



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

**Estilos de vida que predisponen a la obesidad en escolares  
de la Institución Educativa José Campos Peralta -  
Ferreñafe, 2022**

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

**Autoras**

Bach. Silva Diaz Keila Ronelit

<https://orcid.org/0009-0008-4172-1177>

Bach. Vega Villanueva Aura Angelica

<https://orcid.org/0009-0008-9775-4357>

**Asesora**

Mg. Torres Saavedra Daly Margott

<https://orcid.org/0000-0001-5357-8306>

**Línea de Investigación**

Calidad de vida, promoción de la salud del individuo y la comunidad para el desarrollo de la sociedad.

**Sublínea de Investigación**

Nuevas alternativas de prevención y el manejo de enfermedades crónicas y/o no transmisibles.

**Pimentel – Perú**

**2023**

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quienes suscriben la DECLARACIÓN JURADA, somos Silva Diaz Keila Ronelit, Vega Villanueva Aura Angelica del Programa de Estudios de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaramos bajo juramento que somos autores del trabajo titulado:

### **ESTILOS DE VIDA QUE PREDISPONEN A LA OBESIDAD EN ESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ CAMPOS PERALTA - FERREÑAFE, 2022**

El texto del trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Silva Diaz Keila Ronelit	DNI: 76302082	
Vega Villanueva Aura Angelica	DNI: 72933011	

Pimentel, Julio del 2022.

## REPORTE DE SIMILITUD TURINITIN

NOMBRE DEL TRABAJO

**SILVA DIAZ - VEGA VILLANUEVA**

---

RECuento de palabras

**5451 Words**

RECuento de caracteres

**27915 Characters**

RECuento de páginas

**20 Pages**

Tamaño del archivo

**74.0KB**

Fecha de entrega

**May 17, 2024 10:03 PM GMT-5**

Fecha del informe

**May 17, 2024 10:03 PM GMT-5**

---

### ● 14% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 10% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

**ESTILOS DE VIDA QUE PREDISPONEN A LA OBESIDAD EN ESCOLARES  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ CAMPOS PERALTA - FERREÑAFE,  
2022**

**Aprobación del jurado**

Mg. VARGAS CABRERA CINDY ELIZABETH

**Presidente del Jurado de Tesis**

MG. VILLAREAL DAVILA KAREN MILAGROS

**Secretario del Jurado de Tesis**

MG. TORRES SAAVEDRA DALY MARGOT

**Vocal del Jurado de Tesis**

# **ESTILOS DE VIDA QUE PREDISPONEN A LA OBESIDAD EN ESCOLARES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ CAMPOS PERALTA - FERREÑAFE, 2022**

## **Resumen**

El objetivo fue determinar los estilos de vida que predisponen en los escolares en la I.E, José Campos Peralta- Ferreñafe 2022. Se realizó una investigación cuantitativa no experimental, con diseño descriptivo correlacional, se considera como sujeto de estudio a la población de 90 escolares, se utilizó como instrumento un cuestionario diseñado llamado FANTASTIC, sobre los estilos de vida. Para analizar, se identificó por dimensiones tanto biológicas, psicológicas, sociales y escolares, teniendo 52 ítems, haciendo énfasis en la prueba de chi cuadrado de Pearson con un valor de 16,115 con significancia asintótica (bilateral ,013), con alfa de Cronbach (0,873), logró identificar los objetivos específicos del informe. Se obtuvo como resultado la aplicación de la prueba estadística chi cuadrado para analizar la relación entre los Estado de Vida y la obesidad en los escolares. La prueba arrojó un valor de significancia (Sig.) menor a 0.05, lo cual indica que existe una relación significativa entre los Estilos de Vida y la obesidad en los escolares del colegio primario.

Se concluyó que los estilos de vida que más predisponen a la obesidad en los escolares de la Institución Educativa son las dimensiones biológicas y psicológicas, ambas presentan los mayores porcentajes, con un 95% y un 92%, respectivamente, en comparación con las dimensiones sociales y escolares, las cuales tienen un 85% y un 60%, respectivamente. Se logró identificar de manera clara que los estilos si predisponen a la obesidad en los escolares de la I.E, José Campos Peralta.

**Palabras Clave:** Estilo de vida, biológicos, psicológicos, sociales, obesidad, escolares.

## Abstract

The objective was to determine the lifestyles that predispose schoolchildren in the I.E, José Campos Peralta- Ferreñafe 2022. A non-experimental quantitative investigation was carried out, with a descriptive correlational design, the population of 90 schoolchildren is considered as the study subject. A designed questionnaire called FANTASTIC, about lifestyles, was used as an instrument. To analyze, it was identified by biological, psychological, social, and school dimensions, having 52 items, emphasizing the Pearson chi square test with a value of 16.115 with asymptotic significance (bilateral .013), with Cronbach's alpha (O ,873), managed to identify the specific objectives of the report. The result was the application of the chi square statistical test to analyze the relationship between Life Status and obesity in schoolchildren. The test yielded a significance value (Sig.) of less than 0.05, which indicates that there is a significant relationship between Lifestyles and obesity in primary school students.

It was concluded that the lifestyles that most predispose to obesity in schoolchildren of the Educational Institution are the biological and psychological dimensions, both present the highest percentages, with 95% and 92%, respectively, compared to the social dimensions. and schoolchildren, which have 85% and 60%, respectively. It was possible to clearly identify that the styles do predispose to obesity in the schoolchildren of the I.E, José Campos Peralta.

**Keywords:** Lifestyle, biological, psychological, social, obesity, schoolchildren.

## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente la obesidad en niños es uno de los dilemas de salud pública más graves del siglo XXI, esta dificultad global tiene consecuencias biológicas, sociales, culturales y económicas; esto afecta gradualmente a diferentes países con recursos bajos y medianos, principalmente en las zonas urbanas (1).

Si bien es cierto, es una problemática considerada como enfermedad crónica, que con el tiempo está afectando de manera desmedida de los escolares y es de suma importancia combatirla; generar la educación de los buenos estilos saludables en los colegios, la motivación en los niños para mantenerse activos, como por ejemplo la actividad física, el empleo productivo de sus tiempos libres, su alimentación balanceada, etc. Es por ello por lo que quienes practican malos hábitos con el tiempo las conllevan a padecer enfermedades dentro de ellas la obesidad (1).

“Según la OMS, nos dice que la obesidad hace referencia a toda acumulación anormal y excesiva de grasa corporal, que varía según factores de distintas edades, mujeres, hombres, raza, cultura, entre otros” (1).

Los niños obesos a menudo siguen siendo un factor de riesgo severo en su etapa de la adultez y son más vulnerables para desarrollar enfermedades como diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares, cuando son pequeños (2). Sin duda la preocupación de los padres es tal vez no saber manejar la situación que se encuentran sus hijos; ya que su entorno familiar tiene un rol primordial en la cohesión y efectividad de hacer algo para prevenir o para el seguimiento de la patología (5).

Según MINSA, en el 2020, en el estudio de ENDES se determinó el porcentaje de obesidad en escolares y adolescentes del 32.2% y 23.9% correspondiente. Así mismo, a causa de la pandemia, se vio afectado en los escolares la actividad física y los malos hábitos de alimentación debido a las restricciones, conllevando así al sedentarismo, teniendo como consecuencia el déficit de desarrollo (1).

La endocrinóloga Pinto P, menciona que el sedentarismo trae consigo efectos

desfavorables, mientras tanto, la actividad física viene siendo una herramienta eficaz para conservar la calma, prevenir enfermedades, conflictos emocionales, estrés, sobre todo la salud mental para conservar la calma, prevenir enfermedades, conflictos emocionales, estrés, sobre todo la salud mental (17).

En Perú, el estado nutricional de la población ha ido cambiando paulatinamente, coexistiendo diversas formas de desnutrición, el sobrepeso y la obesidad infantil (6).

“La OMS, reporta las tendencias ya registradas sobre esta cuestión en este año 2022, seguirán en aumento más niños con obesidad que con desnutrición, donde serán más afectados los niños de 5 años hasta los 12 años” (2). Así mismo, según salud y nutrición, sobre la obesidad y sobrepeso en su análisis de muestra a nivel de Perú, incluyó a 69.526 miembros del hogar residentes en todo el país, de los cuales el 73,8% residía en la zona urbana y el 26,2% en la zona rural” (9). Las muestras se dividieron por fases de vida: 6005 niños menores de 5 años, 8100 escolares de 5 y 9 años, 18540 adolescentes, 7633 jóvenes, 21981 adultos y 7267 adultos mayores; el cual predomina según el grupo de edad, industria y que el aumento de peso altera a uno de cada cuatro niños entre los 5 y 12 años (9).

Gauna A, Herrera M, hace referencia que, la obesidad, considera el riesgo real de los escolares de gozar plenamente sus derechos”<sup>3</sup>. Uno de los derechos es la salud y la alimentación que claramente son los más afectados, debido al acrecentamiento de obesidad en los escolares (3).

Pues ejercen un efecto considerable sobre la calidad de vida y bienestar psíquica de los niños; la salud mental también es uno de los riesgos que tiene la obesidad porque ambos diseñan una manera provista, es decir que al padecer la patología predispone a la depresión lo que encamina a los infantes y adolescentes aislados, con baja autoestima y como consecuencia en riesgo de sufrir Bullying escolar y social (3).

En Colombia, la más reciente encuesta nacional de nutrición reporta que la prevalencia de sobrepeso es de 6,3% en menores de 5 años, 24,4% en escolares y 17,9%

en los adolescentes” (5).

Entonces por lo anterior mencionado, se analizó que esta enfermedad sigue prevaleciendo hasta la actualidad con más énfasis, que conlleva muchas consecuencias en su etapa escolar y por ende secuelas en su adultez, por ejemplo: padecer enfermedades, limitarse sus derechos, sufrir maltratos tanto físicos como psicológicos. Ante esta realidad nuestra presente investigación busca identificar qué estilos de vida predisponen a la obesidad en escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

Rivadeneira J, Soto A, Bello N. Chile 2021, en su estudio los estilos parentales, sobrepeso y obesidad infantil: estudio transversal en población infantil chilena, se estimó un total de 217 niños, donde sobresale el 56.5% con malnutrición por excedencia de alimentos, así mismo, el 29.1% presenta sobrepeso y el 27.4% obesidad. Además, que el 55.8% predomina en el sexo masculino, en cuanto a la economía de los padres, el 41% son de estadía media y el 37.8% son de familia que tienen un ingreso bajo (11).

Silva J, Álvarez M. Brasil 2019, en su estudio que predomina el sobrepeso y obesidad en la región Sureste de Brasil, donde efectuó una muestra de 263 estudiantes, entre 10 a 15 años de edad, en el cual 147 fueron varones y 116 mujeres; donde determinó que los escolares con sobrepeso es cuando desarrollan hay una leve disminución de prevalencia, donde varía entre 41.2% y 16,7%; sin embargo, los escolares con obesidad a medida que aumenta la edad tienden a elevar la prevalencia, teniendo como resultado una alteración entre 5.9% y 16.7% (10).

Machado K, Ramos I, Pires C. Uruguay 2018, en su investigación sobre el sobrepeso/ obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo realizado en Montevideo, incluyen 318 niños, obteniendo como resultado del total el 28,3% tenía sobrepeso, 14,5 % de obesidad; siendo los factores asociados la alimentación chatarra y el poco ejercicio afectando significativamente en su desarrollo (12).

“Guanilo B, Santero M, Hernández A. Perú 2018, en su estudio de la prevalencia

de obesidad en los menores de 5 años en el Perú según sexo y región (8); se registraron datos de 2336.791 menores, observándose mayores prevalencias de obesidad en las zonas urbanas (femenino: 1.3% y masculino: un 1.9%); en general destacando 1.52% (niñas de 1.3% y los niños 1.7%). Así mismo en la región costera (femenino: 1,9% y masculino: 2,5%). Las tasas más altas se identificaron en Tacna (femenino: 3,2% y masculino: 3,9%), Moquegua (femenino: 2,4% y masculino: 3,1%) y Callao (femenino: 2,3% y masculino: 2,8% (12).

Tarqui C, Álvarez D, Espinoza P. Lima 2018, en el estudio de prevalencia y factores asociados al sobrepeso y obesidad en escolares peruanos del nivel primario, se hizo una muestra de 2801 colegiales entre 5 a 13 años, dónde predominan los niños entre 8 y 13 años, prevaleciendo la enfermedad en los varones con el 54.4%, además los recursos económicos de los familiares, con llevando a pobreza extrema con 8.5%, así mismo, un resultado de 18.1% niños con obesidad, siendo más habitual en la edad de 8 a 10 con un resultado de 19.6% (13).

Alzamora W, Diaz D. Chimbote 2018, en su tesis realizado sobre la conformación familiar y obesidad en escolares de la comunidad del sur, siendo su población de 263 niños; teniendo como resultados del total, que el 46.4% eran obesos y el 53.6% no obesos y que la pluralidad de escolares se relaciona a una estructura familiar nuclear con un 53.2% y el 46.8% de familia monoparental (14).

Vallejos Z. Chiclayo 2019, en su estudio realizado sobre la manera que viven los escolares en zonas urbanas y rurales, hace referencia a que el 76% de la población estudiantil de la zona urbana no lleva una vida saludable, así mismo, el 58% en la zona rural lleva un estilo de vida regular, presentándose el 7% en los estudiantes de zonas urbanas con obesidad y el 15% de sobrepeso de este (18).

Guanilo B, Chiclayo 2018, en su estudio donde predomina la obesidad y sobrepeso en escolares de primaria en el lugar de Chilayo, se analizaron 26,11% y 16,55% el índice de prevalencia en niños de primaria. Los padres de familia, 32,2% referían dislipidemia;

98,8% los familiares de niños con obesidad tienen un punto de vista errónea sobre el estado nutricional de sus hijos; manifestó que el turno mañana hay mayor rango de padecer obesidad” (9).

Cubas E, Jo J, Fernández G. Pimentel 2018, en su estudio sobre el riesgo de síndrome metabólico en niños, se realizó un estudio con 723 alumnos, teniendo las edades de 10 a 16 años, en 6 Instituciones educativas, ubicadas en Pimentel y la Pradera. Se registró estudiantes con sobrepeso 132 el cual equivale a un 18.26%, estudiantes con obesidad 101 equivalente al 13.97%, así mismo se obtuvo como riesgo metabólico a estudiantes con obesidad y sobrepeso a un 11.16%, además los escolares masculinos son quienes prevalecen más con dichas enfermedades (19).

El motivo de la realización del proyecto es la realidad de Batangranda ya que es una zona rural la cual, se enfocó específicamente en una institución educativa, pues actualmente la obesidad va en aumento, generando cada vez más niños con problemas de salud, siendo un principal factor de riesgo para múltiples enfermedades crónicas, entre las que incluyen la diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares.

Estas están ligadas a los estilos de vida que llevan, como una mala alimentación, el sedentarismo, la poca actividad física, su autocuidado, el empleo de su tiempo libre, etc.

Que pueden ser una de las causas considerables para el incremento y predisposición a la obesidad en este grupo de escolares. Es pertinente el incremento a la obesidad en escolares, según ya estudios realizados en los últimos años en los niños, el porcentaje de padecerla es un gran número elevado, entonces qué está pasando, cuáles son los factores predisponentes.

Debido a los diferentes factores como el sedentarismo y aislamiento social; a raíz de una pandemia que todos fueron testigos, contribuye a una peculiaridad de alimentación no salúfero, es por ello, que se pretende conocer a fondo los estilos de vida del escolar que conllevan a padecer la obesidad, para así identificar la cantidad de niños con obesidad y de cierta manera fomentar estilos de vida saludables para la prevención de otras

patologías a futuro (8).

Esta problemática afecta en la etapa adulta, ya que habrá más predisposición a que una persona de niño o niña haya sido sana, los infantes que han padecido la enfermedad son más vulnerables a la disminución de la esperanza de vida (15).

Los resultados de dicha población permitirán identificar el porcentaje de los estilos de vida que están predisponiendo en los escolares a tener la obesidad para saber combatir las causas principales, con el objetivo de contrarrestar la elevación de obesos. Así mismo permitirá la implementación de estrategias viables para cambiar formas más saludables de vivir, con educación de sus docentes, de los padres de familia, También de esta manera permite al profesional de enfermería, realizar futuras intervenciones preventivas y promocionales (15).

Este estudio de investigación planteó como hipótesis alternativa que “los estilos de vida que más predisponen a la obesidad son las dimensiones biológicas y psicológicas en escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta - Ferreñafe, 2022”, mientras que la hipótesis nula afirmaba que “los estilos de vida que más predisponen a la obesidad no son las dimensiones biológicas y psicológicas en escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta - Ferreñafe, 2022”.

El objetivo principal es determinar los estilos de vida que predisponen a la obesidad en los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

Los objetivos específicos es identificar los estilos de vida biológicos que predisponen a la obesidad en los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe 2022, identificar los estilos de vida psicológicos que predisponen a la obesidad en los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe 2022, identificar los estilos de vida sociales que predisponen a la obesidad en los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe 2022, Evaluar los estilos de vida que predisponen a la obesidad en los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe 2022.

El estudio, de tipo descriptivo cuantitativo y diseño transversal, reveló que los estilos de vida que más predisponen a la obesidad en escolares son las dimensiones biológicas y psicológicas, con porcentajes del 95% y 92% respectivamente.

Esto indica una influencia significativa de estos aspectos en la predisposición a la obesidad en los escolares, en comparación con las dimensiones sociales y escolares que presentaron porcentajes más bajos, 85% y 60% respectivamente.

Los hábitos alimenticios, se revelaron como factores predisponentes para la obesidad en los escolares, con un 79.4% en nivel regular y un 16.2% en nivel malo, lo que subraya que la mayoría de los estudiantes están siendo afectados por la alimentación, representando un riesgo para su salud. Asimismo, los estilos psicológicos también inciden en los escolares, con un 60.5% en nivel regular y un 31.6% en nivel malo en edades de 10 a 12 años, evidenciando que los aspectos emocionales están influyendo en la predisposición a la obesidad.

En cuanto a los estilos de vida sociales, se determinó que el 46.1% corresponde al nivel regular y el 39.3% al nivel malo. Esto indica que los aspectos sociales también desempeñan un papel importante en la predisposición a la obesidad en los escolares.

Nola Pender, crea una representativa teoría sobre el fomento de salud donde expresa de manera amplia, las intervenciones para las modificaciones en la conducta, actitudes y motivación de las personas, es decir, que dan respuesta en cómo los seres humanos adoptan decisiones acerca del cuidado de su propia salud.

El rol de los progenitores en esta etapa de su edad es muy necesario e importante porque la conducta alimentaria que establecen es la relación del ser humano en sí con los alimentos, desde ya en tener una alimentación adecuada o no, va generando en su desarrollo de manera positiva o negativa para la salud de este, así mismo la forma en cómo ellos aprenderán hábitos saludables para toda su vida (18).

Promover la parte promocional, antes que los cuidados es la mejor inversión que

nos demuestra en su teoría, identificar primero los factores negativos que van a influir y que van a modificar las acciones en los seres humanos, permitiendo que se enfermen menos y sanas sean más, la mejora continua de la gente joven hacia un futuro. Nos indica como cuidarnos uno mismo y de tal forma conservar, mantenerse y favorecer la buena alimentación.

Dentro de sus paradigmas la sociedad como influencia, es decir desarrollarse modifica conductas tanto cognitivas como perceptuales, permite compartir lo positivo con los demás, el bienestar de la salud, las acciones y decisiones se muestra a raíz del tiempo.

También nos habla de la cultura de cada ser y /o familia como algo que lo puedes tener a base de las experiencias, que puede ser transmitida de generación a otra sucesivamente, identifica los estilos de vida, las fortalezas, analiza respecto a cómo toma la persona ante su vida misma y lo demás.

Tenemos las acciones razonadas que especifica como el ser humano se emplea tanto en una acción, hasta obtener el resultado que desea, la acción que plantea, la persona que se siente seguro de lo que esta realizando, sobre sus mismas conductas y la última lo social – cognitiva, es decir las capacidades que uno tiene acerca de los niveles que tienes que solucionar, las habilidades que puedes utilizar para tener el éxito.

Lo que se logra dar entender, es que los metaparadigmas detallados diseñan conductas positivas con el fin de mejorar la calidad de vida de los seres humanos, de esta forma imitar y llegar a disminuir las aptitudes de riesgo para la salud, buscando el buen estado de salud, física, mental y social del ser individuo.

Cada ser humano contempla una emoción, una motivación, que impulsa una acción, el sentimiento positivo o negativo se asocia a la parte emocional es la clave para identificar el comportamiento que se necesita cambiarse; por lo tanto, cualquier programa de salud, institución debe implementar actividades dinámicas y atractivas que beneficie a toda la población.

## II. MATERIALES Y MÉTODO

El tipo de investigación fue de tipo descriptivo cuantitativo – correlacional, esta modalidad permitió a los investigadores describir la situación mediante la recopilación, análisis y presentación de los datos, estableciéndose en la relación que existió entre ellos (18). Dicha línea, identifico qué estilos fueron lo que incidieron en la predisposición a la obesidad en escolares, de las cuales abordaron aspectos como los hábitos alimentarios, la actividad física y su impacto emocional (18).

El diseño de investigación seleccionado fue transversal, adecuado para estudios descriptivos que permitieron analizar a la población en un determinado momento (8). Lo que hizo que lo caracterice también como observacional, debido a que se analizaron diferentes datos recopilados mediante el análisis de la encuesta en un tiempo determinado. El objetivo principal fue estimar los fenómenos a través de la población objeto del estudio.

La población de interés estuvo constituida por 117 escolares del quinto grado de primaria de las secciones A, B, C y D de la Institución Educativa José Campos Peralta, quienes cumplían los criterios de selección: biológicos, sociales y psicológicos. Este grupo estaba compuesto por 53 mujeres y 64 varones, con edades aproximadas entre 10 y 12 años. Los criterios de inclusión estipulaban que los alumnos de la institución debían tener autorización de sus padres para la aplicación del cuestionario, haber asistido al día de la ejecución y presentar factores de riesgo de obesidad.

Por otro lado, se establecieron criterios de exclusión que abarcaban a los estudiantes sin autorización de sus padres, aquellos que optaron por no participar y quienes estuvieron ausentes en día de la recolección de datos.

La muestra se conformó con todos los alumnos del quinto grado que cumplieron con los criterios de inclusión y participaron en el estudio. La cantidad final de participantes fue de 90 estudiantes. Estos criterios de selección fueron esenciales no solo para asegurar la participación de los estudiantes, sino también para estimar correctamente el tamaño de la muestra necesaria para el estudio utilizando la fórmula:

Cuya fórmula fue:

$$n = \frac{N * Z^2 * P * Q}{(N-1) * e^2 + Z^2 * P * Q}$$

n= tamaño de muestra

Z= nivel de confianza 95% (1,96)

P= probabilidad de éxito: 0.5

Q= probabilidad de fracaso: 0.5

N= tamaño de población: 117 escolares, e= error permisible 5% (0.05)

Aplicación de la fórmula:

$$\begin{aligned} n &= \frac{117 \times 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}{(117-1) \times 0.05^2 + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5} \\ n &= \frac{117 \times 3.8416 \times 0.25}{116 \times 0.0025 + 3.8416 \times 0.25} \\ n &= \frac{113.4}{0.29 + 0.9604} \\ n &= \frac{113.4}{1.2504} \\ n &= 90.67 \\ n &= \mathbf{90} \end{aligned}$$

Para la recolección de datos se utilizó un instrumento elaborado y validado por expertos (18).

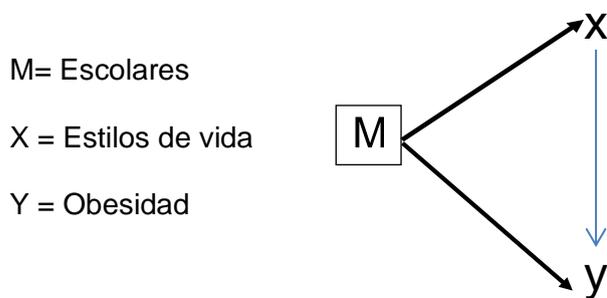
El cuestionario fantástico, está reconocido y validado, por ello tiene como fin la validación de su contenido y adecuación, por medio de la técnica Delphi, que calificara los estilos de vida (18).

En el presente proyecto fue realizado por 12 expertos y sostiene una validación adecuada, donde la técnica Delphi de consenso a 3 rondas; obteniendo un Alpha de

Cronbach mayor de 0.80 en el cual se estimó como un valor excelente de fiabilidad (18).

Logrando como resultado 52 preguntas incorporadas, donde evalúan comportamientos con diferentes dimensiones de los estilos de vida como: la alimentación, actividad física, bienestar emocional, autocuidado, empleo de tiempo libre y sueño, la puntuación lograda en Alpha de Cronbach condujo: pertinencia: 0,932; relevancia: 0,904; utilidad: 0,948; redacción: 0,846 y claridad 0,800 (18).

Se concluyó que el cuestionario Fantástico se ajusta a una técnica concisa y comprensiva para el beneficio de los resultados en cuanto a los estilos de vida de los escolares que predisponen como factores de riesgo a la obesidad (18).



Para el procedimiento de análisis de datos

- Se logró la autorización para la ejecución de la encuesta a los alumnos de la Institución Educativa José Campos Peralta, a cargo de directora de dicha Institución y poder obtener la recolección de datos.
- Se realizó el consentimiento informado a los padres de la población de estudio.
- Se aplicó la encuesta a los estudiantes del 5 ° grado, conformados por secciones “A”, “B”, “C”, “D” de la Institución Educativa José Campos Peralta.
- Se realizó la tabulación y codificación de los resultados obtenidos para su análisis y descripción.
- Se finalizó con la discusión, conclusiones y recomendaciones.

### III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 Resultados

**Tabla 1.**

Relación entre los Estilos de vida que predisponen a la Obesidad en Escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

Estilo de Vida	Obesidad								Total		Chi cuadrado (Sig.)
	Delgado		Normal		Sobrepeso		Obesidad		n	%	
	n	%	n	%	N	%	N	%			
Malo	1	1.1%	8	8.9%	3	3.3%	2	2.2%	14	15.6%	<b>0.013</b>
Regular	13	14.4%	55	61.1%	5	5.6%	0	0.0%	73	81.1%	
Bueno	0	0.0%	3	3.3%	0	0.0%	0	0.0%	3	3.3%	
Total	14	15.6%	66	73.3%	8	8.9%	2	2.2%		100.0%	

En la tabla 1 se puede observar que el 2.2% de los escolares con estilos de vida “malo” presentaron obesidad en su estado de nutrición y el 61.1% de escolares de la institución educativa José Campos Peralta presentaron estilos de vida “regulares” y clasificados como normales en su estado de nutrición.

**Tabla 2.**

Nivel del Estilo de Vida Biológicos que predisponen a la obesidad en Escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

	N	%
Malo	11	16.2%
Regular	54	79.4%
Bueno	3	4.4%
Perdidos sistema	22	0%
Total	90	100.0%

En la tabla 2 se presenta la distribución de los niveles con respecto al estilo de vida

“Biológicos” que predisponen a la obesidad en escolares de la institución educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, en la cual se determina que el 79.4% corresponde al nivel regular, 16.2% corresponde al nivel malo y 4.4% corresponde al nivel bueno. Los resultados son estadísticamente significativos, ya que, al considerar los niveles regular y malo, ambos suman el 95%. Por lo tanto, se puede concluir que los escolares del 5to grado, de edades entre 10 a 12 años, se ven afectados por el estilo de vida “Biológicos” que predisponen a la obesidad.

**Tabla 3.**

Nivel del Estilo de Vida Psicológicos que predisponen a la obesidad en Escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

	N	%
Malo	24	31.6%
Regular	46	60.5%
Bueno	6	7.9%
Perdidos sistema	14	0%
Total	90	100.0%

En la tabla 3, se presenta la distribución de los niveles con respecto al estilo de vida “Psicológicos” que predisponen a la obesidad en escolares de la institución educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, en la cual se determina que el 60.5% corresponde al nivel regular, 31.6% corresponde al nivel malo y 7.9% corresponde al nivel bueno. Los resultados son estadísticamente significativos, ya que, al considerar los niveles regular y malo, ambos suman el 92%. Por lo tanto, se puede concluir que los escolares del 5to grado, de edades entre 10 a 12 años, se ven afectados por el estilo de vida “Psicológicos” que predisponen a la obesidad.

**Tabla 4.**

Nivel del Estilo de Vida Sociales que predisponen a la obesidad en Escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

	N	%
Malo	35	39.3%
Regular	41	46.1%
Bueno	13	14.6%
Perdidos sistema	1	0%
Total	90	100.0%

En la tabla 4 se presenta la distribución de los niveles con respecto al estilo de vida “Sociales” que predisponen a la obesidad en escolares de la institución educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, en la cual se determina que el 46.1% corresponde al nivel regular, 39.3% corresponde al nivel malo y 14.6% corresponde al nivel bueno. Los resultados son estadísticamente significativos, ya que, al considerar los niveles regular y malo, ambos suman el 85%. Por lo tanto, se puede concluir que los escolares del 5to grado, de edades entre 10 a 12 años, se ven afectados por el estilo de vida “Sociales” que predisponen a la obesidad.

**Tabla 5.**

Nivel de los Estilos de Vida que predisponen a la obesidad en Escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

	N	%
Malo	11	12.2%
Regular	55	61.1%
Bueno	2	2.2%
Perdidos sistema	22	24.4%

---

Total	90	100.0%
-------	----	--------

---

En la tabla 5 se puede apreciar los niveles con respecto al estilo de vida que predisponen a la obesidad, en la cual se determina que el 61.1% corresponde al nivel regular, 12.2% corresponde al nivel malo y 2.2% corresponde al nivel bueno. Los resultados son estadísticamente significativos, ya que, al considerar los niveles regular y malo, ambos suman el 73.3%. Por lo tanto, se puede concluir que los escolares del 5to grado, de edades entre 10 a 12 años, se ven afectados por el estilo de vida que predisponen a la obesidad.

### **3.2 Discusión**

Los problemas de obesidad causados por los estilos de vida no saludables conllevaron a un desarrollo deficiente y a una nutrición baja en los escolares, por ello, se realizó un estudio para determinar qué dimensiones son las responsables. El presente estudio contó con una muestra de 90 estudiantes de 10 a 12 años, realizado en la Institución Educativa José Campos Peralta N°11534, obteniendo como resultados.

Se comprende que los estilos de vida que predisponen a la obesidad son los estilos de vida biológicos y psicológicos, en concordancia con la información la OMS, afirmo que existen factores predisponentes que afectan la salud. Machado K, Ramos I, Pérez C, en Uruguay 2018, en su estudio se obtuvo un resultado del 28,3% el cual presentó sobrepeso y el 14,5% de obesidad; siendo los factores asociados a la mala alimentación y el poco ejercicio afectando significativamente en su desarrollo (12). Entonces confrontando resultados los hábitos no saludables tienen un gran impacto en la salud de los escolares, sobre todo, relaciona el crecimiento y desarrollo desde edades tempranas, factores de los cuales se puede prevenir (20).

Se ha determinado que los estilos biológicos resulto un alto índice, lo cual hace referencia a los hábitos de alimentación, y los hábitos de ejercicio, es responsabilidad de

las personas adultas; esto lo confronta el estudio de Lajones K, realizado en Ecuador, en el 2018, donde “Obtuvo datos de evidencia que factores determinantes sobresalientes son los biológicos, el escolar se ve atraído por comidas chatarra, detectados los malos hábitos alimenticios desde el hogar” (21), ahondando resultados se deduce el tipo de comidas que se consume incrementa el peso, y disminuye la actividad física, por ello se debe considerar la teoría de Nola Pender creo intervenciones para modificar actitudes y estilos para el cuidado de la salud.

Se identifico que los estilos de vida psicológicos, desarrollo un alto porcentaje, esto demuestra que existe poca importancia, en cuanto a la salud mental, muchas veces los padres de familia no toman relevancia a las actitudes de los escolares, por múltiples factores. Así lo confirma, Ortega G, el cual menciona que existe alteraciones psicológicas la cual tiene relación al aumento de peso, es decir, la ansiedad es un trastorno que se observa a menudo en niños con problemas de obesidad. Por ello, Nola pender en su teoría fomenta la promoción de salud - sociocognitivo, tanto física como mental en los ámbitos personales e interpersonales, donde orienta poner en práctica conductas y comportamientos de motivación en la misma persona, para poder modificar y favorecer a su convivencia de acuerdo al estatus de cada ser humano, ya sea del hogar o sociedad que pueda desarrollarse, esto demuestra que no es excusa al cambio de actitud para alcanzar su bienestar mental y emocional, logrando expectativas positivas de su propia salud; esto indica la prevención de múltiples enfermedades psicológicas.

Se comprende que los estilos de vida sociales, se logró identificar un porcentaje regular, la cual alude que se ven afectados en la interacción colectiva, dependientes de muchos factores, es preocupante que el estar con obesidad, limiten la relación de manera normal con sus compañeros, porque se sienten ignorados. Es un problema que como consecuencia tienden a correr riesgo de sufrir Bullying, ya sea en el colegio o el entorno donde se desarrolla, pues ambos forman un círculo vicioso. Tal como lo confronta Dorothea

Orem, en su teoría permite aplicar de forma individualizada el mantener un buen estado de salud y desarrollo del escolar en cuanto a sus necesidades y limitaciones.

En el estudio en cuanto al nivel de los estilos que predisponen a la obesidad identifiqué varios factores, que existe asociación entre los estilos biológicos y psicológicos toman en cuenta la cultura, los pensamientos erróneos; de tal modo que acrecienta el peso de los escolares siendo la etapa importante de su desarrollo. Así lo afirma, Rivadeneira J, Soto A, Bello N., en su estudio los estilos parentales, sobrepeso y obesidad infantil: estudio transversal en población infantil chilena, se estimó un total de 217 niños (as), donde el 29.1% presenta sobrepeso y el 27.4% obesidad. Además, que el 55.8% predomina en el sexo masculino, en cuanto a la economía de los padres, el 41% son de estadía media y el 37.8% son de familia que tienen un ingreso bajo (11).

Entonces demuestra que el nivel de los estilos de vida que más predisponen a la obesidad son las dimensiones biológicas y psicológicas en escolares, ya que ambas presentan los mayores porcentajes, con un 95% y un 92%, respectivamente, en comparación con las dimensiones sociales y escolares, las cuales tienen un 85% y un 60%, respectivamente.

## **IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **4.1 Conclusiones**

Se concluyó que, los estilos de vida que predisponen a la obesidad en la institución educativa José Campos Peralta, resultaron que el 61.1% de los escolares se encuentran en un nivel regular, eso quiere decir que si continúan con los mismos hábitos padecerán de la patología, así mismo resultó que el 2.2% de escolares se encontraron en un nivel de obesidad, la cual ya son predisponentes; por ende, son más vulnerables a padecer otras enfermedades.

Se puede decir que, los estilos biológicos son predisponentes para tener la obesidad porque el 79.4% de los escolares se encuentran en nivel regular y un nivel malo con un 16.2%, es decir que los estudiantes están siendo afectados por estos estilos en su gran mayoría, ocasionando riesgos para su salud.

En consecuencia, de los estilos psicológicos, en los escolares están siendo afectados, porque representan el 60.5% pertenecientes al nivel regular y el nivel malo con un porcentaje de 31.6% en edades de los 10 a 12 años.

En definitivo, los estilos de vida sociales se determinan que el 46.1% corresponde al nivel regular, 39.3% corresponde al nivel malo, Por lo tanto, se puede concluir que los escolares del 5to grado, de edades entre 10 a 12 años, se ven afectados por el estilo de vida "Sociales" que predisponen a la obesidad.

Finalizando, se identificó que predomina el nivel regular, considerando más de la mitad de los escolares de dicha Institución, por la cual se evidencia el mayor porcentaje, las cuales son más propensos de padecer diferentes enfermedades a causa de la obesidad si no es controlada a tiempo, así mismo, ya se presenta un 15.6% de escolares obesos, por ello ya presentan factores de riesgo para otras patologías.

## 4.2 Recomendaciones

A la directora de la institución educativa, se le solicita la coordinación sobre capacitaciones educativas y asesoría al plantel de docentes, para el fomento de educación a los escolares sobre las ventajas que contribuirá la buena alimentación y participación de los buenos hábitos de ejercicio, promoviendo la prevención de la obesidad en los escolares.

Al coordinador del área de actividades integradores de la Institución educativa, para efectuar actividades preventivas, brindando sesiones educativas a los padres de familia, sobre la promoción de salud y sobre los estilos de vida saludable, para mejorar las enseñanzas brindadas a sus primogénitos y de esta manera mejorar los hábitos en tanto alimentación y ejercicio.

A los padres de familia de la institución José campos peralta, se les recomienda fomentar la iniciativa de la buena alimentación dentro del hogar, para así poder contribuir, la disminución del aumento de peso, de tal manera no llevarlos a una vida sedentaria, sino unos hijos saludables con bajas probabilidades de sufrir una enfermedad a futuro.

Al alcalde del distrito de Pitipo, como parte de gestión promocionar loncheras saludables en la institución educativa, con apoyo integral del personal de enfermería sobre crecimiento y desarrollo de los escolares, con la captación del cuidado dentro del centro de salud.

## REFERENCIAS

1. Revista Latinoamericana de Hipertensión. Obesidad infantil: un problema de los pequeños. vol. 14, núm. 5, ISSN: 1856-4550. 2019, Disponible en: [https://revhipertension.com/rlh\\_5\\_2019/16\\_obesidad\\_infantil\\_problema.pdf](https://revhipertension.com/rlh_5_2019/16_obesidad_infantil_problema.pdf)
2. Andrea G, Recomendaciones de padres de niños obesos en tratamiento para el equipo de salud: estudio cualitativo.2017. [citado el 1 de octubre del 2022]. Disponible en:  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S037041062017000400008](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S037041062017000400008)
3. Andrea G. Prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil en el primer nivel de atención. [citado el 1 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://publicaciones.uap.edu.ar/index.php/revistaRIUS/article/view/846/786>
4. Katty C. Lucía F. Conocimiento materno sobre prevención de obesidad en escolares de la I. E. José Carlos Mariátegui – El Porvenir 2020. [citado el 1 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/16376/1944.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
5. Berenice G. José L. Villanueva A. Guía de obesidad en pediatría para Primer y Segundo Nivel de Atención Médica (Segunda parte).[citado el 1 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/alergia/al-2022/al221b.pdf>
6. Akram Hernández-Vásquez (1), Guido Bendezú-Quispe (2), Marilina Santero (1) y Diego Hazañero (3). Prevalencia de obesidad en menores de cinco años en Perú según sexo y región, 2015. Citado el 7 de octubre del 2022. 2016. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/resp/v90/1135-5727-resp-90-e40014.pdf>
7. Nutrición y salud Bienestar. Factores sociales del exceso de peso de niños. [Citado el 7 de octubre del 2022]. Disponible en: <https://www.nestle.com.pe/sites/g/files/pydnoa276/files/nestle-en-la-sociedad/para->

[las-personas-y-familias/nutricion-salud-y-bienestar/nutrigroup/documents/revista-nsb-030.pdf](https://las-personas-y-familias/nutricion-salud-y-bienestar/nutrigroup/documents/revista-nsb-030.pdf)

8. Guanilo B, prevalencia de sobrepeso y obesidad en alumnos de primaria en la provincia de Chiclayo en el año 2018. [citado el 7 de octubre del 2022]. Disponible en:  
[https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1007/1/TL\\_GuaniloBautistaJulioJuanCarlos\\_VerdeVasquezWinnyYvonne.pdf.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1007/1/TL_GuaniloBautistaJulioJuanCarlos_VerdeVasquezWinnyYvonne.pdf.pdf)
9. Silva J, Álvarez M. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de una ciudad de la región sureste del Brasil. [citado el 19 de diciembre del 2019]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572019000400006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572019000400006)
10. Rivadeneira J, Soto A, Bello N. Estilos parentales, sobrepeso y obesidad infantil: Estudio transversal en población infantil chilena. [Internet]. [Citado en febrero del año 2021]. Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182021000100018&script=sci\\_arttext&lng=es](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182021000100018&script=sci_arttext&lng=es)
11. Machado K, Inocencio R, sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo. [internet]. [citado en junio del 2018]. Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492018000400016&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492018000400016&script=sci_arttext)
12. Tarqui C, Álvarez D, Espinoza P. Prevalencia y factores asociados al sobrepeso y obesidad en escolares peruanos del nivel primario. [Internet]. [citado en abril del 2018]. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642018000200171&lang=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642018000200171&lang=es)
13. Alzamora W, Díaz D. Estructura familiar y obesidad en niños de edad escolar de la comunidad mirador del sur. Chimbote. [internet]. [citado en junio 2018]. Disponible en:

<http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3198/15556.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

14. Estilos de vida en una población escolar del área urbana de Pereira. [internet]. [citado el 2020]. Disponible en: <https://johamsc.com/wp-content/uploads/2020/09/JOHAMSC-6.3-207-214-ARBOLEDA-037-20-2020.pdf>
15. Sánchez D. Torres J. Estilos De Vida Y Estado Nutricional En Los Estudiantes De La Institución Educativa América Huancavelica-2017. [internet]. [citado el 2017]. Disponible en: <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/6e06bfc2-e8bd-4ec1-b1ac-643bb782e537/content>
16. Pinto P. Sedentarismo y obesidad son algunos efectos nocivos en niños por la pandemia. [internet]. [citado el 16 de septiembre del 2021]. Disponible en: <https://www.latimes.com/espanol/eeuu/articulo/2021-09-16/sedentarismo-y-obesidad-Son-Algunos-Efectos-Nocivos-En-Ninos-Por-La-Pandemia>
17. Becerra Z. Estilo De Vida Y Estado Nutricional En Escolares De Las Áreas Urbano Y Rural En Lambayeque-2019. [Internet]. Tesis. 2019. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6507/Zafira%20Becerra%20Vallejos.pdf?sequence=1>
18. Cubas E, Joo J, Fernández G. Riesgo de síndrome metabólico en niños, Chiclayo Perú. [Internet]. Artículo Científico. 2018. Disponible en: [https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1051753/rcm-v11-n2-2018\\_pag109-115.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1051753/rcm-v11-n2-2018_pag109-115.pdf)
19. Quinacha G. "TEORÍA DE DOROTHEA OREM- PROCESO ATENCIÓN DE ENFERMERÍA APLICADO AL AUTOCUIDADO DEL ADULTO MAYOR EN EL HB-7 LOJA". Loja - Ecuador. 2019. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22172/1/%E2%80%9CTEOR%C3%8DA%20DE%20DOROTHEA%20OREM%20PROCESO%20ATENCI%C3%93N%20DE.pdf>

20. Pardos. E. Obesidad, intervención escolar, actividad física y estilos de vida saludable en niños españoles. 2021. [citado en abril-junio del 2021]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662021000200017](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662021000200017)
21. Morales W. EFECTIVIDAD DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE FACTORES DE RIESGO DE OBESIDAD EN ADOLESCENTES DEL COLEGIO "SANTA LUCÍA" FERREÑAFE-2019. [citado en abril-junio del 202]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7190/Morales%20Pasapera%2c%20Wendy%20Stephanny.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Ortega G. Alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil. Lima. 2018. [citado en abril del 2018]. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1018-130X2018000200009#:~:text=Se%20ha%20encontrado%20relaci%C3%B3n%20entre,autoestima%20y%20trastornos%20de%20comportamiento](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2018000200009#:~:text=Se%20ha%20encontrado%20relaci%C3%B3n%20entre,autoestima%20y%20trastornos%20de%20comportamiento)
23. UNAM, Facultad de Ciencias Políticas y Sociales. Boletín electrónico de Obesidad desde una perspectiva cognitivo conductual. 2020. [citado en enero-marzo del 2020]. Disponible en: <https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/Portal2015/publicaciones/boletines/psicobesidad/Psic-obesidad-10-37.pdf>
24. Ortiz J. Efectos del sedentarismo en niños en edad escolar: revisión sistemática de estudios longitudinales. Dialnet. 2021. Disponible en: [file:///C:/Users/USER/Downloads/Dialnet-Efectos Del Sedentarismo En Niños EnEdadEscolar-7706237.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/Dialnet-Efectos%20Del%20Sedentarismo%20En%20Niños%20EnEdadEscolar-7706237.pdf)
25. El impacto de la pandemia covid-19 en la educación de niñas, niños y adolescentes. 2022. [citado en febrero de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/argentina/media/13346/file/Quinta%20Ronda%20-%20Impacto%20de%20la%20pandemia%20en%20la%20educaci%C3%B3n%20de%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes%20.pdf>
26. Morocho J. LLallahui W. "EDUCACIÓN Y OBESIDAD EN EL PERÚ: 2013-2021". 2022. [citado en Junio de 2022]. Disponible en:

[https://repositorio.up.edu.pe/bitstream/handle/11354/3750/Morocho%2C%20Juan Trabajo%20de%20investigacion Maestria 2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.up.edu.pe/bitstream/handle/11354/3750/Morocho%2C%20Juan%20Trabajo%20de%20investigacion%20Maestria%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

27. Ortega G. Alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil. Rev. 2018. [citado en abril de 2018]. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v29n2/a09v29n2#:~:text=Se%20ha%20encontrado%20relaci%C3%B3n%20entre,autoestima%20y%20trastornos%20de%20comportamiento>
28. Martínez C. Factores psicológicos, sociales y culturales del sobrepeso y la obesidad infantil y juvenil. 2016. [citado en Marzo de 2016]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2014/ims141p.pdf>
29. Ferrer M. Fernández C. Gonzales M. Factores de riesgo relacionados con el sobrepeso y la obesidad en niños de edad escolar. 2020. [citado en junio del 2020]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312020000200004](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312020000200004)
30. Soto V. Prevalencia de obesidad en niños de siete a nueve años en tres colegios de la ciudad de Chiclayo. 2018. [Citado en marzo del 2018]. Disponible en: [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/cuerpomedicohnaaa/v4n1\\_2011/pdf/a03v04n1.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/cuerpomedicohnaaa/v4n1_2011/pdf/a03v04n1.pdf)

## ANEXO 01

### CUESTIONARIO FANTASTIC: ESTILOS DE VIDA

#### I) INTRODUCCIÓN

Somos alumnas del octavo ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Señor de Sipán - Lambayeque, a continuación, le proporcionamos este cuestionario realizado para obtener información sobre su estilo de vida, es totalmente confidencial y no le tomará más de 10 minutos de su tiempo contestar.

#### II) DATOS REFERENCIALES

EDAD:

SEXO:

AÑO DE ESTUDIO:

SECCIÓN:

PESO:

TALLA:

#### III) INSTRUCCIONES

Estimado alumno lea atentamente cada una de las preguntas y marque con una (x), la casilla que mejor describa su comportamiento. Te pedimos que respondas con sinceridad, no pienses demasiado en responder y hazlo de acuerdo con lo que generalmente sueles hacer. Tienes 4 alternativas para cada pregunta. No existen respuestas ni buenas ni malas, asegúrese de marcar todas las preguntas.

#### IV) DATOS ESPECÍFICOS

ALIMENTACION	3	2	1	0
	Siempre	Frecuentemente	Algunas Veces	Nunca
1. ¿Consumes entre 6 y 8 vasos de agua al día?				
2. ¿Añades sal a las comidas en la mesa?				
3. ¿Consumes más de 1 vaso de gaseosa a la semana?				

4. ¿Consumes dulces, helados y pasteles más de 2 veces a la semana?				
5. ¿Comes frutas y verduras 2 veces al día?				
6. ¿Acostumbras comer al día 3 comidas principales desayuno, almuerzo, cena y 1 refrigerio?				
7. ¿Comes en tu refrigerio frutas, frutos secos, verduras y yogur?				
8. ¿Sueles consumir leche, yogur o queso bajo la grasa?				
9. ¿Comes pescado al menos 2 veces a la semana?				
10. ¿Consumes embutidos (¿jamonada, mortadela, jamón, salchicha, tocino?)				
11. ¿Mantienes horarios ordenados para tu alimentación?				
12. ¿Te tomas tiempo para comer y masticar bien tus alimentos?				
13. ¿Consumes comidas ricas en grasas y frituras?				
14. ¿Comes frente al televisor, computadora o leyendo?				
15. ¿Cuándo comes fuera sueles ordenar platos al horno, al vapor, a la parrilla?				
16. ¿Desayunas todos los días?				
17. ¿Consumes comidas rápidas (¿pizza, hamburguesa, hot dog, alitas, etc.?)				

18. ¿Revisar los empaques de los alimentos que consumes?				
--	--	--	--	--

ACTIVIDAD FISICA	3	2	1	0
	Siempre	Frecuentemente	Algunas Veces	Nunca
19. Haces ejercicio, practicas algún deporte, como caminar, trotar, manejar bicicleta, nadar, bailar, o hacer aeróbicos, por un tiempo mínimo de 30 minutos durante 5 días a la semana				
20. Terminas el día con vitalidad y sin cansancio				
21. Mantienes tu peso corporal estable				
22. Prácticas ejercicios que le ayudan a estar tranquilo (yoga, meditación, relajación auto dirigida, danza)				
23. Realizas actividad física tres veces a la semana por treinta minutos				
24. Utilizas los automóviles para trasladarte a tu institución				
25. Realizas actividad física tres veces a la semana por 15 minutos				

<b>AUTOCUIDADO</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>Siempre</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Algunas Veces</b>	<b>Nunca</b>
26. Vas al odontólogo por lo menos una vez al año				
27. Vas al médico por lo menos una vez al año				
28. Cuando te expones al sol, usar protector solar				
29.-Chequeas al menos una vez al año tu presión arterial.				
30. Te realices exámenes de colesterol, triglicéridos y glicemia una vez al año.				
31. Te automedicarse y/o acudes al farmaceuta en casos de dolores musculares, de cabeza o estados gripales.				
32. Observas tu cuerpo con detenimiento para detectar cambios físicos				
33. Controlas tu peso				

<b>BIENESTAR EMOCIONAL</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>Siempre</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Algunas Veces</b>	<b>Nunca</b>
34. Me siento satisfecho de quién soy (estoy a gusto conmigo mismo)				
35. Estoy contento con la vida que llevo				
36. Me siento motivado a la hora de realizar algún tipo de actividad				
37. Estoy alegre y de buen humor				

38. Me siento querido por las personas importantes para mi				
39. Me siento capaz de superar las dificultades que se me presentan				

<b>EMPLEO DEL TIEMPO LIBRE</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>Siempre</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Algunas Veces</b>	<b>Nunca</b>
40. Prácticas actividades físicas de recreación (juegos, deportes, Y caminatas, bicicleta, natación, patinaje, baile)				
41. Incluyes momentos de descanso en su rutina diaria				
42. Compartes con su familia y/o amigos el tiempo Libre				
43. En tu tiempo libre: lee, va al cine, pasea, escucha música				
44. Estimas parte de su tiempo libre para actividades académicas o laborales				
45. ¿Ves televisión 3 o más horas al día?				
46. Pasa mayor tiempo en cabinas de internet videojuegos, viendo el televisor				

<b>SUEÑO</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>Siempre</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Algunas Veces</b>	<b>Nunca</b>
47. ¿Duermes al menos 8 horas diarias?				
48. ¿Trasnochas?				
49. ¿Duermes bien y se levanta descansado?				

50. ¿Te es difícil conciliar el sueño?				
51. ¿Tienes sueño durante el día?				
52. ¿Tomas pastillas para dormir?				

**ANEXO 02:**  
**EVIDENCIAS**



## **ANEXO: 03**

### **MODELO DE AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE INFORMACIÓN**

Ciudad, 30 de diciembre del 2022

**Quien suscribe:**

Sra. Elena Fuentes Carmona

**Representante Legal la Institución Educativa José Campos Peralta N°1534**

**AUTORIZA: Permiso para recojo de información pertinente en función del proyecto de investigación,**

**denominado: Estilos de vida que predisponen a la obesidad en escolares de la Institución Educativa José Campo Peralta-Ferreñafe, 2022**

Por medio de la presente le expreso nuestro cordial saludo institucional, conocedores de su labor docente y el compromiso en la formación de investigación en los futuros profesionales de la salud es que recurro a usted para solicitar y coordinar con quien corresponda para que se le brinde las facilidades en la ejecución del trabajo de investigación a las estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán.

- **Silva Diaz Keila Ronelit**
- **Vega Villanueva Aura Angelica**

Las alumnas en mención están realizando el trabajo de investigación denominado: Estilos de vida que predisponen a la obesidad en escolares de la Institución Educativa José Campo Peralta-Ferreñafe, 2022

Seguros de contar con su apoyo y sin otro particular me despido de usted no sin reiterarle mi respeto y estima personal.

Atentamente.

  
Elena Fuentes Carmona  
DNI N° 42659836

**ANEXO 04****Prueba de fiabilidad****Tabla 6**

Para el cuestionario de Estilo de vida

Alfa de Cronbach	N. de Elementos
0,873	52

*Nota: IBM SPSS 27*

En la tabla 1 se puede observar un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.873. Este valor indica que el cuestionario de Estilo de Vida tiene una BUENA consistencia interna, ya que se encuentra por encima del umbral mínimo recomendado de 0.70. Esto significa que existe una alta correlación entre las respuestas de los elementos y que los elementos miden de manera coherente el constructo o variable.

**Prueba de chi-cuadrado****Tabla 7**

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de	16,115	6	,013
Pearson	a		

*Nota: IBM SPSS 27*

Se aplicó la prueba estadística chi cuadrado para analizar la relación entre los Estado de Vida y la obesidad en los escolares. La prueba arrojó un valor de significancia (Sig.) menor a 0.05, lo cual indica que existe una relación significativa entre los Estilos de Vida y la obesidad en los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022.

## Características de escolares.

**Tabla 8.**

Características de los escolares de la Institución Educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, 2022

Características	n	%	
Grado	5 <sup>a</sup>	31	34.4%
	5b	19	21.1%
	5c	17	18.9%
	5d	23	25.6%
	Total	90	100.0%
Sexo	Masculino	50	55.6%
	Femenino	40	44.4%
	Total	90	100.0%
Edad	10	15	16.7%
	11	70	77.8%
	12	5	5.6%
	Total	90	100.0%

En la tabla 1 se puede observar las características de los escolares encuestados en la institución educativa José Campos Peralta-Ferreñafe, en donde presenta que el 55.6% de escolares son de sexo masculino, mientras que el 44,4% son de sexo femeninos. En cuanto al 5to grado, se encontró que se distribuyen en secciones del a, b, c y d; siendo el mayor porcentaje los estudiantes del 5a con 34.4%. Respecto a las edades de los escolares, se observa que el 77.8% tienen 11 años, seguido por el 16.7% con 10 años, el 18.7% con 9 años y el 5.6% con 12 años.