dos a tres veces al mes	
			Una vez al mes	
		Comida preferida	Papas fritas, hamburguesas.	
			Hortalizas verduras	
	Frutas			
	Huevos o tortillas fritas			
	Pan			
	Otros			
	Actividad física	Ejercicios físicos	Una vez x semana	
			Dos a cuatro x semana	
Nunca				
Dos a tres veces al mes				
Una vez al mes				

Fuente: Propia

Elaborado por: NaulaLlangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

### Variable: Incidencia en el hogar y en la escuela

Concepto	Dimensión	Indicadores	Escala	Instrumento
Razones que contribuyen al incremento de la obesidad infantil en niños en edad escolar	Datos personales	Tipo de familia	Nuclear	Encuesta
			Monoparental 1	
			Monoparental 2	
			Ensamblada	
			Extensa	
	Alimentación en el hogar	Persona que cocina en casa	Mamá o papá	
			Familiar	
			Empleada	
			Otros	
		Alimentos de consumo frecuente en casa	Frutas	
			Comidas rápidas	
			Grano	
			Cereales	
			Lácteos	
			Dulces	
			Cárnicos	
			Sánduches	
			Bebida preferida	
Jugos envasados				
Agua				
Jugos naturales				
Helados				

			Otros	
		Comidas diarias	Tres veces	
			Cuatro veces	
		Entrecomidas	Si	
			No	
			A veces	
	Alimentación en la escuela	Lunch escolar	Leche o yogurt	
			Bebidas envasadas	
			Cola	
			Frituras	
			Dulces	
			Golosinas procesadas	
			Ninguna	
Consumo de frituras	Siempre			
	A veces			
	Rara vez			
	Alimentación en la calle	Consumo de comida chatarra	Una vez x semana	
			Dos a cuatro x semana	
			Nunca	
			Dos a tres veces al mes	
			Una vez al mes	
	Comida preferida	Papas fritas, hamburguesas.		
		Hortalizas verduras		
		Frutas		
		Huevos o tortillas fritas		
		Pan		
	Otros			
	Actividad física	Ejercicios físicos	Una vez x semana	
			Dos a cuatro x semana	
Nunca				
Dos a tres veces al mes				
Una vez al mes				

Fuente: Propia

Elaborado por: NaulaLlangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## **DISEÑO METODOLÓGICO**

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo y cualitativo, porque permite realizar el análisis de variables cuantitativas, además de la valoración de las variables con cantidades numéricas y porcentuales, mediante la utilización de la ficha de observación aplicado a los niños y la encuesta aplicada a los padres de familia de la escuela “Corazón de María”; y es cualitativo porque se indican las cualidades referentes a la alimentación que incide en la obesidad de los estudiantes.

Es de tipo descriptiva y transversal, considerándose un periodo de estudio de los niños de curso cuarto B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María” de la ciudad de Guayaquil en el periodo lectivo 2014 – 2015, para realizar la investigación de campo.

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la ficha de observación a los estudiantes y encuestas aplicadas a los padres de familia para identificar las características personales de los niños obesos del cuarto año de básica y reconocer los estilos de vida y alimentación que acostumbran los menores.

El instrumento utilizado fue la ficha de observación que permite recopilar información que permitirá identificar y analizar las razones por las cuales existen incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso seleccionado para la investigación.

El universo de la investigación es de 586 estudiantes de la escuela, mientras la muestra del estudio son 25 alumnos del curso 4TO B de Básica de la Escuela Particular N°276 “Corazón de María”, de edades entre 8 y 9 años, de los cuales 7 son obesos.

Para la recolección de la información se efectuaron los siguientes pasos:

- Se acudió a la escuela Particular No. 276 Corazón de María para solicitar la autorización para realizar la investigación de campo en las instalaciones de la institución educativa, además para citar a los padres de familia de los niños del cuarto año de básica, paralelo "B".
- Se elaboró el formulario de la ficha de observación aplicada a los estudiantes y la encuesta aplicada a los padres de familia.
- Se aplicó los instrumentos de investigación a los padres de familia y estudiantes.

Luego de la aplicación de la encuesta se realizó la tabulación de los resultados, ingresando los resultados en la hoja de cálculo del programa Microsoft Excel, para obtener cuadros y gráficos estadísticos, que serán analizados, para posteriormente efectuar conclusiones y recomendaciones del estudio.

## **CAPÍTULO II**

### **FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL**

#### **MARCO CONCEPTUAL**

##### **OBESIDAD.**

Una vez que se abordó de manera general el tópico de la nutrición y de la alimentación en los niños en edad escolar, se prosigue con la descripción de las teorías generales acerca de la obesidad, que es uno de los tipos de malnutrición que puede adquirir el infante.

Pérez y Oliva (2010) indican que “la obesidad o sobrepeso, causados por el consumo excesivo de alimentos con baja calidad de nutrientes y alta cantidad de grasas y azúcares, perjudiciales para la salud humana, la desnutrición es el déficit de nutrientes, que se diagnostica por el bajo peso y talla del menor, con relación a su edad.”

La obesidad es una enfermedad que se manifiesta por la ganancia de grandes cantidades de masa corporal en el cuerpo humano, debido al consumo de alimentos con altos niveles de grasas saturadas y no saturadas, así como por el exceso en la ingesta de azúcares, que no son debitados debido a la falta de ejercicio físico, por el sedentarismo.

Román, Guerrero y Luna (2011) consideran que “la obesidad es una enfermedad crónica que se caracteriza por la acumulación de grasas en el cuerpo, entre las causas de la misma se señala la inclinación por ingerir alimentos con abundancia grasa, es decir ingresan al cuerpo con mayor cantidad de calorías de las que el mismo necesita y es capaz de sintetizar”.

La persona obesa acumula grandes cantidades de grasas en su organismo, las cuales no son debitadas porque no realiza actividad física, lo que significa que todo lo que se consume se impregna en el organismo, obstruyendo funciones vitales en el organismo humano, como es el caso de la circulación sanguínea, por ejemplo.

Colbert (2009) considera que “la obesidad se la define como el incremento del peso corporal asociado a un desequilibrio en las proporciones de los diferentes componentes del organismo, en la que aumenta fundamentalmente la masa grasa con anormal distribución corporal”.

La acumulación de grasas puede ocasionar enfermedades graves en el ser humano, como por ejemplo la diabetes o la hipertensión arterial, con elevados niveles de colesterol, los cuales pueden ocasionar diversos síntomas como es el caso de las continuas cefaleas, variaciones sustanciales de la presión arterial debido a problemas en la circulación sanguínea, cansancio físico al realizar cualquier actividad física, además que pueden afectar el rendimiento escolar del infante.

Berrios (2010) considera que la obesidad “es una de las enfermedades nutricionales de mayor prevalencia en la edad pediátrica, 25-30% de los niños y adolescentes están afectados. La obesidad se define como la presencia de cantidades excesivas de tejido adiposo en relación a la masa corporal magra”.

Las enfermedades nutricionales actualmente tienen gran prevalencia en la población infantil, no solo en el Ecuador sino en el mundo entero, porque en Estados Unidos alrededor del 5% de los niños y niñas que habitan en sus respectivos Estados, sufrían de obesidad en el año 2012, según el informe de los organismos de salud como es el caso de la OMS, en algunas regiones latinoamericanas también se reportó un crecimiento de los casos de obesidad y sobrepeso, por ejemplo en nuestro país, donde inclusive la tasa

de mortalidad de la diabetes y enfermedades hipertensivas se ubicó como la primera causa de muerte en las mujeres y la segunda en los hombres, respectivamente, de acuerdo a los datos del Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos (INEC).

Jódar, Barrosa, Brun y Nieto (2009) considera que dentro de la clasificación etiológica de la obesidad se encuentra asociada a los síndromes dismórficos con alteraciones genéticas como el de Bardet-Biedl, Laurence-Moon, PraderWilli entre otros. También puede ser secundaria a alteraciones endocrinas; como el hiperinsulinismo, la hipercortisolemia, y el hipotiroidismo.

A pesar que la obesidad puede tener causas genéticas importantes, también es necesario destacar que esta enfermedad causa por agentes exógenos y no endógenos, es decir, ocasionada por los malos hábitos alimenticios, ocupa el mayor porcentaje de los casos de esta enfermedad, especialmente en la población infantil.

Ariza (2009) manifiesta que la persistencia de la obesidad incrementa cuando esta se presenta en determinadas edades, así por ejemplo, menos de un 15% de los niños menores de 1 año que son obesos lo siguen siendo en la edad adulta, un 25% de los niños preescolares, un 50% de los escolares y hasta un 80% de los adolescentes.

Los reportes de los diferentes organismos rectores de la Salud Pública, como es el caso de la OMS y de la OPS, acerca de las causas que contribuyen al incremento de las tasas de malnutrición, especialmente de la obesidad, en el continente americano, manifiestan que el consumo de los alimentos con altos niveles de grasa y azúcares, es la razón principal que está contribuyendo a que tenga lugar este fenómeno, que en la actualidad no solo es un problema para las naciones desarrolladas que abusaron del consumo de alimentos enlatados, sino también de Latinoamérica.

Colbert (2009) considera que “una de las primeras manifestaciones del aumento de la grasa corporal en los niños es la aceleración en la velocidad de crecimiento y esto hace que el diagnóstico de obesidad se tarde hasta grados avanzados de sobrepeso”.

La obesidad está altamente difundida en todos los países pero su prevalencia se ha incrementado significativamente en Europa y América, debido a factores ambientales y culturales, como el aumento en la cantidad de grasa y azúcares refinados utilizados en la preparación de la dieta diaria, aunados a una disminución de las actividades físico-atléticas en niños y jóvenes.

El tratamiento del niño obeso es importante porque estos pacientes suelen sufrir alteraciones orgánicas, como intolerancia a los carbohidratos, hiperinsulinemia, hipercolesterolemia, hipertensión o una menor liberación de GH que, con el tiempo se traducirán en enfermedades que acortaran su sobrevivencia.

Una razón que con frecuencia se aduce en contra del tratamiento del niño obeso es que se piensa que dejará de serlo espontáneamente al llegar a la edad adulta; sin embargo, la realidad es diferente, pues dependiendo del momento de inicio de la obesidad y de la gravedad de la misma, se incrementará el riesgo de obesidad adulta. Cuando la obesidad se inicia entre los seis meses y siete años de vida el porcentaje de los que seguirán obesos en la edad adulta será de hasta 40%, en tanto que cuando la obesidad comienza entre los 10 y 13 años, las probabilidades son de hasta el 70%.

## **Expendio en los bares.**

El expendio en los bares, como se dijo con anterioridad, representa uno de los componentes de mayor importancia para hacer frente a la problemática de los malos hábitos alimenticios en la población infantil en edad escolar, porque es en estas edades cuando se puede promover con éxito la cultura alimentación de las comunidades.

Pamplona (2011) expresa que “los bares escolares son locales que se encuentran dentro de las instituciones educativas, autorizadas para preparación y expendio de alimentos y bebidas naturales o procesadas que brindan una alimentación nutritiva, inocuo, variada y suficiente.”

Los bares escolares son establecimientos que se instalaron en los planteles educativos, con sujeción a la legislación vigente, cuyo propósito principal es satisfacer la demanda de los estudiantes quienes durante el recreo y posterior a las clases, requerían de raciones de alimentos y bebidas, para colmar sus expectativas individuales.

Armánderiz (2009) considera que “los alimentos y bebidas naturales que se preparan y expenden en los bares escolares, deben de ser naturales, frescos, nutritivos y saludables con características de inocuidad y calidad, para lo cual el prestador del servicio deberá dar una atención saludable a niños.”

El Estado ecuatoriano desde el año 2010 emprendió una campaña de control del expendio de alimentos en los bares escolares, debido a que los indicadores de salud escolar manifestaron altos niveles de malnutrición en la población infantil, más aún cuando las investigaciones realizadas en los diversos planteles educativos, evidenciaron que en efecto se comercializaban grandes cantidades de alimentos procesados y bebidas envasadas en los planteles de todo el país.

La estrategia emprendida por el Estado ecuatoriano para que la población conozca el contenido de grasas y azúcares en los alimentos que consume en su dieta diaria, no es efectiva en los bares escolares, porque algunos niños no saben leer y por el déficit de educación que reciben no pueden identificar adecuadamente a los alimentos saludables de los nocivos.

Barbosa (2008) manifiesta que “en los bares escolares se deben expender alimentos procesados con concentraciones bajas y medias en grasa, azúcares y sal, para que los infantes no sufran a medida que pasa el tiempo daños en su salud por exceso de comidas chatarras.”

Los reportes del Ministerio de Educación y del Ministerio de Salud, indicaron que los bares escolares expendían alimentos procesados, chatarras y bebidas envasadas, que constituían alrededor del 80% de todos los productos que se comercializaban en estos establecimientos ubicados en el interior de las escuelas, donde por lo general no se realizaba ningún control de la autoridad, con relación al contenido de nutrientes de los alimentos que consumían los niños y niñas durante el recreo o después de la jornada escolar.

Por este motivo se establecieron normativas en la Ley de Educación Intercultural para fomentar el expendio de alimentos sanos y nutritivos en los bares escolares, además de promover un control eficiente en estos establecimientos, a través de la supervisión de los directivos de los planteles, revisando los alimentos y la calidad de los mismos, previo a la venta de los mismos a los niños y niñas.

## **VALORACIÓN NUTRICIONAL**

### **Medidas antropométricas:**

El personal de Enfermería mide el peso y la talla como un mecanismo para determinar los niveles de nutrición de la población infantil, a través de los resultados de la medición de estas dos dimensiones, se puede diagnosticar la desnutrición, sobrepeso u obesidad en los niños en edad escolar que son objeto de estudio.

Kula (2008) considera que entre las medidas antropométricas que se requieren consideran en el aspecto nutritivo, se citan las siguientes:

- “Peso.
- Talla.
- Índice de masa corporal (IMC).
- Perímetro braquial.
- Pliegue tricipital”.

Las dimensiones más importantes para el diagnóstico del estado nutricional de los niños en edad escolar, son el peso y la talla, aunque el Ministerio de Salud Pública creó hace más de diez años el IMC, cuyas siglas significan Índice de Masa Corporal.

Sirvent y Garrido (2010) manifiesta que “las mediciones seriadas nos van a permitir conocer el perfil de desarrollo del niño y calcular la velocidad del crecimiento, que es el mejor índice del estado de nutrición a lo largo del tiempo.”

El conocimiento del estado nutricional de los niños en edad escolar, es importante para conocer cómo están evolucionando los diversos indicadores

de salud del menor, por ejemplo, su desarrollo intelectual, su crecimiento, su nivel de fortaleza ante las enfermedades e incluso su nivel de autoestima, considerando que las personas obesas son rechazadas ante la sociedad.

## **ESTADO NUTRICIONAL.**

Se han realizado numerosos estudios e investigaciones acerca del estado nutricional de la población infantil en edad escolar, de los cuales se han obtenido conclusiones muy importantes, que han permitido conocer la estrecha relación existente entre la alimentación y el estado de salud de los niños y niñas de la comunidad.

Gil (2010) considera que “en la evaluación del estado nutricional de la persona debe seguirse, estrictamente un procedimiento normalizado de operaciones, que incluye una historia alimentaria, física, antropométrica e indicadores fisicoquímicos.”

Debido a que desde el 2010 en el Ecuador se vive un incremento de las enfermedades hipertensivas como la diabetes, la HTA, entre otras, el gobierno actual decidió crear un impuesto al consumo de las comidas chatarras, el cual se encuentra en estudio en la Asamblea Nacional.

Pero este fenómeno también está ocurriendo en otros países del mundo, inclusive en naciones desarrolladas como Estados Unidos, donde el aumento de las tasas de obesidad causó una profunda preocupación del Estado norteamericano, que obligó a realizar diversas reformas legales en materia de salud y alimentación.

Al respecto, Freire (2010) manifiesta algunos puntos sobre los objetivos de la evaluación nutricional los cuales se citan a continuación:

- “Acelerar la implementación del tratamiento nutricional, en pacientes malnutridos.
- Identificar a los pacientes malnutridos o en riesgo de presentar malnutrición que se beneficiarían con el tratamiento nutricional.
- Prevenir y tratar la malnutrición en forma temprana.
- Analizar el pronóstico de riesgo de malnutrición.
- Evaluar el resultado de la terapia nutricional.”

La malnutrición es una desviación de la salud, que significa que la persona no se está alimentando de la manera apropiada, como lo señala la ciencia de la nutrición, por ello esta afección se clasifica en tres clases que son la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad, sobre este último tópico, versará el análisis de la presente investigación.

### **Alimentación.**

La alimentación es un proceso común a todos los seres humanos, que está asociada a la selección de los alimentos por parte de las personas, quienes por el nivel de conocimientos que tengan o por preferencia de consumo con algunos alimentos, los consume en mayor cantidad y frecuencia, lo cual tiene un impacto significativo en su salud.

Según Ogden, J. (2009) la alimentación “es aquella combinación apropiada de los diferentes alimentos que se encuentran en la naturaleza, la pirámide nutricional es uno de los principales métodos para establecer”.

Los alimentos que deben ocupar un mayor lugar en la alimentación de cada individuo, son aquellos que contienen altos niveles de proteínas y/o bajos niveles de grasas, lo que significa que las carnes animales, lácteos, cuyo contenido de hierro y proteínas es alto, así como los cereales, las hortalizas,

las frutas y los vegetales, con altos porcentajes de minerales, vitaminas y bajos niveles de grasa, deben ser los más consumidos por el ser humano.

Dolly, B. (2009) considera que “la alimentación es el ingreso de los alimentos al organismo del ser humano, es el proceso por el cual se toman una serie de sustancias contenidas en los alimentos que componen dieta, estas sustancias o nutrientes son imprescindibles para completar la nutrición.”

Está claro que el ser humano es el que selecciona los alimentos, por ello es necesaria la educación de las personas, para fomentar una cultura de buenos hábitos alimenticios que contribuya a promover el consumo de alimentos sanos y con alta calidad proteica.

Rodríguez (2009) considera que “una buena alimentación no implica ingerir los niveles apropiados de cada uno de los nutrientes, sino obtener en un balance adecuado, los nutrientes son sustancias en los alimentos que son necesidades para el crecimiento, reparación y mantenimiento en el cuerpo del ser humano.”

Es necesario destacar que la alimentación apropiada consiste, no en abstenerse de consumir uno u otro alimento, sino por el contrario, se trata de comer todos los alimentos de manera equilibrada, así por ejemplo, se debe consumir pescados, carnes rojas, pollo, huevo, lácteos, panes, cereales, frijoles, hortalizas, frutas, en las cantidades necesarias para nutrir de manera óptima al organismo humano, esto significa que lo negativo es el exceso de algún alimento en particular.

## **Nutrición.**

Posterior al proceso de la selección de los alimentos para el consumo humano, cuya actividad toma la denominación de alimentación, se produce la nutrición, la cual tiene lugar una vez que la persona ha ingerido un determinado alimento.

Velásquez, G. (2008) considera que la nutrición “es el proceso biológico por el cual el organismo asimila los alimentos y líquidos necesarios para el buen funcionamiento y mantenimiento de las funciones vitales”.

La nutrición es una de las áreas de mayor importancia para las ciencias médicas, la cual se ocupa en estudiar la relación existente entre los alimentos y la conservación del buen estado de salud en el individuo, para lo cual ha creado la pirámide alimenticia la cual constituye una de las bases de la alimentación para la comunidad en general.

De acuerdo al criterio de Soriano (2011) a través de la nutrición, el organismo humano transforma e incorpora nutrientes a las diferentes partes o aparatos, cuyos propósitos básicos son los siguientes:

- “Proporcionar los materiales necesarios para la formación, renovación y reparación de estructuras corporales.
- Suministrar las sustancias necesarias para regular el metabolismo.
- Suministrar la energía necesaria para el mantenimiento del organismo y sus funciones.”

Los nutrientes proporcionan energía a las personas para que puedan realizar las actividades diarias, además que suelen mejorar la resistencia del organismo a las desviaciones de la salud, contribuyendo en la regulación del metabolismo de cada ser humano.

Los nutrientes más importantes para la salud humana son las proteínas, minerales, vitaminas, grasas, fibras y carbohidratos, los cuales deben ser consumidos en cantidades suficientes, porque la deficiencia o el exceso pueden conducir a desviaciones de la salud, así por ejemplo el consumo excesivo de grasas (no saturadas) ocasiona enfermedades graves para la salud como son la diabetes y la hipertensión, en cambio el déficit de proteínas puede conducir a la anemia y a la desnutrición.

### **Alimentación del niño/a escolar.**

Una vez que se ha abordado el tema de la alimentación y la nutrición humana, la investigación prosigue tratando acerca de la problemática de la alimentación del niño/a escolar, la cual es importante debido a que en la infancia ocurren los procesos de crecimiento y desarrollo que culminan en la mitad de la adolescencia.

Fricker, y Fraysseix (2009) manifiestan que “la etapa escolar del niño se le ha denominado periodo de crecimiento latente porque durante ella son muy estables las tasas de crecimiento, esta es la etapa en la que el niño debe recibir una buena alimentación para su desarrollo intelectual.”

Además de los procesos de crecimiento y desarrollo, la nutrición humana es importante porque favorece la evolución del pensamiento y la inteligencia en el menor de edad, debido a que las proteínas, vitaminas y minerales que consumen los infantes son de gran importancia para que ellos puedan tener mejores rendimientos escolares.

Hernández (2010) considera que “tanto para las niñas como para los niños de siete a diez años la recomendación de energía es alrededor de 70 kilocalorías diarias por kilogramos, y 28 gramas de proteínas al día, las necesidades de energías varían de un niño a otro.”

Desde que el niño nace debe nutrirse adecuadamente, por ello los centros de salud emprenden campañas anuales en los planteles educativos, en los cuales se entrega vitaminas A y C a la población infantil en edad escolar, además que las autoridades de la escuela proporcionan diversos alimentos a los niños y niñas para que puedan mejorar su nutrición, con la expectativa de que ello impacte en el rendimiento estudiantil del menor.

Posada, Gómez y Ramírez (2011) manifiesta que “una alimentación correcta permite al niño (a) crecer con salud y poder adquirir una buena educación, durante la infancia es cuando se comienza a formar los hábitos alimentarios los cuales se mantendrán durante toda la vida.”

Además, la nutrición es uno de los indicadores más importantes para el sistema de Salud Pública, por ello en el Ecuador se crearon diversos programas desde fines del siglo XX hasta lo que va del siglo XXI, citándose entre ellos el Programa de Alimentación PEAN del Ministerio de Salud Pública, el cual puso énfasis en los grupos de atención prioritaria como son los niños, niñas y mujeres embarazadas.

### **Requerimientos nutricionales y desarrollo.**

El niño o niña en edad escolar tiene otros requerimientos nutricionales que no son iguales a los del adulto, por ejemplo, el primero necesita consumir mayores cantidades de lácteos, que no son tan importantes para las personas mayores de edad, además que las grasas en cantidades suficientes son de gran relevancia para la alimentación de los infantes, pero no para los adultos.

Hernández y Sastre (2010) manifiesta que “las vitaminas en cantidades para el crecimiento, la salud y el bienestar de los niños, ya que muchas de ellas forman las partes esenciales de los sistemas enzimáticos, los cuales están involucrados en la producción de energía y el rendimiento escolar.”

Es importante destacar que los niños en edad escolar requieren una alimentación sana y equilibrada, en la cual se combinen los alimentos provenientes del reino animal que contienen altos niveles de hierro y proteínas, con aquellos que provienen del reino vegetal, que aportan con vitaminas y minerales.

Raspini, Stábile, Dirr y Di Lorio (2009) consideran que “los nutrientes que son consumidos en la vida diaria se encuentran mezclados, entre sí en los alimentos en diferentes proporciones, por esto se necesita conocer cuales alimentos son ricos en nutrientes para poder planear una dieta adecuada.”

La educación para las familias es de gran importancia para que la comunidad mejore sus hábitos alimenticios, de manera que puedan incrementarse los indicadores de nutrición infantil y disminuir la tasa de desnutrición o de malnutrición a nivel nacional.

Kanashiro, Espinola y Prain (2009) consideran siete grupos alimenticios importantes para la alimentación diaria de los seres humanos, los cuales son los siguientes:

**Cuadro No. 3**  
**Alimentos que forman parte de la dieta en los seres humanos**

<b>Grupo N. 1</b>	Leches y derivados lácteos.
<b>Grupo N. 2</b>	Carnes, pescados y huevos.
<b>Grupo N. 3</b>	Papas, legumbres y frutas.
<b>Grupo N. 4</b>	Verduras y hortalizas.
<b>Grupo N. 5</b>	Cereales y leguminosas.
<b>Grupo N. 6</b>	Grasas, aceites y mantequillas.
<b>Grupo N. 7</b>	Azúcares.

Fuente: Alimentos que forman parte de la dieta en los seres humanos.  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis.

Los siete grupos importantes para los seres humanos aportan importantes cantidades de nutrientes, por ejemplo la carne, pescado, huevo, la leche y los derivados lácteos, contienen altos porcentajes de proteínas y de hierro

que es uno de los minerales más importantes en la nutrición de las personas, porque evita la anemia.

Las frutas, verduras y hortalizas contienen en cambio minerales y vitaminas, por ejemplo el limón, la naranja contienen importantes cantidades de vitamina C que es de gran importancia para evitar la oxidación y el envejecimiento de los tejidos y las células, la almendra en cambio contiene la vitamina E que es importante para la regeneración celular.

## **CAPÍTULO III**

### **PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS**

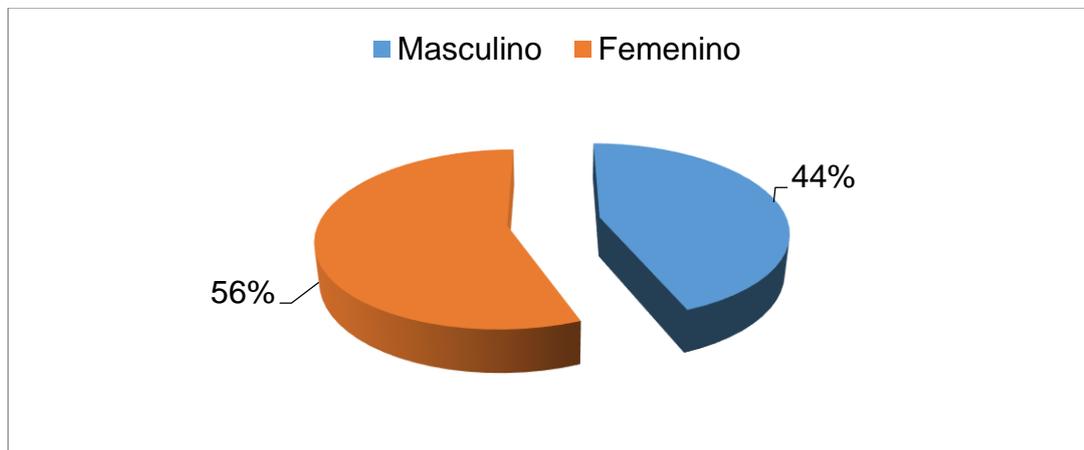
**PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN  
APLICADA A NIÑOS DE 4TO AÑO “B” ESCUELA PARTICULAR  
CORAZÓN DE MARÍA.**



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 1

#### Género



Fuente: Encuesta aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

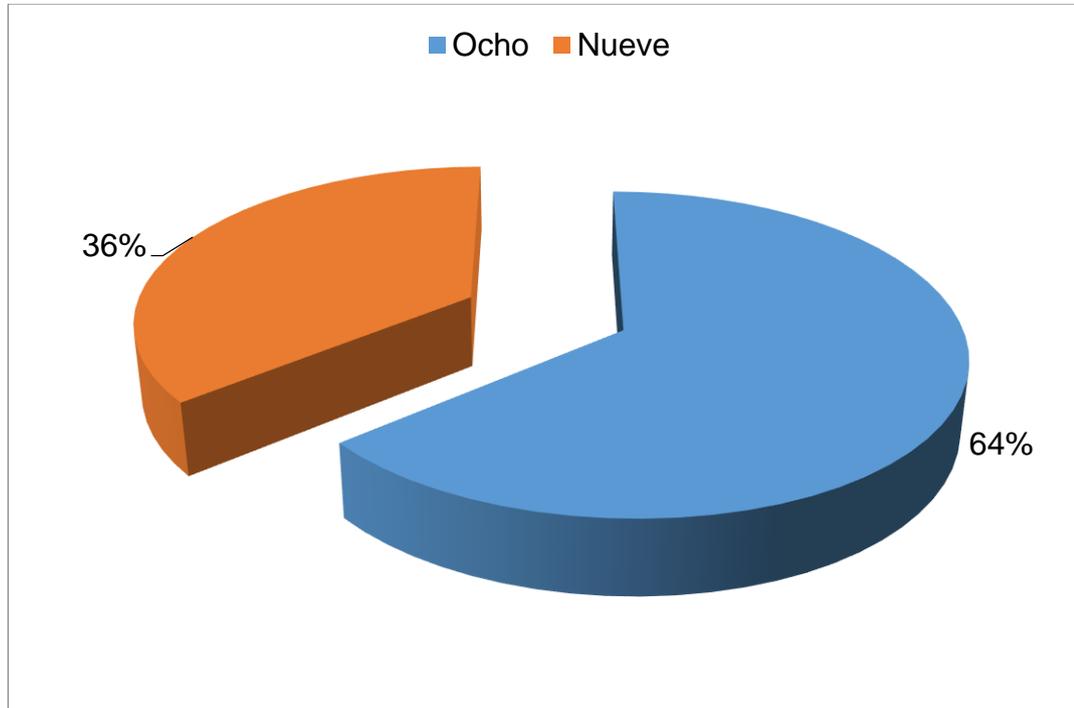
Análisis del gráfico con relación al género del niño(a) estudiante del cuarto año básico, el 56% pertenecen al género femenino y el 44% representa el género masculino. De acuerdo a los resultados obtenidos la mayoría de alumnos involucrados pertenecen al género femenino, la obesidad es un problema de salud que puede afectar tanto a las niñas y niños, con respecto a esto Berrios (2010) considera que la obesidad “es una de las enfermedades nutricionales de mayor prevalencia en la edad pediátrica, 25-30% de los niños y adolescentes están afectados”, la obesidad se define como la presencia de cantidades excesivas de tejido adiposo en relación a la masa corporal magra”, por lo tanto los niños deben conservar hábitos alimenticios adecuados para asegurar su bienestar y salud.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 2

#### Edad



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

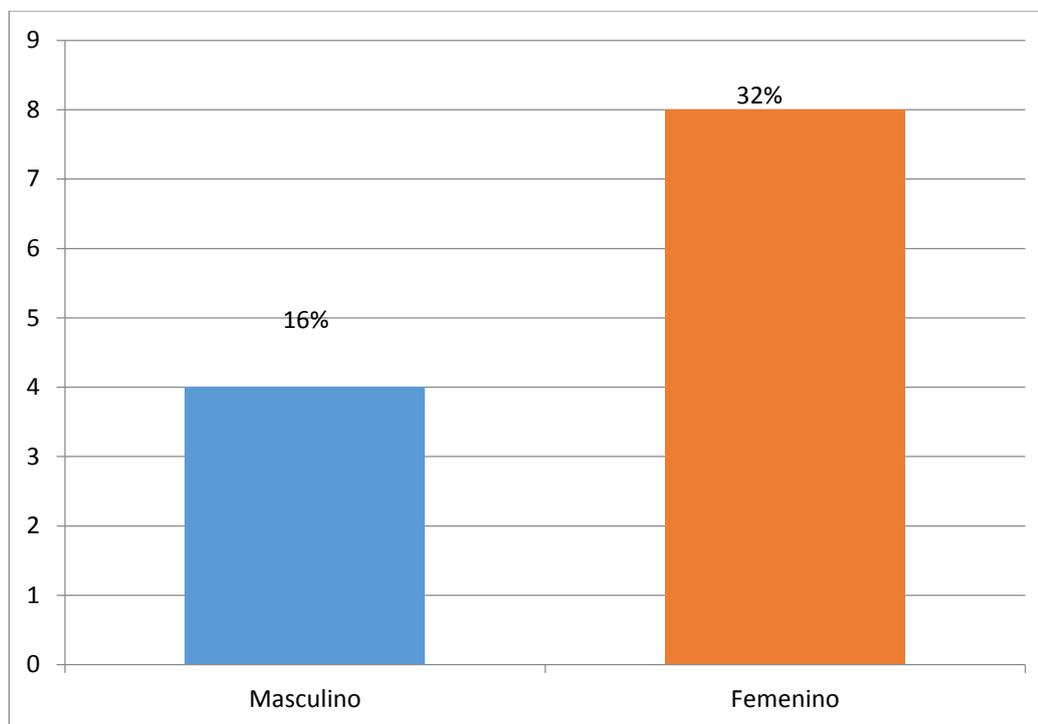
Análisis del gráfico con relación a la edad del niño(a) estudiante del cuarto año básico, el 64% tiene 8 años y el 36% tiene 9 años. De acuerdo a los resultados obtenidos los niños(as) tienen entre 8 y 9 años de edad, en este periodo los niños están en edad de crecimiento y desarrollo, por este motivo es necesario que su alimentación contenga los suficientes nutrientes que aporten con vitaminas, proteínas, calcio y minerales que aporten de manera positiva para el desenvolvimiento de sus capacidades y habilidades, además en esta edad los niños crecen entre 5 a 8 cm por año, se debe tener en consideración su crecimiento, tanto en peso, talla y masa corporal para determinar si su crecimiento es el correcto.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 3

#### Peso normal por género



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

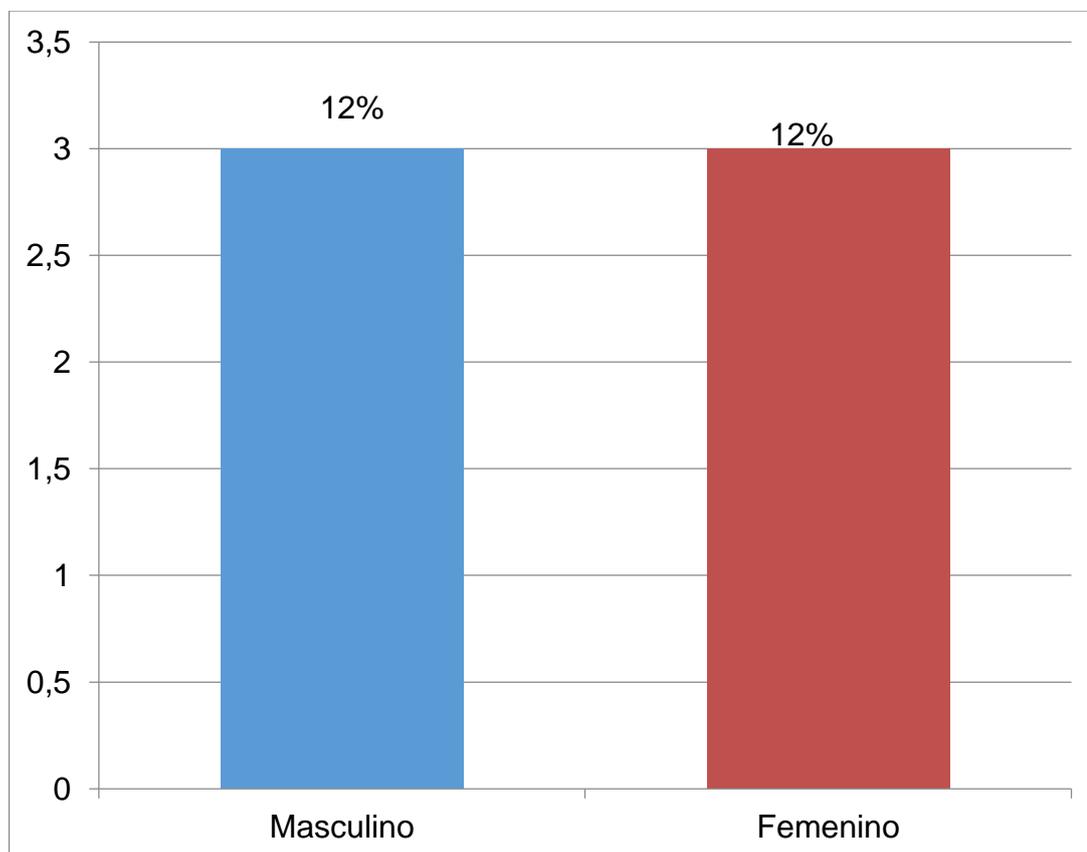
Análisis del gráfico con relación a los niños(as) estudiantes del cuarto año básico con peso normal, el 32% pertenecen al género femenino y el 16% al género masculino. Se pudo conocer que la población mayoritaria de estudiantes de cuarto grado de básica que tienen peso normal son mujeres, lo que significa que este grupo etáreo y de género no presentó problemas nutricionales significativos, porque una de las características de estos estudiantes es que tienen hábitos alimenticios saludables, con relación a aquellos que han sido considerados con sobrepeso u obesidad, dos enfermedades que pueden llevar a contraer enfermedades hipertensivas, que además representan una de las causas más importantes de mortalidad en el país.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 4

#### Sobrepeso por género



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

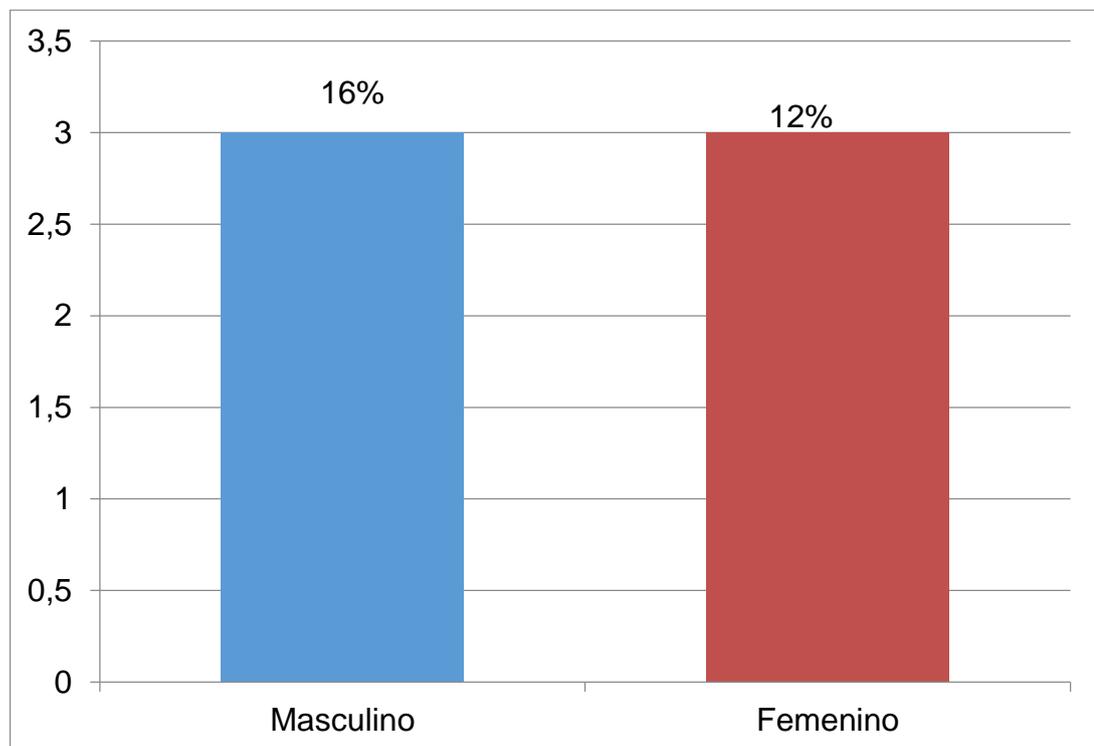
Análisis del gráfico con relación a los niños(as) estudiantes del cuarto año básico con sobrepeso, el 12% pertenecen al género femenino y el 12% al género masculino. Se pudo conocer que no hay distinción de género en los niños(as) con sobrepeso, sin embargo, al participar con el 24% del total de estudiantes, significa que existe una problemática significativa, que implicada que por cada 20 estudiantes en el cuarto grado de básico, 5 presentan sobrepeso, es decir, una cifra bastante alta, de esta alteración orgánica de los menores, que los puede llevar a ser víctimas de obesidad y enfermedades hipertensivas en el corto plazo.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 5

#### Obesidad por género



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

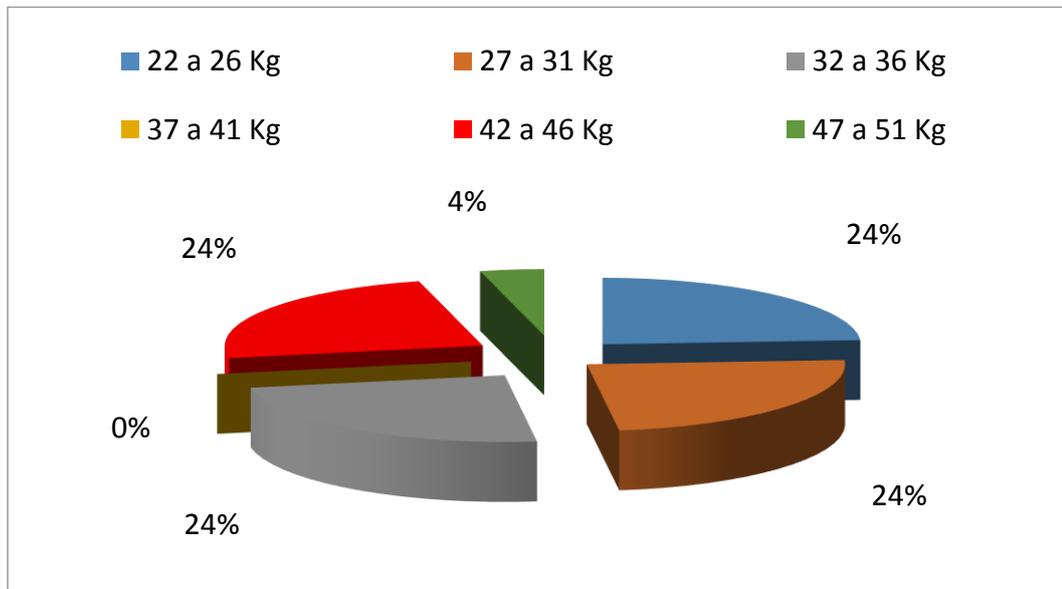
Análisis del gráfico con relación a los niños(as) estudiantes del cuarto año básico con obesidad, el 16% pertenecen al género masculino y el 12% al género femenino. Los datos de obesidad aún son más críticos, porque el 28% de los estudiantes que forman parte de la población escogida son obesos, es decir, que de cada 20 niños (as), 6 presentan obesidad, perteneciendo la mayoría al género masculino, a pesar que existen mayor cantidad de niñas, sin embargo, son los niños quienes han sido diagnosticados con estas enfermedades nutricionales, lo que puede acarrear un desmejoramiento de su salud en el corto plazo.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.6

#### Peso



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

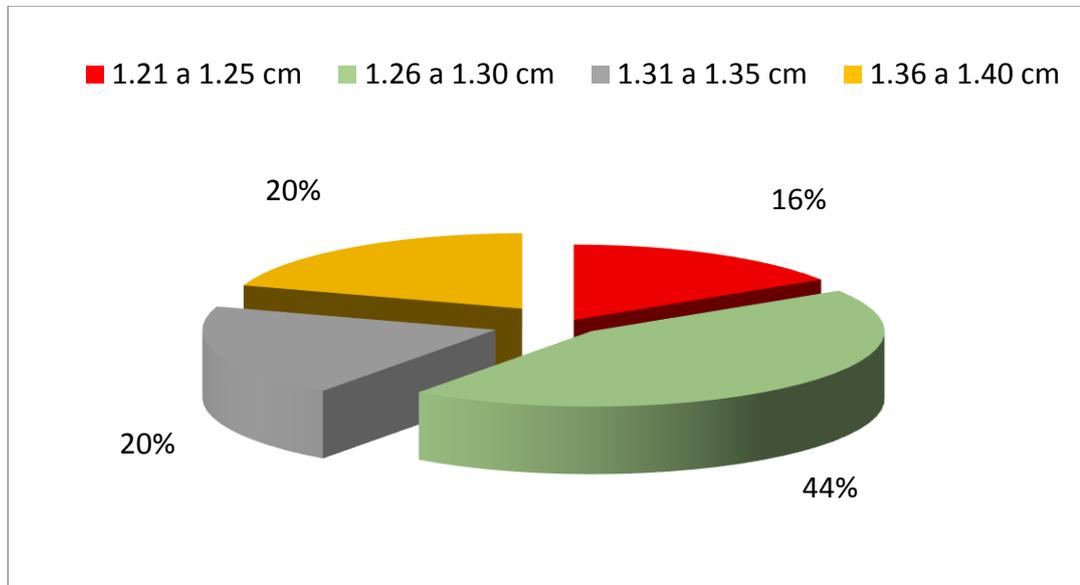
Análisis del gráfico con relación al peso de los niños(as) del cuarto año de educación básica sección "B", el 24% pesa entre 22 a 26 Kg, el 24% pesa entre 27 a 31 Kg, el 24% entre 32 a 36 Kg, el 24% entre 42 a 46 Kg y el 4% se encuentra entre 47 a 51 Kg. De acuerdo a los datos tomados mediante la observación directa se puede determinar la existencia de un alto índice de obesidad entre los menores, porque el peso de la mayoría de los niños es superior a los parámetros normales, el peso ideal para los niños de 8 años es 26 Kg, mientras para los niños de 9 años es 28 Kg, el peso es una variable usada para indicar la normalidad, deterioro y evaluación de la rehabilitación nutricional de los niños, para determinar el peso es necesario utilizar la balanza pediátrica está debe estar calibrada para poder determinar el peso exacto, es necesario que los padres tengan conocimiento de las medidas tanto en peso y talla para poder controlar el crecimiento del niño(a), además de su desarrollo físico y si la alimentación aporta con nutrientes que eviten la obesidad y contribuyan en su crecimiento saludable.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.7

#### Altura



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

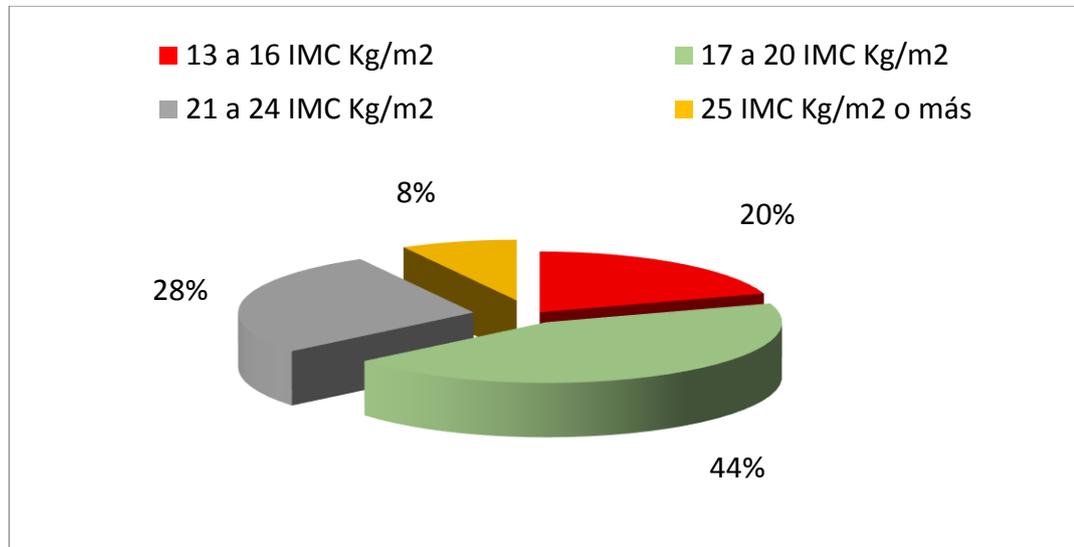
Análisis del gráfico con relación a la altura de los niños(as) del cuarto año de educación básica sección "B", el 44% mide entre 1.26 a 1.30 cm, el 20% mide entre 1.31 a 1.35, el 20% mide entre 1.36 a 1.40 cm y el 16% mide entre 1.21 a 1.25 cm. De acuerdo a los resultados obtenidos se puede observar que los niños(as) se encuentran en el rango normal de crecimiento, puesto que este se encuentra entre 1.21 a 1.40 cm, a los 8 años de edad la altura normal en los niños (1.20 cm), en las niñas (1.24 cm), en los menores de 9 años la altura de los niños (1.26 cm), en las niñas (1.31 cm), es preciso conocer que las niñas tienen crecimiento más acelerado que los niños, pero alcanzan también más pronto su máximo desarrollo, para esto es necesario que la alimentación diaria aporte con energía, nutrientes y hábitos alimenticios, se debe acostumbrar a los niños a consumir alimentos que contribuyan en su desarrollo y crecimiento para asegurar que estos se mantengan durante toda su vida.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.8

#### Índice de masa corporal



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

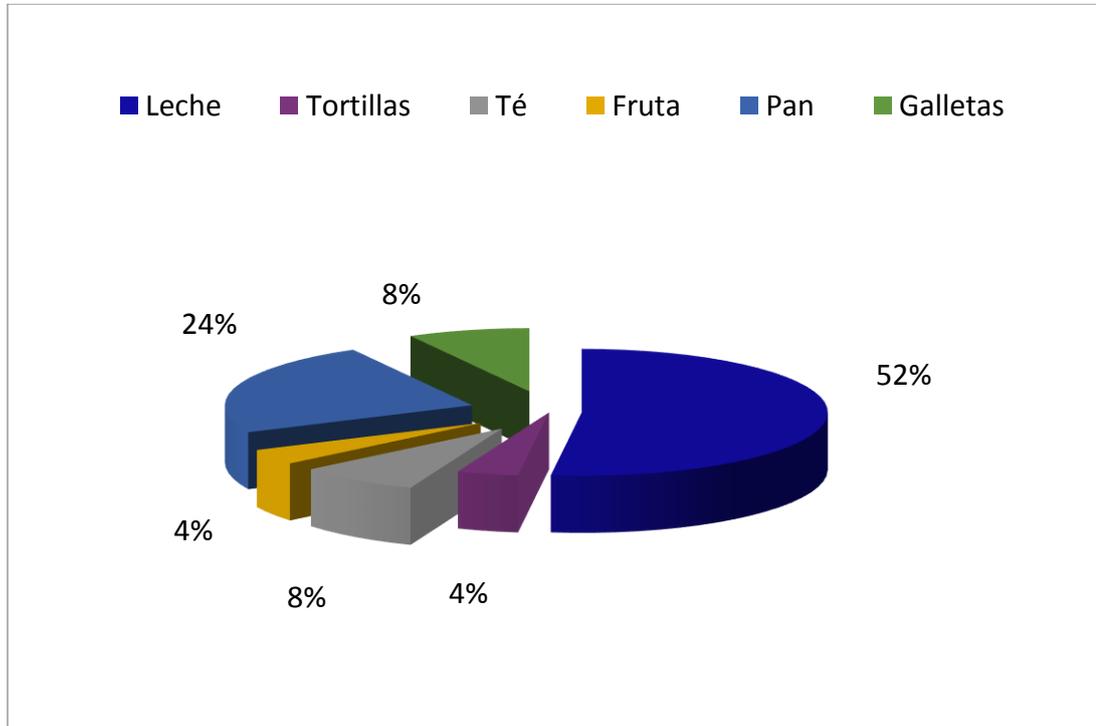
Análisis del gráfico con relación al índice de masa corporal de los niños(as) del cuarto año de educación básica sección "B", el 44% se encuentra entre 17 a 20 IMC kg/m<sup>2</sup>, el 28% entre 21 a 24 IMC kg/m<sup>2</sup>, el 20% entre 13 a 16 IMC kg/m<sup>2</sup> y el 8% entre 25 o más IMC kg/m<sup>2</sup>. De acuerdo a los resultados obtenidos se puede conocer que los niños entre 8a 9 años de edad que se encuentran entre los rangos que se detallan a continuación se encuentran en un índice de masa corporal de acuerdo a Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH, (estudio internacional. BMJ 2010; 320: 4).



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.9

#### Comida del desayuno



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

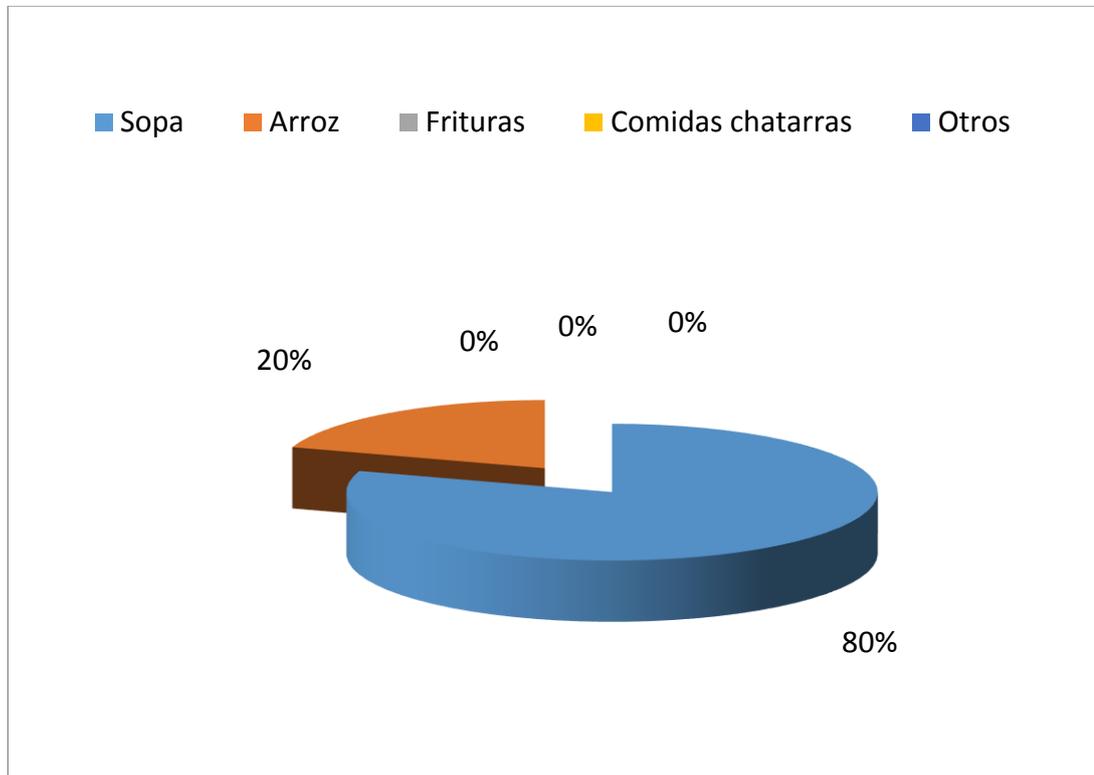
Análisis del gráfico con relación a la alimentación del menor en el desayuno, el 52% toma leche, el 24% come pan, el 8% galletas, el 8% bebe té, el 4% fruta y el 4% tortillas. De acuerdo a estos resultados se puede evidenciar que los niños en el desayuno consumen leche y pan, es poco variado el desayuno y el consumo de frutas es escaso, por lo tanto se puede estar creando en el menor un mal hábito alimenticio que con el tiempo puede repercutir en problemas de salud como la obesidad o la anemia, por la falta de alimentos que contengan vitaminas que aporten en el desarrollo y crecimiento del menor.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.10

#### Comida del almuerzo



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

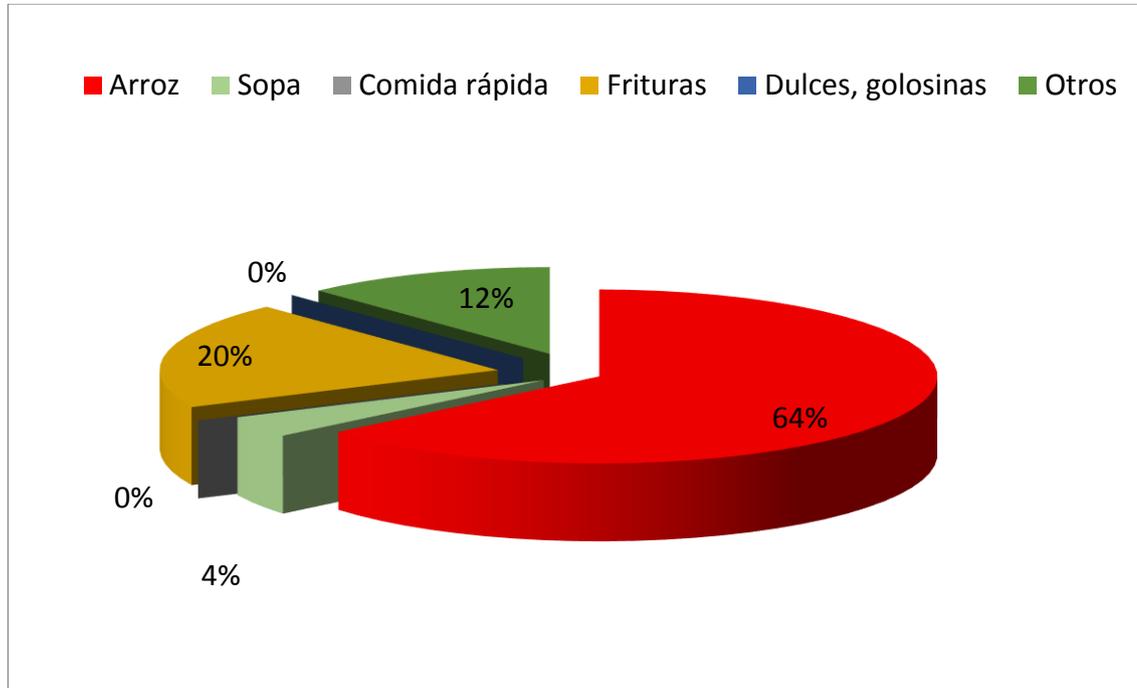
Análisis del gráfico con relación a la alimentación del menor en el almuerzo, el 80% señala que en el almuerzo consume sopa y el 20% come arroz. De acuerdo a los resultados obtenidos los niños en el almuerzo consumen arroz y sopa, además del acompañado del arroz que puede no ser un complemento nutricional para la alimentación de los menores, contribuyendo al problema de la obesidad que es un problema de salud pública más grave del siglo XXI, que en la actualidad se ha incrementado elevando las estadísticas a nivel mundial, en el 2010 hay 42 millones de niños con sobrepeso de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 11

#### Comida de la merienda



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

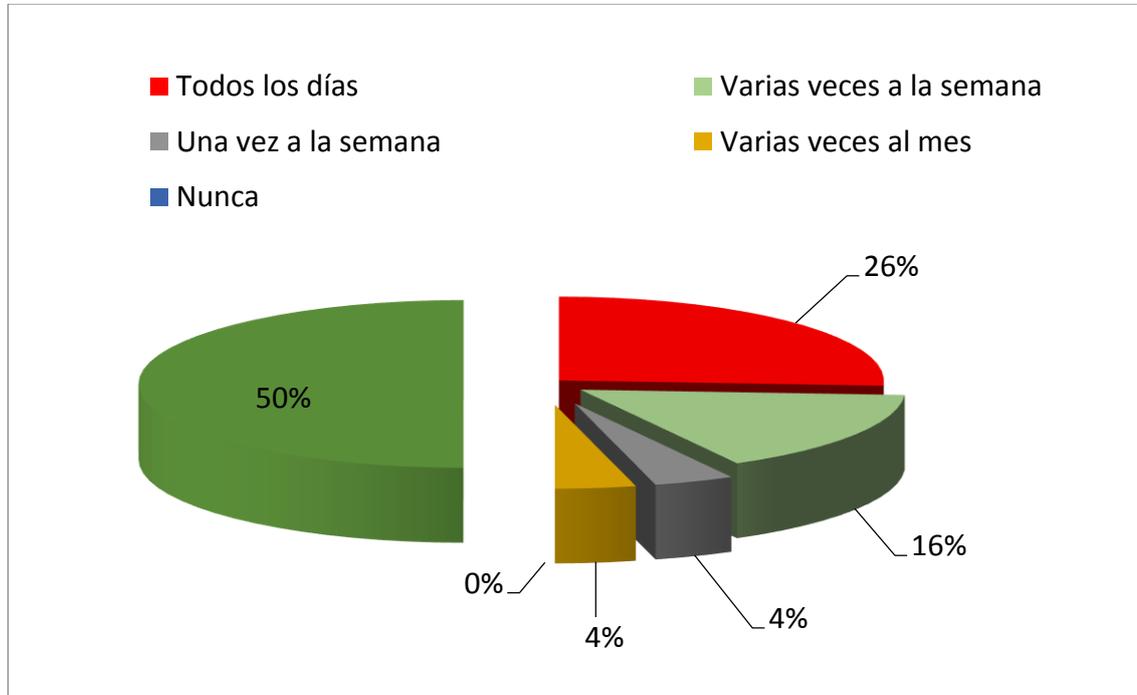
Análisis del gráfico con relación a la alimentación del menor en la merienda, el 64% come arroz, el 20% frituras, el 12% otro tipo de comida, el 4% sopa. Los resultados obtenidos evidencian que la mayoría de niños en la merienda comen arroz, este se lo consume acompañado de frituras debido a que es lo más rápido que las madres preparan, sin embargo desconocen el aporte nutricional contribuyendo a la obesidad que es la acumulación de grasa en el cuerpo, este problema de salud pública afecta a gran número de niños porque los menores comen más alimento de lo que el cuerpo necesita para su edad y estatura, además un exceso de frituras que han provocado el aumento de la obesidad.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 12

#### Consumo de alimentos entre comidas



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

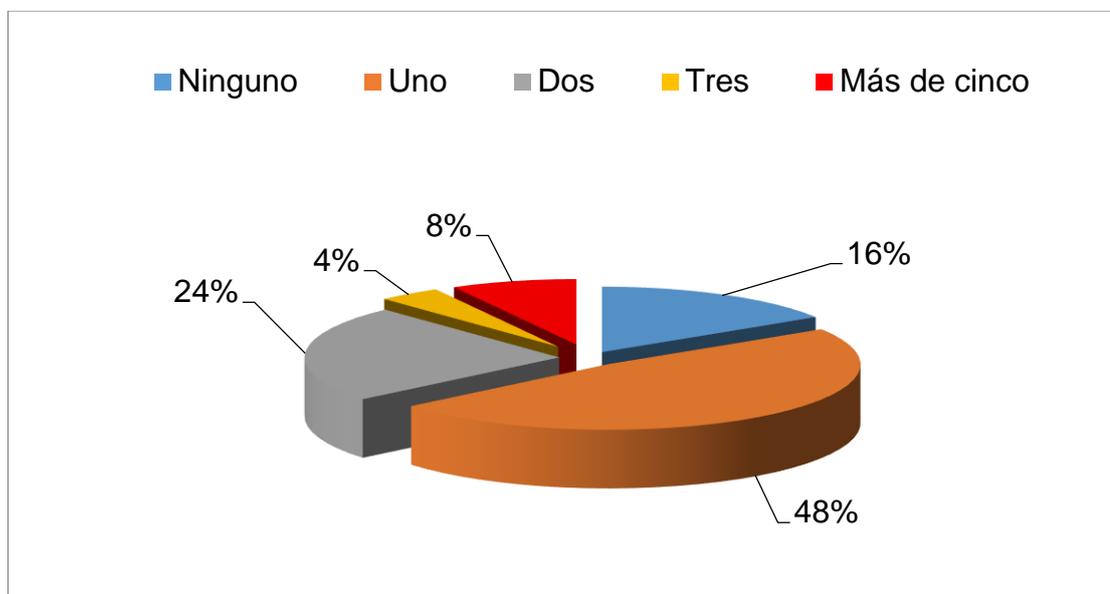
Análisis del gráfico, el 50% manifiesta que tiene la costumbre de comer varias veces entre comidas, el 26% todos los días come entre comidas, el 16% varias veces a la semana, el 4% una vez a la semana come entre comidas y el 4% varias veces al mes. Los resultados evidencian que los niños están acostumbrados a comer varias veces al día entre comidas por lo general comen comida chatarra, golosinas, helados y gaseosas, por lo tanto la obesidad infantil ha aumentado en cifras considerables, por lo tanto los errores cometidos en la alimentación infantil tiene influencia en la salud de los niños y a largo plazo ocasiona que padezcan enfermedades impropias de la edad y presentan diabetes infantil, colesterol entre otras afecciones.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.13

#### Cantidad de golosinas consumidas al día



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

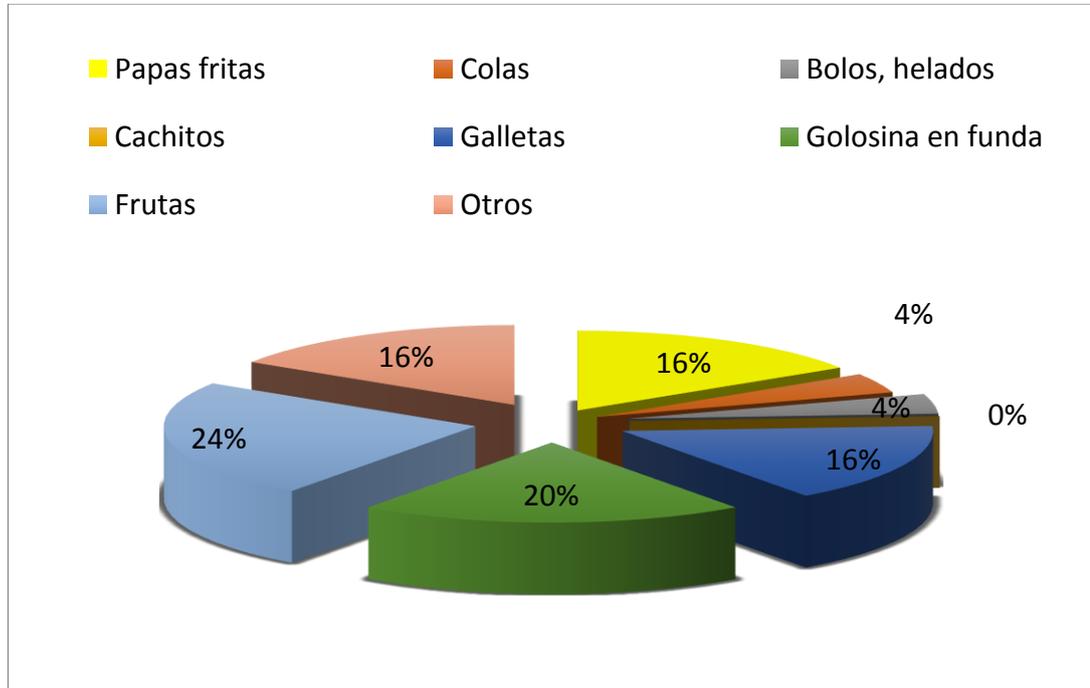
Análisis del gráfico, el 48% come una golosina, el 24% dos, el 16% no come golosinas, el 8% más de cinco golosinas y el 8% no consume golosinas. Los resultados indican que los niños consumen golosinas de forma frecuente y diaria por lo tanto alteran su alimentación que no es equilibrada y variada, incrementado la probabilidad de padecer enfermedades, desconcentración en su educación, falta de motivación en el hogar para realizar actividad física, por lo tanto deben consumir pocos dulces, pero un desayuno compuesto de lácteos, cereales y fruta, buen reparto de los alimentos a lo largo de la semana, contenido de verduras, cereales, tubérculos y legumbres en el almuerzo y cena, además de bebidas que aporten con nutrientes, agua de forma diaria y evitar la comida chatarra.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.14

#### Comida que consume en el recreo



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

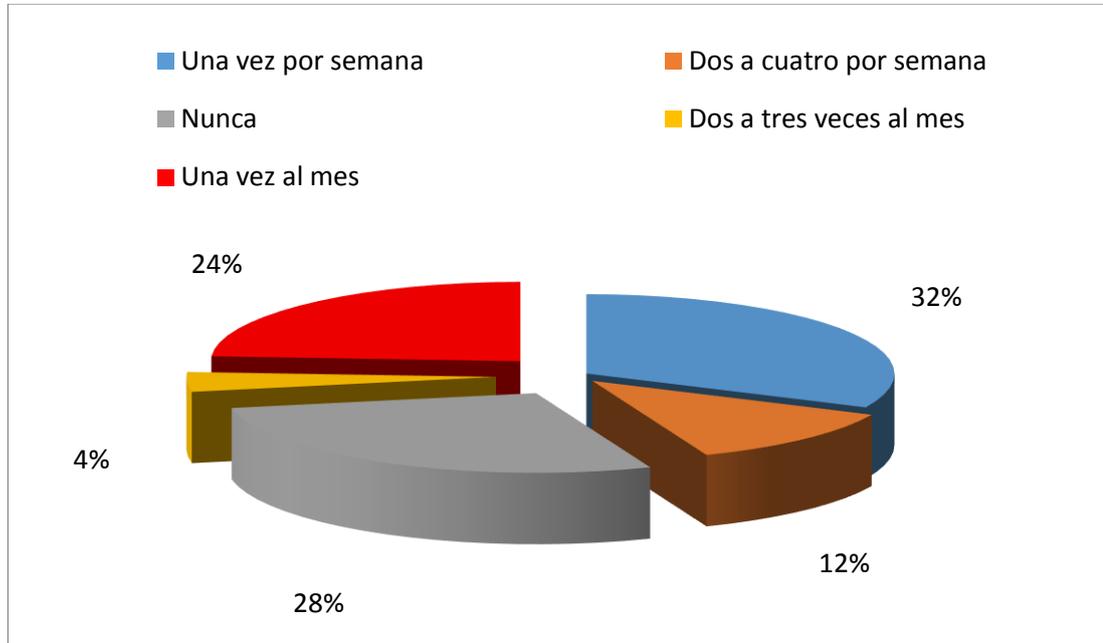
Análisis del gráfico con relación a lo que le gusta comer al niño en el recreo, el 24% come frutas, el 20% consume golosinas en funda, el 16% colas, el 16% papas fritas, el 16% galletas, el 4% cachitos y el 4% bolos y helados. Los niños prefieren consumir en el recreo frutas y golosinas en funda, en la actualidad el gobierno ha establecido que en los planteles educativos no se deben vender comidas chatarra perjudiciales para la salud de los menores, por este motivo se está tratando de cambiar la cultura de alimentación, detectando los errores alimentarios y cambiándolos por hábitos saludables.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.15

#### Consumo de papas fritas, hamburguesas, pizzas, hot-dog



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

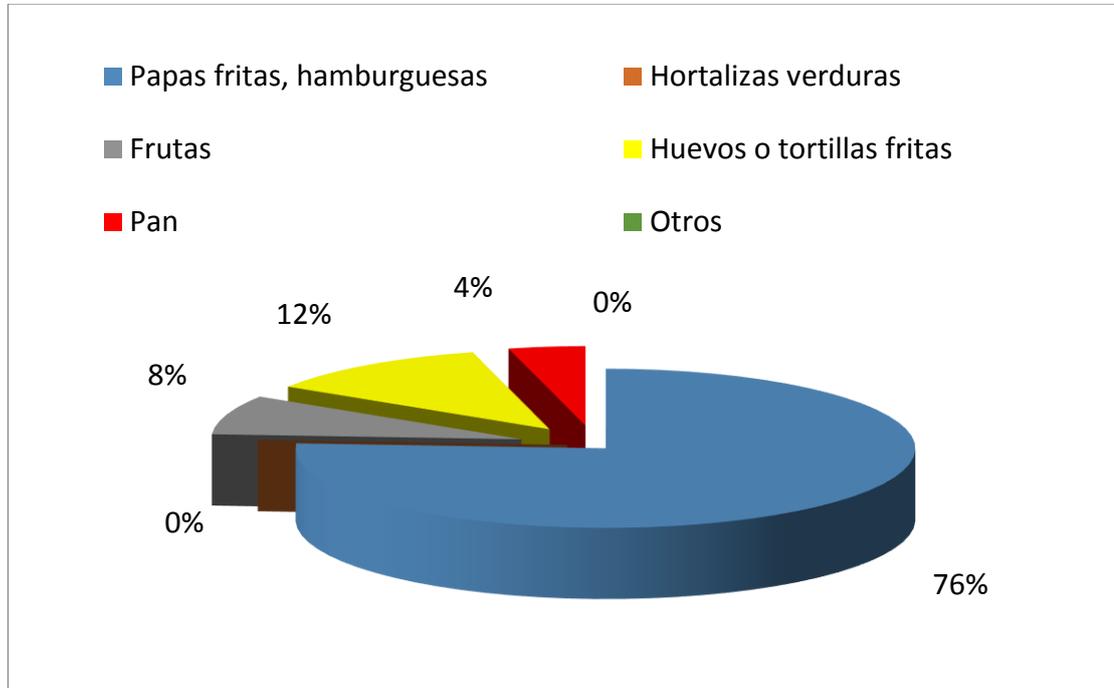
Análisis del gráfico con relación al consumo de papas fritas, hamburguesas, pizzas y hotdog, el 32% come una vez a la semana, el 28% nunca consume comida chatarra, el 24% una vez al mes, el 12% dos a cuatro veces por semana y el 4% de dos a tres veces al mes. El consumo de comida chatarra ocasiona graves trastornos a los menores perjudica a su salud, afecta en su desarrollo intelectual, si el niño consumo de forma frecuente papas fritas, hamburguesas, pizzas y demás comidas chatarras que ocasionan graves daños en el cerebro hasta el punto de provocar una disminución del coeficiente intelectual, por lo tanto una dieta abundante en grasas, azúcares y alimentos procesados ocasionan que los niños no crezcan a niveles óptimos.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 16

#### Comida favorita



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

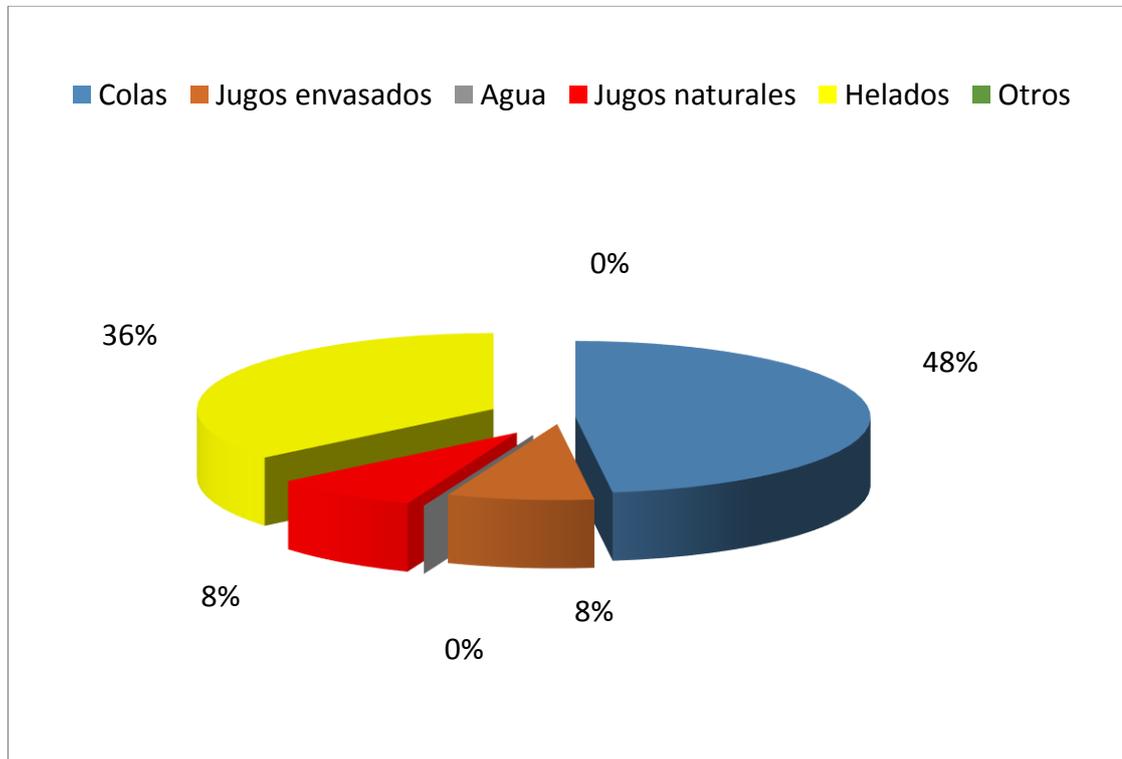
Análisis del gráfico, el 78% prefiere comer papas fritas, hamburguesas, el 12% huevos o tortillas fritas, el 8% frutas y el 4% prefiere comer pan. Los niños prefieren consumir la comida chatarra con abundantes grasas, azúcares y alimentos procesados lo que ocasiona el déficit de atención, ansiedad, falta de comunicación y frustración, en la actualidad es común que los menores quieren acudir a establecimientos de comida rápida como KFC, Mac Donald, Cars´l entre otros que expenden este tipo de comidas que no aportan con nutrientes ni vitaminas, por el contrario contribuye a un grave problema de salud pública como es la obesidad infantil.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 17

#### Bebida favorita



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

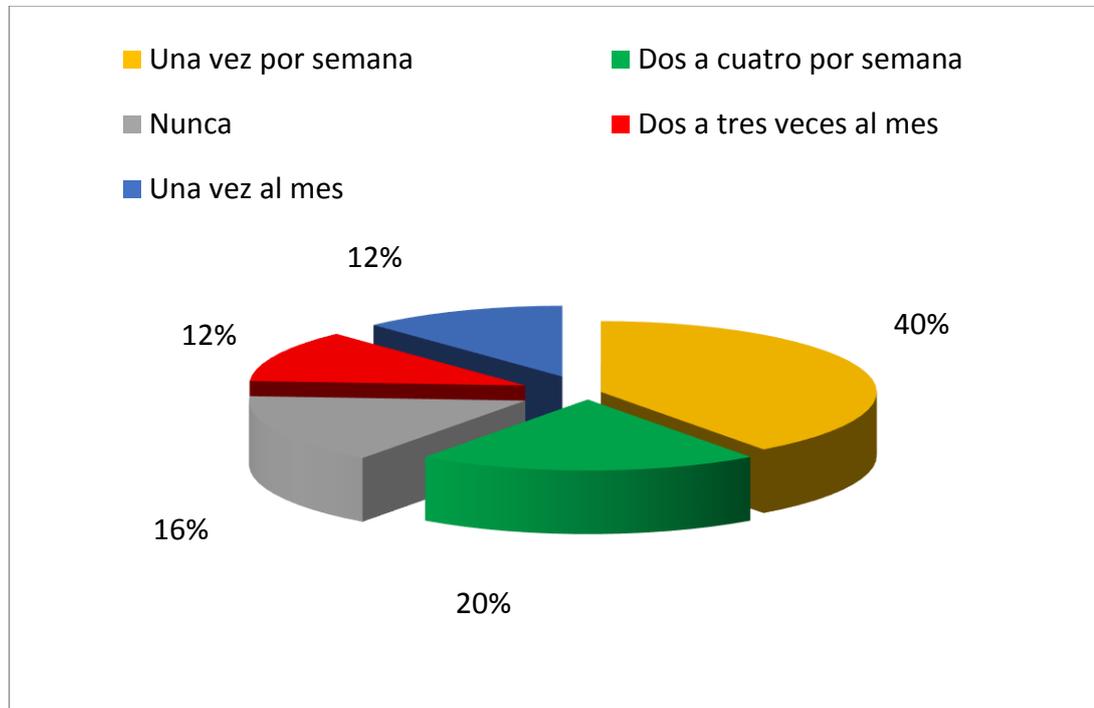
Análisis del gráfico con relación a la bebida que prefieren los niños, el 48% prefiere las colas, el 36% prefiere comer helado, el 8% jugos envasados y el 8% jugos naturales. Los niños prefieren el consumo de gaseosas que contienen alto nivel de azúcares, en estudios realizados se ha determinado que casi el 35% del consumo de gaseosas y la prevalencia de obesidad, el consumo de más de 500 ml por día puede generar un efecto de desequilibrio en la dieta, deteriorando la calidad de vida de la alimentación del niño.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 18

#### Consume galletas, cake, dulces, caramelos, chocolates



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

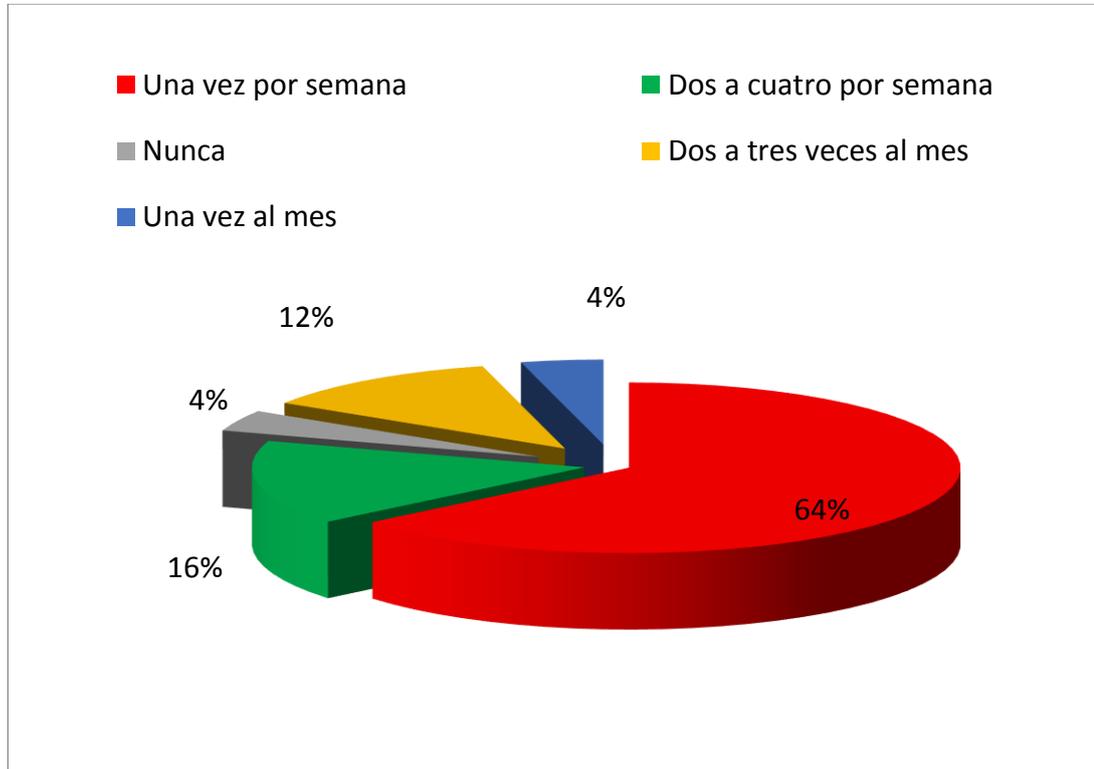
Análisis del gráfico con relación al consumo de galletas, cake, dulces, caramelos y chocolates, el 40% indica que los consume una vez por semana, el 20% dos a cuatro veces por semana, el 16% nunca, el 12% una vez al mes y el 12% dos a tres veces al mes. Los niños consumen snacks de forma frecuente varias veces al día, lo que contribuye al padecimiento de enfermedades como la obesidad, porque el consumo de snacks de bajas calorías retrasa en menos de una hora la solicitud de comida y no se encuentra una reducción en la energía consumida en la comida siguiente, contribuyendo de esta manera al balance positivo de energía y al incremento de peso, ocasionando graves consecuencia con el pasar del tiempo.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 19

#### Consumo de golosinas en el bar de la escuela



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

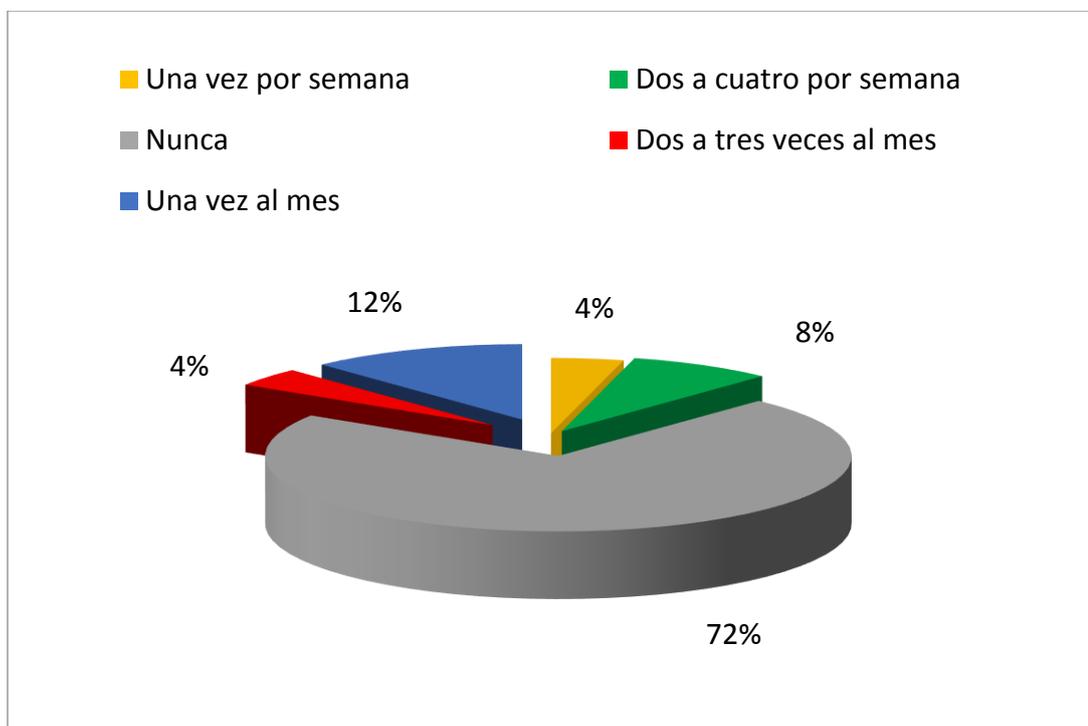
Análisis del gráfico, el 64% compra golosinas una vez por semana, el 16% de dos a cuatro por semana, el 12% de dos a tres veces al mes, el 4% nunca y el 4% una vez al mes. Los niños compran golosinas en el bar de la escuela, en esta etapa los niños tienen malos hábitos alimentarios de la infancia que se caracteriza por el abuso en el consumo de golosinas que es el conjunto de productos dulces y salados de diferentes formas y sabores, estos en exceso pueden ser perjudiciales a la salud del menor causando inapetencia, caries, alergias y obesidad, por lo tanto el consumo de estos dulces debe ser controlado por los padres o cuidadores del menor.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 20

#### Práctica de ejercicios o deportes



Fuente: Ficha de observación aplicada.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

Análisis del gráfico, el 72% nunca realiza ejercicios, el 12% una vez al mes, el 8% de dos a cuatro por semana, el 4% una vez por semana y el 4% dos a tres veces al mes. Los niños no realizan actividad física de forma frecuente por el desconocimiento propio de su edad de la necesidad de la actividad física en la infancia para mejorar las funciones cardiovasculares y contribuyendo a una adecuada maduración del sistema músculo – esquelético y de sus habilidad psicomotoras, el deporte contribuye a una dieta equilibrada y a regular el peso corporal evitando enfermedades como la obesidad.

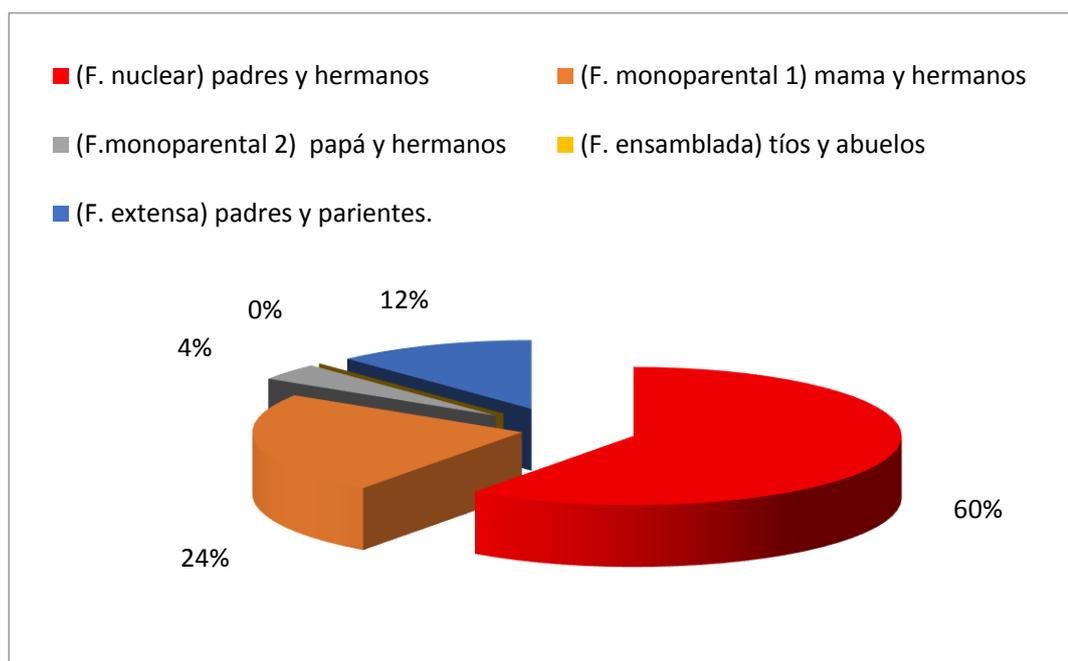
### 3.1. ENCUESTA APLICADA A PADRES DE ALUMNOS DEL 4TO AÑO SECCIÓN “B” ESCUELA PARTICULAR CORAZÓN DE MARÍA



UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

Gráfico No. 21

Tipo de familia



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

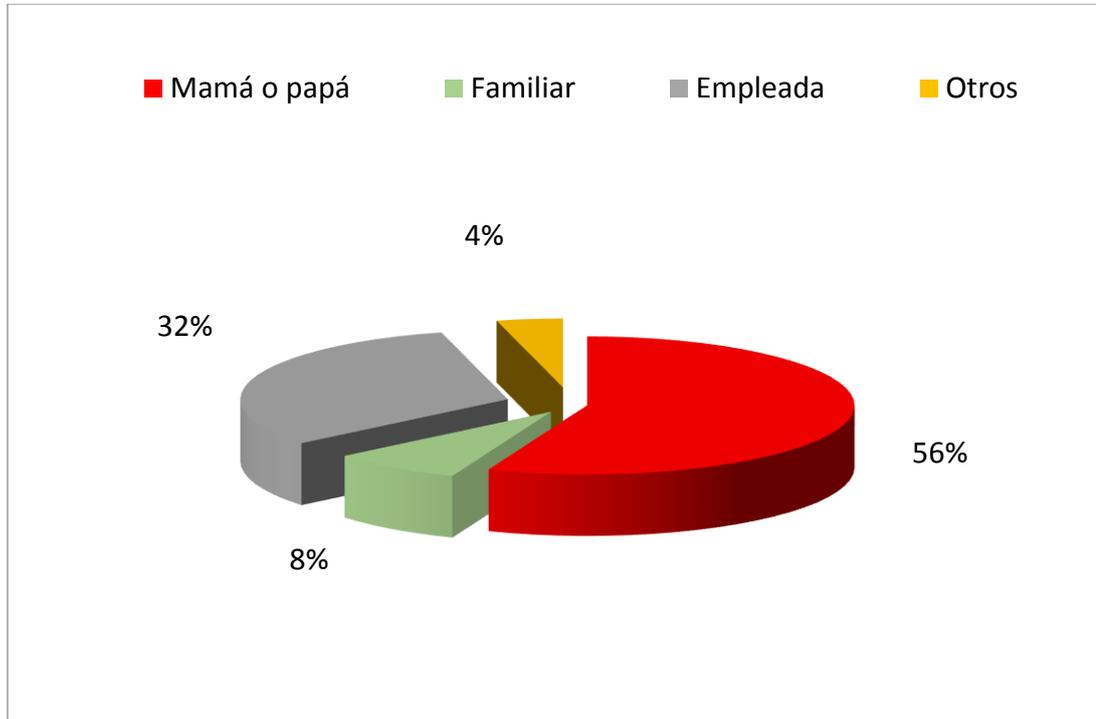
Análisis del gráfico con relación al tipo de familia, el 60% tiene una familia nuclear, el 24% monoparental, el 12% una familia extensa y el 4% una familia monoparental. Los resultados evidencian que la mayoría de familias de los niños involucrados en el estudio son nucleares, viven padres y hermanos juntos, por lo tanto se debería tener cuidado tanto el padre como la madre de la alimentación del menor para evitar problemas de salud en los miembros del hogar.



UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

Gráfico No. 22

Encargado de la cocina en la casa



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

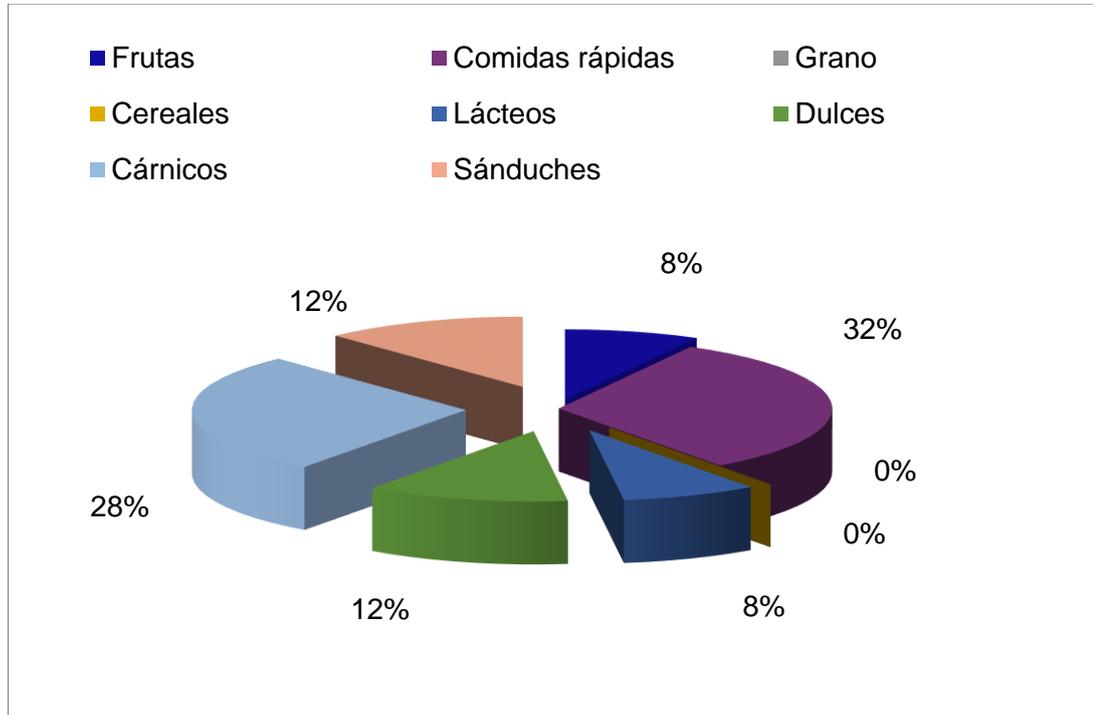
Análisis del gráfico, el 56% manifiesta que quien cocina en la casa es la mamá, el 32% indica que tiene una empleada que se encarga de esta actividad, el 8% manifiesta que un familiar y el 4% señala que otras personas. Los padres de familia indican que la persona encargada de las labores de cocina en la casa es la madre o una empleada, por lo tanto se debe concientizar al responsable de la alimentación del menor para que tenga conocimiento de los alimentos que son ventajosos para el niño y para que evite las comidas que contribuyan al padecimiento de enfermedades y la obesidad.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 23

#### Alimentos que consume con frecuencia en la casa



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

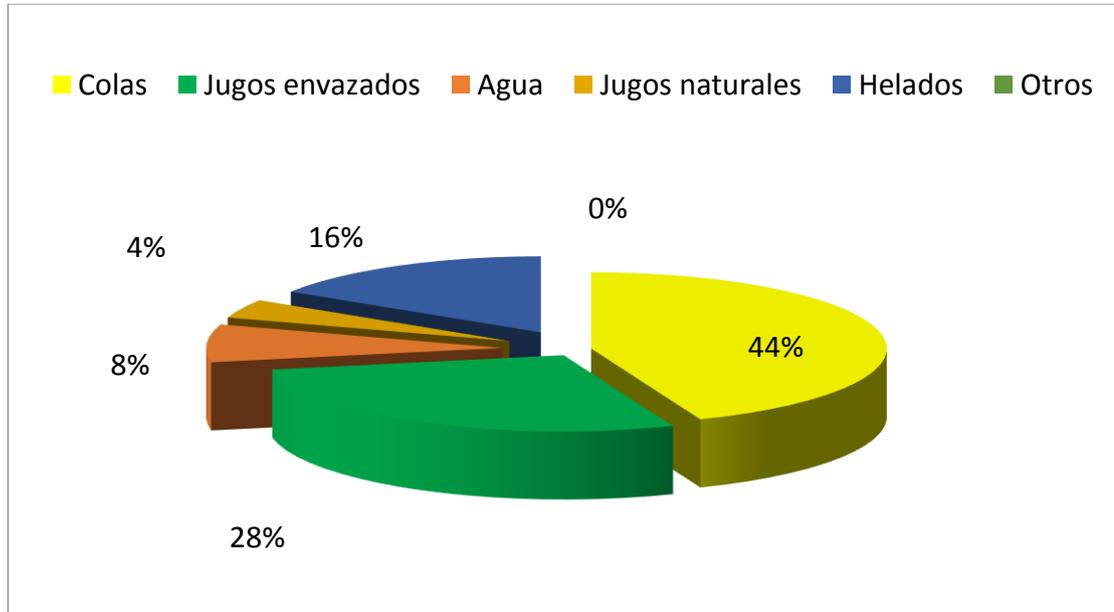
Análisis del gráfico con relación a los alimentos que consume con frecuencia en la casa, el 32% indica que consume comidas rápidas, el 28% productos cárnicos, el 12% sánduches, el 12% dulces, el 8% frutas, el 8% lácteos. De acuerdo a los resultados obtenidos se puede evidenciar que los padres de familia consumen de forma frecuente comidas rápidas como son las papitas fritas, pizza, hamburguesas, dulces, gaseosas, entre otros no aportan a la nutrición de las personas, por el contrario suman calorías, sal, azúcar y grasas al organismo, este mal hábito de los padres ocasiona que sus hijos crezcan con una mala alimentación que produce la obesidad.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.24

#### Bebida preferida en el hogar a la hora de las comidas



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

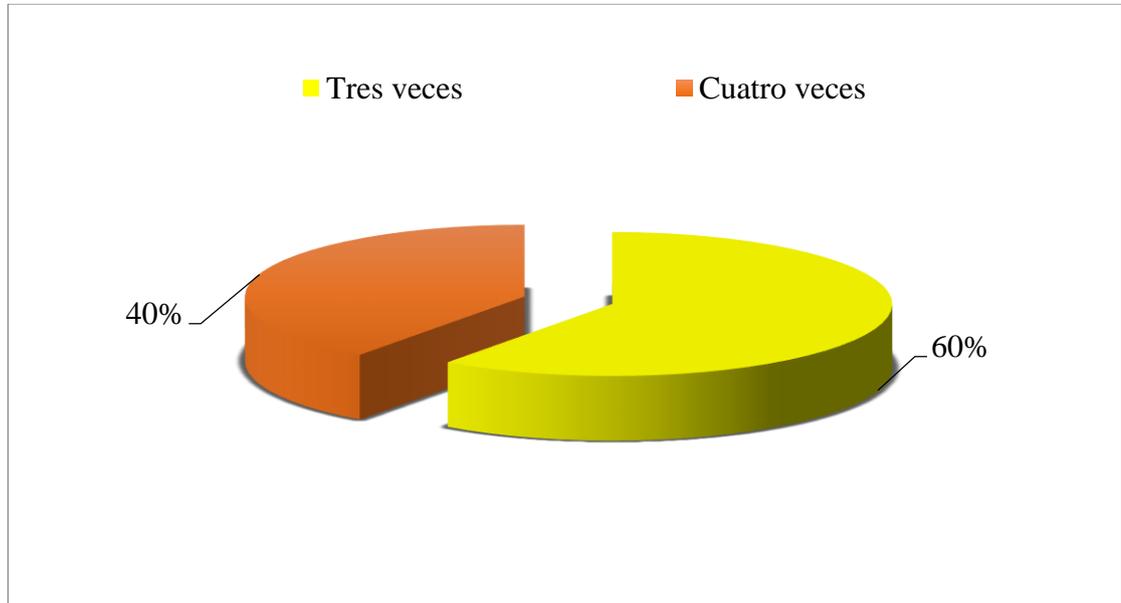
Análisis del gráfico con relación a la bebida preferida a la hora de las comidas, el 44% manifiesta que prefiere las gaseosas, el 28% gusta de los jugos envasados, el 16% prefiere consumir helados, el 8% agua y el 4% jugos naturales. Los padres de familia a la hora de las comidas prefieren las gaseosas y jugos envasados que no aportan con ningún tipo de nutriente en la dieta de las personas, por el contrario su alto contenido en azúcares que afecta los niveles en sangre de hormonas como la insulina, inhibe el apetito causando problemas metabólicos, obesidad, osteoporosis, diabetes, malestares cardiacos y cuadros alérgicos que afectan gravemente al ser humano adulto, mucho más a los niños.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 25

#### Número de comidas diarias



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

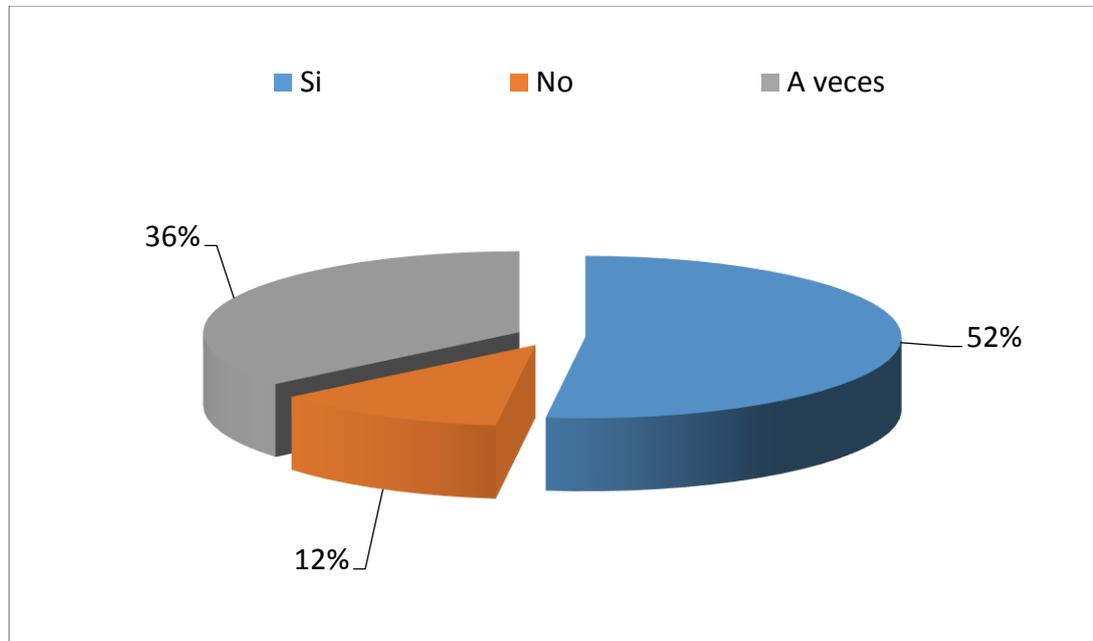
Análisis del gráfico con relación al número de comidas diarias, el 60% indica que come tres veces al día y el 40% un promedio de cuatro veces al día. Los resultados obtenidos permiten conocer que los padres de familia comen de tres a cuatro veces al día, sin embargo debido a la falta de conocimiento con relación a los hábitos alimenticios adecuados, es recomendable consumir cinco comidas al día, las tres principales (desayuno, comida y cena) y dos refrigerios entre cada una de ellas, entre el desayuno y la comida y entre la comida y la cena, sin embargo es importante que este refrigerio sea ligero en grasas, para que sean beneficiosos para contribuir a la activación del metabolismo y disminuir la ansiedad.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.26

#### Come su hijo entre comidas



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

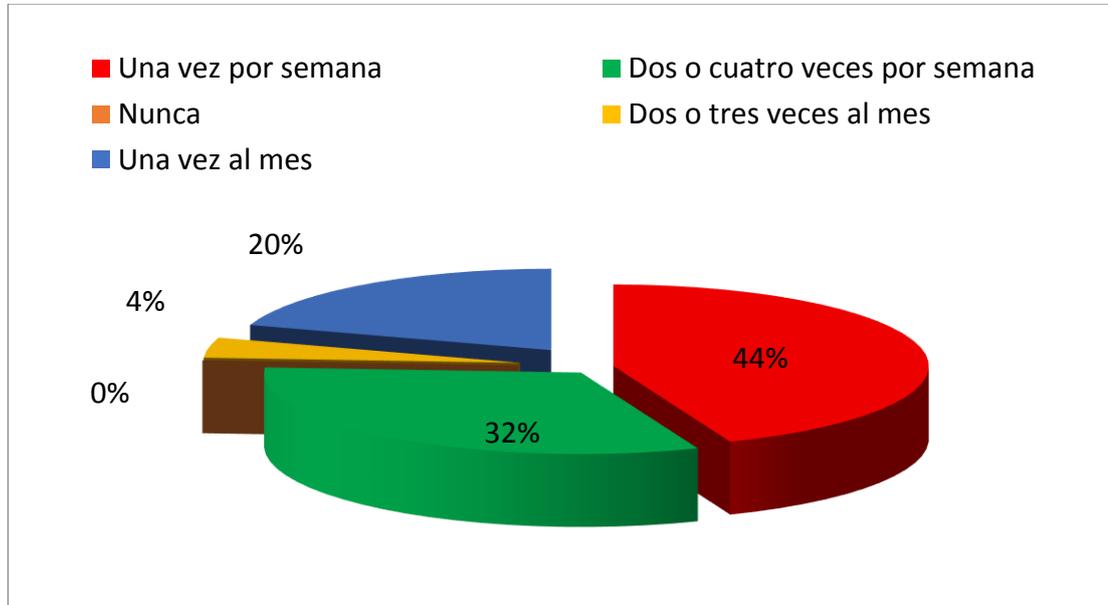
Análisis del gráfico, el 52% indica que su hijo come entre comidas, el 36% a veces y el 12% nunca. Los padres de familia indican que su hijo come entre comidas con frecuencia, por lo tanto se debe tener cuidado y control con los alimentos que se le están brindando para no contribuir a aumentar los niveles de glucosa y colesterol que puede perjudicar la salud del menor, a los niños se les debe suministrar coladas y refrigerios que cubran sus necesidades alimenticias y nutricionales, manteniendo la glucosa estable y aportando al aumento de la concentración para mejorar su desarrollo intelectual y crecimiento.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No.27

#### Cuántas veces lleva a su hijo a comer en locales de comidas rápidas



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

Análisis del gráfico con relación a la frecuencia de visitar locales de comida rápida con sus hijos, el 44% los lleva una vez a la semana, el 32% dos a cuatro veces por semana, el 20% una vez al mes y el 4% dos o tres veces al mes. Los resultados evidencian que los padres de familia acuden con frecuencia con sus hijos a locales de comidas rápidas, estas perjudican a la salud de los niños desencadenando enfermedades en el aparato digestivo, tales como las gastritis, colitis, úlceras, por lo tanto los malos hábitos alimenticios que tiene la población al consumir Frituras, pan, pizzas, refrescos embotellados, hamburguesas, hotdogs, etc, son perjudiciales para la salud.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 28

#### Frecuencia cocina comidas con alimentos fritos



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

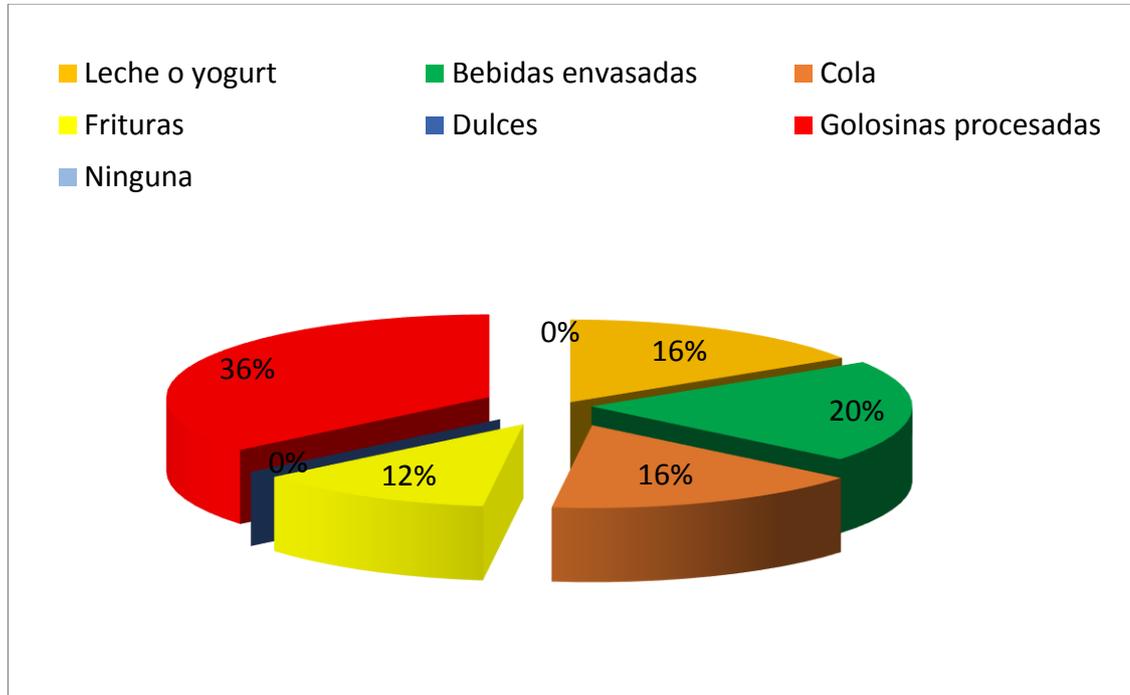
Análisis del gráfico con relación a la frecuencia de consumo de alimentos fritos, el 60% siempre los consume, el 32% a veces y el 8% rara vez. Los padres de familia manifiestan que consumen alimentos fritos todos los días, lo que contribuye al incremento de obesidad en los niños, además de las enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión arterial en la sociedad actual este problema se incrementa día tras día, aumentado el peso del menor, colesterol deficiencia cardiaca y resistencia a la insulina además de problemas digestivos que pueden terminar en cáncer de colon con el pasar de los años, por lo tanto es de vital importancia cambiar el estilo de vida de las familias.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

### Gráfico No. 29

#### Qué alimentos forman parte del lunch de su hijo (a)



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

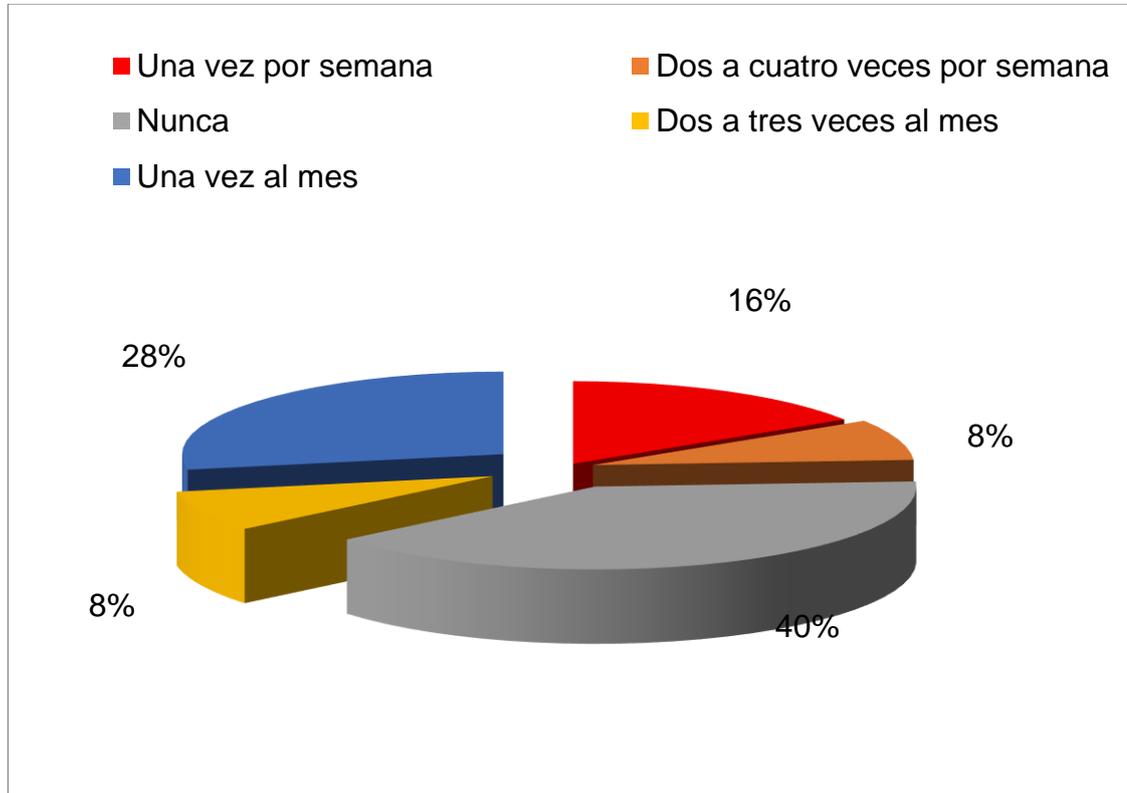
Análisis del gráfico con relación a los alimentos que el niño lleva a la escuela, el 36% lleva golosinas procesadas, el 20% bebidas envasadas, el 16% colas, el 16% leche o yogurt, el 12% frituras. Los padres de familia envían a sus hijos en el lunch golosinas procesadas (cachitos, tostitos, doritos, papas), que no aportan con nutrientes en la alimentación, estos alimentos tienen muchas calorías, proteínas, grasas, azúcares y sal en exceso, y además son escasos en hierro, calcio y vitaminas A, C y fibras, contribuyendo a la obesidad infantil.



## UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

Gráfico No. 30

### Con qué frecuencia hace ejercicios su hijo (a)



Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

Análisis del gráfico, el 40% indica que su hijo nunca realiza ejercicios, el 28% una vez al mes, el 16% una vez por semana, el 8% dos a cuatro veces por semana y el 8% dos a tres veces al mes. Los padres de familia indican que sus hijos realizan poca actividad física, por lo tanto no realizan deporte que le ayude a mejorar su vida y estado de salud, por lo tanto deben cambiar su estilo de vida dejar de consumir grandes cantidades de grasas, dulces, gaseosas que afectan a su cuerpo, desarrollo intelectual y crecimiento y realizar actividades físicas para mejorar y aumentar las condiciones favorables de la salud.

Una vez que se realizó la encuesta a los niños que estudian en el cuarto año sección "B" de la Escuela Particular Corazón de María y a sus padres de familia o representantes legales, se obtuvo los siguientes resultados:

### Cuadro No.4

#### Resultados obtenidos de la investigación de campo

Parámetro	Obesos	Sobrepeso	Otros	Total
Número de estudiantes	7	4	14	25
Come entre comidas todos los días	7	4	2	13
%	100%	100%	14%	52%
Consumo diario de varias golosinas y dulces	6	3	0	9
%	86%	75%	0%	36%
Consumo de alimentos procesados, bebidas gaseosas, helados y golosina en funda	6	4	1	11
%	86%	100%	7%	44%
Consumo semanal de comida chatarra	6	4	1	11
%	86%	100%	7%	44%
Preferencia de consumo de papas fritas, hamburguesas	7	4	8	19
%	100%	100%	57%	76%
Preferencia de consumo de colas y jugos envasados	7	4	3	14
%	100%	100%	21%	56%
Consumo de dulces en bar de la escuela o en tienda cercana a la casa	7	4	9	20
%	100%	100%	64%	80%
Realización de ejercicio físico	7	4	7	18
%	100%	100%	50%	72%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia.

Elaborado por: NaulaLlangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

Los resultados obtenidos evidencian que del 86% al 100% de los niños considerados como obesos, comen todos los días entre comidas, consumen golosinas y dulces varias veces al día, consumen alimentos procesados, gaseosas, helados, todos los días o varias veces a la semana, además que por lo menos una vez a la semana consumen comidas chatarras como papas fritas, hamburguesas, hot-dog, pizzas u otros y no realizan ejercicio físico, porque llevan una vida sedentaria, generalmente con entretenimiento en la computadoras, juegos electrónicos y redes sociales.

A diferencia de ello, al realizar la comparación de los mismos hábitos alimenticios y de realizar ejercicio físico, en los niños que durante la

medición de peso y talla no presentaron obesidad, se observó que un porcentaje de 14% a 21% si consumen comidas chatarras, frituras y dulces, mientras que el 50% no realiza ejercicio físico porque pasa horas jugando o entreteniéndose en la computadora y en el Internet.

Este resultado global permite corroborar que los malos hábitos alimenticios, con exceso de consumo de frituras, comida chatarra, colas y dulces, así como el sedentarismo, son factores que influyen en el incremento de la obesidad, siendo las principales razones que incidieron para que los 7 niños de este plantel sean considerados obesos.

Los niños con sobrepeso que fueron cuatro estudiantes pertenecientes a la muestra, tienen alto riesgo de ser obesos, si continúan con la práctica de los malos hábitos alimenticios y el sedentarismo.

- Incidencia =  $\frac{\text{Niños obesos}}{\text{Total de niños}}$
- Incidencia =  $\frac{7 \text{ niños obesos}}{25 \text{ niños}}$
- Incidencia =  $0,28 \times 100 = 28\%$

De acuerdo al cálculo efectuado se puede conocer que en el cuarto año de educación básica existe un 28% de niños con obesidad, por lo tanto se considera un problema de salud pública porque es una enfermedad que puede ocasionar diversos síntomas como es el caso de cansancio físico al realizar cualquier actividad física, además que pueden afectar el rendimiento escolar del infante.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **CONCLUSIONES**

Realizada la investigación de campo, se pudo conocer que la población mayoritaria de niños consume leche (52%) y pan (24%), en el almuerzo la mayoría de ellos comen sopa (80%) y arroz (20%), mientras que en la merienda consumen arroz con frituras (84%), conociéndose como hallazgo importante que el 52% de ellos comen todos los días entre comidas.

Otro de los hallazgos importantes de la investigación fue conocer que el 72% de los estudiantes de cuarto año de básica consume una a dos veces dulces y/o golosinas durante el día, siendo esta una de las potenciales causas de la obesidad, de acuerdo a la teoría acerca de la nutrición, debido a que la mayoría de estas golosinas tienen altos contenidos de grasa y bajo nivel de proteínas.

Los niños del cuarto grado sección "B" del plantel en estudio, comen en el recreo o en la tienda cercana a su domicilio, papas fritas (16%), golosinas en fundas (20%), colas (4%), helados y bolos (4%), evidenciando que el 44% de ellos tienen malos hábitos alimenticios, porque consumen alimentos procesados que contienen altas cantidades de azúcares y grasas.

Además, se pudo conocer que la población mayoritaria de los niños pertenecientes a la muestra, consume papas fritas, hamburguesas, hot – dog, como mínimo una vez por semana (32%) y de dos a cuatro veces por semana (12%), tan solo el 28% de personas nunca consumen este tipo de comida chatarras, hallazgo que unido a los resultados anteriores, manifiesta que los malos hábitos alimenticios son una de las causas que inciden en la obesidad infantil.

Otro de los hallazgos importantes de la investigación, fue reconocer que el 76% de los niños de cuarto grado de educación básica del plantel en estudio prefieren comer hamburguesas o comidas chatarras, tomar colas, helados o jugos envasados, los cuales contienen una gran cantidad de grasas y azúcares.

Con relación a la realización del deporte o ejercicio físico, el 72% de los niños pertenecientes a la muestra son sedentarios, es decir, que prefieren realizar cualquier otro tipo de actividad diferente al ejercicio o al deporte, por lo general, la tendencia a utilizar equipo de computación e Internet, ya sea en calidad de juegos electrónicos o en las redes sociales, se han convertido en el principal entretenimiento de los infantes, contribuyendo ello también a que haya mayor incidencia de obesidad.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda a las autoridades educativas que efectivicen acuerdos con el centro de salud más cercano para que eduquen a la población de padres de familia y niños del plantel, para que consuman todos los alimentos de la pirámide alimenticia en su dieta diaria, entre ellos se deben incluir, la leche, pan, carnes, pescado, arroz, sopa, entre otros.

Es necesario educar a la población de padres de familia y de niños del plantel, a leer las etiquetas de los alimentos procesados y bebidas envasadas, para evitar comprar productos altos niveles de grasa y azúcares, que pueden causar grave daño a la salud, o por lo menos minimizar el consumo de estos alimentos.

El control en los bares escolares y la supervisión en el recreo, para verificar lo que consumen los niños que se educan en el plantel en estudio, son las principales recomendaciones para minimizar el impacto de los malos hábitos alimenticios en la salud infantil.

Se debe recomendar a los padres de familia y representantes legales que minimicen el consumo de comida de chatarra, para minimizar el impacto de comer estos alimentos en la salud de sus hijos, porque estas comidas contienen elevados niveles de grasas y azúcares.

La educación también debe ir orientada a los niños, para que se concienticen acerca del consumo de comidas chatarras y la minimicen.

Además, se debe sugerir a los padres que realicen ejercicio físico con sus hijos por lo menos media hora diaria, reduciendo el tiempo que dedican los menores a las redes sociales y al Internet.

## BIBLIOGRAFÍA

Armánderiz, J. (2009). Seguridad e higiene en la manipulación de alimentos. Madrid-España: Editorial Paraninfo. Segunda edición.

Ariza, J. (2009). Amnesia. España: Editorial EDI. Primera edición.

Barbosa, G. (2008). Operaciones unitarias con la higiene de alimentos. Madrid-España: Editorial Tecnología de alimentos. Primera edición.

Berrios, G. (2010). Historia de los síntomas de los trastornos mentales. México: Editorial Fondo de cultura económica. Segunda edición.

Colbert (2009). La nueva cura bíblica para la pérdida de peso. New York: Editorial

Dolly, B. (2009). Alimentación, calidad, nutrición, productividad y beneficios. Medellín-Colombia: Segunda edición.

Fricker, y Fraysseix (2009). Guía de alimentos del niño. Madrid-España: Editorial BLUME. Primera edición.

Gil (2010). Tratado de nutrición. Madrid-España: Editorial Medica Panamericana. Primera edición.

Hernández, M. (2010). Alimentación infantil. Madrid-España: Editorial Díaz de Santos. Tercera edición.

Hernández y Sastre (2010). Tratado de nutrición. Madrid: Editorial Díaz de Santos. Primera edición.

Jódar, Barrosa, Brun y Nieto (2009). Trastornos del lenguaje y la memoria. Barcelona: Editorial UOC. Primera edición.

Kanashiro, Espinola y Prain (2009). Fortalecimiento de la nutrición infantil. Lima-Perú: Editorial URBAN HARVEST. Primera edición.

Kula, W. (2008). Las medidas. Estados Unidos. Tercera edición.

Ministerio de Salud Pública, INEC (2013). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut 2011 – 2013). Quito – Ecuador: <http://www.telegrafo.com.ec/sociedad/item/seis-de-cada-10-adultos-tiene-sobrepeso-en-el-pais.html>

Ogden, J. (2009). Psicología de la alimentación. Madrid-España: Editorial Morota. Primera edición.

Organización Mundial de la Salud (2014). Obesidad y sobrepeso. Ginebra, Suiza: OMS. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

Organización Panamericana de la Salud (2014). Obesidad. Washington: OPS. [http://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=category&id=824](http://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=category&id=824)

Pamplona, J. (2011). Salud por los alimentos. Madrid-España: Editorial Safeliz. Primera edición.

Posada, Gómez y Ramírez (2011), El niño sano. Colombia: Editorial Panamericana. Tercera edición.

Pérez y Oliva (2010). Calidad de vida. Madrid: Editorial UNED. Primera edición.

Raspini, Stábile, Dirr y Di Lorio (2009). Alimentación del niño sano. Argentina: Editorial FASTA. Primera edición.

Rodríguez (2009). Bases de la alimentación humana. España: Editorial NETBIBLO. Primera edición.

Román, Guerrero y Luna (2011). Dietoterapia, nutrición clínica y metabolismo. Madrid: Editorial SEEN (Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición). Primera edición.

Sirvent y Garrido (2010). Valoración antropométrica de la composición corporal. San Vicente: Editorial Ciencias de la Salud. Tercera edición.

Soriano (2011). Nutrición básica humana. Madrid-España: Editorial PUV. Primera edición.

**ANEXOS**

← → <https://secure.orkund.com/view/13389261-748308-903449#q1bKLvayio6tBQA=>

ORKUND

Cristina González (cristina\_gonzalez01) ▾

Document: [TESIS ANA MAJULA 26 FEBRERO 2015.docx](#) (D13380109)  
Submitted: 2015-02-27 01:03 (-05:00)  
Submitted by: fannyronquillo59@hotmail.com  
Receiver: cristina.gonzalez01.ucsg@analysis.orkund.com  
Message: Trabajos de titulación [Show full message](#)  
 of this approx. 28 pages long document consists of text present in 0 sources.

List of sources

Rank	Path/Filename
	<a href="http://www.monografias.com/trabajos82/obesidad-infantil-estudio-comparativo-obesidad-in...">http://www.monografias.com/trabajos82/obesidad-infantil-estudio-comparativo-obesidad-in...</a>
	<a href="#">PROYECTO DISGRAFIA.docx</a>
	<a href="http://www.buenastareas.com/ensayos/Los-Da%C3%B1os-De-La-Comida-Chatarra/56796384...">http://www.buenastareas.com/ensayos/Los-Da%C3%B1os-De-La-Comida-Chatarra/56796384...</a>
	<a href="http://www.inkar.at.com/es/arti.asp?ref=consecuencia-comida-basura">http://www.inkar.at.com/es/arti.asp?ref=consecuencia-comida-basura</a>
Alternative sources	
	<a href="http://clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/Marco-Teorico/1732061.html">http://clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/Marco-Teorico/1732061.html</a>



0 Warnings Reset Export Share

UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS CARRERA DE ENFERMERIA "SAN VICENTE PAUL" "TITULO DEL PROYECTO" INCIDENCIA DE OBESIDAD EN NIÑOS DE EDAD ESCOLAR DEL CURSO 4TO B DE BASICA DE LA ESCUELA PARTICULAR N°276 "CORAZÓN DE MARÍA" DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL. AUTORES: Naula Liangari Ana Del Rocio Ponce Larreategui José Luis TUTORA: Lic. Fanny Ronquillo de León Mg. Guayaquil, Ecuador 2015 ÍNDICE GENERAL

Contenido Pág. Portada I Certificación II Declaración de responsabilidad III Autorización IV Agradecimiento V Dedicatoria VI Calificación VII Índice General VIII Índice de Cuadros IX Índice de Gráficos X Resumen XI Abstract XII

Introducción 1

CAPÍTULO I

Planteamiento del problema 3 Justificación 6 Objetivos 8 Objetivo general 8 Objetivos específicos 8 Variables generales y operacionalización 9 Diseño de la metodología 12

CAPÍTULO II

Marco conceptual 14 Obesidad 14 Expendio en los bares 17 Valoración nutricional 19 Estado nutricional 21 Alimentación 22 Nutrición 23 Alimentación del niño/a escolar 25 Requerimientos nutricionales y desarrollo 26

CAPÍTULO III PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Mgs. Cristina González  
C.I.: 1201511027  
DOCENTE UCSG

M Borradores (120) - cristin... x U URKUND - Log in... x U Home - URKUND... x U D13380109 - TESIS ANA... x U Urkund Report - TESIS A... x U Home - URKUND... x

file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Urkund%20Report%20-%20TESIS%20ANA%20NAULA%2026%20FEBRERO%202015.docx%20(D13380109).pdf

# URKUND

## Urkund Analysis Result

**Analysed Document:** TESIS ANA NAULA 26 FEBRERO 2015.docx (D13380109)  
**Submitted:** 2015-02-27 07:03:00  
**Submitted By:** fannyronquillo59@hotmail.com

Sources included in the report:

Instances where selected sources appear:

0

13:20  
09/03/2015

Mgs. Cristina González  
C.I. 1201511027  
DOCENTE UCSC

Borradores (128) - cristin... x URKUND - Log in x Home - URKUND x D13380109 - TESIS ANA x Urkund Report - TESIS ANA x Home - URKUND x

file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Urkund%20Report%20-%20TESIS%20ANA%20NAULA%2026%20FEBRERO%202015.docx%20(D13380109).pdf

TESIS ANA NAULA 20 FEBRERO 2015.DOCX (D13380109)

3

**RESUMEN** La obesidad es uno de los problemas de salud pública que ha tenido un gran crecimiento en la población infantil, a nivel nacional se sitúa con una tasa de crecimiento del 5%, por ello las autoridades sanitarias le están dando la importancia necesaria, más aún cuando causaron enfermedades hipertensivas que fueron las principales causas de mortalidad en el país, por ello se formuló como objetivo principal, identificar y analizar las razones por las cuales existen incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4TO B de Básica de la Escuela Particular N°276 "Corazón de María" de la ciudad de Guayaquil. Para ello se aplicó una metodología descriptiva, transversal y cuantitativa, con el uso de la encuesta a los estudiantes y a los padres de familia de la Unidad educativa en mención, con lo cual se pudo verificar los siguientes hallazgos: la población mayoritaria de niños consume leche (52%) y pan (24%) en el desayuno, en el almuerzo comen sopa (80%) y arroz (20%), en la merienda consumen arroz con frituras (84%), el 52% comen todos los días entre comidas, además el 72% come una a dos veces dulces y/o golosinas durante el día en la escuela o en las tiendas cercanas a su casa, también comen papas fritas (16%), golosinas en fundas (20%), colas (4%), helados y bolos (4%), 44% tienen malos hábitos alimenticios, porque consumen alimentos procesados y comidas chatarras que contienen altas cantidades de azúcares y grasas, 1 a 2 veces a la semana, siendo su bebida preferida la cola en el 76% de los casos, mientras que 72% no practican actividad física, contribuyendo ello también a que haya mayor incidencia de obesidad. Palabras claves: Incidencia, Obesidad, Edad, Escolar.

**ABSTRACT** Obesity is one of the public health problems that has had tremendous growth in children, not only nationally where it stands with a growth rate of 5%, but in the whole world, why health authorities will they are giving the necessary importance, especially when caused hypertensive diseases were the leading causes of death in the country, so it was formulated as main objective to identify and analyze the reasons why there incidence of obesity in schoolchildren course Basic 4TH B of the Special School No. 276 "Heart of Mary" in the city of Guayaquil. It is descriptive, transversal and quantitative methodology, using the survey to students and parents in the educational unit in question, which could be verified applied the following findings: the majority population of children consume milk (52%) and bread (24%) at breakfast, at lunch eat soup (80%) and rice (20%), at snack eaten fried rice (84%), 52% eat every day between meals, plus 72% eat once or twice sweets and / or snacks during the day at school or in stores near your home, they also eat fries (16%), treats in cases (20%), tails (4%), ice cream and bowling (4%), 44% had poor eating habits, because they consume processed foods and junk foods that contain high amounts of sugar and fat, 1-2 times a week, with your favorite beverage line at 76% of cases, while 72% did not do physical activity, thereby contributing also to have higher incidence of obesity. Keywords: Incidence, Obesity, Age, School.

**INTRODUCCIÓN** La malnutrición no solo está referida a los problemas de

Equipo

Urkund Report - T...

Doc2 - Microsoft...

Documentos2 - M...

16:20

05/03/2015

Mgs. Cristina González  
C.I.: 1201501027  
DOCENTE UCSG

M Borradores (128) - cristin... x U URKUND - Log in x U Home - URKUND x U D13380109 - TESIS AVA x Urkund Report - TESIS A... x U Home - URKUND x

file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Urkund%20Report%20-%20TESIS%20ANA%20NAULA%2026%20FEBRERO%202015.docx%20(D13380109).pdf

UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA "SAN VICENTE PAÚL" "TÍTULO DEL PROYECTO" INCIDENCIA DE  
OBESIDAD EN NIÑOS DE EDAD ESCOLAR DEL CURSO 4TO B DE BÁSICA DE LA ESCUELA  
PARTICULAR N°276 "CORAZÓN DE MARÍA" DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL. AUTORES: Naula  
Llangari Ana Del Rocio Ponce Larreategui José Luis TUTORA: Lic. Fanny Ronquillo de León Mg.  
Guayaquil, Ecuador 2015 ÍNDICE GENERAL

Contenido Pág. Portada I Certificación II Declaración de responsabilidad III Autorización IV  
Agradecimiento V Dedicatoria VI Calificación VII Índice General VIII Índice de Cuadros IX Índice de  
Gráficos X Resumen XI Abstract XII

Introducción 1

CAPÍTULO I

Planteamiento del problema 3 Justificación 6 Objetivos 8 Objetivo general 8 Objetivos específicos 8  
Variables generales y operacionalización 9 Diseño de la metodológico 12

CAPÍTULO II

Marco conceptual 14 Obesidad 14 Expendio en los bares 17 Valoración nutricional 19 Estado  
nutricional 21 Alimentación 22 Nutrición 23 Alimentación del niño/a escolar 25 Requerimientos  
nutricionales y desarrollo 26

CAPÍTULO III PRESENTACIÓN Y ANALISIS DE RESULTADOS

Presentación y análisis de la ficha de observación aplicada a niños de 4to año "B" Escuela  
particular Corazón de Caría 30 Encuesta aplicada a padres de alumnos del 4to año sección "B"  
Escuela Particular Corazón de María 47 Resultados de las encuestas 57

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones 59

Recomendaciones 61

Bibliografía 62

Equipo Windows Report - T... Doc2 - Microsoft... Documento2 - M... 18:20 09/03/2015

Mgs. Cristina González  
C.I. 1201511027  
DOCENTE UCSG



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL



Certificado No CQR-1497



[www.ucsg.edu.ec](http://www.ucsg.edu.ec)  
Apartado 09-01-4671

Teléfonos:  
2206952 – 2200286  
Ext. 1818 – 11817

Guayaquil-Ecuador

CE-114-2015

Guayaquil 23 de febrero del 2015

**HERMANA  
LUGARDA RODRIGUEZ  
ESCUELA CORAZÓN DE MARIA**

En su despacho.-

De mis consideraciones:

La suscrita Directora de la Carrera de Enfermería "San Vicente de Paul" de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil, conoecedora de su espíritu de colaboración en lo que a Docencia se refiere, se permite solicitar a Usted, la autorización para que los estudiantes **PONCE LARREATEGUI JOSE** y **NAULA LLANGARI ANA** quienes se encuentran realizando el trabajo de titulación con el tema "INCIDENCIA DE OBESIDAD EN NIÑOS DE EDAD ESCOLAR EN EL CURSO 4TO B DE LA ESCUELA PARTICULAR CORAZÓN DE MARIA DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL" realicen la encuesta en la institución que usted dignamente dirige.

Agradeciendo a la presente, aprovecho la oportunidad para reiterarle mis agradecimientos.

Atentamente

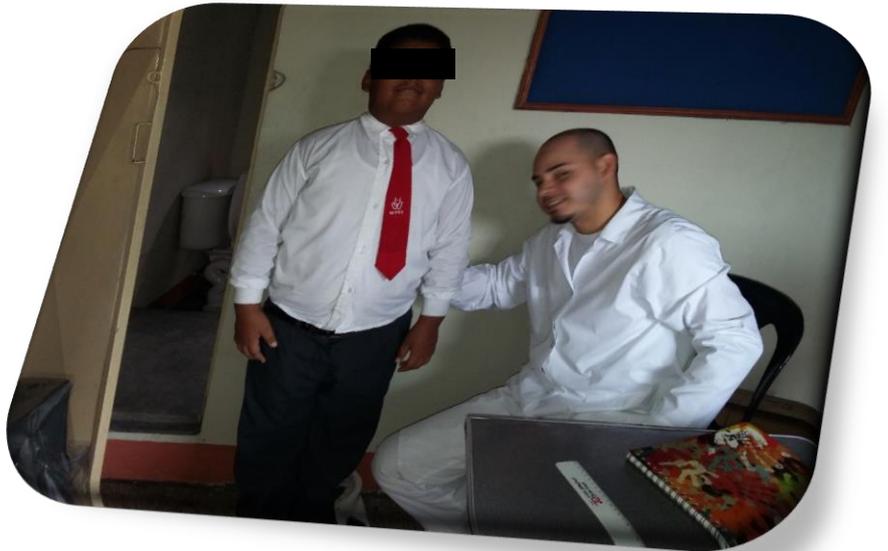
  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL  
Carrera de Enfermería "San Vicente de Paul"  
Lcda. Angela Mendoza Vincés

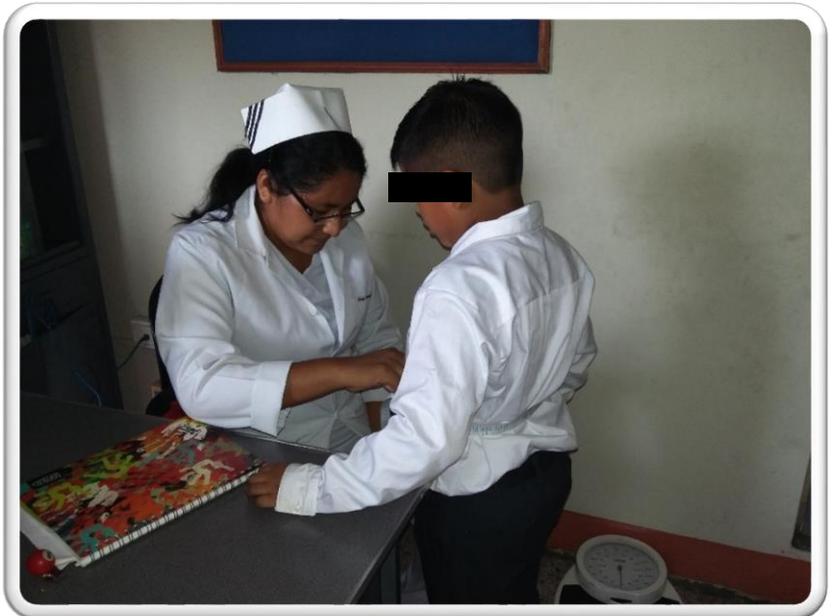
Lcda. Angela Mendoza Vincés (e)  
**DIRECTORA (E)  
CARRERA DE ENFERMERIA**



Cc: Archivo

AM/Fátima





## ANEXO No. 1

### ENCUESTA APLICADA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ALUMNOS DEL CUARTO AÑO BÁSICO SECCIÓN "B" DE LA ESCUELA PARTICULAR CORAZÓN DE MARÍA

**Objetivo:** Conocer la incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4<sup>TO</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 "Corazón de María" de la ciudad de Guayaquil.

#### Instructivo:

- A) Lea cada pregunta y sírvase responder con la letra de su elección en el casillero correspondiente.
- B) La encuesta es anónima, por lo tanto no se sugiere su identificación.
- C) Marque con una X.

#### Cuestionario:

##### 1) Tipo de familia :

- (F. nuclear) Tus padres y hermanos
- (F . monoparental 1) Con tu mama y hermanos
- (F. monoparental 2) Con tu papa y hermanos
- (F. ensamblada) Con tus tíos o abuelos
- (F. extensa) Con tus padres y parientes

##### 2) ¿Cuál es la persona que cocina en casa?

- Mamá o papá
- Familiar

- Empleada
- Otros

**3) ¿Qué alimentos consumen con más frecuencia en la casa?**

- Frutas
- Comida rápida
- Granos
- Cereales
- Lácteos
- Dulces
- Cárnicos
- Sánduches

**4) ¿Cuál es la bebida preferida en el hogar a la hora de las comidas?**

- Colas
- Agua
- Jugos envasados
- Otros

**5) No. de comidas diarias**

- Una
- Dos
- Tres
- Cuatro o más

**6) ¿Come su hijo entre comidas?**

- Si
- No
- A veces

**7) ¿Cuántas veces lleva a su hijo a comer en locales de comida rápida?**

- 1 vez por semana
- 2 a 4 veces por semana
- Nunca
- 2 a 3 veces al mes
- 1 vez al mes

**8) ¿Con qué frecuencia cocina comidas con alimentos fritos?**

- Siempre (Todos los días)
- A veces ( 2 o 3 veces por semana)
- Rara vez

**9) ¿Qué alimentos forman parte del lunch de su hijo(a)?**

- Leche o yogurt
- Bebidas envasadas
- Cola
- Frituras
- Dulces
- Golosina procesada
- Ninguna

**10) ¿Con qué frecuencia hace ejercicio su hijo(a)?**

- 1 vez por semana
- 2 a 4 veces por semana
- Nunca
- 2 a 3 veces al mes
- 1 vez al mes

## ANEXO No. 2

### FICHA DE OBSERVACIÓN APLICADA A LOS NIÑOS DEL CUARTO AÑO BÁSICO SECCIÓN "B" DE LA ESCUELA PARTICULAR CORAZÓN DE MARÍA

**Objetivo:** Conocer la incidencia de obesidad en niños de edad escolar del curso 4<sup>TO</sup> B de Básica de la Escuela Particular N°276 "Corazón de María" de la ciudad de Guayaquil.

1.	Comida del desayuno	Observaciones
	Leche	
	Tortillas	
	Té	
	Fruta	
	Pan	
	Galletas	
2.	Comida del almuerzo	
	Sopa	
	Arroz	
	Frituras	
	Comidas chatarras	
	Otros	
3.	Comida de la merienda	
	Arroz	
	Sopa	
	Comida rápida	
	Frituras	
	Dulces, golosinas	
	Otros	
4.	Consumo de alimentos entre comidas	
	Todos los días	
	Varias veces a la semana	
	Una vez a la semana	
	Varias veces al mes	
	Nunca	
5.	Cantidad de golosinas consumidas al día	
	Ninguno	
	Uno	
	Dos	
	Tres	
	Más de cinco	

<b>6.</b>	<b>Comida que consume en el recreo</b>		
	Papas fritas		
	Colas		
	Bolos, helados		
	Cachitos		
	Galletas		
	Golosina en funda		
	Frutas		
	Otros		
<b>7.</b>	<b>Consumo de papas fritas, hamburguesas, pizzas, hot-dog</b>		
	Una vez por semana		
	Dos a cuatro por semana		
	Nunca		
	Dos a tres veces al mes		
	Una vez al mes		
<b>8.</b>	<b>Comida favorita</b>		
	Papas fritas, hamburguesas		
	Hortalizas verduras		
	Frutas		
	Huevos o tortillas fritas		
	Pan		
	Otros		
<b>9.</b>	<b>Bebida favorita</b>		
	Colas		
	Jugos envasados		
	Agua		
	Jugos naturales		
	Helados		
	Otros		
<b>10.</b>	<b>Consumo galletas, cake, dulces, caramelos, chocolates</b>		
	Una vez por semana		
	Dos a cuatro por semana		
	Nunca		
	Dos a tres veces al mes		
	Una vez al mes		
<b>11.</b>	<b>Consumo de golosinas en el bar de la escuela</b>		
	Una vez por semana		
	Dos a cuatro por semana		
	Nunca		
	Dos a tres veces al mes		
	Una vez al mes		
<b>12.</b>	<b>Práctica de ejercicios o deportes</b>		
	Una vez por semana		
	Dos a cuatro por semana		
	Nunca		
	Dos a tres veces al mes		

### Anexo No. 3

#### Tabla de parámetros de estudiantes del cuarto año básico "B"

<b>SEXO</b>			
<b>MASCULINO</b>	<b>%</b>	<b>FEMENINO</b>	<b>%</b>
11	44	14	56
		<b>TOTAL</b>	<b>25</b>

<b>EDAD</b>			
<b>8</b>	<b>%</b>	<b>9</b>	<b>%</b>
16	64	9	36
		<b>TOTAL</b>	<b>25</b>

<b>PESO NORMAL</b>			
<b>MASCULINO</b>	<b>%</b>	<b>FEMENINO</b>	<b>%</b>
4	16	8	32
		<b>TOTAL</b>	<b>12</b>

<b>SOBREPESO</b>			
<b>MASCULINO</b>	<b>%</b>	<b>FEMENINO</b>	<b>%</b>
3	12	3	12
		<b>TOTAL</b>	<b>6</b>

<b>OBESIDAD</b>			
<b>MASCULINO</b>	<b>%</b>	<b>FEMENINO</b>	<b>%</b>
4	16	3	12
		<b>TOTAL</b>	<b>7</b>

#### Anexo No. 4

#### Lista de los alumnos del cuarto año básico "B"

N	Alumnos	Edad	Peso	Talla	IMC Kg/m <sup>2</sup>	Altura
1	Araujo Castro Allison Ivonne	9	35.5 kg.	1.38	18.38	65 cm.
2	Casagrande Valdiviezo Ismael Moises	8	45kg	1.39	23.29	82 cm
3	Cevallos Díaz Pierina Alexandra	8	28 kg.	1.25	17.92	62 cm.
4	Fernández Toala Elkin Omar	8	31 kg.	1.24	20.16	66 cm
5	Franco Jurado Kristhel Narcisa	9	24 kg	1.32	13.99	54 cm
6	Gómez Montero Stephanie Michelle	8	25 kg	1.29	15.02	53 cm
7	González Terreros Javier Andrés	9	26 kg	1.29	15.62	59 cm
8	HueblaBajañaKerly Alejandra	9	38 kg	1.27	23.56	74 cm
9	Loor Molina Dayanara Ivonne	8	35 kg	1.39	18.12	62 cm
10	Merchán Zambrano Solange Rossemary	8	25 kg	1.29	15.02	53 cm
11	Mero Zambrano Valeria Stefanía	9	25 kg	1.21	17.08	55 cm
12	Miranda Basurto Ismael Antonio	8	36 kg	1.27	23.32	74 cm
13	Montoya Chichanda Mirian Abigail	8	40 kg	1.25	25.6	76 cm
14	Pacheco Moreno Mariuxi Cristina	9	40 kg	1.32	22.96	73 cm
15	ParragaYaguaremaMarku sAndres	8	31 kg	1.29	18.63	69 cm
16	Parrales Galarza Cristhian Leonardo	9	35 kg	1.29	21.03	74 cm
17	PincayPlúa Gregory Ruben	8	27 kg	1.29	16.22	63 cm
18	Quispe Lugo Domenique Natacha	8	30 kg	1.26	18.9	68 cm
19	Ramírez Reyna Alex Ezequiel	8	31 kg	1.29	18.63	69 cm
20	Rico Navarrete Valeria Andrea	8	22 kg	1.26	17.01	58 cm
21	Ruíz González ZharickMadeline	8	32 kg	1.26	20.16	66 cm
22	Sarmiento Peñafiel Jonathan Danilo	9	34 kg	1.40	17.35	66 cm
23	Valdez Ortega	8	30 kg	1.26	18.9	68 cm

	BriankaBetsabeth					
<b>24</b>	Veloz Egas Javier Andrés	9	40 kg	1.33	22.61	77 cm
<b>25</b>	Villegas Yagual Cristhian Alejandro	8	50 kg	1.39	25.88	87 cm

## Anexo No. 5

### Registros de los cuadros de las encuestas aplicadas a los niños del cuarto año básico sección "B"

**Género:**

**Cuadro No. 1**  
**Género del niño(a)**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Femenino	11	56%
Masculino	14	44%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

**Edad:**

**Cuadro No. 2**  
**Edad del niño(a)**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
8 años	16	64%
9 años	9	36%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

**Peso:**

**Cuadro No. 3**  
**Peso del niño(a)**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
22 a 26 Kg	6	24%
27 a 31 Kg	6	24%
32 a 36 Kg	6	24%
37 a 41 Kg	0	0%
42 a 46 Kg	6	24%
47 a 51 Kg	1	4%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

**Altura:**

**Cuadro No. 4**  
**Altura del niño(a)**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
1.21 a 1.25 cm	4	16%
1.26 a 1.30 cm	11	44%
1.31 a 1.35 cm	5	20%
1.36 a 1.40 cm	5	20%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

**Índice de masa corporal:**

**Cuadro No. 5**  
**Índice de masa corporal del niño(a)**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
13 a 16 IMC Kg/m <sup>2</sup>	5	20%
17 a 20 IMC Kg/m <sup>2</sup>	11	44%
21 a 24 IMC Kg/m <sup>2</sup>	7	28%
25 IMC Kg/m <sup>2</sup> o más	2	8%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Ficha de observación aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

### 1) Comida del desayuno

**Cuadro No. 6**  
**Comida del desayuno**

Descripción	Frecuencia	%
Leche	13	52%
Tortillas	1	4%
Té	2	8%
Fruta	1	4%
Pan	6	24%
Galletas	2	8%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis.

### 2) Comida del almuerzo

**Cuadro No. 7**  
**Comida del almuerzo**

Descripción	Frecuencia	%
Sopa	20	80%
Arroz	5	20%
Frituras	0	0%
Comidas chatarras	0	0%
Otros	0	0%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

### 3) Comida de la merienda

**Cuadro No. 8**  
**Comida de la merienda**

Descripción	Frecuencia	%
Arroz	16	64%
Sopa	1	4%
Comida rápida	0	0%
Frituras	5	20%
Dulces, golosinas	0	0%
Otros	3	12%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

#### 4) Consumo de alimentos entre comidas

**Cuadro No. 9**

##### **Consumo de alimentos entre comidas**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Todos los días	13	52%
Varias veces a la semana	8	32%
Una vez a la semana	2	8%
Varias veces al mes	2	8%
Nunca	0	0%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

#### 5) Cantidad de golosinas consumidas al día

**Cuadro No. 10**

##### **Cantidad de golosinas consumidas al día**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Ninguno	4	16%
Uno	12	48%
Dos	6	24%
Tres	1	4%
Más de cinco	2	8%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

#### 6) Comida que consume en el recreo

**Cuadro No. 11**

##### **Comida que consume en el recreo**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Papas fritas	4	16%
Colas	1	4%
Bolos, helados	1	4%
Cachitos	0	0%
Galletas	4	16%
Golosina en funda	5	20%
Frutas	6	24%
Otros	4	16%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".

Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## 7) Consumo de papas fritas, hamburguesas, pizzas, hot-dog

**Cuadro No. 12**

### Consumo de papas fritas, hamburguesas, pizzas, hot-dog

Descripción	Frecuencia	%
Una vez por semana	8	32%
Dos a cuatro por semana	3	12%
Nunca	7	28%
Dos a tres veces al mes	1	4%
Una vez al mes	6	24%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## 8) Comida favorita

**Cuadro No. 13**

### Comida favorita

Descripción	Frecuencia	%
Papas fritas, hamburguesas	19	76%
Hortalizas verduras	0	0%
Frutas	2	8%
Huevos o tortillas fritas	3	12%
Pan	1	4%
Otros	0	0%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## 9) Consume galletas, cake, dulces, caramelos, chocolates

**Cuadro No. 14**

### Consume galletas, cake, dulces, caramelos, chocolates

Descripción	Frecuencia	%
Una vez por semana	10	40%
Dos a cuatro por semana	5	20%
Nunca	4	16%
Dos a tres veces al mes	3	12%
Una vez al mes	3	12%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## 10) Consumo de golosinas en el bar de la escuela

**Cuadro No. 15**

### Consumo de golosinas en el bar de la escuela

Descripción	Frecuencia	%
Una vez por semana	16	64%
Dos a cuatro por semana	4	16%
Nunca	1	4%
Dos a tres veces al mes	3	12%
Una vez al mes	1	4%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## 11) Práctica de ejercicios o deportes

**Cuadro No. 16**

### Práctica de ejercicios o deportes

Descripción	Frecuencia	%
Una vez por semana	1	4%
Dos a cuatro por semana	2	8%
Nunca	18	72%
Dos a tres veces al mes	1	4%
Una vez al mes	3	12%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los niños del cuarto año básico sección "B".  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

## Anexo No. 5

### Registros de los cuadros de las encuestas aplicadas a los padres de familia del cuarto año básico sección "B"

#### 1) ¿Tipo de familia?

**Cuadro No. 17**

#### **Tipo de familia**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
(F. nuclear) Padres y hermanos	15	60%
(F. monoparental 1) mama y hermanos	6	24%
(F. monoparental 2) papá y hermanos	1	4%
(F. ensamblada) tíos y abuelos	0	0%
(F.extensa) padres y parientes.	3	12%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

#### 2) ¿Cuál es la persona que cocina en su casa?

**Cuadro No. 18**

#### **Encargado de la cocina en la casa**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Mamá o papá	14	56%
Familiar	2	8%
Empleada	8	32%
Otros	1	4%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

### 3) ¿Qué alimentos consumen con frecuencia en la casa?

**Cuadro No. 19**

#### **Alimentos que consume con frecuencia en la casa**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Frutas	2	8%
Comidas rápidas	8	32%
Grano	0	0%
Cereales	0	0%
Lácteos	2	8%
Dulces	3	12%
Cárnicos	7	28%
Sánduches	3	12%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

### 4) ¿Cuál es la bebida preferida en el hogar a la hora de las comidas?

**Cuadro No. 20**

#### **Bebida preferida en el hogar a la hora de las comidas**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Colas	11	44%
Jugos envasados	7	28%
Agua	2	8%
Jugos naturales	1	4%
Helados	4	16%
Otros	0	0%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

5) ¿Número de comidas diarias?

**Cuadro No. 21**

**Número de comidas diarias**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Tres veces	15	60%
Cuatro veces	10	40%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

6) ¿Come su hijo entre comidas?

**Cuadro No. 22**

**Come su hijo entre comidas**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Si	13	52%
No	3	12%
A veces	9	36%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

7) ¿Cuántas veces lleva a su hijo a comer en locales de comidas rápidas?

**Cuadro No. 23**

**Cuántas veces lleva a su hijo a comer en locales de comidas rápidas**

<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Una vez por semana	11	44%
Dos o cuatro veces por semana	8	32%
Nunca	0	0%
Dos o tres veces al mes	1	4%
Una vez al mes	5	20%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

8) ¿Con qué frecuencia cocina comidas con alimentos fritos?

**Cuadro No. 24**

**Frecuencia cocina comidas con alimentos fritos**

Descripción	Frecuencia	%
Siempre (todos los días)	15	60%
A veces (dos o tres veces por semana)	8	32%
Rara vez	2	8%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

9) ¿Qué alimentos forman parte del lunch de su hijo (a)?

**Cuadro No.25**

**Qué alimentos forman parte del lunch de su hijo (a)**

Descripción	Frecuencia	%
Leche o yogurt	4	16%
Bebidas envasadas	5	20%
Cola	4	16%
Frituras	3	12%
Dulces	0	0%
Golosinas procesadas	9	36%
Ninguna	0	0%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis

10) ¿Con qué frecuencia hace ejercicios su hijo (a)?

**Cuadro No. 26**

**Con qué frecuencia hace ejercicios su hijo (a)**

Descripción	Frecuencia	%
Una vez por semana	4	16%
Dos a cuatro veces por semana	2	8%
Nunca	10	40%
Dos a tres veces al mes	2	8%
Una vez al mes	7	28%
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los padres de familia de los alumnos del cuarto año básico sección "B"  
Elaborado por: Naula Llangari Ana Del Rocío y Ponce Larreategui José Luis