

TRABAJO DE INVESTIGACION



**FACTORES PREDISPONENTES DE LA OBESIDAD Y SOBREPESO EN
ADOLESCENTES USUARIOS DEL INFOCENTRO DE CONOCOTO. QUITO,
PICHINCHA**

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR

“CONSULTING GROUP ESCULAPIO”

Registro SENESCYT N° 17-061



Factores Predisponentes de la Obesidad y el Sobrepeso en Adolescentes

Usuarios Del Infocentro de Conocoto, Quito Pichincha

Trabajo de Investigación Presentado como Requisito Parcial para Optar al Título
de Técnico Superior en Enfermería

Autor: Lupe Quinga

Orcid: [_0000-000-220345300](https://orcid.org/0000-0002-2203-4530)

Tutor: Ruth Tovar

Orcid: [0009-0007-1414-4266](https://orcid.org/0009-0007-1414-4266)

QUITO-ECUADOR

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR

“CONSULTING GROUP ESCULAPIO”

Registro SENESCYT N° 17-061

**FACTORES PREDISPONENTES DE LA OBESIDAD Y SOBREPESO EN
ADOLESCENTES USUARIOS DEL INFOCENTRO DE CONOCOTO. QUITO,
PICHINCHA**

Proyecto de investigación Presentado como Requisito Parcial para Optar por el Título de Técnico
Superior en Enfermería

Quito, 2024

Referencias del Autor: Lupe Elizabeth Quinga Miranda
Correo Electrónico Personal: lupemiranda163@gmail.com
Correo electrónico Institucional: lupe.quina@itscge.edu.es

Referencias del Tutor: Ruth E. Tovar R
Correo Electrónico Personal: ruthtovar18@gmail.com
Correo electrónico Institucional: ruth.tovar@itscge.edu.ec

Referencias Investigativas: Factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes usuarios del infocentro de Conocoto. Quito-pichincha.

Lupe Elizabeth Quinga Miranda, (2025). Factores Predisponentes de la Obesidad y el Sobrepeso en Adolescentes Usuarios del Infocentro de Conocoto. Quito-Pichincha. Enfermería. Quito – Ecuador. 85 p.

DERECHOS DE AUTOR

Yo Lupe Elizabeth Quinga Miranda, en mi calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Factores Predisponentes de la Obesidad y el Sobrepeso en Adolescentes Usuarios del Infocentro de Conocoto. Quito-Pichincha”, 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.

La autora 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 pudieran presentarse por esta causa liberando al Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador – Esculapio de toda responsabilidad

En la ciudad de Quito, a los 15 días del mes de diciembre del 2024



Lupe Elizabeth Quinga Miranda
Cédula: 1726746454

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Lupe Elizabeth Quinga Miranda, estudiante de la Carrera de Enfermería del Instituto Tecnológico Superior “Consulting group Ecuador- Esculapio”; declaro que el proyecto de investigación titulado “Factores predisponentes de la Obesidad y Sobrepeso en Adolescentes usuarios del infocentro de Conocoto”, presentado en 85 folios, como requisito parcial para la obtención del grado académico de Técnico Superior 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, de acuerdo establecido por las normas de elaboración de trabajo académico.


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

Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado 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.

De encontrar uso de material intelectual ajeno, sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinan el procedimiento disciplinario.

En la ciudad de Quito, a los 15 días del mes de diciembre del 2024



Lupe Elizabeth Quinga Miranda

Cedula: 1726746454

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Ruth Ebelia Tovar Rodríguez, en calidad de tutora del trabajo de titulación: “Factores predisponentes de la Obesidad y Sobrepeso en Adolescentes Usuarios del Infocentro de Conocoto”, ciudad de Quito, elaborado por la estudiante Lupe Elizabeth Quinga Miranda, con cédula 1726746454 de la Carrera de Enfermería, APRUEBO, dentro de la línea de investigación: Promoción de la vida saludable del ISTCGE (2022) el Trabajo de Investigación en consideración a 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 Quito, a los 25 días del mes diciembre de 2024



.....

PhD. Ruth Ebelia Tovar Rodríguez.

ruth.tovar@istcge.edu.ec

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL NIVEL DE SIMILITUD DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo Ruth Ebelia Tovar Rodríguez en calidad de tutora del trabajo de titulación “Factores Predisponentes de la Obesidad y el Sobrepeso en Adolescentes Usuarios del Infocentro de Conocoto. Quito-Pichincha”. En la ciudad de Quito, elaborado por la estudiante Lupe Elizabeth Quinga Miranda, 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 Quito, a los 25 días del mes diciembre de 2024



PhD. Ruth Ebelia Tovar Rodríguez

ruth.tovar@istcge.edu.ec

Dedicatoria.

A Dios primeramente porque él me ha brindado fuerzas, sabiduría y resiliencia en cada paso de este camino de mi carrera.

A mis padres por todo su apoyo y su amor incondicional por creer en mí que me han dado su confianza necesaria para superar cada obstáculo y alcanzar este logro tan importante para mí.

A mi hijo por ser mi pilar y mi motor fundamental por quien siempre me esforcé y me esfuerzo para ser cada vez mejor y se sienta orgulloso de su madre.

Lupe Elizabeth Quinga Miranda

Agradecimientos

En primer lugar, agradezco a Dios, ya que, gracias a Él, he logrado concluir mi carrera, a mis padres Griselda Miranda y Héctor Quinga, porque ellos siempre estuvieron a mi lado, brindándome su apoyo y sus consejos para hacer de mí un mejor ser humano; a mi bebé hermoso Matías, por ser mi motor, mi alegría, mi pilar fundamental para superarme, gracias por apoyarme de una u otra manera para lograr mi objetivo.

También agradezco muy profundamente a mi tutora Ruth Tovar, por su dedicación y paciencia, sin sus palabras y correcciones precisas, no hubiese podido lograr llegar a esta instancia tan anhelada. Gracias por su guía y todos sus consejos; a los docentes que han sido parte de mi camino, a todos ellos les quiero agradecer por transmitirme los conocimientos necesarios para hoy poder estar aquí. Sin ustedes los conceptos serían sólo palabras, y las palabras ya sabemos quién se las lleva, el viento.

Es una satisfacción personal, saber que me encuentro en la etapa final para obtener mi título de tercer nivel; a pesar de altas y bajas que he tenido a lo largo de estos dos años, es también fruto del reconocimiento y del apoyo vital que nos ofrecen nuestros esfuerzos, sin el cual, no tendríamos la fuerza y energía que nos anima a crecer como personas y como profesionales.

Lupe Elizabeth Quinga Miranda

ÍNDICE

Derechos de Autor	05
Aprobación del Tutor del nivel de similitud del trabajo de titulación	09
Dedicatoria	10
Agradecimiento	11
Resumen.....	14
I. Introducción	16
CAPÍTULO I.....	19
Planteamiento del Problema	20
Objetivos	24
Objetivos General.....	24
Objetivos específicos.....	24
Hipotesis y Variables	24
Justificacion	24
CAPITULO II.....	26
Marco Teórico.....	26
Antecedentes de la Investigación.....	27
Nacionales.	27
Bases Teóricas	30
Factores Modificables.....	41
Factores No Modificables	44
Operacionalización de la Variable	45
CAPÍTULO III.....	47
METODOLOGÍA.....	48
Paradigma.....	48
Enfoque	48
Diseño	48
.....	48
Población y Muestra	49

Técnica e Instrumento	50
CAPÍTULO IV.....	51
Análisis y Discusión de Resultados	53
Descripción e Interpretación de Resultados.....	63
CAPITULO V.....	67
Conclusiones y Recomendaciones.....	67
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	70
ANEXOS.....	75

RESUMEN

En Ecuador, los adolescentes de 16 a 19 años con un 50 % sufren de obesidad y sobrepeso lo que causa un grave problema de salud pública con la gran problemática de trastornos alimenticios llevando a sufrir diversas patologías en la edad adulta. La Ley Orgánica de Salud, en el Ecuador, establece que la prevención, orientación, control y vigilancia en materia de nutrición, sobrepeso, obesidad y otros trastornos de la conducta alimentaria, que se deben promover e impulsar programas y campañas de información sobre los buenos hábitos alimenticios, una buena nutrición y la activación física para contrarrestar el sobrepeso, la obesidad y los trastornos de la conducta alimentaria en los adolescentes. De esta manera esta investigación con un paradigma positivista, enfoque cuantitativo, deductivo, no experimental, descriptivo, de campo tuvo como objetivo determinar los factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes usuarios del Infocentro de Conocoto. Para esta investigación se recopiló información mediante una entrevista realizada a los adolescentes del Infocentro de Conocoto y la revisión bibliográfica con lo que se puede concluir con la investigación que las conclusiones y recomendaciones hace énfasis a la importancia de prevenir la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes del Infocentro de Conocoto.

Palabras claves: Obesidad y sobrepeso, Factores predisponentes, Factores Modificables y Factores No Modificables.

ABSTRACT

In Ecuador, adolescents between 16 and 19 years old, with 50%, suffer from obesity and overweight, which causes a serious public health problem with the great problem of eating disorders, leading to suffer from various pathologies in adulthood. The Organic Law of Health, in Ecuador, establishes that the prevention, guidance, control and surveillance in matters of nutrition, overweight, obesity and other eating disorders, that programs and information campaigns on good eating habits, good nutrition and physical activity must be promoted and promoted to counteract overweight, obesity and eating disorders in adolescents. In this way, this research with a positivist paradigm, quantitative, deductive, non-experimental, descriptive, descriptive, field approach, aimed to determine the predisposing factors of obesity and overweight in adolescents users of the Conocoto Infocenter. For this research, information was collected through an interview with adolescents from the Conocoto Infocenter and a bibliographic review, which can be concluded with the research that the conclusions and recommendations emphasize the importance of preventing obesity and overweight in adolescents at the Conocoto Infocenter.

Keywords: Obesity and overweight, Predisposing factors, Modifiable factors and Non-modifiable factors.

INTRODUCCIÓN

Según el Ministerio de Salud Pública (MSP, 2016) La obesidad fue reconocida, por primera vez, como un problema de salud pública, a finales del siglo XX y ahora se ha convertido en una epidemia. En general, estas enfermedades son causadas por la desnutrición y se convierten en un grave problema nutricional, psicológico y social en los países desarrollados y conllevan mayores problemas de salud en las personas mayores.

Es importante mencionar que, en la adolescencia, la promoción de la vida saludable es aún más crítica, pues es el periodo en el que aumenta el 50% del peso corporal, el 25% de la altura, el 50% de la masa ósea en los hombres y el 50% de la grasa en las mujeres, y se pone el foco en alimentos fuertes y nutritivos. y diferente; por lo que esta vez puede ser la última para preparar a los jóvenes para que coman bien como adultos sanos.

Por otra parte, la Ley Orgánica de Salud, en el Ecuador, establece que la prevención, orientación, control y vigilancia en materia de nutrición, sobrepeso, obesidad y otros trastornos de la conducta alimentaria, son materia de salubridad general. Además, la ley establece que se deben promover e impulsar programas y campañas de información sobre los buenos hábitos alimenticios, una buena nutrición y la activación física para contrarrestar el sobrepeso, la obesidad y los trastornos de la conducta alimentaria.

En este sentido, el objetivo principal de este trabajo de investigación, está dirigido a determinar los Factores Predisponentes de la Obesidad y el Sobrepeso en la población adolescente del Infocentro de Conocoto. El mismo, fue realizado siguiendo los

presupuestos de la investigación positivista, con un enfoque cuantitativo, de carácter descriptivo, de campo.

En cuanto a su estructura, esta investigación se encuentra dividida en VI Capítulos:

El Capítulo I denominado Planteamiento del Problema, en el cual se describe la problemática de estudio, en este caso la Obesidad y el Sobrepeso en los adolescentes y los factores que la predisponen, también se describen los objetivos y la Justificación de la investigación.

En el Capítulo II, denominado Marco Teórico, se presentan los Antecedentes de la Investigación y las Bases Teóricas que fundamentan la misma

En el Capítulo III, denominado Metodologías se presenta el método de investigación que se utilizó en la investigación, la muestra, la población, así como la técnica y el instrumento utilizado para la recolección de la información, entre otros, utilizados en la misma.

En el Capítulo IV, denominado Plan de Trabajo, en el cual se presenta el plan de trabajo que se llevó a cabo en la investigación.

En el Capítulo V, denominado Análisis de Resultados se presentan los resultados obtenidos con la aplicación del instrumento para la obtención de información del estudio.

En el Capítulo VI, denominado Conclusiones y Recomendaciones, se presentan las conclusiones fundamentadas en los resultados obtenidos de la

investigación. También se presentan las recomendaciones o sugerencias de parte de la investigadora para prevenir y/o disminuir la problemática, en este caso la Obesidad y el Sobrepeso en los adolescentes y los factores que la predisponen.

En las Referencias Bibliográficas se presentan las fuentes de información que se consultaron en la investigación.

CAPÍTULO I

1. Planteamiento del Problema

Hoy en día, la desnutrición se ha convertido en un grave problema de salud. Entre ellos, el sobrepeso y la obesidad se consideran síndromes complejos y multifactoriales, que, según algunos autores, se asocian a la occidentalización de la dieta y el estilo de vida, mientras que otros lo atribuyen a problemas metabólicos y genéticos. Según (Vague, 1956), la obesidad se define como la acumulación anormal o excesiva de grasa que resulta perjudicial para la salud.

Según este autor, la obesidad no se presenta en una sola persona como una epidemia; Se va creando con el tiempo, con mayor o menor ritmo según la persona, y muchas veces más allá del estudio de la biología. Así, el conocimiento de la vida y las formas personales de resolver estos problemas permiten que la obesidad se desarrolle y se comporte de una manera personal determinada por la biología y el entorno.

Según (Talavera, 2021), una forma sencilla de medir la obesidad es un valor de índice de masa corporal de 30 kg/m² y superior. Vale decir que la prevalencia de la obesidad en la sociedad está aumentando. Por otro lado, existen muchos factores como la genética, la cultura y el nivel económico que inciden en su desarrollo, el principal problema es la alimentación; Su papel en el riesgo de problemas menstruales como diabetes, infertilidad y embarazo.

Enfermedad inflamatoria crónica causada por una acumulación excesiva de grasa en el cuerpo o en el tejido adiposo en general. Se considera un problema de salud pública con muchas consecuencias. También se piensa que la falta de conocimiento y conciencia sobre la nutrición es un factor importante en el riesgo de que los escolares tengan sobrepeso y obesidad, un problema importante ya que su desarrollo temprano los pone en riesgo para la salud.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018), la obesidad mundial se ha triplicado desde 1975 y, en 2016, había aproximadamente 650 millones de personas obesas mayores de 18 años.

Los números son más importantes cuando se trata de peso. Las cifras reportadas son aproximadamente 1.250 millones de adultos, lo que representa el 13% y el 39% de la población mundial, respectivamente. Este hecho refleja los problemas de salud asociados a enfermedades no saludables, en los que influyen muchos factores como la economía, el medio ambiente, la genética, el mal estilo de vida y el bajo peso (Gómez, Vásquez, Luarte, Ibáñez, & Cossó, 2016).

Un nuevo informe de las (Naciones Unidas 2019), Panorama de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2019, muestra que la obesidad entre los adultos en los países de América Latina y el Caribe se ha triplicado desde 1975 debido al aumento del consumo de alimentos y de alimentos procesados. Cuatro importantes autoridades sanitarias escriben sobre promoción de alimentos.

En el caso de Ecuador, la prevalencia de sobrepeso y obesidad es clara: la obesidad se caracteriza por un bajo contenido de grasa en el primer año de vida, mientras

que en la niñez la tasa es del 6,5% (SB, 2006). Su incidencia aumenta con la edad escolar, encontrándose el 14% de los escolares ecuatorianos de 8 años en zonas urbanas donde la obesidad es común (OCEMAN, 2011), y continúa aumentando durante la adolescencia, alcanzando el 22% en adultos y el 40,6% en mujeres. Sobrepeso y 14,6% obesidad; estas últimas representan la mitad de las mujeres pobres. Finalmente, una reciente encuesta nacional de adultos informó que el 59% de los adultos tenían sobrepeso (MSP 2011).

Por otro lado, (Manuel, 2022) piensa que la obesidad es la enfermedad nutricional más común entre niños y jóvenes de nuestro país, aunque no se limita a estos; Esta condición también puede ocurrir en personas mayores que están recibiendo tratamiento; El riesgo de enfermedades como hipertensión arterial, enfermedades cardíacas y diabetes aumenta, y las expectativas y la calidad de vida cambian.

Como mencionamos anteriormente, la causa más común de obesidad se debe a la nutrición inadecuada de los jóvenes y sus padres, la educación, la inactividad física, el pasar más tiempo frente a la televisión y la tecnología, y factores genéticos. El sobrepeso y la obesidad en los jóvenes también pueden estar asociados con el estrés, lo que resulta en baja autoestima, depresión y ansiedad.

Una dieta saludable es necesaria para su tratamiento, intentar cambiar conductas, aumentar la actividad física y evitar tratamientos farmacológicos y quirúrgicos también es eficaz, especialmente en personas que no han cambiado hábitos saludables y han evitado la mortalidad.

Padecer diversas enfermedades, entre ellas enfermedades cardiovasculares como hipertensión, cardiomegalia e hipertrofia ventricular, o trastornos metabólicos como diabetes. Por otro lado, existe el riesgo psicológico de tener sobrepeso incluso en las mejores circunstancias; Los jóvenes con sobrepeso u obesidad tienen más probabilidades de ser estigmatizados, tener una autoestima más baja y, en casos graves, las relaciones se ven afectadas. O diferentes niveles de depresión.

Según Saltos (2022) Una de las principales causas del sobrepeso y la obesidad en los jóvenes se debe a muchos factores, en su mayoría relacionados con el estilo de vida; Muchos estudios han demostrado que afecta más a personas inactivas porque controla el tipo de actividad y la genética de la obesidad. Por este motivo, la alimentación no es suficiente y como muchas personas ya están afectadas por esta enfermedad, es necesario realizar un proyecto para mejorar la alimentación en la escuela.

En caso de interés en esta investigación, se realizó en el Centro de Información de Conocoto, donde todos los días se atiende a jóvenes obesos y con sobrepeso de diversos grados. A través de entrevistas orales y observación directa con algunos de estos jóvenes, el autor supo que consumían ciertas bebidas y alimentos con alto contenido de azúcar y grasa, y que no parecían querer saber que esas bebidas y alimentos eran dañinos, beneficioso.

Por estas razones, el profesional de enfermería, tiene en sus manos, entre tantas otras, la responsabilidad de planificar y ejecutar acciones tendientes a promover la salud y evitar la obesidad y el sobrepeso en los jóvenes y población en general, mediante diversas estrategias educativas y sensibilizadoras, dirigidas a disminuir y

prevenir las complicaciones derivadas de la misma. Las consideraciones planteadas, generaron a la autora, las siguientes interrogantes generales:

¿Cuáles son los Factores Predisponentes de la Obesidad y el Sobrepeso en los adolescentes entre 13 y 18 años, del Infocentro de Conocoto?

Así como las siguientes interrogantes específicas:

¿Qué Factores no modificables se asocian a la Obesidad y al Sobrepeso en los adolescentes del infocentro de Conocoto?

2. ¿Cuáles serán los Factores Modificables predisponentes a la Obesidad y al Sobrepeso en los adolescentes del Infocentro de Conocoto?

3. ¿Qué medidas de prevención podrían ser aplicadas en la población adolescente del Infocentro de Conocoto para tratar el sobrepeso y la obesidad?

1.2. Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar los factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes del Infocentro de Conocoto.

Objetivos Específicos

1.- Indagar en torno a los factores de riesgo, no modificables de la obesidad y el sobrepeso.

2.-Conocer los factores modificables de la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes.

3.-Describir las estrategias de prevención de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes.

1. 3. Formulación de las hipótesis y las variables

La Obesidad y el Sobrepeso en la población adolescente, son causadas principalmente por una alimentación inadecuada

Vd.: Obesidad y Sobrepeso

Vd1 Factores modificables

Vd2. Factores no Modificables

1.4. Justificación de la investigación

La presente investigación tiene importancia relevante por su temática central, ya que el sobrepeso y obesidad en adolescentes son enfermedades con un aumento desmedido y una alta prevalencia, que se han incrementado con el tiempo y que poseen consecuencias significativas en la salud biopsicosocial de la población adolescente.

Desde lo social, el abordar los factores que desencadenan la obesidad y el sobrepeso, propiciará la difusión de la información para la prevención de una patología que es tan “normal” que ni siquiera se asume como una enfermedad; además, dado a que se observa en la región un aumento significativo del sobrepeso y la obesidad en adolescentes y situaciones patológicas conocidas como la doble carga de la malnutrición,

ambas problemáticas de exceso y déficit; en un contexto global en que se presta mayor atención a la seguridad alimentaria y nutricional y se dispone de evidencia científica contundente sobre el rol de la malnutrición como factor relevante de la carga mundial de enfermedades, el concientizar a las personas en torno a esta patología.

Desde lo educativo, la investigación brindará información actualizada acerca de la obesidad, el sobrepeso y los diferentes factores que la predisponen.

Desde lo investigativo, esta investigación es relevante como antecedente para otras investigaciones relacionadas con el tema.

Finalmente, esta investigación se justifica porque está adscrita a la línea de investigación promoción de vida saludable del Instituto Tecnológico Superior Consulting Group Ecuador. (2024) ya que es aquella que promueve el bienestar físico, mental y social de una persona. Se caracteriza por la adopción de hábitos y estilos de vida que inciden positivamente en la salud de las personas que, en este caso, son los adolescentes usuarios del infocentro de Conocoto.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

Para (Ander, 1990) En una teoría o patrón de uso, "declaraciones generales, pensamientos, ideas, sentimientos, ideas, categorías y conceptos específicos que deben seguirse para contar más hechos sobre un problema o tema". En este sentido, "Todos los constructos teóricos se elaboran a partir de un amplio cuerpo de teoría o directamente de la teoría de la página 15. Para este estudio, se supone que el conocimiento existente sobre el tema de investigación ya se comprende. Los datos disponibles no constituyen un concepto teórico: la diferencia también es diferente, a veces contra intuitiva."

2.1. Antecedentes de la investigación

Según (Tamayo, 2012) los antecedentes de investigación son los puntos de partida que establecen el marco teórico y conceptual que guía la investigación y les da dirección a los resultados. Para la realización de esta investigación fue necesario consultar diversos trabajos de investigación previas con el fin de recaudar experiencias investigativas en torno al tema de la obesidad y el sobrepeso, a continuación, se presentan algunos de los más relevantes:

2.2. Nacionales

Primero se presenta el estudio de (Torres, 2018) titulado “Prevalencia de adultos obesos en los barrios de Cuenca, Ecuador”. Este es un requisito para postular a una maestría en la Pontificia Universidad Católica de Cuenca en Ecuador. Según sus características y métodos, se trata de un estudio empírico, cuantitativo, areal, transversal y descriptivo, utilizando una población y muestra de 318 personas, de las cuales el 57,2% son mujeres y el 42,8% son hombres. Los participantes presentaron datos analizados por la clínica de nutrición de la ciudad. Se ha informado que entre el 14 y el 16 % de la población de Cuenca está formada por niños y adolescentes con estilos de vida pobres, por lo que el sobrepeso y la obesidad son más comunes en las escuelas. Concluyó que el problema del sobrepeso y la obesidad es causado por la desnutrición y la falta de actividad física. Alimentos Con tanta gente ya afectada por esta enfermedad, es necesario emprender un proyecto para mejorar el suministro de alimentos en las escuelas. Este avance es relevante para la investigación actualmente en curso en lo que se refiere a la obesidad y sus elementos precipitantes, por lo que sus resultados son importantes tanto desde el punto de vista teórico como metodológico.

El estudio de (Rueda, 2018) titulado Nutrición y Dietética con Mención en Enfermedades Metabólicas, Obesidad y Diabetes. El objetivo de la estrategia de selección de nutricionistas de la Universidad Internacional del Ecuador es realizar un estudio comparativo sobre la obesidad en jóvenes de 12 a 19 años, con factores como edad, género y nivel de salud. Actividad física y patrones sedentarios. Se realizó un estudio descriptivo y analítico entre 17,23 millones de jóvenes de 12 a 19 años en Ecuador. El muestreo aleatorio se realizó en tres etapas. El equipo de recolección de

datos está formado por investigadores de campo que previamente han sido capacitados en métodos y técnicas. Dado que se trataba de un estudio basado en datos secundarios, se utilizó el software de análisis de datos SPSS Statistics 24 para seleccionar temas específicos para el análisis; esto indicó que había datos válidos disponibles y que faltaban datos sobre varias variables seleccionadas.

Es claro que la obesidad aumentó a 7,1% en 2012 y 7,0% en 2018, indicando obesidad en el 4to cuartil (Q4) de obesidad en mujeres y raza afro ecuatoriana por género. A nivel regional, el más importante es el de Kalchi, que cayó del 2,6 % al 8,3 %.

Resumen: Si bien la tasa de obesidad en Ecuador no es tan alta como en otros países latinoamericanos, esta situación impacta en la vida de los adultos mayores de la población identificada y afecta el riesgo. La obesidad tiene muchos factores de riesgo y uno de ellos es la inactividad física. La investigación reveló que, aunque la tasa de actividad física disminuyó entre 2012 y 2018, la tasa de obesidad no aumentó en todo el país. Se entiende que la obesidad no es sólo el resultado de la falta de actividad física, sino también el resultado de muchos factores de riesgo que hacen que se produzca. Esta historia se relaciona con su contribución al estilo de vida sedentario y la obesidad y otros factores que conducen a la obesidad.

El siguiente estudio fue elaborado por (Escobar, 2020), quien egresó de la Universidad Estatal de Milagro (UNEMI) con el título de Maestría en Salud Pública. Este estudio examinó la obesidad y los factores relacionados con la obesidad entre los trabajadores de la Región 09d06 entre enero y mayo de 2020. Estudio descriptivo, no experimental y exploratorio utilizando un método transversal para analizar los resultados de los empleados del Distrito 09D06 utilizando métodos de encuesta e IMC; riesgo

relativo, estado e incertidumbre, estado asociado con el sobrepeso y riesgo relativo y obesidad.

Los resultados mostraron que el mayor riesgo estaba entre las personas mayores de 46 años y aquellas con antecedentes familiares de obesidad, y aquellas cercanas a la obesidad que consumían alimentos que contenían azúcar. Comen alimentos ricos en grasas y azúcares, y lo menos que no se puede cambiar son los antecedentes familiares. Este estudio es relevante por la forma en que se realizó el estudio y el aporte del autor al conocimiento de la obesidad y sus factores. Relación con la familia, trabajo y actividad física requerida para: Maestría en salud de la Universidad del Azuay, Ecuador. El objetivo es determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre adultos de 18 a 64 años en el condado de Javier Loyola en 2023 y el impacto de la actividad física en los asuntos familiares. 240 ciudadanos del distrito Javier Loyola de la provincia de Azogues completaron el Cuestionario de Función Familiar, IPAQ y Ejercicio FF-SIL, previa medición de su IMC mediante la medición de su peso, talla y circunferencia abdominal.

Los resultados mostraron que el equilibrio de peso fue del 35,8% y 41,7% respectivamente, el 18,8% de los del grado I eran obesos y los del grado II eran el 18,8% obeso. El 2,9% de los que están en grado III son obesos y de grado III. Mostró que el 0,8% de los que estaban en primer grado eran obesos. El 54,6 por ciento de ellos son jóvenes. 61,7 por ciento igual a las mujeres. 91,3% El riesgo de no trabajar es 9,23 veces mayor que el de tener sobrepeso y obesidad. El riesgo de tener sobrepeso y obesidad se presenta en familias con mal funcionamiento y esta tasa es 2,8 veces mayor, y el riesgo aumenta a 6 veces.

Esto nos lleva a la conclusión de que la obesidad es mayor en las personas que comen poco, y la tasa de obesidad es mayor en las mujeres y en las personas con alto nivel educativo (niveles tres y cuatro), con más del 60%. Con un 91,7% de la población que no realiza actividad física, estos resultados proporcionan evidencia científica de que esta investigación es relevante para la obesidad y los efectos que conducen a la obesidad en la población.

Una vez presentado los antecedentes procede a presentar las bases teóricas que fundamentan esta investigación.

2.3. Bases teóricas

La nutrición

Según Fernández (2003) es el proceso biológico que ocurre en un ser vivo cuando su organismo absorbe de los alimentos y líquidos, los nutrientes que necesita para su crecimiento y el desarrollo de las funciones vitales. Una buena nutrición previene de muchas enfermedades crónicas y está relacionada con un estilo de vida sano. Muchos problemas de salud se pueden prevenir a través de una alimentación o una dieta saludable, que siga las proporciones adecuadas de cada alimento.

El profesional de la nutrición según (Fernández, 2003) es el nutricionista o dietista, que es quien se especializa en la nutrición humana y posee estudios especializados sobre el tema.

Sin embargo, por ser la nutrición un factor que incide directamente en la salud de las personas, todos los profesionales sanitarios están involucrados en mayor o menor

grado en este tema. El profesional de Enfermería, como miembro importante del equipo multidisciplinario, debe velar por brindar una educación y orientación a la población acerca de la alimentación sana, así como todas las medidas de prevención de enfermedades causadas por la malnutrición.

Tipos de nutrición

La gente siempre come los alimentos por la boca. Sin embargo, existen dos métodos de buena nutrición para pacientes que necesitan una dieta o nutrición especial: enteral y parenteral. Nutrición externa: la nutrición se administra directamente al músculo humano mediante inyección. La nutrición tiene un impacto positivo en la salud a largo plazo; Afecta la calidad de vida, la esperanza de vida y el riesgo de enfermedades como:

Obesidad

El exceso de calorías, especialmente de alimentos ricos en grasas y azúcares, puede causar obesidad. Estas condiciones aumentan el riesgo de desarrollar condiciones como diabetes tipo 2, enfermedades cardíacas, apnea del sueño, presión arterial alta y algunos tipos de cáncer. Una característica de la dieta es que se ve afectada por la dieta. Controlar los carbohidratos y el azúcar es importante para prevenir y controlar la diabetes tipo 2.

Enfermedades Cardiovasculares

Las grasas saturadas y el colesterol elevado en la dieta pueden aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, como la arteriosclerosis y los ataques

cardíacos. Las grasas saludables, como las encontradas en el aceite de oliva y los pescados grasos, pueden proteger el sistema cardiovascular.

Presión Arterial Alta

El exceso de sal en la dieta puede contribuir a la hipertensión arterial. Una dieta equilibrada, baja en sodio y rica en potasio puede ayudar a mantener una presión arterial saludable.

Cáncer

Dietas altas en grasas saturadas, carnes procesadas y alimentos fritos puede aumentar el riesgo de ciertos tipos de cáncer, como el cáncer colorectal y el de mama. Y una dieta rica en frutas, verduras y fibra puede tener un efecto protector.

Enfermedades Neurodegenerativas

La nutrición también desempeña un papel en la salud cerebral a largo plazo. Algunos nutrientes, como los ácidos grasos omega-3 y antioxidantes, pueden ayudar a proteger contra enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer y el Parkinson.

Salud Ósea

La ingesta adecuada de calcio y vitamina D en la dieta es esencial para mantener huesos fuertes a lo largo de la vida. La falta de estos nutrientes puede aumentar el riesgo de osteoporosis y fracturas en la vejez.

Longevidad

Una alimentación equilibrada y saludable está asociada con una mayor longevidad. Las personas que mantienen una dieta nutritiva tienden a vivir más tiempo y a tener una calidad de vida mejor en la vejez.

Bienestar General

Una alimentación equilibrada proporciona al cuerpo los nutrientes necesarios para funcionar adecuadamente. Esto se traduce en una mayor energía, un sistema inmunológico más fuerte y una menor susceptibilidad a enfermedades y afecciones.

Calidad de Vida

Mantener una dieta saludable a lo largo de la vida puede mejorar significativamente la calidad de vida. Las personas que se alimentan de manera equilibrada tienen más energía, duermen mejor, tienen una piel más saludable y una mejor salud mental en general.

Estado Nutricional

Según (Porrás, 2007), es la salud de un individuo influida por los nutrientes o calorías. La dieta de una persona se refiere al estado del cuerpo de la persona con respecto al uso y aprovechamiento de los nutrientes esenciales por parte del cuerpo. Por tanto, incluye la calidad y variedad de los alimentos, así como la cantidad de alimentos y la capacidad del cuerpo para absorber y utilizar bien los nutrientes.

Las formas de medir el estado nutricional de una persona. Abarcan desde evaluaciones clínicas hasta análisis de sangre o pruebas de composición corporal. Los indicadores clave para su medición son:

Peso corporal.

Estatura.

Índice de masa corporal (IMC).

Niveles de vitaminas.

Minerales en sangre.

Proporción de masa grasa y magra en el cuerpo.

Dieta equilibrada

La mejor forma de mantener la salud nutricional es mediante la alimentación. Esta debe ser variada e incluir todos los nutrientes esenciales. Para una persona sana, los especialistas recomiendan una dieta basada en frutas, verduras, proteínas magras, granos enteros y grasas saludables.

Hidratación

El agua ayuda a transportar los nutrientes a través del cuerpo. Es un elemento esencial del que dependen muchas de nuestras reacciones metabólicas. El consumo de alimentos jugosos puede ayudar a mantener un nivel correcto de agua en el cuerpo.

Control de porciones

Es conveniente controlar las porciones de alimentos para evitar el exceso o la deficiencia de calorías y nutrientes en el cuerpo. El problema más común en este sentido es comer más de lo que el cuerpo necesita.

Reducción de alimentos procesados

Los alimentos manipulados industrialmente tienen un alto contenido de azúcares añadidos, grasas saturadas y sal. También contienen menos nutrientes esenciales que sus equivalentes sin procesar. Siempre que se pueda, es mejor comer alimentos frescos y cocinados siempre que sea posible.

Actividad física

El ejercicio ayuda a controlar el peso corporal, mejora la digestión y facilita la utilización de los nutrientes. Cuando se utiliza con una dieta saludable, ayuda a prevenir enfermedades y proteger las funciones corporales.

Obesidad

Moreno (2012) es considerada una epidemia de obesidad en Chile y muchos países del mundo. Se caracteriza por una mayor cantidad de grasa corporal, que dependiendo de su cantidad y localización determinará la salud y limitará una larga y buena vida, la obesidad a menudo es causada por factores genéticos, fisiológicos y ambientales, entre ellos la dieta, la actividad física y las opciones de ejercicio. Una pérdida de peso moderada puede mejorar o prevenir problemas de salud relacionados con la obesidad. Una mejor dieta, más actividad física y cambios en el estilo de vida pueden ayudarle a perder peso. La obesidad se produce cuando usted ingiere más calorías de las que quema mediante la actividad y el ejercicio regulares.

El cuerpo almacena más calorías en grasa y se asocia con enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.

Hipertensión: La obesidad aumenta el riesgo de hipertensión arterial. Colesterol alto: la obesidad aumenta el riesgo de colesterol alto.

Enfermedades del Corazón: La obesidad puede causar problemas de hígado y vejiga.

Apnea del sueño: La obesidad puede causar apnea del sueño, lo que significa dejar de respirar durante el sueño.

Cáncer: La obesidad aumenta el riesgo de algunos tipos de cáncer, incluido el cáncer de colon, el cáncer de estómago, la enfermedad renal, la leucemia y el linfoma.

Problemas de huesos y articulaciones: Levantar objetos pesados ejerce presión sobre los huesos y las articulaciones, lo que puede provocar osteoartritis

Infertilidad: La obesidad aumenta el riesgo de infertilidad en hombres y mujeres.

Incontinencia urinaria: La obesidad puede causar incontinencia urinaria.

Varices: La obesidad puede causar varices.

Depresión: La obesidad puede estar asociada a algunas enfermedades mentales como la depresión.

Herencia e influencias familiares

La genética del padre o de la madre puede afectar la cantidad de grasa que se almacena en el cuerpo y dónde se distribuye. La genética también puede desempeñar un papel importante en la forma en que el cuerpo convierte los alimentos en energía, controla el apetito y quema calorías durante el ejercicio.

La obesidad tiende a presentarse en toda la familia, debido a que los miembros de la familia también tienden a compartir hábitos alimenticios y de actividad similares.

Estilos de vida

Trastornos de la alimentación Llevar una dieta alta en calorías, beber mucha agua y consumir muchas frutas y verduras puede provocar un aumento de peso. Las personas consumen demasiadas calorías, especialmente del alcohol, antes de sentirse llenas. Otras bebidas altas en calorías, como los refrescos, pueden provocar aumento de peso. Se puede recomendar un estilo de vida sedentario para consumir más calorías de las que quema mediante el ejercicio y las actividades diarias. Mirar fijamente las pantallas de la computadora, la tableta y el teléfono es inactividad. El tiempo pasado frente a las pantallas está relacionado con el aumento de peso. Problemas médicos como la artritis también pueden causar debilidad y algunos medicamentos pueden causar aumento de peso si la actividad física no se compensa con dieta o medicamentos. Estos medicamentos incluyen esteroides, algunos ansiolíticos, anticonvulsivos, para la diabetes, antiinflamatorios y algunos betabloqueantes.

Problemas sociales y económicos

La obesidad está asociada con problemas sociales y económicos. Es difícil perder peso sin un lugar seguro para caminar o hacer ejercicio. Es posible que las personas no sepan cocinar alimentos saludables o que no sean saludables. Además, las personas con las que pasas tiempo también pueden afectar tu peso. Tienen más probabilidades de ser obesos si tienen amigos o familiares obesos.

Edad

La obesidad puede ocurrir a cualquier edad, incluso, en niños pequeños. Sin embargo, a medida que se envejece, los cambios hormonales y un estilo de vida menos activo aumentan el riesgo de obesidad. La cantidad de músculo en el cuerpo tiende a disminuir con la edad. Una menor masa muscular suele derivar en una disminución del metabolismo. Estos cambios también reducen las calorías que se necesitan y pueden hacer que resulte más difícil evitar el exceso de peso.

Embarazo

El aumento de peso es común durante el embarazo. Para algunas mujeres, perder peso después de dar a luz puede resultar difícil. Este aumento de peso puede provocar obesidad en las mujeres.

Fumar

Dejar de fumar suele estar asociado con el aumento de peso. En algunas personas, puede provocar un aumento de peso suficiente como para volverse obesos. Esto sucede a menudo cuando las personas utilizan alimentos para evitar dejar de fumar. Sin embargo, en general, dejar de fumar es más beneficioso para la salud que seguir fumando. Las organizaciones y los profesionales pueden ayudar en el proceso para dejar de fumar y prevenir el aumento de peso.

Falta de sueño

La falta de sueño puede provocar cambios hormonales y aumento del apetito. Lo mismo sucede cuando duermes demasiado. También es posible que aumente el apetito y el deseo de comer alimentos con alto contenido de calorías e hidratos de carbono, lo que puede contribuir al aumento de peso.

Estrés

Muchos factores externos que afectan la mente y la salud pueden provocar obesidad. Cuando las personas se enfrentan al estrés, suelen consumir alimentos ricos en calorías.

Microbioma

Las bacterias intestinales se ven afectadas por los alimentos que comemos y pueden provocar aumento de peso o dificultad para perderlo.

Adiposo (Reyes, 2012) Es un término que se refiere al tejido graso o adiposo en el cuerpo humano. Este tejido almacena energía en forma de grasa y también tiene funciones importantes en la regulación térmica y la protección de órganos.

El tejido adiposo se divide en dos zonas del cuerpo: Grasa panel o grasa subcutánea: Se encuentra en el tejido que se encuentra debajo de la piel

Su función es reserva de energía, producción de hormonas, aislamiento térmico principalmente, por el tejido adiposo blanco y termogénesis principalmente, por el tejido adiposo pardo o marrón.

Sobrepeso

Según Pollock (2013) El sobrepeso es la condición en la que el peso del individuo excede del promedio de la población en relación al sexo, talla y el somato tipo. El sobrepeso y la obesidad, puede considerarse que la segunda es un extremo grave y más complicado del sobrepeso. En la evaluación más común del sobrepeso, se suele distinguir cuatro grados del padecimiento, que son:

Sobrepeso. Entre 25 y 29.9 puntos de IMC.

Obesidad leve. Entre 30 y 34.9 puntos de IMC.

Obesidad media. Entre 35 y 39.9 puntos de IMC.

Obesidad mórbida. Entre 40 y más puntos de IMC.

El sobrepeso puede asociarse a la larga con enfermedades y dolencias, la obesidad es casi una garantía de padecerlas, y combatirla suele involucrar diversos

aspectos de la vida de la persona, desde los psicológicos y emocionales, los físicos y alimenticios.

2.4. Factores Modificables

Hábitos alimentarios

Según Onco (2019) La infancia es una etapa crucial, ya que en esta es donde se van adquiriendo y desarrollando las pautas y hábitos alimentarios que condicionarán el estado nutricional en las siguientes etapas de la vida. Al inicio, la familia es fundamental en la creación del patrón alimentario en el niño, en la adolescencia cambia, porque la influencia ahora es de los amigos y referencias sociales (ámbito escolar) y medios de comunicación, ya en etapa de adultez y personas de la tercera edad, los hábitos son muy difíciles de modificar.

Actividad física

Según Meditip (2018) se puede definir actividad física a todo tipo de movimiento realizado por el cuerpo, específicamente por los músculos esqueléticos, que conducen a un gasto de energía. El ejercicio es un tipo de actividad física que se caracteriza por ser planeado, repetitivo y estructurado, con la finalidad de mantener uno o más componentes del fitness (capacidad cardiorrespiratoria, fuerza y resistencia muscular, flexibilidad y composición corporal).

El objetivo de la actividad física y la educación física es mejorar la salud a través de la actividad física. Se centra en la enseñanza de la motricidad, la buena forma física y la salud. La dieta y el ejercicio juegan un papel importante en el control del peso. La obesidad ocurre cuando quemas menos calorías de las que consumes dormido.

La actividad física puede ayudar a:

Reducir la depresión y estrés, al mismo tiempo que mejora su estado de ánimo y su bienestar emocional general.

Aumentar el nivel de energía.

Mejorar el sueño.

Sentirse más en control.

Según Pamplona (2018), los niños de 3 a 5 años necesitan dormir al menos entre 10 y 13 horas al día, y los niños de 6 a 12 años necesitan dormir entre 8 y 12 horas al día. Los cambios en otros hábitos saludables también pueden ayudar. El sueño tanto de niños como de adultos ha disminuido en los últimos 4 años. Las razones de estos cambios pueden deberse al aumento del tiempo de trabajo y de visualización de televisión y al ritmo de vida en general. Dormir medio día aumenta el riesgo de aumento de peso y obesidad, que afecta más a los niños que a los adultos. La disminución de la superficialidad afecta la calidad de vida y el cambio.

Factores genéticos: Muchos genes llamados "genes reloj" afectan este proceso, y cualquier anomalía en estos genes puede hacer que duerman a determinadas horas. Los medicamentos endocrinos pueden alterar los patrones de sueño.

Tecnología

La aparición de la televisión, los ordenadores y los videojuegos ha aumentado las oportunidades de realizar actividades sedentarias que no consumen calorías. El tiempo excesivo frente a pantallas (televisión, computadores, videojuegos, celulares), disminución del tiempo dedicado a la educación física en el colegio y a practicar deportes recreativos.

Según Pérez (2012) la obesidad digital es un problema educacional. No nos han dado las pautas suficientes para que sepamos relacionarnos con tanta tecnología. La obesidad digital se refiere al abuso de las tecnologías, con una conectividad absoluta. Un fenómeno que puede llegar a generar dependencia y sobrepeso, afectando a la vida privada y disminuyendo así las relaciones sociales, familiares y el rendimiento laboral, con aparición de aislamiento, ansiedad, insomnio, alteraciones endocrinas, músculo-esqueléticas y/o cardiovasculares.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS 2010) el 25% de las personas, tienen trastornos de conducta relacionados con el uso de las nuevas tecnologías. Algunas señales de alarma que indican una dependencia a las nuevas tecnologías son:

Privarse de sueño para permanecer conectado durante más tiempo.

Descuidar actividades, como la familia, estudio o relaciones sociales.

Recibir quejas de alguien cercano (familia, pareja) en relación con el uso inadecuado.

Irritabilidad cuando la conexión falla o resulta muy lenta.

Mentir sobre el tiempo real que se pasa en las diferentes pantallas

Intentar limitar los tiempos de exposición sin conseguirlo.

2.5. Factores no Modificables

Antecedentes personales y familiares

La obesidad se puede heredar de la obesidad presente en los genes o el ADN. Comer demasiado durante el embarazo puede cambiar el ADN del bebé, lo que puede afectar la forma en que almacena y utiliza la grasa en el futuro.

Según Alliance (2009), los factores en los antecedentes familiares que pueden aumentar el riesgo incluyen: edad de aparición de 10 a 20 años antes de lo normal para otras personas enfermedades experimentadas por más de un familiar

La edad

A medida que envejecemos, los cambios hormonales y un estilo de vida menos activo puede aumentar el riesgo de obesidad en la disminución de masa muscular con la edad puede derivar una disminución del metabolismo lo que aumenta el riesgo de padecer trastornos de salud.

Según Jung (1990), la historia personal se refiere a eventos pasados que afectaron la vida de una persona. Estas situaciones pueden incluir la pérdida de un ser querido, tortura, abuso o discapacidad. Jung creía que el historial médico de una persona podría afectar su salud mental y emocional, lo que a su vez podría afectar su salud y calidad de vida.

2.6. Operacionalización de la Variable

Variable: Factores que influyen en la obesidad y sobrepeso en la población adolescente del Infocentro de Conocoto.

Objetivo Específico	Dimensión	Indicadores	Ítems
1.- Indagar en torno a los factores de riesgo, no modificables de la obesidad y el sobrepeso.	Factores No Modificables	Edad	1
		Genética	2
		Enfermedades Subyacentes	3
2.-Conocer los factores modificables de la obesidad y el sobrepeso en los	Factores Modificables	Alimentación	4
		Estilos de Vida	5

adolescentes.			
3.- Describir las estrategias de prevención de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes	Estrategias de Prevención	Centros de Salud	6
		Redes Sociales	7
		Medios (radio, prensa, tv.	8

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1. Paradigma

Un paradigma investigativo, según (Kuhn, 1962) afirma que es un conjunto de suposiciones que mantienen interrelación respecto a la interpretación del mundo, además, el paradigma sirve como una guía base para los expertos en la disciplina porque muestra diferentes problemas que deben resolverse y resolverse y busca un marco referencial en el cual se aclaren las interrogantes es de esta manera, este trabajo está realizado siguiendo un paradigma positivista en el cual la investigadora asume una actitud objetiva con respecto a los jóvenes del infocentro Conocoto asegurándose de que los factores que les llevaban al sobrepeso y la obesidad fueran mensurables, lo que ayudaría a lograr resultados.

3.2.-Enfoque: Cuantitativo

El enfoque cuantitativo según Arias (2012) Desde esta definición, el presente estudio tiene un enfoque cuantitativo ya que presenta sus resultados y conclusiones en forma numérica en términos de frecuencias de respuestas y porcentajes, además sus resultados son medibles y comprobables.

3.3.-Diseño

Esta investigación tiene un alcance descriptivo, por cuanto describe los factores que predisponen a los jóvenes del Infocentro Conocoto a padecer de obesidad.

3.4.-No Experimental

Este estudio utiliza un diseño no experimental, que según (Hernández, 1994), es un diseño de investigación que examina eventos sociales sin control directo sobre los eventos que ocurren a través de las lecciones. Los sujetos no aleatorios se asignan a diferentes grupos. Por tanto, la evidencia que respalda la relación es muy limitada.

3.5.-Contexto de estudio, Poblacion, Muestra

La investigación se realizó en el Infocentro de Conocoto, ubicada en la provincia de Pichincha, cantón Quito, en el barrio Conocoto, este organismo brinda capacitaciones de diversa índole a los ciudadanos.

Según Ramírez (2004), la población es el universo, la totalidad de sujetos objetos de investigación; por su parte, la muestra es un subconjunto del universo, está conformado en atención a un número de variables que se van a estudiar, estas variables se hacen en particular a un grupo de adolescentes, teniendo obesidad y sobrepeso del Infocentro de Conocoto.

En esta investigación la población estuvo constituida por 40 estudiantes del Infocentro, Conocoto quienes presentan diversos grados de obesidad. La muestra la conformaron 10 estudiantes, lo cual constituye el 25% de la población.

Tabla 1

Número de adolescentes del infocentro de Conocoto

Participantes	Número	Porcentaje
Adolescentes de 13 a 18 años	10	100%

Nota: Esta tabla muestra el número de población de adolescentes del infocentro de Conocoto

3.6. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos o de la información

Según Caicedo (2022) Los instrumentos en la recolección de datos de la investigación se emplean de manera distinta de acuerdo con el tipo de investigación y objetivo. Habitualmente, uno de los instrumentos más utilizados es la encuesta en investigaciones con enfoque cuantitativo, que permite la obtención y registro de datos a través de la encuesta de varios tipos sobre el tema de interés de la investigación.”

Todos los datos se tomaron de las herramientas de la investigación, es decir de las encuestas realizadas, las preguntas van acorde a las variables investigadas, que permitan medirla y establecer criterios válidos.

3.7. Técnica e instrumento de recolección de la información

Según (Arias, 2012) Los métodos de recopilación de datos son diferentes métodos de obtención de datos. Ejemplos de técnicas incluyen observación, análisis de datos, análisis de contenido. Así como el proceso debe basarse en los objetivos de la investigación, la información obtenida de la evaluación debe informar e interpretar la investigación.

La técnica fue la entrevista la cual según (Vargas, 2011) el instrumento de evaluación fue un cuestionario tipo encuesta constituido por ocho preguntas con opción de respuesta dicotómicas sí o no. Estas respuestas brindan información para conocer los factores que inciden en la obesidad y el sobrepeso.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento de recolección de la información. Los mismos serán presentados en tablas de frecuencia y porcentaje, así como de manera gráfica a través de gráficos circulares. Además, se realiza el respectivo análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

A continuación, se e presentan los gráficos con su respectiva interpretación o análisis para cada pregunta, las preguntas respondidas por la población encuestada, se fueron tomando en consideración la dimensión a la cual pertenece.

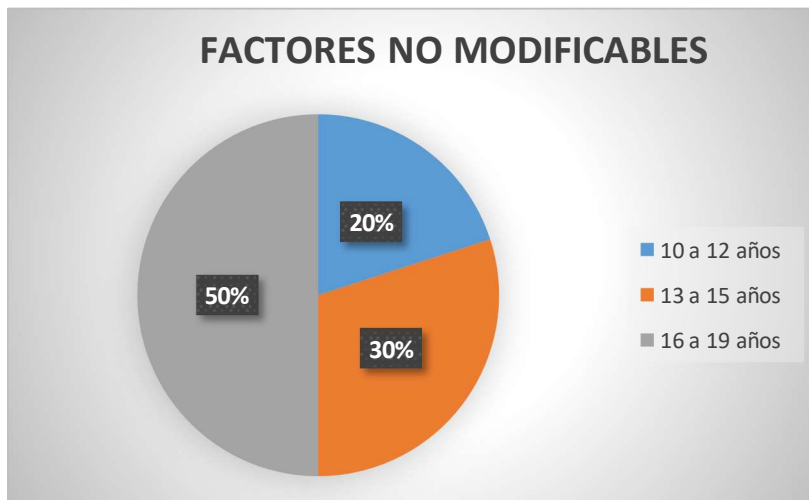
Tabla N °1: Frecuencia y Porcentajes de respuestas en torno al ítem 1.

Ítem 1: EDAD

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
10-12 años	2	20%	20	0.2	0.2
13-15 años	3	30%	30	0.3	1
16-19 años	5	50%	50	0.5	
Total	10	100 %		1	

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°1: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 1.



Fuente: Tabla 1

5.1. Descripción e interpretación de los resultados

Según los datos obtenidos respecto a la edad predominante en los adolescentes que presentan obesidad en la comunidad de Conocoto revelan que un 50% posee entre 16 y 18 años, un 30% posee entre 13 y 15 años mientras que un 20% se sitúa entre los 10 a 12 años.

En este sentido, se puede evidenciar que la mayor tendencia de obesidad, la tienen los jóvenes entre 16 y 19 años,

Según Kingsley (1996) la obesidad se presenta con más incidencia entre las edades de 5 a 6 años y durante la adolescencia. Los estudios han demostrado que el niño que es obeso entre las edades de 10 a 13 años tiene un 80 % de probabilidad de convertirse en un adulto obeso.

Tabla 2. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al Ítem 2

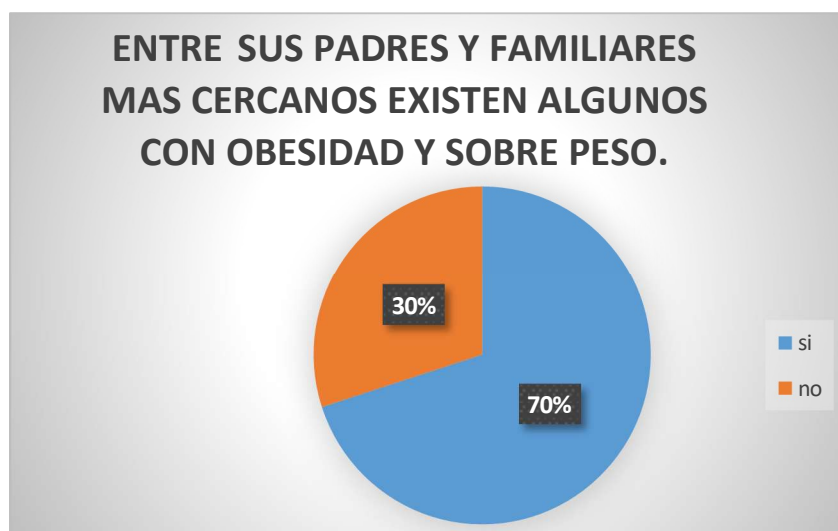
Ítem 2 ¿Entre sus padres y familiares más cercanos existen algunos con obesidad o sobrepeso

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
SI	7	70%	70	0.7	0.7
NO	3	30%	100	0.3	1

Total	10	100%	1
-------	----	------	---

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°2: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 2.



FUENTE: Tabla 2

En los datos obtenidos se puede evidenciar que el 70% afirmó que tiene entre sus familiares si hay obesidad y sobrepeso, mientras que el 30% respondió que no tienen.

Estos datos revelan que la mayoría de los adolescentes tienen familiares cercanos que padecen de obesidad y sobrepeso.

Según (López, 2004) La herencia de un solo gen explica cierta obesidad y algunos síntomas relacionados con la obesidad. El síndrome de Prader-Weil es una enfermedad monogénica causada por la obesidad. Se estima que el 30% de los pacientes obesos

tienen padres con peso normal, pero si uno de los padres es obeso el riesgo aumentará en un 40% y si ambos padres son obesos el riesgo aumentará en un 80%, es decir aproximadamente un 40%.

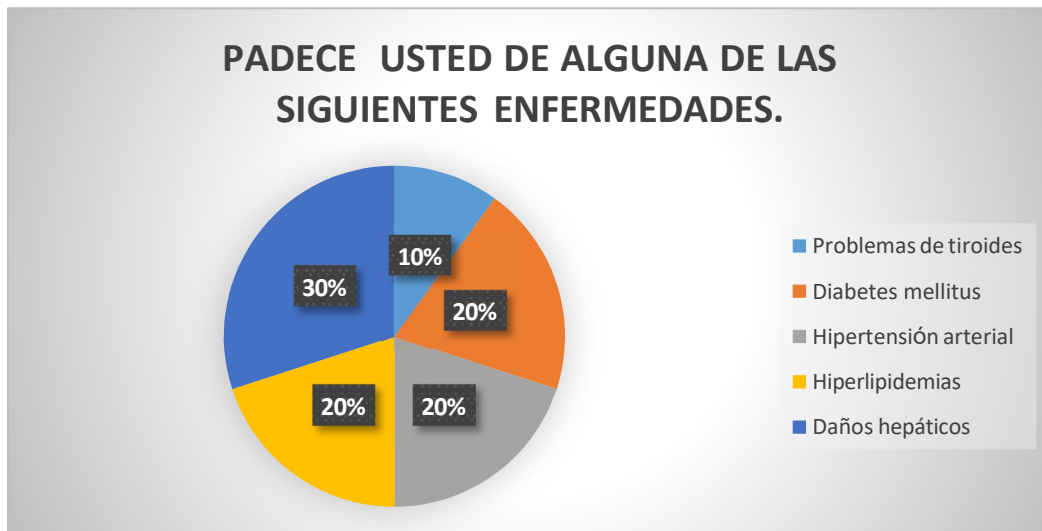
Tabla 3. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al Ítem

3 Ítem 3: ¿Padece usted alguna de las siguientes enfermedades?

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
Tiroides	1	10%	10	0.1	01
Diabetes	2	20%	20	0.2	0.2
Hipertensión	2	20%	20	0.2	0.2
Hiperlipidemias	2	20%	20	0.2	0.2
Daños hepáticos	3	30%	30	0.3	1
Total	10	100%		1	

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°3: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 3.



FUENTE: Tabla 3 (2024)

En este grafico observamos las diferentes patologías que padecen muchos de los adolescentes encuestados en el infocentro de Conocoto revelan que el 10% de los adolescentes poseen familiares directos con problemas de tiroides, un 20% con diabetes, un 20% con hipertensión arterial, un 20 % hiperlipidemias y mientras que el 30% daños hepáticos.

En este sentido se evidencia que la mayor tendencia antecedentes familiares de los adolescentes encuestados padece de daños hepáticos.

Según Angulo, A (2015) La enfermedad del hígado graso no alcohólico (NAFLD) es un problema de obesidad definido como un exceso de hígado graso en ausencia de alcohol (<20 g/día) u otras enfermedades hepáticas. Además de la obesidad, algunos pacientes también desarrollan daño e inflamación de las células hepáticas, una afección conocida como esteatohepatitis no alcohólica.

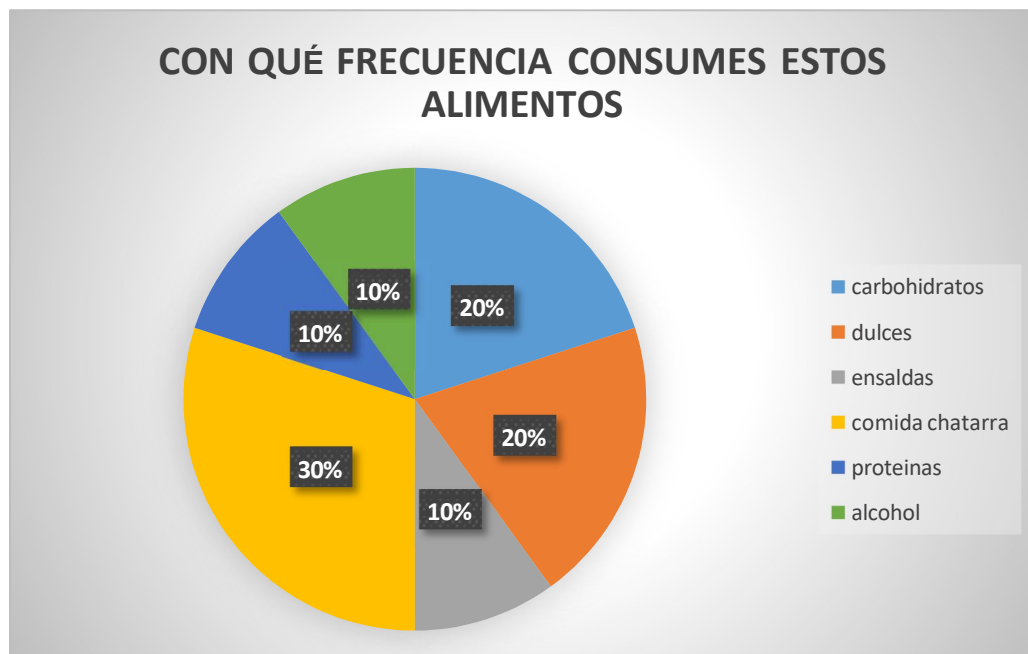
Tabla 4. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al Ítem 4

Ítem 4: ¿Con qué frecuencia consumes estos alimentos?

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
carbohidratos	2	20%	20	0.2	02
dulces	2	20%	20	0.2	02
ensaladas	1	10%	10	0.1	01
Comida chatarra	3	30%	30	0.3	03
proteínas	1	10%	10	0.1	01
Alcohol	1	10%	10	0.1	1
Total	10	100%		1	

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°4: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 4.



FUENTE: Tabla 4 (2024)

Según los datos obtenidos en la encuesta realizada a los adolescentes del Infocentro de Conocoto revelan que el 50% siempre consumen más comida chatarra, dulces, carbohidratos y alcohol, un 30% casi siempre consumen proteínas y ensaladas y el 20% consume proteína y ensaladas.

En este sentido se puede evidenciar que la mayoría de los adolescentes encuestados tienen una mala alimentación consumiendo comidas rápidas y procesadas.

Según Chávez, (2013) En la vida diaria, muchos jóvenes tienen obesidad y un estilo de vida sedentario porque no tienen una cultura alimentaria. El interés por estudiar el problema de la desnutrición y la desnutrición surge porque perjudica a todas las personas que ingieren alimentos poco saludables y genera graves problemas en el metabolismo.

Tabla 5. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al

Ítem 5 Ítem 5: ¿Dedicas suficientes horas para el sueño y el

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
siempre	3	30%	30	0.3	03
casi siempre	5	50%	50	0.5	05
rara vez	2	20%	20	0.2	1
nunca	0	0%	0		

Total 10 100% 1

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°5: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 5.



FUENTE: Tabla 5 (2024)

Los datos obtenidos en los adolescentes encuestados, un 30% siempre tienen un descanso adecuado, un 50% casi siempre pueden descansar y el 20% rara vez pueden dormir bien.

En estos datos relevantes se puede evidenciar que no todos los adolescentes pueden descansar bien.

Según Duran, A (2016) El sueño es esencial para la salud física y mental, especialmente para adolescentes y adultos jóvenes, y aunque no existen pautas para el sueño, la Fundación Nacional del Sueño recomienda que los adolescentes (de 18 a 25 años) duerman 7 horas. 9- Tareas más jóvenes y mayores Muchos estudios muestran

que los jóvenes corren el riesgo de sufrir consecuencias negativas del sueño, como somnolencia diurna, fatiga al conducir, depresión, dolores de cabeza y aumento de peso.

Tabla 6. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al Ítem 6

Ítem 6: ¿Ha recibido información oral o escrita en el centro de salud acerca de la obesidad, el sobrepeso y sus medidas de prevención?

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
Siempre	3	30%	30	0.3	03
casi siempre	4	40%	40	0.4	04
rara vez	2	20%	20	0.2	02
Nunca	1	10%	10	0.1	1
Total	10	100%		1	

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°6: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 6.



FUENTE: Tabla 6 (2024)

En este gráfico observamos que el 40% de los adolescentes encuestados han recibido información y prevención acerca de la obesidad y el sobrepeso en los centros de salud, 20% rara vez han recibido información acerca del tema y un 10 % nunca han recibido información ni prevención de la obesidad y el sobrepeso.

Según Ramírez, S (2022) La obesidad es una enfermedad caracterizada por la acumulación excesiva de tejido graso en el cuerpo. Es una condición compleja con múltiples factores determinantes, que requieren abordaje, prevención, manejo y seguimiento adecuados.

Estos programas de prevención se utilizan en los centros de salud, además el Servicio de Salud ha publicado “Círculos de la Vida. Saludable”.

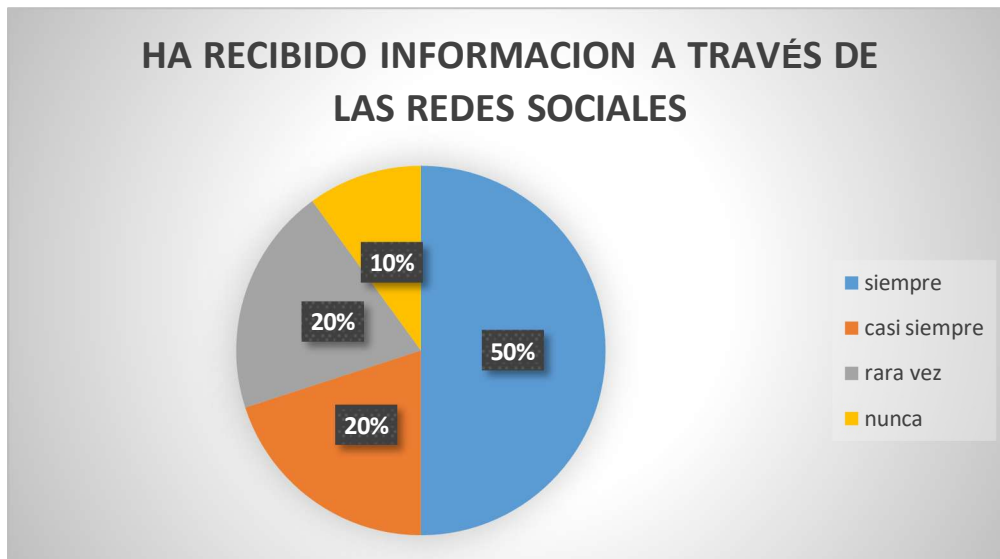
Tabla 7. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al Ítem 7

Ítem 7: ¿Ha recibido información a través de las redes sociales, Facebook, WhatsApp, tik tok, entre otras, acerca de la obesidad, el sobrepeso y sus medidas de prevención?

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
siempre	5	50%	50	0.5	05
casi siempre	2	20%	20	0.2	02
rara vez	2	20%	20	0.2	02
nunca	1	10%	10	0.1	1
Total	10	100%		1	

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°7: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 7.



FUENTE: Tabla 7 (2024)

En este gráfico observamos que el 30% de los adolescentes encuestados que siempre observan a diario publicidades e información para poder prevenir la obesidad y el sobrepeso, un 40% casi siempre han recibido información y medidas de prevención de la obesidad y el sobrepeso un 20% rara vez han recibido información y un 10 % nunca lo han recibido.

En este sentido se evidencia que la mayoría de los adolescentes han recibido información y prevención en las redes sociales.

Según Cordeiro, M (2021) indica que existe un vínculo claro entre los anuncios de comida y bebida a los que los niños están expuestos y sus elecciones de alimentos, antojos y patrones de alimentación.

La publicidad de alimentos y bebidas procesados fomenta el consumo excesivo de azúcares, grasas, grasas saturadas, grasas trans y sodio que favorecen el aumento de peso poco saludable, especialmente en las primeras etapas de la vida.

Tabla 8. Frecuencia y Porcentaje de respuestas en torno al Ítem 8

Ítem 8: ¿Ha recibido información oral o escrita a través de los medios de comunicación tradicionales (radio, prensa, tv) acerca de la obesidad, el sobrepeso y sus medidas de prevención?

Opción de Respuesta	FI (Frecuencia)	Porcentaje	FR	FRI	HR
Siempre	3	30%	30	0.3	03
casi siempre	4	40%	40	0.4	04
rara vez	3	30%	30	0.3	04
Nunca	0	0%	0	0	1
Total	10	100%		1	

Fuente: Instrumento aplicado por Quinga, L (2024)

Gráfico N°8: Representación gráfica y porcentual de respuestas del ítem 8.



FUENTE: Tabla 8 (2024)

En este gráfico observamos que el 30 % de los encuestados ven en los medios de comunicación la difusión de información y cómo influye en la percepción pública sobre la obesidad y el sobrepeso y así promover estilos de vida saludables, un 40% casi siempre ven las publicidades de los medios de comunicación y un 30% muy rara vez ven publicidades del tema.

En este sentido se evidencia que los adolescentes si están relacionados con la difusión de la información del sobrepeso y obesidad de los medios de comunicación.

Según Camacho, J (2023) la imagen de la obesidad que presentan los medios de comunicación muchas veces siembra odio y provoca estigma. Lo hacen mediante el uso de marcos, imágenes y palabras que se centran en la vulnerabilidad como una cuestión de responsabilidad personal más que de responsabilidad social.

CAPÍTULO VI

6. CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Una vez presentados e interpretados los resultados en esta información, surgieron las siguientes conclusiones:

En respuesta al objetivo uno, sobre los factores no modificables predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes del Infocentro de Conocoto, se obtuvo que la edad juega un papel importante en la determinación del peso corporal y se contribuyó el factor más predisponente con un 50% de los adolescentes de 16 a 19 años sufren de esta patología.

Por otra parte, respecto a los factores modificables, se obtuvo que los adolescentes tengan una mala alimentación, especialmente en el consumo de carbohidratos con un 20%, los dulces con un 20% y el consumo de comida chatarra con un 30%.

Otro de los factores modificables son las horas de descanso adecuadas donde se obtuvo que los adolescentes con un 50% casi siempre no duerman y no descansan bien.

Por otra parte, las estrategias de prevención, se obtuvo que los adolescentes en los centros de salud si han recibido información acerca de la obesidad y el sobrepeso y su prevención con un 40%, en las redes sociales con un 50% y en los medios de comunicación con un 40%

6.2. Recomendaciones

Una vez obtenidas las conclusiones de esta investigación, se permiten hacer las siguientes recomendaciones con el fin de tratar o minimizar la problemática de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes del Infocentro de Conocoto.

A la gerencia en salud adscrita a la comunidad de Conocoto

Incentivar recursos destinados a la promoción de hábitos alimenticios saludables, variada, equilibrada y proteínas magras.

Facilitar el acceso de los adolescentes de los centros de salud a asesoramiento nutricional y apoyo psicológico especializado para abordar problemas relacionados con la alimentación y el manejo del estrés, lo que puede ayudar a prevenir el sobrepeso y la obesidad.

Al personal de Enfermería del Infocentro de Conocoto

Planificar y ejecutar campañas de educación a la población sobre la importancia de mantener hábitos alimenticios saludables que permitirá que los padres se capaciten para modificar los hábitos y corregir los estilos de vida, evitando las enfermedades a temprana edad.

Campañas en redes sociales y medios de comunicación locales con consejos prácticos con una dieta equilibrada y una rutina de actividad física regular y recursos sobre la prevención de la obesidad y el sobrepeso.

A los habitantes de la comunidad de Conocoto

Organizar charlas y talleres para concientizar a los padres de familia que promuevan hábitos y estilos de vida saludables con énfasis en actividad física y alimentación adecuada ya que es más fácil la educación y modificación de estilos de vida, con el fin de prevenir el sobrepeso y obesidad en los adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1.-Ander. (1990) *marco teórico*.

https://aulaweb.unicesar.edu.co/pluginfile.php/504122/mod_resource/content/60/

[Unidad_3/El_marco%20teorico.pdf](#)

2.-kunh (1962)

https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Carlos_Ramos.pdf

3. La obesidad (2023)

La obesidad infantil ug.edu.ec

4. Msp (2014) Alimentación saludable

<https://www.salud.gob.ec/msp-informa-sobre-las-estrategias-de-promocion-de-alimentacion-saludable->

5. ensanut (2018) la obesidad y el sobrepeso

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP_Obesidad20.pdf.(ENSANUT.2018)

6. Pérez (2022) fisiopatologías de la obesidad

[-https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-57052022000100147](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-57052022000100147)

7. Bases teóricas (2022)

-https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/La-Obesidad-en-los-Ni%C3%B1os-y-Adolescentes-079.aspx#:~:text=La%20obesidad%20com%C3%BAnmente%20comienza%20en,c
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000200010onvertirse%20en%20un%20adulto%20obeso.

8. Martínez (2015) genética

-<https://dsp.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2015/11/gu5.pdf>

9. Camacho (2023) medios de comunicación

-<https://revistagestion.ec/analisis-investigacion/los-medios-de-comunicacion-pueden-aumentar-o-reducir-la-gordofobia/#:~:text=CONTRA%20LA%20GORDOFOBIA%20EN%20LOS,que%20debido%20a%20factores%20sociales>.

10. Porras (2007) nutrición

http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lda/lopez_g_m/capitulo1.

11. Vague (1956). Planteamiento del problema

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-57052022000100147

12. Talavera (2021)

https://www.researchgate.net/publication/357332517_Enfoque_actual_en_obesidad_Articulo_de_revision#:~:text=Una%20forma%20simple%20de%20evaluar%20el%20estado%20de%20obesidad%20es

13. Cruz (2022)

<https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/216#:~:text=Analizar%20los%20aportes%20de%20investigaciones%20sobre%20el%20sobrepeso%20y%20obesidad>

14. Ander (1990) Marco Teórico

https://aulaweb.unicesar.edu.co/pluginfile.php/504122/mod_resource/content/60/Unidad_3/El_marco%20teorico.pdf

15. Tamayo (2012) Antecedentes de la Investigación

<https://virtual.urbe.edu/tesispub/0109640/cap02.pdf>

16. Torres Maritza (2018) Prevalencia de la Obesidad en Individuos Adultos en las Parroquias Urbanas de la Ciudad de Cuenca, Ecuador

http://caelum.ucv.ve/ojs/index.php/rev_sc/article/view/9683#:~:text=Se%20clasific%3%B3%20laobesidad,%20seg%3%BA%20los%20criterios%20de%20la%20OMS%20y

17. Rueda (2018) Nutrición y Dietética con Mención en Enfermedades Metabólicas, Obesidad y Diabetes.

<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/7147/1/UIDE-Q-TMN-2024-10.pdf>

18. Escobar (2020) Factores de riesgo que influyen en el sobrepeso y obesidad de los trabajadores del distrito 09d06 en el período enero - mayo 2020

<https://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/123456789/6823/ESCOBAR%20SOLIS%20VICTOR%20TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

19. Ramírez (2023) Sobrepeso y Obesidad en Adultos, y su Relación con la Funcionalidad Familiar y la Actividad Física

<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/13869/1/19392.pdf>

20. Reyes Marcela (2012) adiposo

https://www.researchgate.net/publication/273093747_Caracteristicas_biologicas_del_tejido_adiposo_el_adipocito_como_celula_endocrina

21. Hernández (1994) No Experimental

https://www.researchgate.net/publication/273093747_Caracteristicas_biologicas_del_tejido_adiposo_el_adipocito_como_celula_endocrina.

22. Arias (2012) instrumento de investigación

<https://redholosxxi.com/sobre-las-tecnicas-e-instrumentos-para-la-recoleccion-de-informacion/>

23. Vargas (2011)

[file:///C:/Users/Hector/Downloads/rdelprado,+Editor+a+de+la+revista,+Sintaxis+1+ART+07%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Hector/Downloads/rdelprado,+Editor+a+de+la+revista,+Sintaxis+1+ART+07%20(1).pdf)

24. síntomas de la obesidad

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/obesity/symptoms-causes/syc-20375742?extpar=mayoc&p=1>

25. Adiposo, bases teóricas

https://www.researchgate.net/publication/273093747_Caracteristicas_biologicas_del_tejido_adiposo_el_adipocito_como_celula_endocrina

ANEXOS

FIGURA 1

Formato 1 Árbol de problema

CAUSAS	EFFECTOS
E 1.-Desconocimiento de un protocolo de una alimentación valenciana en adolescentes	C1.-Mala alimentación de los adolescentes
E 2.- Falta de concientización de una alimentación equilibrada.	C2.- Desorden alimenticio
E3.-Limitación de información sobre una alimentación y comida saludable	C3.- Provoca que los adolescentes consuman alimentos dañinos.

Nota: la figura 1 nos muestra la causa y los efectos de la problemática de la obesidad y el sobrepeso de los adolescentes.

FIGURA 2

Formato 2. Matriz de consistencia

Título del proyecto: Factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes, usuarios del infocentro de Conocoto.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	OBJETIVOS GENERAL	VARIABLES	MARCO TEÓRICO (ESQUEMA)	MÉTODOS
		<p>Determinar los factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes del infocentro de Conocoto.</p>	<p>V1. Factores no modificables</p> <p>V2. Factores modificables</p>		<p>Enfoque de la Investigación: cuantitativo o</p> <p>Método de Investigación: Hipotético - Deductivo</p> <p>Tipo de investigación: Descriptivo o Exploratorio</p>
<p>Problemas Específicos Preguntas</p>	<p>Hipótesis Específicas</p>	<p>Objetivos específicos:</p> <p>1.-Indagar entorno a los factores de riesgo</p>			

<p>ntas de investigación</p>		<p>no modificables de la obesidad y el sobrepeso.</p> <p>2.-conocer los factores modificables de la obesidad y el sobrepeso en los adolescentes.</p> <p>3.-describir las estrategias de prevención de la obesidad y sobrepeso en adolescentes.</p>		
<p>P.E. 1. ¿Cuál es son los factores asociados al sobrepeso y a la obesidad en los</p>	<p>H. E. 1.</p>	<p>Factores genéticos y hereditarios</p> <p>Alteraciones metabólicas</p> <p>Trastornos psicológicos emocionales alimentación</p> <p>Patrones de</p>	<p>Pob y Muestra: lación: Ado lescentes en del infocentro de</p>	<p>Muestreo</p> <p>Muestra:</p>

adolescentes. ?		alimentación Falta de sueño o de actividad física	Conocoto.	
--------------------	--	---	-----------	--

P.E. 2:	H. E. 2.		Técnica: Encuesta. Instrumento: cuestionario. Métodos de Análisis de Datos: Estadístico – Descriptivo (porcentajes, frecuencias).
---------	-------------	--	--

Nota: La figura 2 muestra la matriz de consistencia y sus partes que la conforman.

Figura 3

FORMATO 3 Matriz de contextualización

Categorización de mi investigación: ISTCGE CARRERA DE ENFERMERÍA			
NOMBRES APELLIDOS		Lupe Quinga Miranda	<i>Observaciones, inquietudes o aclaraciones</i>
línea de investigación		Promoción de Vida saludable	
Escriba su idea de investigación		Factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes.	
<i>Argumenta</i>			
¿El tema contribuye a una problemática real del contexto?		Es una enfermedad que ha ido creciendo con los años y aún no se le ha dado la importancia atención que	

	requiere	
¿Por qué es un tema importante?	Es importante porque hay muchos adolescentes que padecen de obesidad y sobrepeso por la mala alimentación que mantienen.	
¿Qué posibles beneficios o utilidades producirá?	Llevar una alimentación balanceada y sana.	
¿A quiénes beneficiará?	A los adolescentes que padecen de obesidad en el infocentro de Conocoto.	
¿Qué tanto se conoce sobre el tema elegido? Describe brevemente lo que se ha investigado sobre el tema en contextos macro, meso y micro.	Sobre el tema investigado hay mucha información muy relevante de otros investigadores.	
¿Determina la factibilidad de investigar el tema de interés, en función de su relevancia, novedad,	Por medio de la institución educativa y mediante entrevistas y encuestas realizadas a los adolescentes y a padres de familia.	

recurso disponibles, acceso a la información y metodología requerida		
¿Qué referencias se ha encontrado sobre el tema?	Las investigaciones de otras personas fueron relevantes para poder tener más información sobre el tema.	

Nota: En la figura 3 se muestra la matriz de contextualización

FIGURA 4

CUESTIONARIO

Estimado joven, agradezco profundamente tu disponibilidad y tiempo para responder este cuestionario, el cual tiene como finalidad el obtener información relevante para la realización de un estudio de investigación sobre Factores predisponentes de la obesidad y el sobrepeso en adolescentes. Por el Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador, Quito, Ecuador.

A continuación, se le presenta un interrogante por favor, marca con una X en el renglón que corresponda, según consideres correcto.

Cuestionario

Dimensión: Factores No Modificables:

1.- Edad:

10 a 12 años

13 a 15 años

16 a 19 años

2.- ¿Entre sus padres y familiares más cercanos existe algunos con obesidad o sobre peso?

SI _____ NO _____

3.- Padece usted de alguna de las siguientes enfermedades:

Problemas de Tiroides _____

Diabetes Mellitus _____

Hipertensión arterial _____

Intolerancia a alimentos _____

Hiperlipidemias _____

Daño hepático _____

Dimensión: Factores Modificables

4.- Con qué frecuencia consume estos alimentos

Alimentos	Siempre	Así siempre	Casi siempre	Nunca
Carbohidratos (Papas, cereales, pastas, arroz, harinas)				
Dulces (pasteles, helados, caramelos, chocolates, entre otros)				
Ensaladas (verduras, hortalizas)				
Comida chatarra (hamburguesas, hot dogs, gaseosas, papi pollo, entre				

otras)				
Proteínas (carne roja, pollo, pescado, cerdo, huevos, quesos)				
Alcohol (cerveza, entre otros)				

5.- ¿Dedica suficientes horas para el sueño (8 horas) y al descanso?

Siempre _____ Casi siempre _____ Rara vez _____ Nunca _____

Dimensión: Estrategias de Prevención

6.- ¿Ha recibido información oral o escrita en el centro de salud acerca de la obesidad, el sobrepeso y sus medidas de prevención?

Siempre _____ Casi siempre _____ Rara vez _____ Nunca _____

7.- Ha recibido información a través de las redes sociales (¿Facebook, WhatsApp, tik tok, entre otras, acerca de la obesidad, el sobrepeso y sus medidas de prevención?

Siempre _____ Casi siempre _____ Rara vez _____ Nunca _____

8.- ¿Ha recibido información oral o escrita a través de los medios de comunicación tradicionales (radio, prensa, tv) acerca de la obesidad, el sobrepeso y sus medidas de prevención?

Siempre _____ Casi siempre _____ Rara vez _____ Nunca _____

Nota en la figura 4 se muestra la encuesta para la recolección de datos