

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO
“CONSULTING GROUP ECUADOR ESCULAPIO”**

Registro SENESCYT N.º 17-061



**Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a
14 años de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” de la
ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025**

Proyecto de investigación presentado como requisito parcial para optar por el
título de **Técnico Superior En Enfermería**

Autor: Alexandra Abigail Lema Mera

Orcid: 0009-0001-9538-5446

Autor: Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta

Orcid: 0009-0001-1170-5984

Tutor: Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña

Orcid: 0009-0003-2723-4341

Cayambe, 2025

Referencias del Autor: Alexandra Abigail Lema Mera

Correo Electrónico Personal: lemaa9193@gmail.com

Correo electrónico Institucional: alexandra.leva@istcge.edu.ec

Referencias del Autor: Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta

Correo Electrónico Personal: danielitachuritos@hotmail.com

Correo electrónico Institucional: lizabeth.quishe@istcge.edu.ec

Referencias del Tutor: Lcda. Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña

Correo Electrónico Personal:

Correo electrónico Institucional: y.llumipanta@istcge.edu.ec

Referencias Investigativas: Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025

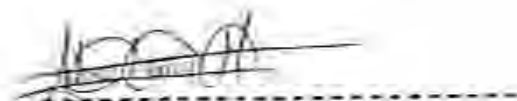
DERECHOS DE AUTOR

Yo, Alexandra Abigail Lema Mera, en mi calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación titulado "Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025 ", modalidad presencial, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN, concedo a favor del Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, de acuerdo con la normativa citada.

Asimismo, autorizo al Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en su repositorio virtual, conforme a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe los derechos de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando al Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio de toda responsabilidad

Cayambe, 26 de marzo del 2025



Alexandra Abigail Lema Mera

Cédula: 1752115640

Correo: alexandra.lema@isticge.edu.ec

DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta, en mi calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación titulado "Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025 ", modalidad presencial, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN, concedo a favor del Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, de acuerdo con la normativa citada.

Asimismo, autorizo al Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en su repositorio virtual, conforme a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe los derechos de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando al Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio de toda responsabilidad

Cayambe, 26 de marzo del 2025



Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta

Cédula: 1725223190

Correo: lizbeth.quishpe@istcge.edu.ec

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Alexandra Abigail Lema Mera, estudiante de la carrera de Técnico Superior En Enfermería del Instituto Tecnológico Superior "Consulting Group Ecuador-Esculapio", declaro que el proyecto de investigación titulado "Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025", presentado en 55 páginas, es un requisito parcial para la obtención del grado académico de tecnólogo en Enfermería, y es de mi autoría.

Por lo tanto, declaro lo siguiente:

He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, conforme a las normas de elaboración de trabajos académicos.

No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.

Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado, ni completa ni parcialmente, para la obtención de otro grado académico o título profesional.

Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagio.

En caso de encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones determinadas por el procedimiento disciplinario correspondiente

Cayambe, 26 de marzo de 2025



Alexandra Abigail Lema Mera

Cedula: 1752115640

Mail: alexandra.lema@itcgroup.edu.ec

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta, estudiante de la carrera de Técnico Superior En Enfermería del Instituto Tecnológico Superior "Consulting Group Ecuador-Esculapio", declaro que el proyecto de investigación titulado "Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025", presentado en 55 páginas, es un requisito parcial para la obtención del grado académico de tecnólogo en Enfermería, y es de mi autoría.

Por lo tanto, declaro lo siguiente:

He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, conforme a las normas de elaboración de trabajos académicos.

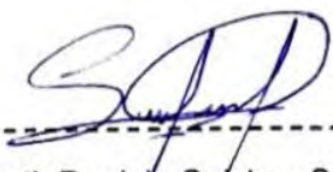
No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.

Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado, ni completa ni parcialmente, para la obtención de otro grado académico o título profesional.

Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagio.

En caso de encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones determinadas por el procedimiento disciplinario correspondiente

Cayambe, 26 de marzo de 2025



Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta

Cedula: 1725223190

Mail: lizbeth.quishpe@istcqe.edu.ec

PROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
PROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña en calidad de tutor del trabajo de titulación Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025, elaborado por la estudiante Alexandra Abigail Lema Mera, con cédula 1752115640 de la Carrera de ENFERMERIA, APRUEBO, dentro de la línea de investigación PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, en consideración que el trabajo de titulación reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y epistemológico para ser sometido al jurado examinador que se designe en virtud de continuar con el proceso de titulación determinado por el Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio.

En la ciudad de Cayambe, 26 de marzo de 2025
En la ciudad de Cayambe, 26 de marzo de 2025

.....
Lcda: Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña
Lcda. Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña
y.llumipanta@istcge.edu.ec
y.llumipanta@istcge.edu.ec

PROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña en calidad de tutor del trabajo de titulación Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025, elaborado por el estudiante Lizbeth Daniela Quishpe Sospanta con cédula 1725223190 de la Carrera de ENFERMERÍA, APRUEBO, dentro de la línea de investigación PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, en consideración que el trabajo de titulación reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y epistemológico para ser sometido al jurado examinador que se designe en virtud de continuar con el proceso de titulación determinado por el Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio.


En la ciudad de Cayambe, 26 de marzo de 2025


Lcda. Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña
y.llumipanta@istcge.edu.ec

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL NIVEL DE SIMILITUD DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña tutor del trabajo de titulación ~~Yo Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña tutor del trabajo de titulación~~ Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes 12 a 14 años en la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús", elaborado por el estudiante Alexandra Abigail Lema Mera, de la Carrera de ENFERMERÍA, APRUEBO, el nivel de similitud en correspondencias con los parámetros establecidos considerando el resultado del programa especializado para tal efecto, el análisis y revisión personal. Se anexa la hoja resumen del programa especializado en imagen PDF.


En la ciudad de Cayambe, 26 de marzo del 2025
En la ciudad de Cayambe, 26 de marzo del 2025


Lcda. Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña
Lcda. Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña
y.llumipanta@istcge.edu.ec
y.llumipanta@istcge.edu.ec

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL NIVEL DE SIMILITUD DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Yo Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña en calidad de tutor del trabajo de titulación Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025, elaborado por el estudiante Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta, de la Carrera de ENFERMERÍA, APRUEBO el nivel de similitud en correspondencias con los parámetros establecidos considerando el resultado del programa especializado para tal efecto, el análisis y revisión personal. Se anexa la hoja resumen del programa especializado en imagen PDF.

En la ciudad de Cayambe, 26 de marzo del 2025.


.....
Lcda. Yessenia Elizabeth Llumipanta Oña
y.llumipanta@istcge.edu.ec

Colocar informe del Programa Anti-plagio (Foto con firma)

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, doy infinitamente gracias a Dios por haberme dado la fuerza y el valor para culminar esta etapa de mi vida.

Agradezco también la confianza y el apoyo brindado por parte de mi madre y mi padre, que sin duda alguna en el trayecto de mi carrera me han demostrado su amor, corrigiendo mis faltas y celebrando mis triunfos.

A mis docentes por su empeño y dedicación al impartirnos todos sus conocimientos y enseñanzas que lo han hecho con afecto.

Finalmente agradezco al Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio por permitirme cumplir este propósito que me servirá para toda la vida.

Alexandra Abigail Lema Mera

AGRADECIMIENTO

Me gustaría agradecer a el Instituto Tecnológico Superior Consulting Group Ecuador - Esculapio por abrirme las puertas y brindarme la oportunidad de alcanzar una etapa más de mi vida a mis docentes por sus enseñanzas su fe en mis habilidades y su disposición para ayudarme han sido fundamental para mí.

Agradezco especialmente a Dios por verme dado la sabiduría para poder culminar mi carrera.

También a mi madre por su apoyo y dedicación a mi hermano Alexander Sosapanta y su esposa quienes han sido un apoyo incondicional y me han brindado su ayuda indispensable para culminar esta etapa académica.

Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta

DEDICATORIA

A Dios, por permitirme llegar a este punto tan especial en mi vida. Por las metas alcanzadas y por los momentos más difíciles que me han enseñado a valorarlo cada día más, a mi madre Yolanda Mera quien me ha acompañado en todo el trayecto estudiantil y de vida, a mi padre Edison Lema que con sus consejos y su apoyo a sabido guiarme para cumplir esta meta, a mi hermano Jefferson Lema que en este transcurso de mi carrera me ha brindado su apoyo incondicional, a mis profesores, gracias por su tiempo, por su apoyo así como la sabiduría que me transmitieron en el desarrollo de mi formación, finalmente le dedico este triunfo a mi hija Sophia.

Alexandra Abigail Lema Mera

DEDICATORIA

Con profunda gratitud y humildad, dedico este trabajo a mi Dios, cuya infinita bondad y misericordia me ha dado la fuerza de seguir dando lo mejor de mí en este proceso académico.

A mi querida madre Rosa María Sosapanta, cuyo apoyo a sido incondicional, a mi amado esposo Edy mi compañero de vida quien ha estado a mi lado en este proceso académico con su amor, cariño y comprensión ha sido mi motivación de culminar una etapa más en vida. A mis hijos David y Josué que han sido mi inspiración y motivación para seguir luchando y alcanzar mi meta.

A mis docentes quien supieron brindarme sus conocimientos y enseñarme amar cada día más esta carrera para ser una buena profesional y servir con cariño y bondad a las personas que lo necesiten gracias por todo su apoyo y su tiempo brindado.

Lizbeth Daniela Quishpe Sosapanta

ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTOR	3
DERECHOS DE AUTOR	4
PROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	7
PROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	8
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL NIVEL DE SIMILITUD DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	9
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL NIVEL DE SIMILITUD DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	10
AGRADECIMIENTO.....	12
AGRADECIMIENTO.....	13
DEDICATORIA.....	14
DEDICATORIA.....	15
ÍNDICE GENERAL.....	16
ÍNDICE DE TABLAS.....	18
ÍNDICE DE FIGURAS	19
ÍNDICE DE ANEXO.....	20
RESUMEN.....	21
ABSTRACT.....	22
CAPÍTULO I.....	23
INTRODUCCIÓN	23
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	23
1.1. Formulación del Problema	23
1.2. Contextualización del Problema	24
1.3. Delimitación del Problema	25
1.4. Formulación de Preguntas de Investigación	25
1.5. Justificación del Estudio	25
1.6. Objetivos de la Investigación	26
1.6.1 Objetivo General	26
1.6.2 Objetivos Específicos	26
1.7 Hipótesis y Variables	26
MARCO TEÓRICO.....	27
2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	27
2.1. Bases Teóricas.....	28

2.1.1 Definición de términos	30
CAPITULO III	32
METODOLOGÍA.....	32
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	32
3.1. Diseño de la Investigación	32
3.2. Población y Muestra	32
3.3. Instrumentos de Recolección de Datos	32
3.4. Procedimiento de Recolección de Datos	33
3.5. Análisis de Datos	33
3.6. Consideraciones Éticas.....	34
3.7. Validez y Confiabilidad	34
3.8. Procedimientos para la Validación y Prueba Piloto	34
3.9. Documentación y Reporte.....	35
CAPÍTULO IV.....	36
ESQUEMA O PLAN DE TRABAJO	36
4.1. Actividades a realizar.....	36
4.2. Recursos a utilizar	36
4.3. Cronograma de actividades	36
4.4. Presupuesto	37
4.5. Financiamiento.....	38
CAPÍTULO V.....	39
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	39
5.1. ANÁLISIS DE RESULTADOS	39
5.1.1. Análisis Cuantitativo.....	39
5.2. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	49
CAPÍTULO VI.....	50
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	50
6.1. Conclusiones.....	50
6.2. Recomendaciones.....	51
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	52
ANEXOS	54
FORMATO ENCUESTA	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Cronograma de Actividades	36
Tabla 2 Presupuesto	37
Tabla 3 Conoce sobre la obesidad.....	39
Tabla 4 Que es para usted la obesidad.....	40
Tabla 5 Conoce sobre la desnutrición	41
Tabla 6 Que es para usted la desnutrición	42
Tabla 7 Cuál cree que es la principal causa de obesidad y desnutrición en los adolescentes de 12 a 14 años	43
Tabla 8 Cuál cree que son las principales enfermedades que se pueda presentar en la obesidad y desnutrición.....	44
Tabla 9 Que comida considera que es una mala alimentación y puede llevar a problemas de salud.....	45
Tabla 10 Como considera usted que se podría prevenir la desnutrición	46
Tabla 11 Que alimentos considera usted que son buenos para una alimentación saludable.....	47
Tabla 12 Considera usted que el realizar actividad física y tener una buena alimentación es favorable para la salud.....	48

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Conoce sobre la obesidad	39
Figura 2	Que es para usted la obesidad	40
Figura 3	Conoce sobre la desnutrición	41
Figura 4	Que es para usted la desnutrición	42
Figura 5	Cual cree que es la principal causa de obesidad y desnutrición en los adolescentes de 12 a 14 años	43
Figura 6	Cual cree que son las principales enfermedades que se pueda presentar en la obesidad y desnutrición	44
Figura 7	Que comida considera que es una mala alimentación y puede llevar a problemas de salud.....	45
Figura 8	Como considera usted que se podría prevenir la desnutrición.....	46
Figura 9	Que alimentos considera usted que son buenos para una alimentación saludable.....	47
Figura 10	Considera usted que el realizar actividad física y tener una buena alimentación es favorable para la salud.....	48

ÍNDICE DE ANEXO

Anexo 1 Encuesta	54
Anexo 2 Encuesta	54
Anexo 3 Encuesta	54
Anexo 4 Permiso de colegio.....	54
Anexo 5 Charla de desnutrición.....	55
Anexo 6 Charla de desnutricion.....	55
Anexo 7 Toma de medidas antropométricas.....	55
Anexo 8 Producto	55
Anexo 9 Producto	55

RESUMEN

La presente investigación propone una guía para la “Prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años tiene como objetivo diseñar una propuesta de guía sobre la prevención de la obesidad y desnutrición, en la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús” de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025. Lo cual se realizó un enfoque cuantitativo descriptivo para la recopilación de datos lo que nos permitió identificar el nivel de conocimiento y como puede prevenir la obesidad y desnutrición. La población seleccionada tuvo la oportunidad de participar libre y voluntariamente y conocer mucho mejor como tener una vida más saludable cabe recalcar que se les brindo charlas educativas y la toma de medidas antropométricas. Se realizo un análisis de datos mediante encuestas a los estudiantes lo que nos permitió fundamentar los resultados y procesamiento de datos que se realizó con el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) lo cual es un software estadístico dentro de los datos arrojados por el software el 88.4% dice saber sobre la obesidad lo cual en otros factores asociados se destaca que un 97.5% conoce sobre la desnutrición otros factores no menos importantes el sexo, la edad y talla. Lo cual es crucial promover una alimentación balanceada, la actividad física y que mediante la promoción se adopte unas sugerencias según las necesidades específicas de los estudiantes.

Palabras claves: prevención, obesidad, desnutrición, peso, talla

ABSTRACT

This research proposes a guide for the "Prevention of obesity and malnutrition in adolescents aged 12 to 14 years" aims to design a proposed guide on the prevention of obesity and malnutrition, at the "Fiscomisional Mariana de Jesús School" in the city of Cayambe in the 2024-2025 school year. A descriptive quantitative approach was used to collect data, which allowed us to identify the level of knowledge and how obesity and malnutrition can be prevented. The selected population had the opportunity to participate freely and voluntarily and learn much better how to have a healthier life. It should be noted that they were given educational talks and anthropometric measurements were taken. Data analysis was conducted using student surveys, which allowed us to substantiate the results. Data processing was performed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) program, a statistical software. Within the data returned by the software, 88.4% reported knowledge of obesity. Among other associated factors, it is notable that 97.5% were aware of malnutrition, as well as other equally important factors such as sex, age, and height. It is crucial to promote a balanced diet and physical activity, and to adopt suggestions based on the specific needs of students.

Keywords: prevention, obesity, malnutrition, weight, height

CAPÍTULO I.

INTRODUCCIÓN

1. Planteamiento del problema

1.1. Formulación del Problema

La nutrición mantiene un papel significativo en la transición de un adolescente a un adulto sano, ya que este periodo desarrolla los factores de riesgo de enfermedades no transmisibles, como sobrepeso, obesidad y desnutrición. El sobrepeso y obesidad son problemas de desequilibrio entre la cantidad de energía consumida con el gasto de energía y la desnutrición es la falta de calorías de uno o más nutrientes fundamentales. (Candela1, 2021).

La mala nutrición está causada por factores inmediatos, subyacente y básicos. Los factores inmediatos corresponden a los factores individuales que intervienen en la aparición de la malnutrición y están relacionados con la alimentación insuficiente o inapropiada que pueden incluso llegar a la obesidad, los factores subyacentes están relacionados con los aspectos familiares como pobreza, acceso inapropiado a alimentos, acceso a servicios de agua y saneamiento insalubres, escasos recursos económicos. Los factores básicos incluyen aspectos sociales, económicos y políticos. (frontiersin, 2020)

Por otro lado, la obesidad trae consigo complicaciones metabólicas graves en niños y adolescentes mientras que la desnutrición puede ocasionar retardo en el crecimiento, afectación del desarrollo cognitivo, reducción del cociente intelectual y mayor probabilidad de adquirir enfermedades transmisibles. (Roma, 2022)

El presente proyecto servirá para desarrollar estrategias de prevención dirigidas a adolescentes, profesores y padres de familia que permitan disminuir la prevalencia de la obesidad y desnutrición en la Unidad Educativa Fiscomisional “Mariana de Jesús”

1.2. Contextualización del Problema

La adolescencia es una etapa fundamental para el crecimiento y desarrollo humano, donde una buena alimentación es uno de los pilares básico para desarrollar y mantener una buena salud; esta etapa es marcada por cambios interrelacionados con el cuerpo, mente y vida social. En este periodo aumentan un incremento en la necesidad las necesidades nutricionales, debido a la rápida acumulación de tejido nuevo y otros cambios involucrados con el desarrollo. (Barral, 2020)

La obesidad escolar se ha convertido en un grave problema global de salud. Cada día son más numerosos los escolares con exceso de peso en las aulas. El exceso de peso, y la obesidad como la forma extrema de este problema, puede ser causa de rechazo grupal, deficiente rendimiento académico, y deserción escolar. La obesidad escolar también coloca al niño o adolescente en riesgo incrementado de sufrir insulinoresistencia, y con ello, Diabetes, hipertensión arterial, y otras manifestaciones del Síndrome metabólico. Las causas para la expansión epidémica de la obesidad escolar pueden ser numerosas, y solaparse en su influencia. (medigraphic, 2020).

En Ecuador, el sobrepeso y la obesidad entre los niños, niñas y adolescentes es una preocupación creciente. Al 20121, 1 de cada 10 niños menores de cinco años ya sufre esta condición. La cifra aumenta con la edad: 1 de cada 3 niños en edad escolar y 1 de cada 4 adolescentes ya registra sobrepeso. La obesidad infantil puede conducir a la aparición temprana de diabetes tipo 2, estigmatización y depresión, y es un fuerte predictor de obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles en adultos, como hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. (Ecuador, 2012)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la desnutrición como un retraso en el crecimiento, emaciación, insuficiencia ponderal o carencias de vitaminas y minerales. La desnutrición en adolescentes puede afectar su desarrollo físico y mental, ya que es un período de intenso crecimiento. (accion, 2019).

1.3. Delimitación del Problema

El estudio se realizó en el periodo escolar 2024-2025 específicamente a los adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” en la Ciudad de Cayambe.

1.4. Formulación de Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento de los adolescentes sobre la obesidad y la desnutrición
- ¿Cuáles son las enfermedades que se pueden contraer con la obesidad y desnutrición?
- ¿Cómo se puede prevenir la obesidad y desnutrición escolar?
- ¿Qué factores socio-ambientales y culturales contribuyen a la obesidad y desnutrición?

1.5. Justificación del Estudio

El riesgo de la obesidad y la desnutrición en los adolescentes es un desafío considerable para la salud general, ya que impacta a los adolescentes. Hoy en día, las enfermedades dadas por la obesidad y desnutrición, como la diabetes y anemia, representan amenazas, los que requiere exámenes y un chequeo médico. La Organización Mundial de la Salud (OMS) 2022, define que la adolescencia como la etapa que trascuro entre los 10 a 19 años. La adolescencia constituye una etapa de crecimiento y desarrollo humano, razón por la cual, este estudio se eligió el grupo de edad de 12 a 14 años, ya que es primordial realizar intervenciones de salud pública en este periodo que permita prevenir estas enfermedades.

Este estudio necesita ser analizado de modo más profundo, utilizando un enfoque de método cuantitativo. La parte cuantitativa del estudio completa la recolección de datos mediante encuestas con el fin de conocer si los adolescentes tienen conocimiento sobre la obesidad y desnutrición y las estrategias de prevención.

1.6. Objetivos de la Investigación

1.6.1 Objetivo General

Analizar las causas y factores relacionados a la desnutrición y obesidad en adolescentes con el fin de proponer estrategias de prevención para mejorar el estado nutricional en la población de adolescentes.

1.6.2 Objetivos Específicos

- Aplicar encuestas a los estudiantes para saber si tiene conocimiento sobre la desnutrición, obesidad, cuáles son sus medidas de prevención y cual sería una alimentación saludable.
- Realizar charlas educativas sobre los temas antes mencionados la cual se llevará a cabo en la Escuela fiscomisional “Mariana de Jesús” en la Ciudad de Cayambe.
- Realizar una valoración de medidas antropométricas para dar a conocer su IMC

1.7 Hipótesis y Variables

Hipótesis Nula (H0): No hay una diferencia significativa en la implementación de diferencias sobre la prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025.

Hipótesis Nula (H1): Existe una diferencia significativa sobre la prevención de obesidad y desnutrición en adolescentes de 12 a 14 años de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” de la ciudad de Cayambe.

CAPITULO II.

MARCO TEÓRICO

2. Antecedentes de la Investigación

La malnutrición por exceso en adolescentes constituye un problema creciente de salud pública tanto a nivel global como nacional, caracterizado por un aumento significativo en la incidencia de sobrepeso y obesidad en esta población. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la prevalencia de estos trastornos ha experimentado un incremento del 28% entre los años 2016 y 2023. En Ecuador, el 25.2% de los adolescentes presenta sobrepeso u obesidad, observándose tasas superiores en áreas urbanas y entre la población femenina. Este fenómeno se encuentra vinculado a niveles elevados de inactividad física (65,1%) y a la adopción de hábitos alimentarios inadecuados, determinar la evaluación antropométrica, hábitos alimentarios y actividad física en adolescentes con malnutrición por exceso. El 97.7% presentó sobrepeso y 2.3% obesidad, el 93.1% mostró hábitos alimentarios inadecuados y el 100% niveles inadecuados de actividad física. El cuestionario PAQ-A reveló que el 82.8% tenía niveles muy bajos de actividad física y 17.2% niveles bajos. (Bonilla Zamora Karina Marisol, 2025)

En los últimos años se ha identificado un aumento de los problemas nutricionales, y por ende una afección en estado corporal de los sujetos, actualmente, los principales problemas nutricionales que afectan a niños, adolescentes, jóvenes, adultos y adultos mayores incluyen la desnutrición, el bajo peso, el sobrepeso y la obesidad. En general, se ha evidenciado que la desnutrición afecta el desarrollo físico futuro de un ser humano, reduciendo la capacidad de trabajo, la resistencia al esfuerzo físico y la capacidad de concentración. De acuerdo a lo señalado por la OMS, según el número de muertes, el exceso de peso y la obesidad son el segundo factor de riesgo para desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles, después de la hipertensión. Estimando que al menos 41 millones de adolescentes en todo el mundo tienen sobrepeso o son obesos, 155 millones sufren retraso en el crecimiento y 52 millones están afectados por emaciación. Como resultado de ello, la prevalencia de enfermedades no

transmisibles ha aumentado al 74,2%, particularmente en países de América Latina y el Caribe. (PAATI, 2024)

El determinar en los adolescentes la asociación entre el sobrepeso y la obesidad con la anemia, entre mayo y junio del 2024 fue observacional de corte transversal, el tamaño de la muestra fue 279 y la recolección fue simultánea en un único momento, previo consentimiento informado de la institución educativa y los padres, para evaluar mediante el sexo de los participantes, 63.1 % del sexo femenino y 36.9% del sexo masculino. Del total, 26,9% presenta sobrepeso, 9,7% obesidad; y 63,4% son normopeso, en la prevalencia de anemia ferropénica el 4,7% de los adolescentes participantes la presentaron. Del total de adolescentes de 12 a 15 años con sobrepeso, el 6.7% presentó anemia ferropénica, de los adolescentes con obesidad el 14.8% presentó anemia ferropénica, y de los normopesos tan sólo el 2.3% presentó anemia ferropénica. El 6,8% de las mujeres y el 1,0% de los varones presentan anemia ferropénica. El 27.3% de las mujeres y el 26.2% de los varones presentan sobrepeso, y el 10.2% de las mujeres y el 8.7% de los varones presentan obesidad. El 8,8% de los adolescentes con sobrepeso/obesidad y el 2,3% de los normopesos presentaron anemia. (Chávez Mamani, 2024)

2.1. Bases Teóricas

Tener una alimentación adecuada durante la adolescencia es crucial por lo tanto, es fundamental que la alimentación tenga un valor nutricional óptimo para cubrir las necesidades calóricas del adolescente ,donde se recopilan datos de medidas antropométricas y la frecuencia de alimentos ultra procesados que consumen los estudiantes, el 28 % de los estudiantes con riesgo cardiometabólico alto consumido en su mayoría de 2 a 4 veces a la semana, galletas 18 %, snack 18 % , bebidas 18 % , golosinas 17 % , embutidos 19 % y otros alimentos ultra procesados 23 % mientras que el 72 % de aquellos estudiantes con riesgo bajo consumido en su mayoría de 2 a 4 veces a la semana , galletas 37 % , snack 38 % , bebidas 44% , golosinas 38 % , embutidos 23 % y otros 41 % , según la relación entre el riesgo cardiometabólico y el consumo de alimentos ultra procesados, aquellos estudiantes que consumen 1 vez a la semana alimentos ultra procesados

presentan un riesgo cardiometabólico alto del 9,1%; de 2 a 4 veces a la semana un 23,6%; de 5-6 veces a la semana 58,1%. Mientras aquellos estudiantes que consumen 1 vez a la semana alimentos ultra procesados presentan un riesgo cardiometabólico bajo del 90,9%; 2-4 veces a la semana 76,4% y de 5-6 veces a la semana 41,9%. (Azogue Chugchilán, 2024)

El presente proyecto de investigación ha sido desarrollado en virtud de la problemática que representa la protección de los niños, niñas y adolescentes frente a la violencia infantil y desnutrición, que se tiene conocimiento está presente en la comunidad de Cangahua, cantón Cayambe, tiene como propósito conocer el estado actual de la problemática así también las causas y consecuencias que representa la violencia infantil y desnutrición dentro de las familias y la sociedad. Se pretende también dar a conocer las normativas jurídicas nacionales e internacionales las cuales son fundamentales debido a que se considera a las niñas, niños y adolescentes como un grupo de atención prioritario promoviendo el bien estar de los menores, que son indispensables desde su nacimiento y desarrollo integral, considerando también que esta problemática ha estado presente no solo en la comunidad de Cangahua sino en todo el Estado ecuatoriano. Esta investigación lo que pretende es proponer una política pública donde se busca la concientización de los moradores de la comunidad para que disminuya la presente problemática que afecta no solo a las familias sino a la sociedad, implementando programas, estrategias y campañas en beneficio de los menores para que tengan protección integra. (Arias Sandoval, 2022)

Los hábitos alimenticios en los adolescentes se han visto afectados en gran magnitud por los diferentes factores que influyen y adquieren a través de la interacción con el contexto sociocultural, la familia y los amigos, es así como tienen preferencia por el consumo excesivo de alimentos con bajo valor nutricional lo que con lleva a desarrollar varios tipos de enfermedades crónicas. La población estuvo constituida por un universo de estudiantes equivalente a 60, cuyas edades estuvieron comprendidas de 12, 13 y 14 años. Se aplicó la técnica de la encuesta por lo cual se concluyó que el mayor porcentaje no consumen agua ni realizan actividad física. Ingieren sus alimentos utilizando en forma desmedida, en relación con los patrones alimentarios se evidenció que consumen una cantidad mínima de

frutas y verduras, además tienen hábitos de ingesta alta en cuanto a los productos de pastelería, bebidas azucaradas, dulces, comida rápida y embutidos. Como nota positiva puede decirse que la mayoría de los estudiantes encuestados consumen cantidades recomendadas y adecuadas de lácteos, leguminosas, carnes blancas y carnes rojas. (PAGUAY CUJI & REA TORRES, 2022)

2.1.1 Definición de términos

Obesidad: La obesidad es una compleja enfermedad crónica que se define por una acumulación excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La obesidad puede provocar un aumento de riesgos de diabetes de tipo 2 y cardiopatías, puede afectar la salud ósea y la producción y aumenta el riesgo de que aparezcan determinados tipos de cáncer. (al, 2022)

Desnutrición: la desnutrición de los niños es un problema de salud grave que afecta a los sectores sociales más desfavorables. La desnutrición causa un crecimiento reducido y el rendimiento escolar, cambia la condición bioquímica y aumenta la morbilidad y mortalidad de los niños. Entre las principales causas de desnutrición se encuentran la desnutrición, la presencia de infecciones que interfieren con el uso adecuado de nutrientes, desigualdad y acceso inadecuado a los alimentos. América Latina, aprox. 2.3 millones de niños de 0 a 4 años tienen un mantenimiento largo o severo y 8.8 millones de su edad son bajos, con una alta desnutrición crónica, que puede atribuirse a factores sociales, económicos, económicos y políticos en el área de la salud. (Maria Fernanda Cueva Moncayo, 2021)

Factores intrínsecos y extrínsecos: Se denomina factor intrínseco a todas las propiedades o características internas, innatas o esenciales de un individuo suborganismo. En el contexto médico. Especialmente en el tema de la obesidad y desnutrición se refiere a los Factores genéticos, fisiológicos o metabólicos que provocan estas enfermedades.

De igual forma, se conoce como factores extrínsecos a todos los elementos o causas extremas o no pertenecientes a la naturaleza propia del individuo u

organismo. En el caso de la obesidad y desnutrición se considera como factores extrínsecos tanto los ambientales como socioculturales.

Enfermedad cardiovascular: La enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte para 2030, el porcentaje de la población que padece el ECV se acercará al 44%. Aunque el ECV generalmente se percibe como una enfermedad de la vida en adultos, los estudios muestran que la aterosclerosis a menudo comienza en la infancia o la juventud. El riesgo cardiovascular se desarrolla como culminación del proceso aterogénico durante toda la vida. La progresión de la aterosclerosis se asocia con el número y la intensidad de los factores de riesgo cardiovascular que se desarrollan en la infancia y continúan hasta la edad adulta y pueden ser independientes del peso de los adultos. Se estima que el 70% de los niños y adolescentes tienen al menos un factor de riesgo cardiovascular. Los factores de riesgo como la hipertensión y la dislipidemia están relacionados directa y positivamente con la presencia de lesiones de aterosclerosis tempranas y la gravedad de los adultos jóvenes y jóvenes.

(Lyndsey D Ruiz, 2019)

Deficiencia nutricional y peso corporal: El riesgo de desnutrición se debió a una serie de deficiencias de nutrientes, incluidas la vitamina A, calcio, zinc, yodo y hierro. Además, la deficiencia de micronutrientes y la desnutrición materna también contribuyeron a la desnutrición. Además, se descubrió que los alumnos y adolescentes con sobrepeso o sobrepeso tienen un mayor riesgo de desnutrición.

(Mustapha Amodu, 2024)

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3. Metodología de la Investigación

3.1. Diseño de la Investigación

Se eligió un método cuantitativo con un alcance descriptivo para evaluar el conocimiento relacionado a la obesidad y desnutrición en adolescentes. El diseño metodológico se basó en una encuesta administrada a los estudiantes

3.2. Población y Muestra

Los sujetos incluidos fueron los estudiantes de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” de la ciudad de Cayambe en el ciclo escolar 2024-2025, debido a la comida que se les ofrece en el bar estudiantil. La encuesta incluyó variables sobre el conocimiento de la obesidad y desnutrición, las causas del porque se da la obesidad y la desnutrición y que alimentos considera que son saludables. Este diseño facilitó la prueba de hipótesis basadas en los resultados, lo que validó la necesidad de dar a conocer a los estudiantes dando charlas de prevención y cual sería un plato saludable recomendado.

Se aplicó a los estudiantes entre 12 a 14 años, pertenecientes a la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” de la ciudad de Cayambe.

Los informantes claves fueron los estudiantes quienes llenaron la encuesta aplicada.

3.3. Instrumentos de Recolección de Datos

La técnica de investigación aplicada fue la encuesta con preguntas básicas sobre la obesidad y desnutrición. Aquí, se reunió información utilizando un cuestionario estructurado con un enfoque particular de datos cuantitativo sobre la conceptualización de la obesidad y desnutrición en la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús”, así como investigar su conocimiento, su estilo de vida y su tipo de alimentación en relación a la obesidad y la desnutrición. El diseño sistemático

de la encuesta permitió recopilar información específica a través de las preguntas cerradas dirigidas a conocimiento, causas, comida saludable y prevención.

Las preguntas iniciales en las que nos centramos fueron, conoce sobre la obesidad, conoce sobre la desnutrición, cuales cree que son las causas de obesidad y desnutrición. También se realizó una medición antropométrica para clasificar a los estudiantes según los criterios de obesidad y desnutrición definidos por la OMS.

3.4. Procedimiento de Recolección de Datos.

El procedimiento de recolección de datos inicio presentando una solicitud de permiso para la aplicación de la encuesta y de las charlas educativas de prevención a los estudiantes de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús”, los estudiantes respondieron la encuesta.

Una vez llenado la encuesta se procedió a dar una charla preventiva de obesidad y desnutrición, después realizamos la tabulación de datos mediante tablas, se identificaron los indicadores claves que responden a los objetivos de la investigación. Se realizo la información y se presentó los resultados obtenidos.

3.5. Análisis de Datos.

El plan para procesar y analizar datos comenzó con la organización y sistematización de los datos derivados de las encuestas realizadas con los estudiantes de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús”. Las respuestas fueron digitalizadas y almacenadas en una base de datos, lo que hizo más operativa la tabulación de las variables investigadas. Para realizar un análisis detallado, se utilizaron tablas dinámicas, lo que mejoro el procedimiento de la información y el análisis cruzado con variables claves, como si conocen acerca de la obesidad y desnutrición, las causas que afectan a estas enfermedades no trasmisibles, si conocen sobre cual es una alimentación saludable. El uso de estos dispositivos permitió derivar porcentajes, distribuciones y tendencias que demostraron el conocimiento de los estudiantes sobre estas enfermedades no trasmisibles.

Al analizar esta información, la muestra pudo desglosar los datos en el conocimiento, que cree que son y las causas de estas enfermedades no

trasmisibles identificando los patrones significativos en los encuestados, este análisis hizo posible correlacionar las variables para determinar su prevención. Los resultados se presentaron en forma de tablas y gráficos, lo que mejoro su interpretabilidad y sirvió como base para una comprensión más precisa de los hallazgos, lo que permitió formar conclusiones para mejorar las medidas preventivas.

3.6. Consideraciones Éticas

La presente investigación cumple con los criterios establecidos en el modelo de Evaluación externa 2024 con fines de acreditación para los Institutos Superiores Técnicos y Tecnólogos, específicamente en el en el numeral 5.1.1 que permite determinar si una actividad puede ser considerada de Investigación y Desarrollo (I+D). El estudio con una problemática la cual es la mala alimentación relacionada con la obesidad y desnutrición en los adolescentes, lo cual encontramos que los estudiantes no tienen una buena alimentación y podemos proponer estrategias preventivas para generar estas enfermedades no trasmisibles.

Se procedió a tener un consentimiento informado por parte de la directora de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” para obtener datos mediante la aplicación de la encuesta.

Los datos obtenidos no requirieron de información personal como nombres y números de cédulas, la información fue procesada de manera conjunta sin exponer criterios individuales, protegiendo así la privacidad de cada uno de los estudiantes.

3.7. Validez y Confiabilidad

El instrumento fue validado por criterio de expertos, es decir la docente tutora quien dio las directrices y la guía de construcción de la encuesta.

3.8. Procedimientos para la Validación y Prueba Piloto

El instrumento fue validado antes de su aplicación final, se tomo en cuenta a los estudiantes del noveno “B” para que llenen la encuesta y verificar la consistencia de cada una de las preguntas.

3.9. Documentación y Reporte

El método analítico-sintético fue utilizado en el estudio desglosando la información obtenida a través de las encuestas realizadas con los estudiantes de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús” en sus partes más importantes como preguntas básicas a los estudiantes si conocen acerca de estas enfermedades no transmisibles y su percepción de las estrategias de medidas de prevención.

CAPÍTULO IV. ESQUEMA O PLAN DE TRABAJO

4.1. Actividades a realizar

Se procedió a definir el problema de investigación, tomando en cuenta las causas y efectos que lo originan, justificación y se planteó objetivos e hipótesis del estudio. Seguido se elaboro el marco teórico, conceptualización y analizando las variables intervinientes. En el tercer capítulo se analizó la metodología de investigación, iniciando por el diseño, seguido la población y muestra, instrumentos, procedimiento, diseño validez y proceso.

4.2. Recursos a utilizar

Los recursos necesarios para la investigación fueron:

Humanos, investigadores, director de tesis, estudiantes de la Escuela Fiscomisional “Mariana de Jesús”

Materiales: libros revista, documentos hojas, páginas de internet.

Tecnología: computador, internet.

4.3. Cronograma de actividades.

Tabla 1 Cronograma de Actividades

Actividades	2024			2025				
	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo
Elaboración del Capítulo I. Introducción			X					
Elaboración del Capítulo II. Marco teórico				X				
Elaboración del Capítulo III. Metodología de la investigación				X				
Elaboración del Capítulo IV. Plan o esquema de trabajo				X				
Elaboración del Capítulo V.					X			

Análisis y discusión de los resultados de investigación								
Elaboración de las conclusiones y recomendaciones						X		
Elaboración del informe final.						X		
Evaluación del proyecto de investigación.						X		
Sustentación del proyecto de investigación.						X		

Fuente: La autora.

4.4. Presupuesto

Tabla 2 Presupuesto

CÓDIGO	PARTIDA	CANTIDAD	MONTO
BIENES			
1.8.1.1DE OFICINA			
1.8.1.1.1	REPUESTOS Y ACCESORIOS		
	-Cartuchos de tinta de Impresora	1 unidades	10
	Subtotal		\$10
1.8.1.1.2	PAPEL EN GENERAL, UTILES Y MATERIALES DE OFICINA		
	-Papel A4 80 gr.	Un millar y medio	\$10
	Subtotal		\$10
BIENES			
SERVICIOS			
1.8.1.2 VIAJES DOMESTICOS			
1.8.1.2.1	PASAJ. Y GAST. DE TRANSP.		
	-Movilidad	2 persona	\$5
	Subtotal		\$10
1.8.1.3 SERVICIOS DE TELEFONIA E INTERNET			
1.8.1.3.1	SERVIC. DE TELEFONIA MÓVIL		
	-Servicio Telefónico Móvil	(estimado)	\$10
	Subtotal		\$10
1.8.1.3.2	SERVICIO DE INTERNET		

	-Uso de internet	(estimado)	\$25
	Subtotal		\$25
1.8.1.4 SERV. DE PUBLIC., IMPRES., DIFUS., E IMAGEN INSTITUCIONAL			
1.8.1.4.1	SERV. DE IMPR., ENC. Y EMP		
	-Fotocopias	100	\$60
	Subtotal		\$60
TOTAL			\$125

Fuente: La autora.

4.5. Financiamiento

El financiamiento en investigación es crucial para cubrir los costos asociados con el estudio, como la adquisición de materiales, herramientas de recolección de datos, acceso a bases de datos y software especializando, así como para financiar gastos de viaje. Obtener el financiamiento adecuado asegura la calidad y la ejecución completa del proyecto, permitiendo que los investigadores dediquen tiempo y recursos necesarios sin limitaciones financieras.

CAPÍTULO V.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Análisis de Resultados

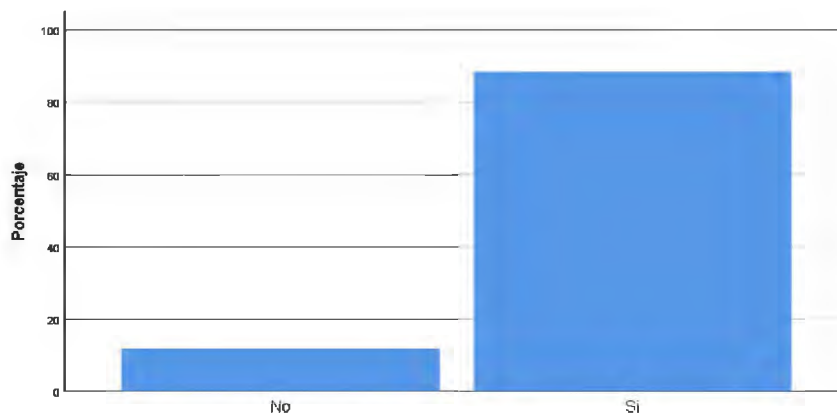
5.1.1. Análisis Cuantitativo

Tabla 3 Conoce sobre la obesidad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	No	8	11,6	11,6	11,6
	Si	61	88,4	88,4	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús

Figura 1 Conoce sobre la obesidad



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Los resultados de la encuesta indican que el 88.4% de los estudiantes encuestados consideran que conocen sobre la obesidad, mientras que el 11.6% dicen que no conocen sobre la obesidad estos son ase ver que la mayoría conoce sobre este tipo de salud en su entorno.

Tabla 4 Que es para usted la obesidad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Acumulación excesiva de grasa corporal	42	60,9	60,9	60,9
Falta de actividad física	3	4,3	4,3	65,2
Mala alimentación	24	34,8	34,8	100,0
Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 2 Que es para usted la obesidad



Fuente: Encuesta realizada a los Estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

La obesidad es una enfermedad que desencadena morbilidad en la encuesta realizada a los estudiantes dice que el 60.9% considera que la acumulación

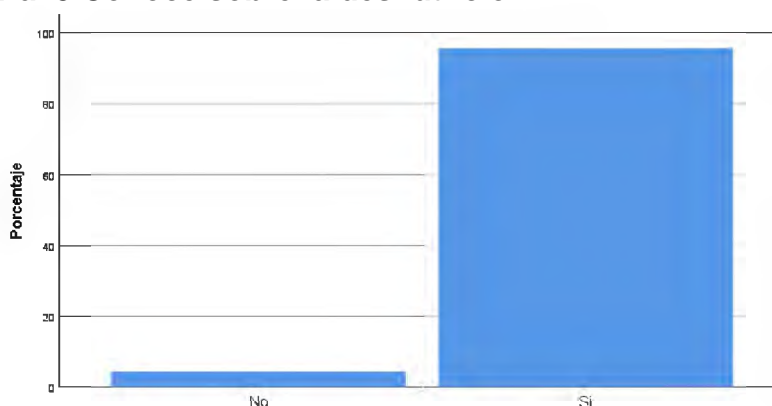
excesiva de grasa corporal en el cuerpo es considerada como obesidad el 34.8% dicen que es por la mala alimentación mientras que el 4.3% consideran que por la falta de actividad física puede con llevar a la obesidad.

Tabla 5 Conoce sobre la desnutrición

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido No	3	4,3	4,3	4,3
Si	66	95,7	95,7	100,0
Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 3 Conoce sobre la desnutrición



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

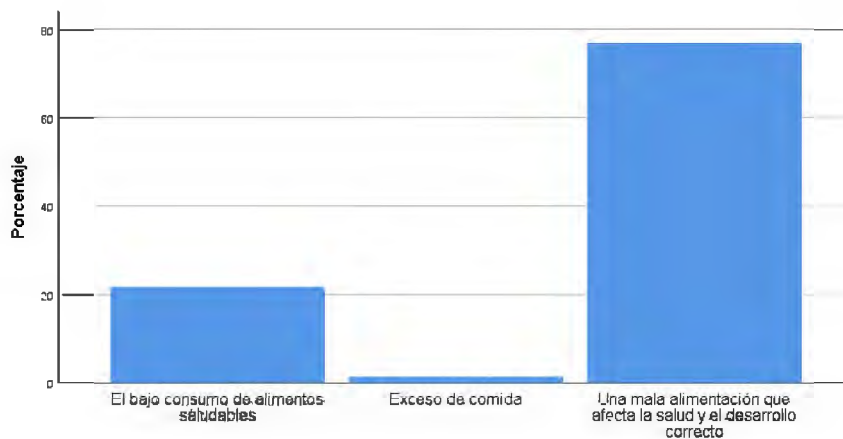
La desnutrición es una condición en el cuerpo ya que no recibe los nutrientes suficientes o calorías para mantenerse sanos y tener un buen desarrollo los datos obtenidos en esta pregunta el 95.7% conocen sobre la desnutrición y el daño que puede causar en cambio el 4.3% dice no saber conocer sobre este problema de salud a nivel mundial.

Tabla 6 Que es para usted la desnutrición

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido El bajo consumo de alimentos saludables	15	21,7	21,7	21,7
Exceso de comida	1	1,4	1,4	23,2
Una mala alimentación que afecta la salud y el desarrollo correcto	53	76,8	76,8	100,0
Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 4 Que es para usted la desnutrición



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Según los datos obtenidos en la encuesta a los estudiantes el 76.4% dicen que la nutrición se debe a una mala alimentación que afecta la salud y el desarrollo

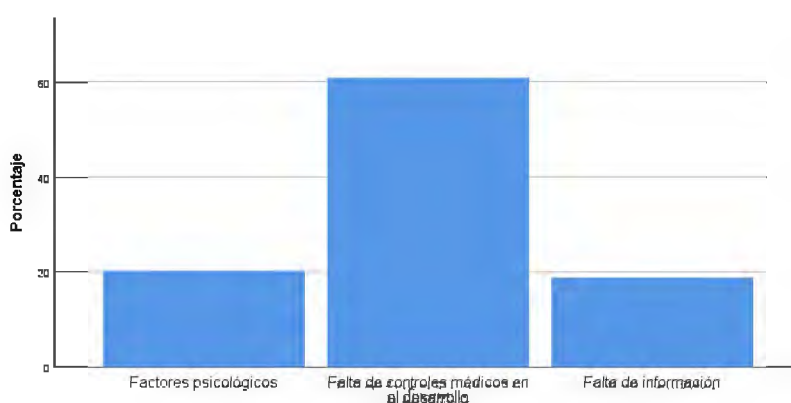
correcto el 21.7% dice que se debe al bajo consumo de alimentos saludables mientras que el 1.4% dice que se debe al exceso de comida.

Tabla 7 Cuál cree que es la principal causa de obesidad y desnutrición en los adolescentes de 12 a 14 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Factores psicológicos	14	20,3	20,3	20,3
	Falta de controles médicos en el desarrollo	42	60,9	60,9	81,2
	Falta de información	13	18,8	18,8	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 5 Cual cree que es la principal causa de obesidad y desnutrición en los adolescentes de 12 a 14 años



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

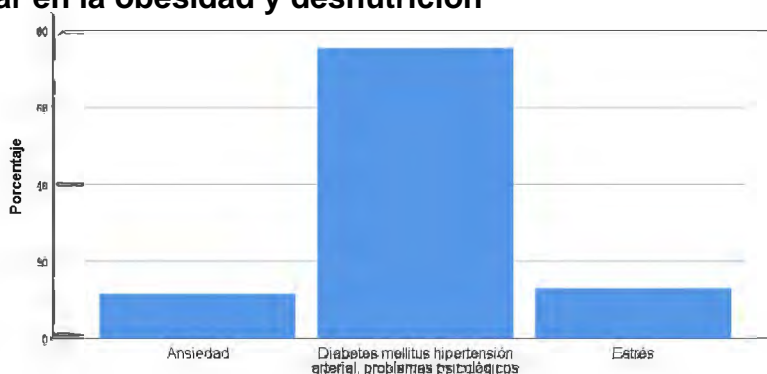
En esta pregunta los estudiantes encuestados el 60.9% dicen que el tener obesidad y desnutrición es debe a la falta de controles en el desarrollo mientras que el 20.3% dice que se debe a factores psicológicos y el 18.8% dice que se debe por la falta de información.

Tabla 8 Cuál cree que son las principales enfermedades que se pueda presentar en la obesidad y desnutrición

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ansiedad	8	11,6	11,6	11,6
	Diabetes mellitus, hipertensión arterial, problemas psicológicos	52	75,4	75,4	87,0
	Estrés	9	13,0	13,0	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 6 Cual cree que son las principales enfermedades que se pueda presentar en la obesidad y desnutrición



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

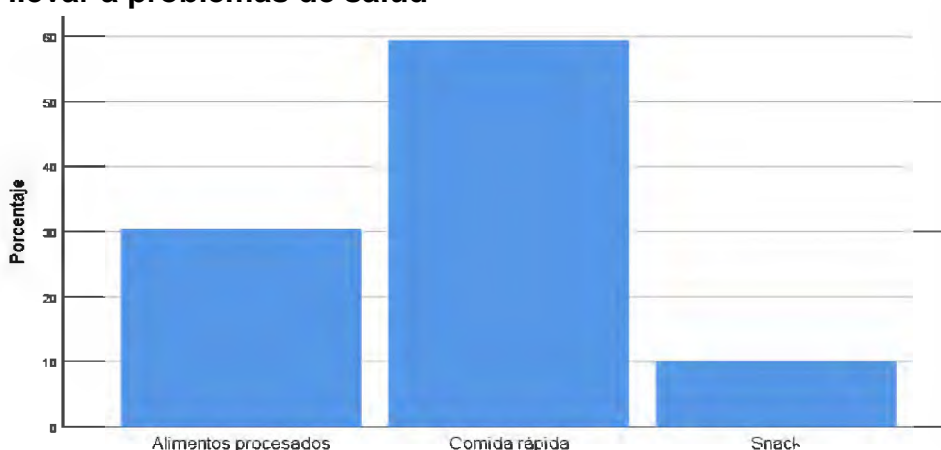
La respuesta obtenida en la encuesta a los estudiantes de la escuela Fiscomisional Mariana de Jesús dice el 75.4% pueden causar enfermedades como la Diabetes Mellitus, hipertensión arterial, el 13% dice que se debe al estrés y el 11.6% que se debe a la ansiedad.

Tabla 9 Que comida considera que es una mala alimentación y puede llevar a problemas de salud

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alimentos procesados	21	30,4	30,4	30,4
	Comida rápida	41	59,4	59,4	89,9
	Snack	7	10,1	10,1	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 7 Que comida considera que es una mala alimentación y puede llevar a problemas de salud



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

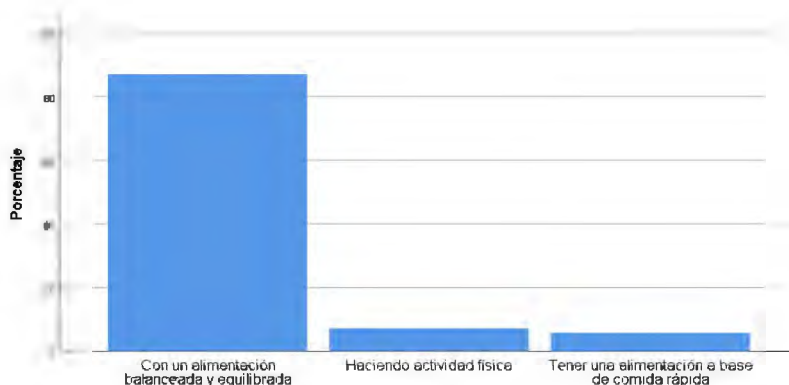
En esta pregunta los estudiantes encuestados el 59.4% dicen que la comida rápida es considerada una mala alimentación y que puede llevar a problemas de salud el 30.4% consideran que los alimentos procesados son perjudiciales para la salud y el 10.1% dice que los snacks también que son alimentos malos para nuestra salud.

Tabla 10 Como considera usted que se podría prevenir la desnutrición

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Con un alimentación balanceada y equilibrada	60	87,0	87,0	87,0
	Haciendo actividad física	5	7,2	7,2	94,2
	Tener una alimentación a base de comida rápida	4	5,8	5,8	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 8 Como considera usted que se podría prevenir la desnutrición



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

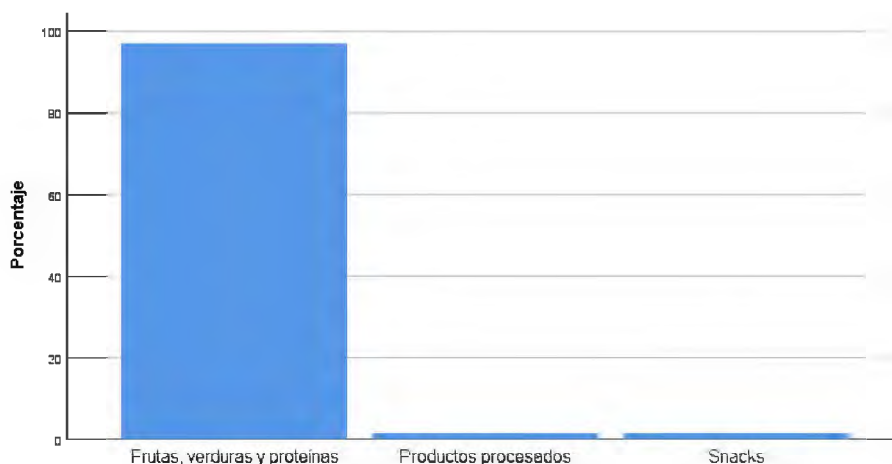
Los datos obtenidos en la escuela realizada a los estudiantes el 87% que para prevenir la desnutrición se debe tener una buena alimentación balanceada y equilibrada el 7.2% dice que haciendo actividad física se puede prevenir el 5.8% en cambio considera que a base de comida rápida se puede prevenir la desnutrición.

Tabla 11 Que alimentos considera usted que son buenos para una alimentación saludable

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Frutas, verduras y proteínas	67	97,1	97,1	97,1
Productos procesados	1	1,4	1,4	98,6
Snacks	1	1,4	1,4	100,0
Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 9 Que alimentos considera usted que son buenos para una alimentación saludable



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

En esta pregunta el 97.1% de estudiantes encuestados dice que las frutas, verduras y proteínas son buenos alimentos el 1.4% dice que los productos

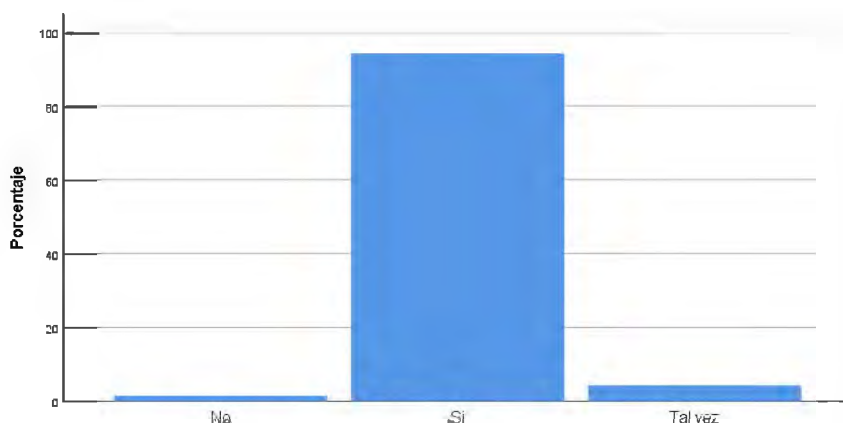
procesados se consideran buenos alimentos para consumir el otro 1.4% también considera que los snacks son buenos para la salud.

Tabla 12 Considera usted que el realizar actividad física y tener una buena alimentación es favorable para la salud.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	No	1	1,4	1,4	1,4
	Si	65	94,2	94,2	95,7
	Tal vez	3	4,3	4,3	100,0
	Total	69	100,0	100,0	

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

Figura 10 Considera usted que el realizar actividad física y tener una buena alimentación es favorable para la salud.



Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes de la “Escuela Fiscomisional Mariana de Jesús”

En esta pregunta los estudiantes encuestados el 94.2% dice que realizar actividad física y tener una buena alimentación son favorables para la salud el 4.3% dice que tal vez y el 1.4% dicen que no.

5.2. Discusión de Resultados

La recopilación de información mediante la aplicación de cuestionarios a los estudiantes noveno de la Escuela Fiscomisional "Mariana de Jesús" existe una gran prevalencia que conocen sobre la obesidad (88,4%) y con un (11.6%) que desconocen sobre la enfermedad. Estos datos los tomamos muy en cuenta para realizar las charlas y darles a conocer mas sobre esta enfermedad no trasmisible.

CAPÍTULO VI.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

- La obesidad en adolescentes es una enfermedad que preocupa gravemente a la sociedad y sus instituciones públicas como privadas. Es una olla a presión que esta proyectando a adultos enfermos para el futuro, lo que deriva en una sociedad poco productiva.
- Los resultados arrojados por la investigación revelaron claramente que los estudiantes no llevan un estilo de vida saludable en la escuela. Es evidente que ahora los estudiantes muestran un peso considerado dentro de lo normal, lo cual es un signo de una buena salud, pero quiere decir que lleven una buena alimentación y con el pasar del tiempo puedan generar enfermedades que afecten la salud de los estudiantes.
- En análisis matizado de los hallazgos mostraron que consideran que la obesidad es una acumulación excesiva de grasa corporal representando un 60.9% y 34.8% consideran que es por una mala alimentación.
- El 97.1% de los encuestados consideran que los alimentos saludables son frutas, verduras y proteínas y el 2.9% consideran que una alimentación saludable son los productos procesados.
- La prevención de la obesidad y la desnutrición es adolescentes es un desafío fundamental para garantizar un desarrollo saludable y prevenir enfermedades a largo plazo. A lo largo de esta investigación, se ha demostrado que una alimentación equilibrada, la promoción de la actividad física y la educación nutricional son pilares fundamentales para abordar problemas. En conclusión la obesidad y la desnutrición es adolescentes son problemas prevenibles si se implementa estrategias integrales que involucren a la familia, la escuela y el sistema de salud.

6.2. Recomendaciones

- Promover una dieta equilibrada para tener un estilo de vida saludable a base de frutas, verduras, granos, proteínas y lácteos bajo en grasas. A demás debe limitar el consumo de bebidas azucaradas, alimentos procesados, fomentar la actividad física mínimo de 30 minutos como correr, salir a caminar, nadar, evitar el sedentarismo mantener ocupados a los adolescentes.
- Fomentar el acceso adecuado alimentos nutritivos para así los adolescentes tengan acceso a alimentos ricos en nutrientes especialmente en vitaminas y minerales también involucrar a los padres de cómo se debe llevar una alimentación saludable el realizar controles médicos para detectar cualquier problema de desnutrición y obesidad.
- Se pueden organizar actividades educativas, como charlas o talleres, para resalte el cómo consumir los alimentos y como tiene que ir conformado un plato saludable. Organizar actividades deportivas, clases de ejercicio o programas extracurriculares
- Es importante recordar que el adolescente es único y que es importante adaptar las recomendaciones según sus necesidades.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- accion, a. e. (12 de agosto de 2019). *ayudaenaccion.org*. Obtenido de [ayudaenaccion.org](https://ayudaenaccion.org/proyectos/r/latinoamerica/ecuador/):
<https://ayudaenaccion.org/proyectos/r/latinoamerica/ecuador/>
- Agricultura, O. d. (2022). *Roma*. Obtenido de <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/48bb043e-a8f7-43f5-affe-331a61d92ace/content>
- al, o. e. (2022). *obesidad y sobrepeso*. Organización Mundial de la Salud .
- Barral, J.-P. (04 de febrero de 2020). *issuu*. Obtenido de https://issuu.com/pamelars/docs/desnutrici_n_en_la_adolescencia/1
- Candela1, Y. (20 de enero de 2021). *scielo*. Obtenido de <https://ve.scielo.org/pdf/avn/v33n2/0798-0752-avn-33-02-123.pdf>
- Cisneros Enríquez, A. (2023). *Neuromarketing y neuroeconomía: código emocional del consumidor*. Obtenido de <https://elibro.net/es/lc/istcge/titulos/229285>
- Cristófol Rodríguez, M. (2023). Revisión sistemática: neuromarketing y moda, dos conceptos sensoriales. *UMAES*. Obtenido de <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/28136>
- Ecuador, U. (2012). *unicef.org*. Obtenido de [unicef.org](https://www.unicef.org/ecuador/obesidad-infantil#programme-resources):
<https://www.unicef.org/ecuador/obesidad-infantil#programme-resources>
- Espejo Jaramillo, L. B. (2023). *Neuromarketing: estrategias y herramientas en la gestión de un producto o servicio de calidad*. Instituto Superior Tecnológico American College. Obtenido de <https://elibro.net/es/lc/istcge/titulos/248091>
- Fernando, G. F. (30 de Junio de 2021). El marketing 5.0 y su efecto en la estrategia empresarial del sector industrial en España. *RUC*, 13. Obtenido de <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/30191>
- Kotler, P., Kartajaya, H., & Setiawan, I. (2021). Marketing 5.0: Tecnología para la humanidad una entrevista con Hermawan Kartajaya e Iwan Setiawan. *EL DIARIO DE MARKETING*, 1-2. Obtenido de <https://www.marketingjournal.org/marketing-5-0-technology-for-humanity-an-interview-with-hermawan-kartajaya-and-iwan-setiawan/>
- Lyndsey D Ruiz, M. L. (23 de 11 de 2019). *pmc.ncbi.nlm.nih.gov*. Obtenido de [pmc.ncbi.nlm.nih.gov](https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7020092/): <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7020092/>
- Mairena Fox, P. L. (2022). *Perspectivas para la economía circular: el comercio y los negocios internacionales en el contexto de una Latinoamérica más*

sostenible. Fundación Universitaria San Mateo. Obtenido de <https://elibro.net/es/lc/istcge/titulos/222047>

Maria Fernanda Cueva Moncayo, C. A. (07 de noviembre de 2021). *docs.bvsalud.org*. Obtenido de *docs.bvsalud.org*: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/09/1392385/364-1305-1-pb.pdf>

medigraphic. (2020). *medigraphic*. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=68448#:~:text=La%20obesidad%20es%20colar%20se%20ha,rendimiento%20acad%C3%A9mico%2C%20y%20deserci%C3%B3n%20escolar>

Morales López, D. A., & Zaldumbide Peralvo, D. A. (1 de Junio de 2023). Marketing 5.0 como eje de posicionamiento en las empresas del Ecuador. *593 Digital Publisher*, 10-13. doi:<https://doi.org/10.33386/593dp.2023.3-1.1868>

Mustapha Amodu, S. A.-B. (15 de Abril de 2024). *pmc.ncbi.nlm.nih.gov*. Obtenido de *pmc.ncbi.nlm.nih.gov*: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11049343/>

Rodríguez, C. C., Florido, C. P., & Suárez, L. M. (2024). NEUROMARKETING Y MODA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA SOBRE SUS IMPLICACIONES SENSORIALES. *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información* . doi:<https://doi.org/10.35742/rcci.2024.29.e304>.

Universiti Sains Malaysia (USM), M. (28 de agosto de 2020). *frontiersin*. Obtenido de <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2020.00453/full>

ANEXOS

Formato encuesta

Anexo 1 Encuesta



Anexo 2 Encuesta

Consider usted que el realizar actividad física y tener una buena alimentación es favorable para la salud *

Sí

No

Tal vez

Que alimentos considera usted que son buenos para una alimentación saludable *

Frutas, verduras y proteínas

Productos procesados

Snacks

Anexo 3 encuesta

Cual cree que son las principales enfermedades que se pueda presentar en la obesidad y desnutrición *

Diabetes mellitus, hipertensión arterial, problemas psicológicos

Estrés

Ansiedad

Que comida considera que es una mala alimentación y puede llevar a problemas de salud. *

Comida rápida

Snack

Alimentos procesados

Anexo 4 Permiso de colegio



Anexo 5 Charla de desnutrición



Anexo 6 Charla



Anexo 7 toma de medidas antropométricas



Anexo 8 Producto



Anexo 9 Producto

