Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
Facultad de Medicina
Escuela Profesional de Enfermería

Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Lima – 2024

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

AUTOR

Carmen Angelica LOPEZ GALLARDO

ASESOR

Dra. Juana Matilde CUBA SANCHO

Lima, Perú

2025



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Lopez C. Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Lima – 2024 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 2025.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Carmen Angelica Lopez Gallardo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	73674668
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0003-6322-3842
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Juana Matilde Cuba Sancho
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	06756074
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-9803-1571
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Tula Margarita Espinoza Moreno
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08019227
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Walter Edgar Gomez Gonzales
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	19836297
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Yissella Betzabeth Acuache Quispe
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	10032874

Datos de investigación	
Línea de investigación	No aplica
Grupo de investigación	No aplica
Agencia de financiamiento	No aplica
Ubicación geográfica de la investigación	País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Centro de Lima Manzana y lote: Jn Calle: Av. Jirón Conde Superunda 15001 Latitud: -12.04240467591001 Longitud: -77.0338599572814
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2024
URL de disciplinas OCDE	Enfermería https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.03 Salud pública, Salud ambiental https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05

UNMSM Firmado digitalmente por FERNANDEZ GIUSTI VDA DE PELLA Alicia Jesus FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 27.03.2025 14:11:02 -05:00

UNMSM Firmado digitalmente por CORNEJO VALDIVIA DE ESPEJO Angela Rocio FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 27.03.2025 11:17:28 -05:00

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS EN LA MODALIDAD PRESENCIAL PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

1. **FECHA DE LA SUSTENTACIÓN:** 13/02/2025

   HORA INICIO : 09:00 Hrs.

   HORA TÉRMINO : 09:50 Hrs.

2. **MIEMBROS DEL JURADO**

   PRESIDENTE : Dra. Tula Margarita Espinoza Moreno

   MIEMBRO : Dr. Walter Edgar Gomez Gonzales

   MIEMBRO : Mg. Yissella Betzabeth Acuache Quispe

   ASESOR : Dra. Juana Matilde Cuba Sancho

3. **DATOS DEL TESISTA**

   APELLIDOS Y NOMBRES : CARMEN ANGELICA LOPEZ GALLARDO

   CODIGO : 19010411

   R.R. DE GRADO DE BACHILLER NÚMERO: RR-003449-2024-R/UNMSM (05/03/2024)

   TÍTULO DE LA TESIS:

   "Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Lima - 2024"

4. **RECOMENDACIONES Y/O MENCIONES**

   Aprobacion de Proyecto: RD-003248-2024-D-FM/UNMSM

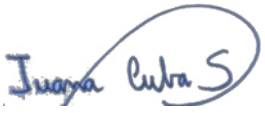
UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

5. NOTA OBTENIDA: 14, Catorce

(Aprobado).

6. FIRMAS DE LOS MIEMBROS DEL JURADO

 **Firma**	 **Firma**
Dra. Tula Margarita Espinoza Moreno DNI: 08019227	Dr. Walter Edgar Gomez Gonzales DNI:19836297
PRESIDENTA	**MIEMBRO**

 **Firma**	 **Firma**
Mg. Yissella Betzabeth Acuache Quispe DNI: 10032874	Dra. Juana Matilde cuba sancho DNI: 06756074
MIEMBRO	**ASESORA**

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)

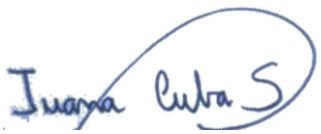
FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
"Año de la Unidad, La Paz y el Desarrollo"

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo **Mg. Juana Matilde Cuba Sancho** en mi condición de asesor acreditado con la Resolución Decanal N° 003000-2023-D-FM/UNMSM Resolución de la tesis cuyo título: **"Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Lima – 2024"** presentado por el estudiante "Carmen Angelica LOPEZ GALLARDO**"** para optar al título de Licenciado en Enfermería **CERTIFICO** que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de 13% de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y **para su Publicación en el Repositorio Institucional.**

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado/ título/ especialidad correspondiente.





Firma del Asesor
DNI: 06756074
Nombres y Apellidos del asesor: Mg. Juana Matilde Cuba Sancho

AGRADECIMIENTO

Agradecer a Dios, por darme la fuerza de voluntad y perseverancia a lo largo de esta etapa universitaria.

A mis amistades quienes estuvieron enseñándome continuamente en lo largo y final de mi preparación profesional.

A mi Asesora la Dra. Juana Cuba Sancho por el apoyo y paciencia para culminar con el presente estudio.

Al personal del Instituto Educativo donde se desarrolló esta investigación por la facilidad y la accesibilidad de los docentes para la aplicación de la presente investigación.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios por brindarme la oportunidad de finalizar exitosamente la carrera de enfermería y brindarme fortaleza para seguir avanzando en el extenso camino que sigue adelante.

A mi madre por su respaldo y orientación durante mi periodo universitario y siempre brindar palabras de aliento cuando sentía incapaz de continuar.

A mi familia, quienes han estado dándome palabras de motivación para seguir logrando mis metas y objetivos.

ÍNDICE GENERAL

TABLA DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTO ..... **ii**

DEDICATORIA ..... **iii**

ÍNDICE GENERAL ..... **iv**

ÍNDICE DE GRÁFICOS ..... **v**

RESUMEN **1**

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN **3**

1.1. Planteamiento del problema 4

1.2 Objetivos: 8

1.3 Justificación de la investigación 9

1.4 Marco Teórico 10

1.4.1 Antecedentes 10

1.4.2 Referente teóricas: 16

1.5 Hipótesis 29

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA 30

2.1 Tipos, método y diseño de investigación 30

2.2 Población, muestra y tipo de muestreo 31

2.3 Técnicas e instrumentos, procedimiento de recolección de datos y análisis de datos 32

2.4 Consideraciones éticas. Consentimiento / asentimiento informado 33

CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN: 35

3.1 Resultados 35

3.2 Discusión 38

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES: 41

4.1 Conclusiones 41

4.2 Recomendaciones 41

Referencias bibliográficas 42

ANEXOS 53

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 ..... Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa. Lima 2024..... 35

Gráfico 2 Conocimiento de los factores no modificables asociados al sobrepeso y obesidad que refieren los estudiantes de secundaria. 2024..... 36

Gráfico 3 .... Conocimiento de los factores modificables asociados al sobrepeso y obesidad que refieren los estudiantes de secundaria.2024..... 37

RESUMEN

Objetivo: Determinar los conocimientos sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa.

Metodología: Estudio cuantitativo, método descriptivo y diseño no experimental – corte transversal. Se utilizo la técnica de encuesta y el instrumento es el cuestionario, que constan de 16 preguntas aplicado a 186 estudiantes de las cuales 90 fueron del 4to año de estudio y las de 5to, 96. Es necesario precisar que 36 estudiantes cumplieron con algún criterio de exclusión, quedando un total de 150 estudiantes.

Resultados: En los datos generales se evidenció del total de 150 estudiantes mujeres de 4to y 5to de secundaria de la IE cuyas edades variaron desde 14 hasta 18 años. Por su parte, la talla mínima fue de 1.45 metros y la máxima, 1.73 m. Sobre el peso, se encontró que el valor mínimo fue de 40 kg y el máximo, 73 kg. Con respecto a la variable se encontró que el 95% presentan un conocimiento sobre el tema, por lo cual, existe en mayor porcentaje en los indicadores de la dimensión factor no modificable con un 84% en Edad y en factor modificable en alimentación poco saludable 73%, hábitos alimenticios no saludables 66%, problemas emocionales 99%, influencias de los medios publicitarios 55% y tratamiento farmacológico 75%.

Conclusiones: La mayoría de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria tienen conocimiento sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad. Asimismo, los indicadores con menos conocimiento son sexo y antecedentes familiares en la dimensión del factor no modificable y en el factor modificable está el sedentarismo.

Palabras claves: Conocimiento, estudiantes de secundaria, factores de riesgo y sobrepeso y obesidad.

ABSTRACT

Objective: Determine the knowledge about the factors associated with overweight and obesity that 4th and 5th year high school students have in an educational institution.

Methodology: Quantitative study, descriptive method, and non-experimental design – cross-sectional. The survey technique was used, and the instrument is the questionnaire created for the research, which consists of 16 questions applied to 186 students, of which 90 were from the 4th year of study and 96 from the 5th year. It is necessary to specify that 36 students met some exclusion criteria, leaving a total of 150 students.

Results: The general data showed a total of 150 female students from the 4th and 5th years of secondary school at the IE whose ages varied from 14 to 18 years. Regarding weight, it was found that the minimum value was 40 kg, and the maximum was 73 kg. For its part, the minimum size was 1.45 meters and the maximum, 1.73 m. With respect to the variable, it was found that 95% present knowledge on the subject, therefore, it exists in a higher percentage in the indicators of the non-modifiable factor dimension with 84% in Age and in modifiable factor in unhealthy eating 73%, unhealthy eating habits 66%, emotional problems 99%, influences of advertising media 55% and pharmacological treatment 75%.

Conclusions: The majority of 4th and 5th year high school students have knowledge about the factors associated with being overweight and obesity. Likewise, the indicators with the least knowledge are sex and family history in the non-modifiable factor dimension and in the modifiable factor is sedentary lifestyle.

Keywords: Knowledge, high school students, risk factors and overweight and obesity.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el sobrepeso y la obesidad son importantes problemas de salud pública a nivel mundial, ya que se traducen en factores de riesgo para diferentes enfermedades no transmisibles en perjuicio de la salud. Según el director regional del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), la pandemia por COVID-19 empeoró la situación de una crisis de malnutrición en diversas familias por diferentes causas. Asimismo, se ha demostrado un exceso de peso en diferentes departamentos de nuestro país, correspondiendo a más de la mitad de la población. (1)

El objetivo de esta investigación fue determinar los conocimientos de factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa, con la finalidad, desde el rol de enfermería, de educar y cuidar al estudiante mediante la promoción de la salud y prevención de enfermedades, cumpliéndose una de las líneas de investigación de enfermería.

Este estudio consta de:

CAPÍTULO I: Presenta la introducción, luego el planteamiento del problema continúa con los objetivos de la investigación, el marco teórico y la hipótesis. **CAPÍTULO II:** Los materiales y métodos que abarcan tipo y método de investigación, diseño de investigación, sede de estudio, población (criterios de inclusión y exclusión), muestra y muestreo, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad, procedimientos de recolección y procesamiento de datos, análisis y consideraciones estadísticos. **CAPÍTULO III:** Es el capítulo donde se menciona la información adquirida del análisis de los resultados y discusión; finalmente el **CAPÍTULO IV:** se expone las conclusiones y recomendaciones y, por último, las referencias bibliográficas y anexos.

1.1. Planteamiento del problema

Determinación del problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera tanto al sobrepeso y obesidad como la acumulación excesiva de la grasa corporal que puede ser perjudicial para la salud. Además, define operacionalmente al sobrepeso como un índice de masa corporal (IMC) superior a 25 kg/$m^{2,}$ pero no mayor de 30 kg/m^2; y en el caso de la obesidad, cuando dicho valor es mayor o igual a 30 kg/m^2. (1) Según la guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente realizada por Ministerio Nacional de Salud (MINSA), menciona que sobrepeso es determinado por un (IMC) para la edad entre más de 1 Desviación estándar (DE) a 2 DE, en el caso de obesidad se determina por un IMC para la edad mayor a +2 DE. (2)

Ambas (Sobrepeso y Obesidad) representan un riesgo para diversas enfermedades no contagiosas, las cuales son responsables de un gran número de decesos en el mundo. Tanto el exceso de peso como la obesidad son entendidos como un problema de salud pública en países del primer mundo, así como también en países de ingresos bajos y medianos. (3)
En esta misma línea, la OMS en el 2017 hizo referencia a que entre los años 1975 y 2016 la prevalencia de la obesidad se triplicó. Asimismo, para el 2022 se estimó que "niños y adolescentes de 5 a 19 años, más de 390 millones presentaron sobrepeso, de los cuales 160 millones serían obesos".

A su vez, el organismo internacional también señaló un fuerte incremento del sobrepeso desde un 8% en 1990 a un 20% en 2022, y en el caso de la obesidad pasó del 2% en 1990 al 8% en el 2022, que en números implica unos 160 millones de jóvenes. (4)

En tanto en el 2020, el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF) en América Latina y el Caribe señaló que la pandemia por COVID-19 empeoró la malnutrición preexistente en la región, llevando a las familias a tener dificultades para consumir alimentos saludables, lo que tuvo

como resultado un aumento del sobrepeso y obesidad, elevando el número de personas en rangos de obesidad, a partir de ese momento, a 106 millones de personas en dicha parte del mundo. (5)

En el Perú, en el año 2019, el Instituto Nacional de la Salud (INS) manifestó que estas dos condiciones también se encontraban fuertemente arraigadas en nuestra sociedad. De tal manera que afectan a cerca del 70% de los adultos, lo que representa más de la mitad de este grupo etario. Asimismo, el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición (CENAN) informó que las proporciones de personas con exceso de peso en los siguientes grupos de edad fueron del 32.3% en escolares, 23.9% en adolescentes, 42.4% en jóvenes y el 33.1% en adultos mayores. (6)

Por otro lado, en el 2020 el INS indicó que “las personas de más de 15 años tienen sobrepeso u obesidad en un 60%”. Específicamente, un 37.8% tenía sobrepeso y un 22.2%, obesidad. Sobre esto, se plantea que la principal causa son los malos hábitos alimenticios caracterizados por el consumo de comida ultra procesada (chatarra) con excesiva sal y grasas, jugos azucarados, mínima cantidad de fibra en los alimentos y también la reducción de actividad física. (7) Además se informó que “Lima Metropolitana tenía un exceso de peso en más de la mitad de su población (64.7%), tomando incluso en cuenta a los niños y adolescentes”. (7)

En la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) en el 2021, personas de 15 años a más padecieron de aumento de peso, siendo en su mayoría con más prevalencia en mujeres con un 65.6% y el 59.5% de varones. (8) Para el 2022, de este mismo grupo etario, cuatro presentaron algún factor de riesgo o comorbilidad, como obesidad, diabetes mellitus o presión arterial alta. (9)

Al respecto, el informe de análisis de panorama de UNICEF del 2023, precisa que, de cada diez mujeres adolescentes entre 15 y 19 años, tres tienen exceso de peso y obesidad; de las cuales más de la mitad, cuando

sean adultas, vivirán con esa condición. A partir de lo cual pronosticaron que para el 2030 más de 1 millón de niños y jóvenes adultos peruanos entre 5 a 19 años vivirán con obesidad. [10] Consecuentemente, el MINSA reporta que el Perú se encuentra posicionado como el 3er país con mayores índices de sobrepeso en América Latina, por lo que para abordar este desafío se necesitan urgentes medidas que disminuyan estas cifras. [11]

Lo anteriormente expuesto evidencia existe un importante problema alrededor del sobrepeso y la obesidad por diversos factores. Nuestro país aún sigue permaneciendo como uno de los primeros en la lista con altos índices de sobrepeso. Además, estos jóvenes, al convertirse en adultos, padecerán esa condición y potencialmente cursarán con diversas complicaciones; lo cual lo lleva a seguir siendo una problemática aún por resolver.

Debemos tomar en cuenta que, durante la etapa de adolescencia, la cual varían desde los 10 hasta los 19 años según OMS, [12] los adolescentes tienen cambios a nivel psicológico. [13] Los cuales se relacionan con la construcción de su identidad, su autopercepción e imagen corporal. [13] El estar obesos no solo le afecta a nivel físico, sino también psicológico y emocional, debido a que presentan algunas dificultades en su relación social, siendo más vulnerables a llegar a ser acosados o ser objetos de prejuicios por parte de otras personas. En consecuencia, los adolescentes con sobrepeso y obesidad son propensos a desarrollar también problemas como baja autoestima, personalidad antisocial, fobias, depresión y estrés.

El centro educativo ubicado en Lima centro seleccionado para la investigación es debido a que, de acuerdo con los datos proporcionados por la DIRIS - Lima Centro en el año 2020, el distrito presenta la segunda tasa más alta de morbilidad, con un índice de 273.8 casos por cada mil habitantes.

Además, se mencionó que la obesidad se encuentra entre las causas de morbilidad en la población, con 4169 casos en mujeres y 1726 en hombres. Durante los recreos en la institución educativa, se ha observado que en los quioscos de su interior se venden alimentos con alto contenido calórico y ultra procesados como salchipapa, galletas, entre otros que son preferidos por los estudiantes. Así también, muchos de ellos mencionan que no realizan actividades físicas en sus hogares. De acuerdo con los datos proporcionados en esta investigación y lo expresado por la DIRIS - Lima Centro, se demuestra que “los que tienen más tendencia a padecer problemas como sobrepeso y obesidad son las mujeres”. (14)

Nola Pender, teórica de enfermería quien desarrolló el modelo de promoción de la salud, tiene como estrategia fomentar la salud, la cual se enfoca en cómo la población toma decisiones sobre su salud a través de sus propias experiencias y afectos relacionados con la conducta. Además, enseña que el conocimiento es crucial porque permite a las personas orientarse a participar en comportamientos saludables, convirtiéndolos en responsables de sus decisiones sobre el cuidado de su salud. (15)

Asimismo, el trabajo del profesional de enfermería utiliza este modelo para prevenir el sobrepeso y la obesidad porque utiliza una variedad de estrategias para enseñar, orientar y recomendar a las personas para que cambien y puedan modificar sus hábitos alimenticios y también la profesional enfermería podrá contribuir en la prevención de enfermedades y promoción de salud en estudiantes mediante la Ley 31317 la cual incorpora al personal de enfermería en la comunidad educativa (16). Es por eso por lo que es importante acceder a la información acerca del conocimiento que tienen los estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de una institución educativa sobre los factores asociados al sobrepeso u obesidad para que puedan orientarlos sobre los hábitos saludables con el fin de mejorar sus comportamientos, evitar hábitos inadecuados y problemas a futuros.

Al respecto del tema, en la entrevista con algunas estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa, acerca de si tienen conocimiento sobre los factores asociados a sobrepeso y obesidad, a lo que mencionaron: "Sí tengo un poco de conocimiento, el comer mal y no hacer ejercicios "; "el comer comidas chatarra en recreos y en la calle".

Finalmente, se plantean las siguientes preguntas: ¿Existe obesidad o sobrepeso en los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria? ¿Cuántos de ellos asocian algunas de sus actividades al sobrepeso? ¿Toman las medidas necesarias para no llegar a la obesidad?

Formulación del problema:

¿Cuáles son los conocimientos sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad, que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Pública, Lima, en 2024?

1.2 Objetivos:

Objetivo General:

Determinar los conocimientos sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa.

Objetivos Específicos:

- Identificar los conocimientos sobre los factores no modificables asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa.
- Identificar los conocimientos sobre los factores modificables asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa.

1.3 Justificación de la investigación

Tanto el sobrepeso como la obesidad son un problema de salud pública que han cobrado relevancia a nivel nacional e internacional debido al aumento del número de casos asociados a una mala dieta y pocas medidas saludables.

Según los datos proporcionados por la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDES), se ha detectado un aumento significativo del sobrepeso y la obesidad entre los adolescentes en el ámbito nacional. En específico, para el año 2021, se registró un aumento ponderal, afectando principalmente a las mujeres, quienes representan el 65,6% de los casos. A escala global, según las estadísticas disponibles para 2022, se estima que 390 millones de personas padecen sobrepeso y 160 millones sufren de obesidad. [4]

Por lo tanto, en el marco de esta investigación, la unidad de análisis se centra en el adolescente, quien experimenta una serie de cambios físicos, psicológicos y sociales durante su desarrollo. Estos cambios, que se encuentran en proceso de formación, son particularmente susceptibles a las influencias de su entorno escolar, lo que puede tener como consecuencia el desarrollo de hábitos no saludables. Si el adolescente no se cuida o no se educa sobre su salud, al ser adulto es más probable que desarrolle sobrepeso u obesidad, contribuyendo a que la epidemia de la obesidad siga vigente. Sin embargo, actuando sobre los factores involucrados, es posible reducir el riesgo de que tengan problemas de salud en el futuro.

Frente a lo establecido, el profesional de enfermería lleva a cabo actividades de fomento y prevención en el cuidado humanizado mediante la educación, como charlas, demostraciones y sensibilización para educar a la población escolar, ya que permitirá orientarse a participar en comportamientos saludables y tomar decisiones para el cuidado de su salud a través del nexo entre las características y experiencias individuales. [15]

El propósito de la investigación es brindar información válida y confiable tanto al profesional de enfermería como a los maestros y padres sobre el conocimiento que tienen los estudiantes sobre los factores que inciden en el exceso de peso y obesidad. Estos hallazgos permitirán que se puedan tomar medidas en la promoción de la salud para una buena calidad de vida y a su vez demostrando la importancia de la profesión de enfermería que es intervenir donde la atención se centra en los conocimientos, actitudes y comportamientos.

Limitación de la investigación

- Los hallazgos y conclusiones serán aplicables solo para los estudiantes de esta institución educativa y no para otras instituciones.
- Escasos antecedentes de investigaciones sobre la misma variable o tema investigado y población similar.

1.4 Marco Teórico

1.4.1 Antecedentes

Antecedentes Internacionales

Ramos M. et al., en México, 2022, realizó un estudio con el objetivo de *"*Identificar los factores de riesgo modificables para la obesidad en adolescentes*"*. Fue de tipo estudio de casos y controles con una muestra de 348 adolescentes, donde se utilizó como instrumento la escala de Graffar, tablas percentiles de la OMS, test Krece Plus y cuestionario breve de calidad de la dieta mediante una entrevista. Se evidencia como conclusión:

> *"Que los factores de riesgo fueron la ausencia de la lactancia materna exclusiva en los primeros 6 meses (44.8%), obesidad parental (60.9%), mala actividad física (63.8%) y dietas inadecuadas (66.7%), que se relacionan con la presencia de obesidad en adolescentes".* [17]

Lastra G., en Ecuador, 2020, realizó un estudio con el objetivo de *"*Analizar la prevalencia del sobrepeso y obesidad en los adolescentes*"*. Fue de tipo de enfoque cuantitativo, de corte transversal, descriptivo; con una población de 150 familias con una muestra de 80 adolescentes, donde se utilizó como instrumento la encuesta, técnica antropométrica y la observación. Se evidencia como conclusión:

> *"Se concluyó que entre los 10 y los 19 años, se determinó que la obesidad como el exceso de peso son comunes y que el sexo que predomina es el sexo femenino (53,7%)". (18)*

Plata N. et al., en Colombia, 2020, realizó un estudio con el objetivo de *"*determinar los factores que conllevan a la obesidad en estudiantes*"*. Fue de tipo cuantitativo, enfoque experimental, de alcance descriptivo; con una población de estudiantes de grados 6to, 7mo y 8vo de secundaria y una muestra de 101 estudiantes, donde se utilizó como instrumento la encuesta. Se evidencia como conclusión:

> *"Se estableció que 29 de 101 estudiantes tienen obesidad y sobrepeso y se determinó que una alimentación deficiente 63%, el sedentarismo 31%, las disminuidas horas de sueño 44% y un alto contenido de grasas y dulce 46.5% son los factores más influyentes en estos problemas." (19)*

Wasiu O. en Nigeria, 2019, realizó un estudio con el objetivo de *"*Determinar la prevalencia y conocimiento de los factores de riesgo de la obesidad infantil entre los estudiantes en edad escolar*"* Fue de estudio descriptivo, corte transversal con una muestra de 480 estudiantes entre la edad 10 a 19 años, donde se utilizó como instrumento un cuestionario. Se evidencia como conclusión:

> *"Los resultados mostraron que el 76,1% de los participantes obtuvieron una puntuación baja en conocimiento sobre los factores de riesgo asociados con la obesidad, mientras que*

el 23,9% demostró un buen conocimiento al respecto. Además, en cuanto a la prevalencia, se encontró que el 2,1% de los estudiantes presentaban sobrepeso y el 1,7% obesidad." [20]

Da Silva J. et al, en Brasil, 2019, realizó un estudio con el objetivo de *"*Analizar y describir la prevalencia de exceso de peso y obesidad en estudiantes*"*. Fue de tipo transversal, inferencial y descriptivo; la población fue de 263 niños. La técnica de recolección de datos fue mediante medidas antropométricas. Se evidencia como conclusión:

"Se descubrió que 35.4% de los estudiantes de la presente investigación tenían sobrepeso u obesidad, lo que evidencia la importancia de las intervenciones y programas de prevención". [21]

Antecedentes Nacionales

Castañeda B., en Huancayo 2022, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar el nivel de conocimiento en alimentación saludable y consumo de alimentos ultra procesados en adolescentes". Estudio de nivel correlacional, diseño no experimental y con una muestra de 140 adolescentes, donde se utilizó como instrumento un cuestionario. Se evidenció como conclusión:

"Se determinó que el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable entre los adolescentes es significativamente elevado, con un 82,1% de los encuestados alcanzando un nivel medio. Además, se observó que el 11,4% de los participantes demostraron un nivel alto de conocimiento, mientras que el 6,5% presentó un nivel bajo en este ámbito." [22]

Mendoza N., en Puno, 2022, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar el nivel de conocimiento sobre obesidad y las consecuencias en la salud de los adolescentes". Estudio de diseño descriptivo, de corte transversal, no

experimental y con una muestra establecida de 40 estudiantes, donde se utilizó como instrumento una encuesta oral, cuestionario y escala Likert. Se evidenció como conclusión:

> *"Se determinó que el nivel de conocimiento sobre la obesidad entre los adolescentes es significativamente bajo, alcanzando un 70%. Además, se constató un alto grado de desconocimiento respecto a las causas y consecuencias de la obesidad en su salud, con un porcentaje del 80%."* [23]

Inga Bianca., en Huaura, 2021, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar el efecto de una intervención educativa sobre conocimientos de obesidad infantil en padres de niños menores de 11 años". Estudio de tipo básica, cuantitativa, diseño cuasiexperimental y con una población de 55 padres y una muestra de 30 padres, donde se utilizó como instrumento un cuestionario. Se evidenció como conclusión:

> *"Se encontró que, antes de la intervención, el 83,3% de los padres presentaban un nivel medio de conocimiento sobre la obesidad infantil. Sin embargo, después de la intervención educativa, se observó una mejora significativa, alcanzando un 100% de los padres un nivel alto de conocimiento, lo que demuestra un impacto positivo y notable en la comprensión de los padres de familia sobre este tema."* [24]

Oncebay C., en Lima, 2020, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar el nivel de conocimiento sobre obesidad en estudiantes". Estudio de tipo cuantitativo, población y muestra establecida de 113 estudiantes, donde se utilizó como instrumento el cuestionario. Se evidenció como conclusión:

> "*Los resultados obtenidos revelan que el nivel de conocimiento de los adolescentes es extremadamente bajo, alcanzando un 100%. Asimismo, se detectaron niveles bajos en dos*

dimensiones clave: alimentación, con un 57%, y actividad física, también con un 57%". [25]

Trujillo I., en Callao, 2019, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar la relación entre el nivel de conocimiento sobre obesidad infantil y los factores asociados en madre de niños". Estudio de enfoque cuantitativo, diseño correlacional, observacional y corte transversal, con una población de 80 participantes, instrumento utilizado el cuestionario. Se evidenció como conclusión.

"En cuanto al nivel de conocimiento de las madres sobre la obesidad y sus factores asociados, se encontró que el 50% de ellas presentaban un nivel medio de conocimiento. Además, se estableció una relación significativa entre el nivel de conocimiento de las madres y la presencia de obesidad infantil, lo que sugiere que el conocimiento materno juega un papel importante en la prevención y control de la obesidad en los niños." [26]

Pari M., et al, en Lima, 2019, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar la relación entre el conocimiento sobre factores modificables y no modificables con la prevención del sobrepeso y obesidad en adolescentes". Estudio de tipo básica, diseño no experimental, correlacional y corte transversal, con una población de 286 y muestra de 164, instrumento utilizado el cuestionario. Se evidenció como conclusión:

"Se encontró que el 50,6% de los adolescentes poseen un conocimiento regular sobre los factores modificables y no modificables relacionados con el sobrepeso y la obesidad. Además, se detectó que el 69,5% de los adolescentes tienen una mala prevención contra el sobrepeso y la obesidad. Finalmente, se estableció una relación directa y significativa entre el nivel de conocimiento y la efectividad de la prevención en los adolescentes." [27]

Rosado C., en Lima, 2019, realizó un estudio con el objetivo de "Determinar el nivel de conocimiento de la intervención educativa de enfermería sobre la prevención de la obesidad en estudiantes". Estudio de tipo cuantitativo, nivel aplicativo, corte longitudinal, con una población de 94 participantes, instrumento utilizado el cuestionario. Se evidenció como conclusión:

> "*Posterior a la intervención, se registró un notable incremento en el nivel de conocimiento de los estudiantes respecto a la prevención de la obesidad, alcanzando un 85.1% en nivel alto de conocimiento. Este resultado destacado pone de manifiesto la efectividad de la intervención educativa implementada."* [28]

Pisconte J., en Ica, 2018, realizó un estudio con el objetivo de "Identificar la prevalencia de exceso de peso y obesidad en la población de adolescentes jóvenes*"*. Fue de tipo descriptivo, de corte transversal, con una población y muestra de 217 estudiantes. La técnica de recolección de datos fue mediante una entrevista personal. Se evidenció como conclusión:

> "*Se determinó que los adolescentes de la Institución Educativa presentaron una prevalencia global de sobrepeso del 30.4% y obesidad del 12.9%. Estos resultados indican que el sobrepeso y la obesidad constituyen un problema significativo de salud pública en esta población."* [29]

Sánchez T., en Huánuco, 2018, realizó un estudio con el objetivo de "Establecer el grado de conocimiento y la disposición para prevenir la obesidad en los estudiantes". Estudio de tipo observacional, prospectivo, transversal, analítico, cuantitativo y de diseño correlacional, con una población y muestra de 75 estudiantes del 3° al 5°grado de secundaria, donde se utilizó como instrumento la encuesta. Se evidenció como conclusión:

> *""Se observó que el 81.3% de los estudiantes demostraron un buen nivel de conocimiento sobre la obesidad, mientras que el*

70.7% manifestaron una actitud positiva hacia la prevención de esta condición." [30]

Los estudios previos citadas han facilitado la identificación del abordaje a la variable de estudio, evidenciando que numerosos estudiantes presentan sobrepeso y obesidad sin tener conocimiento de lo que define la obesidad y las causas que podría originarla. Asimismo, se demostró que la población femenina predomina sobre el masculino con porcentajes superiores de sobrepeso y obesidad; y varios factores de riesgo, tanto modificables y no modificables tienen un impacto significativo en este problema. Todo esto demuestra la necesidad de establecer programas de prevención o intervenciones educativas, las cuales contribuirían a una transformación significativa en el nivel de conocimiento de los estudiantes.

1.4.2 Referente teóricas:

El conocimiento

El conocimiento define la acción y efecto de conocer. La importancia del conocimiento es que orienta a las personas a abordar problemas apoyándose en sus propios conocimientos, además de que sabrán determinar cuándo es aplicable lo que saben y cuándo no. [31] National institute Hearth (NIH), menciona que, sobre los conocimientos de los factores de riesgo ayudará a tomar ciertas medidas para reducir riesgos que están relacionados con la obesidad. [32]

Existen tres categorías de conocimientos**:**

- Conocimiento empírico: Se obtiene a través de la experiencia y se asocia con el conocimiento práctico adquirido en la vida cotidiana. [33]
- Conocimiento científico: Se fundamenta en hipótesis concretas, vinculadas o no a la experiencia empírica, que se convierten en

explicaciones del mundo real y se verifican mediante métodos específicos. [33]

- Conocimiento cotidiano: Se refiere al conocimiento espontáneo y personal que las personas tienen sobre el mundo que las rodea, conformado por un conjunto de ideas y creencias. [34]

En el contexto de la prevención del sobrepeso y la obesidad, el conocimiento sobre los factores asociados se refiere a la comprensión que una persona tiene sobre los factores que influyen en su peso corporal y cómo pueden ser modificados para prevenir el desarrollo del sobrepeso y la obesidad. [27]

Adolescencia:

Según la OMS, se conceptualiza como una etapa de crecimiento que se da entre los 10 y los 19 años, donde se considera fundamental el desarrollo de las funcionalidades y de la adaptación hacia su medio del individuo. [35]

Es una etapa crucial del ser humano antes de convertirse en adulto porque ofrece muchas posibilidades para aprender y desarrollar fortalezas. Para los adolescentes, es una etapa muy desafiante, llena de cambios e interrogantes. El objetivo de esta etapa es que los adolescentes aprendan a tomar decisiones desde sus fallos, asumir y actuar con responsabilidad y desarrollar su autonomía para que puedan transformarse en individuos sanos. [36]

Salud Adolescente:

Conservar la salud durante la adolescencia se considera muy importante porque esta es una etapa de vulnerabilidad y cambios en la vida de la persona sin embargo por diversas circunstancias la salud puede verse interrumpida por enfermedades, traumas e incluso la muerte, por lo cual se necesitan pautas de comportamientos durante esta etapa para prevenir estos problemas y una educación integral. [37]

Epidemiología del sobrepeso y obesidad:

La OPS menciona que la región de las Américas tiene niveles de prevalencia más altos de exceso de peso entre todas las regiones de la OMS, con 62.5% de los adultos con sobrepeso y obesidad, siendo un 64.1% de hombres y 60.9% de mujeres. A pesar de eso, la epidemia también está afectando a niños y adolescentes. De los cuales, del total de menores cuyas edades comprenden entre 5 a 19 años, el 33.6% están afectados por el exceso de peso; y de los menores de 5 años se encuentran afectados el 7.3%. [38]

Según el boletín epidemiológico del MINSA y la encuesta demográfica y de salud familiar del 2019, la prevalencia de personas desde 15 años a más fue de 22.3%, teniendo un gran porcentaje el sexo femenino con un 24.6% en comparación al sexo masculino con un 18.7%. Además, este indicador es mayor en personas que residen en el área urbana en relación con quienes lo hacen en el área rural, con un 24.6% versus 13.0%. En la pandemia aumentó a 24.5%, y en esta ocasión fue mayor en el sexo masculino y en la población urbana. [39]

Durante el año 2020, el INEI llevó a cabo una encuesta en la que se informó un incremento en la obesidad en la población de 15 años en adelante (24.6%); en personas de 40 a 49 años (34.0%), seguido de 50 a 59 años (35.7%). [40] En el 2021, ENDES reveló que el 25.8% de los individuos con obesidad tienen entre 15 a más a nivel nacional. [41]

Concepto sobre el sobrepeso y obesidad:

El sobrepeso y la obesidad; son el resultado del almacenamiento excesivo y anormal de grasa, también son una enfermedad compleja multifactorial no transmisible que daña la salud de las personas y corresponde a un rango de peso mayor a los que se consideran adecuados para la talla. [42]

Para los adultos, el sobrepeso es definido por un índice de masa corporal entre 25 y 29 kg/m^2 y, en el caso de obesidad, un IMC mayor o igual a 30 kg/m^2. [43]

Etiopatogenia:

Identificación de los signos de la obesidad: El incremento de peso, agotamiento, dolor de articulaciones, calambres en las piernas, reflujo y acidez, y pérdida de la capacidad de controlar la orina. [44]

Tipos de obesidad:

- **Obesidad grado I: Se** define cuando el índice de masa corporal (IMC) está entre 30 y 34.9 kg/m2. En este tipo de obesidad, la relación de masa corporal con la altura es entre 30-35% superior al punto medio. Sin embargo, aunque este sea el grado más leve de obesidad, no está libre de riesgo, porque predispone a sufrir algunas patologías como la hipertensión, diabetes, como también problemas de movilidad o molestias musculares y articulares. [45]
- **Obesidad grado II: Se** define cuando el índice de masa corporal es de 35 a 39.9 kg/m^2, situación en la que el riesgo de comorbilidades se eleva, por lo que la población necesitará visitar el centro de salud para conocer las alternativas de tratamientos disponibles. [46]

- **Obesidad grado III:** Se define cuando el índice de masa corporal es superior a 40 kg/m^2, estado que predispone un deterioro grave de la salud física y funcional de la persona, llegando a interferir con sus actividades cotidianas, por lo que requieren una evaluación y manejo multidisciplinario para contrarrestar los efectos negativos y reinsertar a la persona a su vida diaria. [46]

- **Causas del sobrepeso y obesidad:**

  Según la revista Obesite Action, el origen del exceso de grasa radica en el desbalance energético entre las calorías que se consumen y se gastan. Se dice que a escala global sucede por un incremento en la ingesta de alimentos que tienen altos contenidos calóricos ricos en grasa relacionado con la disminución de la actividad física debido a la sociedad que es cada vez más sedentaria. También influyen mucho las modificaciones en los patrones de alimentación, las acciones de ejercicios vinculadas al desarrollo y ausencias de políticas de respaldo en el área de salud. [46] En 1997, la OMS determinó que las razones de la epidemia mundial de obesidad estaban relacionadas con una vida sedentaria y con las dietas de alto contenido en carbohidratos y grasas, a causa de cambios y patrones de conducta de las comunidades provocados por la creciente urbanización e industrias. [43] Para este 2022, la mayoría de los casos fue a causa de un entorno obesogénico, factores psicosociales y variantes genéticas. [42]

  Consecuencias

  Las repercusiones que trae el sobrepeso y la obesidad son tener un IMC elevado, es, lo cual se convierte en un factor de riesgo para enfermedades no contagiosas como:

  - **Las enfermedades cardiovasculares:** La mortalidad por diferentes problemas cardiovasculares es mayor en personas obesas, quienes triplican el riesgo de presentarlas en comparación con personas sin exceso de peso. [47] Por su parte, la obesidad infantil se ha descrito como un factor de riesgo para diversas enfermedades cardiovasculares, entre ellas, la aterosclerosis de inicio desde la infancia. [48]
  - **La diabetes mellitus tipo 2:** Existe una correlación entre la diabetes mellitus tipo 2 y la obesidad, ya que la mayoría de

los diabéticos tienen presente el exceso de peso. que triplica la probabilidad de padecer obesidad. [49]

- **El aumento de la presión arterial:** Las personas con sobrepeso y obesidad tienen mayor probabilidad de padecer una presión arterial alta. Muchos de los estudios manifiestan que un bajo peso moderado es muy beneficioso para el descenso de la presión arterial alta y el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares. [48]
- **Los accidentes cerebrovasculares:** Pacientes con un exceso de peso tienen una mayor probabilidad de desarrollar daños en arterias cerebrales, y más probabilidad de sufrir enfermedad cerebrovascular. [48]
- **Hiperlipemia:** Es a causa de un incremento de peso debido a la acumulación de grasa corporal en el tejido adiposo y una disminución del colesterol HDL ("bueno"), aumentando el riesgo al corazón. [48]
- **Síndrome metabólico:** Se refiere a un grupo de factores de riesgo vinculados al sobrepeso y la obesidad y generalmente se manifiestan en conjunto; estos incluyen un aumento del diámetro, hiperlipemia y elevación. [48]
- **Varias clases de cáncer:** Se concluyó que los pacientes con sobrepeso tienen mayor riesgo de padecer cáncer. [48]
- **Los trastornos del aparato locomotor:** Tenemos en especial la osteoartritis, una enfermedad degenerativa de las articulaciones (P. ej. rodilla) muy discapacitante. [48]

Criterios de diagnóstico:

IMC:

Adulto:

Mediante el índice de masa corporal se determina si una persona se encuentra en sobrepeso u obesidad, porque calcula el nivel de grasa corporal usando la estatura y el peso. Se empieza desde el 25.0 kg/m^2 y mayor IMC, mayor es la probabilidad de sufrir problemas de salud asociados a la obesidad. (42)

- Sobrepeso: 25.0 a 29.9. kg/m^2
- Obesidad de grado I: 30 a 34.9 kg/m^2
- Obesidad de grado II: 35 a 39 kg/m^2
- Obesidad de grado III: supera los 40 kg/m^2

Adolescente:

- Sobrepeso: Es determinado por un (IMC) para la edad entre más de 1 Desviación estándar (DE) a 2 DE.
- Obesidad: Se determina por un IMC para la edad mayor a +2 DE del adolescente. (2)

Perímetro de cintura:

Las mujeres que tienen una cintura superior a 89 centímetros y hombres que superan los 102 centímetros presentan un incremento de riesgo de padecer enfermedades cardiacas y diabetes de tipo 2. (42)

Factores asociados a la obesidad:

Estudios epidemiológicos han detectado que no solo el comer en exceso está asociado con la obesidad; también tenemos: (49)

A). Factores no modificables: Son aquellos que no se pueden corregir porque son constituidos por la persona y afectan a la aparición de riesgos en la salud. (50)

Edad:

Adultos: Aproximadamente un 43% de los adultos a nivel global en el 2022 eran un 43% hombres y un 44% las mujeres presentaban sobrepeso. [51] Para la obesidad hubo un aumento del 43% con sobrepeso y un 16%. [51]

Niños y jóvenes: El incremento en la prevalencia del sobrepeso y la obesidad entre 5 y 19 años ha sido notable, pasando del 4% en 1975 a superar el 18% en 2016, alcanzando los 340 millones. Este incremento ha sido parecido en ambos sexos: un 18% de niños con sobrepeso en 2016 y un 19% de niños con obesidad en 2016. Para el 2022, por sobre 390 millones de niños y adolescentes presentaban sobrepeso y 160 millones eran obesos. Por lo que se dice, hubo un aumento drástico de la prevalencia del 8% en 1990 al 20% en el 2022. [51]

En menores de 5 años: En el 2022 fueron 37 millones los que presentaron sobrepeso. [51]

Sexo:

Las mujeres, y principalmente las vinculadas al embarazo, síndrome de ovario poliquístico y la menopausia, son las que están más relacionadas con la obesidad. [49] Según la OPS, la tasa de obesidad ha impactado en mujeres en 10 puntos porcentuales mayor que la de los hombres en más de 20 países de América Latina y el Caribe. [52]

Antecedentes familiares

Algunos estudios mencionan que los antecedentes familiares se determinaron mediante la medición directa del peso, circunferencia de la cintura, masa y porcentaje de grasa corporal de los padres y análisis de sus historias clínicas.[53] En otros estudios se menciona que influyen mucho los hábitos alimenticios y costumbres que tiene la familia de forma directa en la conducta alimentaria de la

persona.[54]Así como también los factores genéticos y ambientales, pero es más dependiente a los factores ambientales que de los demás factores. [55] Además, se ha descrito que factores en la vida temprana como la obesidad materna antes del embarazo, aumento excesivo de peso y diabetes gestacional también ponen en mayor riesgo al niño de desarrollar obesidad. [56]

B). Factores modificables: Son aquellos corregidos o eliminados a través de cambios en los patrones de conducta del día a día. [50]

Alimentación poco saludable

En caso de los adolescentes, según estudios demuestran que ellos tienen un consumo alto en alimentos ricos en energía pero pobres en micronutrientes, alta ingesta de bebidas azucaradas y las comidas rápidas.[57] Relacionado con la tendencia creciente con un mayor consumo en la ingesta de alimentos hipercalóricos, ricos en grasa y azúcares pero carentes de vitaminas y minerales.[56] La OMS nos dice que las frutas y verduras ayudan a reducir el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisible, por lo tanto no se pueden reemplazar por otros alimentos, además tienen una suficiente fibra dietética.[58]

Hábitos de la alimentación no saludables

Los patrones de alimentación son resultados de lo que consumimos; son conductas individuales y colectivas derivadas de prácticas del grupo social. [59] Asimismo, algunos de los hábitos de alimentación que ocasionan la obesidad pueden ser, por ejemplo, levantarse a comer de noche, comprar algunos alimentos hipercalóricos, ricos en grasa y azúcares en los quioscos frecuentemente. Comer alimentos con esas características son las manifestaciones más claras del desorden alimenticio; sobre ese desorden se construye la obesidad y fundamentalmente el

sedentarismo. [60] Por otro lado, el alcohol puede causar un aumento de peso, debido a que algunas bebidas contienen alto contenido calórico, pero sin nutrientes [61] y porque estimula los nervios del hipotálamo del cerebro, provocando un aumento del apetito, generando una sensación intensa de hambre. [62] En el caso de los adolescentes, algunos de los hábitos observados en los estudios son comer bocadillos con frecuencia, saltarse el desayuno, el desorden del intervalo de tiempo que se da desde la primera y última comida diaria, el tamaño de las porciones, la velocidad de su alimentación, etc. [56]

Sedentarismo

Es cualquier estado de vigilia donde se realiza un gasto energético bajo, ya sea en posición sentado o acostado**.** La reducción de la actividad física que responde a un modo de vida sedentario por la misma rutina de las actividades laborales es una de las principales causas del sobrepeso y la obesidad. Bajo la misma línea, según la OMS, el elevado sedentarismo está asociado con la incidencia de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes de tipo 2. [48] [63] En el caso de los adolescentes, los efectos negativos que pueden asociarse a un pobre gasto energético son el aumento de grasa corporal, así como el deterioro de la salud cardio metabólica, el estado físico, las relaciones sociales y disminución de la duración del sueño. [64]

Problemas emocionales

Se demostró que la ansiedad es uno de los factores de riesgo para la aparición de sobrepeso y obesidad, generalmente porque las personas consumen más cuando experimentan sensaciones de ansiedad.

En la actualidad, el consumo de alimentos con mayor cantidad de calorías genera un sentimiento de tranquilidad y gratificación; sin embargo, su efecto dura poco tiempo, por lo que surge la necesidad de ingerir en grandes porciones. [65] En caso de adolescentes, se describe que todos los tipos de ansiedad interfieren en las actividades diarias, siendo uno de los orígenes de los problemas relacionado con el aumento de peso y obesidad. [66]

Influencia de los medios publicitarios en los hábitos alimenticios

Esto se da porque los diversos anuncios que presentan, los medios de comunicación como la televisión e imágenes publicitarias fomentan la ingesta de comidas y jugos con un elevado contenido de calorías y grasas. En el estudio de influencia de la publicidad alimentaria y suplementos dietéticos en Venezuela se menciona que la publicidad intenta crear y generar nuevos hábitos de consumo, provocando una diversa gama de sentimientos que pueden llegar a experimentar con la adquisición de los productos ofertados, generando un cambio alimentario donde los adolescentes son los más vulnerables. [67]

Por su parte, la exposición a pantallas influye mucho en el riesgo de obesidad en adolescentes, de forma que un mayor tiempo de exposición a la publicidad lleva a un mayor consumo de estos alimentos. [56]

Reacciones al tratamiento farmacológico:

Ciertos medicamentos como antidepresivos, anticonvulsivos, esteroides, antipsicóticos, antidiabéticos y anticonceptivos pueden generar un aumento de peso si no se equilibra una dieta con una actividad física. [68] Por ejemplo, algunos tipos de métodos

anticonceptivos pueden tener como efecto secundario inducir un aumento o disminución del apetito. [69] Además, otros agentes farmacológicos como los glucocorticoides, algunos antiepilépticos, insulina y algunos antipsicóticos atípicos tienen efectos similares, por lo que se sugiere una evaluación nutricional previa al inicio del tratamiento y controles posteriores. [56]

Rol de enfermería en la prevención del sobrepeso y la obesidad

El papel de enfermería es muy importante en la prevención y atención del cuidado, debido a que se encarga cotidianamente del cuidado y atención de los pacientes con costumbres poco saludables. En este contexto, se llevan a cabo acciones preventivas, como la educación y fomento de la salud.

Los profesionales de enfermería también hacen un seguimiento del tratamiento a las personas obesas, interviniendo con una serie de pautas o recomendaciones generales como consejos sobre la hora correcta de comer, qué alimentos se deben consumir, además de actividades que se pueden desarrollar mientras se realizan las tareas domésticas y encontrar la forma de hacer actividad física programada durante las actividades diarias.

El rol del profesional de enfermería utiliza el modelo de Nola Pender para la prevención de sobrepeso y obesidad debido a que realiza diversas estrategias mediante la educación, consejería, recomendaciones destinadas al sujeto que cambien y puedan modificar sus hábitos alimenticios.[70]Orientándose a comprender los comportamientos de los estudiantes, relacionadas con la salud y también hacia la generación de conductas saludables, lo cual se menciona que es una parte esencial del cuidado de enfermería porque permite el mejoramiento de la salud del paciente y previenen la enfermedad. [71]

La Ley N°31317 incorpora al profesional de enfermería en la comunidad educativa, en consonancia con la Ley N°28044, Ley General de Educación. En este marco, se han modificado los artículos 52 y 62, que establece la conformación y participación de la comunidad educativa, y reconocen al profesional de enfermería como un especialista integral en la promoción de la salud y prevención de enfermedades.

El objetivo principal de esta incorporación es fortalecer la comunidad educativa mediante la orientación y asesoramiento del profesional de enfermería, con el fin de promover la salud y prevenir enfermedades entre los estudiantes, padres de familia, docentes, directivos y demás miembros de la comunidad educativa.[16] La ley en cuestión habilitará al profesional de enfermería a implementar una serie de acciones orientadas a mejorar la calidad de vida de todos los miembros de la comunidad escolar, con especial énfasis en la prevención del aumento de las tasas de obesidad. Esto se logrará mediante la promoción de hábitos saludables y la educación en salud, con el objetivo de que se adquieran conocimientos sobre la importancia de prevenir el sobrepeso y la obesidad. [16]

Definición operacional de términos:

- **Conocimientos:** Es la respuesta que brindan las estudiantes mediante el cuestionario sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad.
- **Factores asociados:** Aquellos elementos ya sean modificables o no modificables que afectan a la aparición de riesgos en la salud de las estudiantes.
- **Obesidad:** Se determina por un IMC para la edad mayor a +2 DE, debido a que posee niveles elevados de grasa corporal que poner amenaza la salud de las estudiantes de secundaria. [47] [2]

- **Sobrepeso:** Es la grasa corporal adicional y se determina por un (IMC) para la edad entre más de 1 Desviación estándar (DE) a 2 DE. [47] [2]
- **Institución Educativa:** Es el establecimiento de educación secundaria Nuestra Señora de Montserrat perteneciente a la UGEL N 03, donde reciben una educación formal las estudiantes.

1.5 Hipótesis

Hipótesis

Por ser una investigación descriptiva univariable el estudio no requiere hipótesis.

Variable

- Variable: “Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad”
- Tipo de variable cualitativo.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1 Tipos, método y diseño de investigación

Enfoque cuantitativo dado que los datos recolectados fueron cuantificados [72], de **nivel aplicativo** por la intervención de las unidades de estudio y dan aporte a la práctica. [73] Es de nivel **descriptivo,** que implica observar y describir la información obtenida en la situación real de las estudiantes [74] y de **corte transversal** porque, estudia la variable en un tiempo determinado y se mide la variable solo una vez. [75]

Diseño de investigación

El diseño es no experimental, debido a que se observó el fenómeno tal y como se desarrolla, es decir no se alteró la variable de estudio. [75]



Donde:

M: Representa la muestra.

O: Representa la información obtenida.

Sede de estudio

La investigación se realizó en la Institución Educativa Pública de secundaria y de mujeres, Nuestra Señora de Montserrat, perteneciente a la UGEL N°03 Cercado de Lima, con dirección en la Av. Jirón Conde Superunda 15001 en el distrito del Cercado de Lima, la cual está conformada por 500 estudiantes y 38 docentes.

La Institución Educativa Pública brinda el servicio de educación secundaria en dos turnos: mañana y tarde, de lunes a viernes. Así mismo, en cuanto a la infraestructura, las aulas son de material noble distribuidas en 3 pisos, una sala de cómputo, un laboratorio, áreas verdes, dos losas deportivas, un

almacén para materiales y equipos de educación física, un espacio para la dirección y sala de profesores y un tópico.

La institución educativa por el momento dispone con pocos programas diseñado para proporcionar guía en la prevención del sobrepeso y la obesidad en adolescentes. No obstante, en las sesiones de tutoría, se les explica a las estudiantes, algunos temas breves vinculados a estos.

2.2 Población, muestra y tipo de muestreo

Población

La población estuvo constituida por 186 estudiantes, de las cuales 90 fueron del 4to año de estudio y las de 5to, 96. Es necesario precisar que 36 estudiantes cumplieron con algún criterio de exclusión de las cuales 26 alumnas no estuvieron presentes en el día de la aplicación y 10 no completaron todo el cuestionario correctamente, quedando un total de 150 estudiantes.

Criterios de inclusión

- Estudiantes de la Institución Educativa de Nuestra Señora de Montserrat.
- Estudiantes que estén en 4to y 5to año de secundaria.

Criterios de exclusión

- Estudiantes de otros grados de secundaria.
- Estudiante que no completa todo el cuestionario de recogida de datos.
- Estudiantes que no estuvieron presentes el día de la aplicación del instrumento.

Muestra

Por ser una población pequeña no fue necesario realizar una muestra.

2.3 Técnicas e instrumentos, procedimiento de recolección de datos y análisis de datos

Técnicas e instrumento de recolección de datos

La técnica aplicada fue la encuesta y como instrumento se empleó un cuestionario, el cual ha sido adaptado para los fines del presente estudio. La estructura de este cuestionario está conformada por una breve presentación, asentimiento informado, instrucciones, datos generales del encuestado y datos específicos que constan de 16 preguntas elaboradas por la autora que abarcan factores no modificables y factores modificables. (Ver Anexo “C”)

Validez y confiabilidad:

El instrumento fue evaluado por 5 jueces expertos de enfermería (asistenciales y docentes) especialistas en el tema, a los cuales se les envió con previa aprobación. En esta se les otorgó una calificación del 1 al 5 por cada ítem con su respectiva recomendación para así poder implementarlo. Posteriormente, se aplicó el coeficiente de validez de contenido (CVC) de Hernández Nieto, en el programa Microsoft Excel, alcanzando una “buena” validez y concordancia, ya que el valor 0.88 se encuentra dentro del rango de 0.80 a 0.90. (Ver Anexo “D”)

Procedimiento de recolección:

- Se realizaron gestiones administrativas requeridas para la ejecución de la investigación de manera presencial y se coordinó con la escuela profesional de enfermería.
- Se pidió permiso al director de la institución educativa mediante un escrito de presentación de la directora de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Se coordinó con los tutores de 4to y 5to año de secundaria respecto a la fecha y hora de aplicación del instrumento.
- Se proporcionó una breve descripción objetivo del estudio y por medio del cuaderno de control se les hizo llegar el consentimiento informado

dirigido a los padres de familia para la autorización del llenado del instrumento.

- Se aplicó el instrumento; al concluir se les agradeció su participación.

Procesamiento de datos:

- Los datos se procesaron con el programa Microsoft Excel versión 2016; para eso, previamente se preparó el libro de códigos **(Anexo E)** y la matriz de datos **(Anexo F).**
- Se realizó una escala de evaluación, donde primero se definió el propósito y el alcance de la evaluación, siguiente se seleccionó los criterios de evaluación de **Conocimientos**, continuamente se estableció las categorías de evaluación **Conoce y No conoce**, así mismo se asignó los valores a cada categoría de **valor mínimo 0** a **valor máximo 37** y finalmente se crea la escala de evaluación utilizando los baremos de **(0 - 18) No conoce** y **(19 - 37) Conoce**.
- Después se realizó la presentación de los datos recolectados mediante tablas y gráficos como diagramas de barras y circulares.

Análisis de datos

Se recolectó la información, luego los datos fueron codificados en el programa Microsoft Excel 2016 y se organizó en tablas y gráficos que se sometieron a análisis descriptivo expresado en porcentajes según las dimensiones y, finalmente se realizó la interpretación en función de los objetivos planteados.

2.4 Consideraciones éticas. Consentimiento / asentimiento informado

Consideraciones éticas

El presente trabajo de investigación respeta la información y los conocimientos de diversos autores, citándolos de forma correcta y precisando en las fuentes bibliográficas lo referenciado; también se ponen en práctica los cuatro principios fundamentales como:

- **Principio de Autonomía:**

  Se les brindó a los estudiantes el objetivo del estudio, como también se garantizó la participación libre de esta misma investigación mediante un asentimiento y consentimiento informado por parte de ellos y de sus padres. (77)
- **Principio de Beneficencia:**

  Se les aseguró que la información recolectada en esta investigación no será utilizada en su contra. (77)
- **Principio de No maleficencia:**

  Esta presente investigación no implicó un riesgo o daño a los estudiantes. (77)
- **Principio de Justicia:** En el momento de la ejecución del instrumento se trató a todos los participantes por igual, con respeto, amabilidad y se mantuvo el anonimato de los participantes. (77)

Consentimiento informado

Se realizó un consentimiento informado dirigido hacia los padres para la autorización de sus hijos para el llenado del instrumento.

Asentamiento informado

Se realizó un asentimiento informado para las estudiantes indicándoles que la participación es voluntaria, explicándole los objetivos de la investigación y que los resultados no se tomaran en su contra.

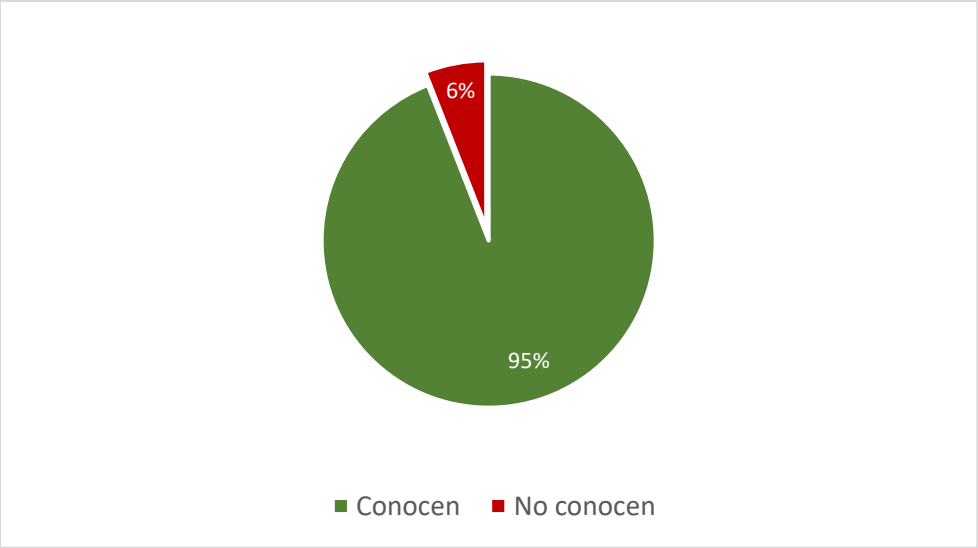
CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN:

3.1 Resultados

Datos Generales:

Del total de 150 estudiantes mujeres de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de Montserrat cuyas edades variaron desde 14 hasta 18 años. Sobre el peso, se encontró que el valor mínimo fue de 40 kg y el máximo, 73 kg. Por su parte, la talla mínima fue de 1.45 metros y la máxima, 1.73 m.

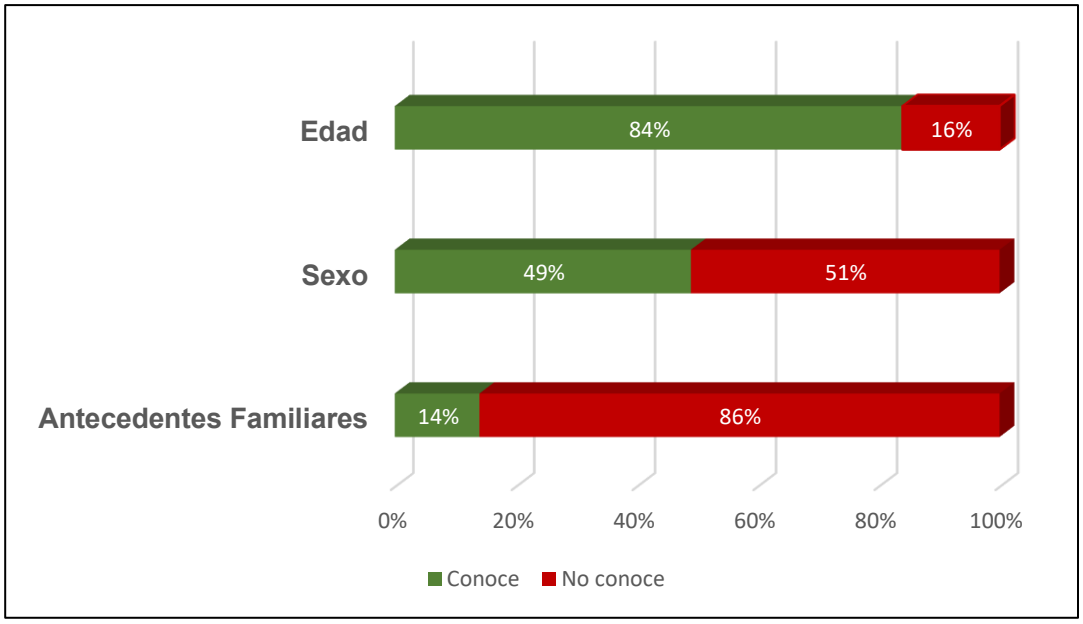
Gráfico 1 Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa. Lima 2024



Interpretación:

En la **Grafico 1** sobre el conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria, se aprecia que el 95% de los estudiantes (143) tienen conocimiento sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad.

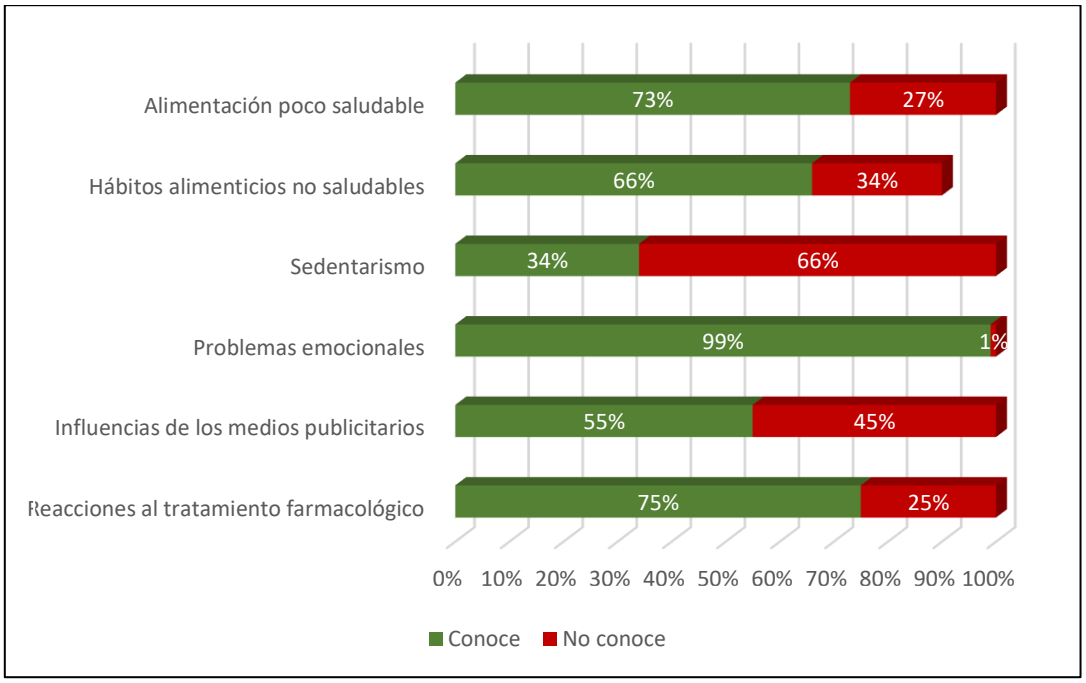
Gráfico 2 Conocimiento de los factores no modificables asociados al sobrepeso y obesidad que refieren los estudiantes de secundaria. 2024



Interpretación:

En el **gráfico 2** de conocimiento de los factores no modificables asociados al sobrepeso y obesidad, se evidencian que en la pregunta sobre el indicador "edad" un 84% la conocen y un 16% no la conocen, mientras que sobre "sexo" un 49% la conocen y un 51% la desconocen y sobre "antecedentes familiares" hubo un 14% que sí la conocen y un 86% que no la conocen.

Gráfico 3 Conocimiento de los factores modificables asociados al sobrepeso y obesidad que refieren los estudiantes de secundaria.2024



En el **Gráfico 3** de conocimiento de los factores modificables asociados al sobrepeso y obesidad que refieren los estudiantes de secundaria, se ha medido si conocen o no conocen los factores modificables a 150 estudiantes de 4to y 5to de secundaria. Se evidencia que en cuanto al indicador "alimentación poco saludable", la conocen un 73% de los participantes y la no la conocen un 27%. Por su parte, el indicador "hábitos alimenticios no saludables" lo conocen un 66 % y lo desconocen un 34% del total. Así también, el indicador de "sedentarismo" lo conocen un 34% y no lo conocen 66%. Finalmente, los indicadores "problemas emocionales", "influencias de los medios publicitarios" y "reacciones al tratamiento farmacológico" los conocen un 99%, 55% y 75% respectivamente y no las conocen un 1%, 45% y 25% de los participantes en ese orden.

3.2 Discusión

La obesidad sigue siendo el factor de riesgo principal para las enfermedades no transmisibles. El aumento grave a nivel mundial de personas con sobrepeso y obesidad ha llevado el problema a convertirse en una epidemia, lo que algunos países han priorizado dentro de sus políticas de salud pública. [1] La población está constituida por 150 estudiantes de sexo femenino, con edades que varían entre 14 y 18 años. Según el INS, en Perú se demuestra que los jóvenes mayores de 15 años sufren sobrepeso y obesidad a causa de los malos hábitos alimenticios.

En la presente investigación, los resultados reflejan que el 95% de las estudiantes de secundaria tienen conocimiento sobre los factores no modificables y modificables asociados al sobrepeso y obesidad. Lo cual puede indicar que a pesar de que el conocimiento este presente no garantiza la práctica de hábitos saludables. Estos resultados coinciden con la investigación de Sánchez T [32] y de Pisconte J [31], quienes concluyeron que "El 81.3% de los estudiantes demostraron un buen nivel de conocimiento sobre la obesidad, sin embargo, el exceso de peso y obesidad en la población adolescente sigue siendo un problema de salud pública". Así mismo los resultados encontrados por Mendoza N [23] difieren al concluir que los estudiantes presentaron un 70% de desconocimiento respecto al concepto de obesidad y un 80% en relación con causas y consecuencias.

Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar estrategias efectivas para promover hábitos saludables y reducir la prevalencia de sobrepeso y obesidad a población adolescente.

Al respecto, la base teórica nos menciona que el conocimiento de los adolescentes sobre los factores es importante para prevenir y disminuir la prevalencia de un peso elevado [34], esto respondiendo a la premisa de que la obesidad es una enfermedad compleja multifactorial no transmisible que daña la salud de las personas y esta dependerá de las prácticas y actitudes que están relacionadas con ciertos factores modificables.

Respecto a los factores no modificables de sobrepeso y obesidad, la mayoría de las estudiantes señalan que los conocen; sin embargo, hay una brecha significativa que no conoce específicamente los factores como sexo con un 51% y antecedentes familiares con 86%, teniendo presente que, de acuerdo con la OPS, en más de 20 naciones de América Latina y el Caribe, el índice de obesidad en mujeres supera al de varones, asimismo investigación del autor Lastra G, menciona que el sexo femenino también predomina en obesidad de escolares con un *53.7%.* Por otro lado, estudios de Molina P. et al, menciona que, en antecedentes familiares, los hábitos alimenticios y costumbres son los que más influyen en la obesidad y en menor porcentaje la genética [55]; aun así, no se deben perder de vista ambas formas que influyen en la obesidad. Es fundamental abordar estas brechas en el conocimiento para desarrollar estrategias efectivas de prevención y control de sobrepeso y obesidad.

En relación con los factores modificables, los resultados evidencian que la mayoría de las estudiantes conocen al respecto; sin embargo, existe un 66% que no conoce específicamente el factor el sedentarismo. Estos resultados tienen relación similar con el estudio de Oncebay C [29], donde demuestran que los escolares tienen un nivel de conocimiento bajo con un 57% en los indicadores de alimentación y actividad física. Asimismo, el estudio de Cambizaga G [78] concluye “que más de un cuarto de sus estudiantes se encuentran expuestos a factores de riesgo tanto modificables como no modificables”. En la base teórica se menciona que estos factores modificables se pueden corregir mediante patrones de conducta de los individuos [50]. Asimismo, el autor Plata, hace mención que el sedentarismo con un 31%, alimentación deficiente con 63%, disminuidas horas de sueño 44% son uno de los factores que más influye en problemas de sobrepeso y obesidad. Se destacan la importancia de la educación en la prevención del sobrepeso y obesidad. La brecha en el conocimiento del sedentarismo y otros

factores modificables entres las estudiantes sugiere que es necesario implementar programas educativos que promuevan estilos de vida saludables y prevengan la exposición a factores de riesgo. El rol educador de enfermería es fundamental en esta tarea, y su intervención puede tener un impacto significativo en la salud y bienestar de la población.

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:

4.1 Conclusiones

- Cerca de 95% de las estudiantes del 4to y 5to año de secundaria de la institución educativa Nuestra Señora de Montserrat tienen conocimiento sobre los factores asociados al sobrepeso y la obesidad, permitiendo sostener que tienen noción básica acerca del tema.

- En relación con el conocimiento de factores no modificables, la mayoría de las estudiantes si conocen; sin embargo, hay un porcentaje menor que no relaciona el sexo y antecedentes familiares con el sobrepeso y la obesidad.

- En relación con el conocimiento de factores modificables, los hallazgos evidencian que la mayoría conocen; sin embargo, existe una minoría que no conoce los indicadores como el sedentarismo, siendo esta dimensión, factores perfectamente modificables si se asume un estilo de vida saludable.

4.2 Recomendaciones

- Diseñar estrategias que permitan difundir información acerca de los factores modificables y no modificables en el sobrepeso y obesidad, sobre todo en población escolar y adolescente, mediante el personal de salud y los profesores de la institución educativa, para la implementación de una mejora continua en su salud.
- Realizar investigaciones mixtas relacionadas con los factores asociados al sobrepeso y obesidad que permitan profundizar el conocimiento.

Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad [Internet].2021. [citado el 2 de junio de 2022]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/obesity
2. Guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adolescente. [Internet].2019 Gob.pe. [citado el 01 de enero de 2025]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4536873/3_guia%20tecnica%20de%20consejeriaBURek.pdf?v=1683731857
3. Malo Serrano M, Castillo M. N, Pajita de La obesidad en el mundo. En Fac Med (Lima Perú: 1990) [Internet]. 2017 [citado el 2 de junio de 2022];78(2):67. Disponible en:http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832017000200011
4. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso [Internet].2022. [citado el 04 de abril de 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight
5. Organización Panamericana de la salud. Alimentación en América latina [internet] 2021. Paho.org. [citado el 2 de junio de 2022]. Disponible en: https://www.paho.org/es/noticias/30-11-2021-nuevo-informe-onu-hambre-america- latina-caribe-aumento-138-millones-
6. Instituto Nacional De Salud. Cerca del 70% de adultos peruanos padecen de obesidad y sobrepeso [Internet] 2019. [citado el 2 de junio de 2022]. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/cerca-del-70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso
7. Instituto Nacional De Salud. Más del 60% de peruanos mayores de 15 años sufre de sobrepeso u obesidad y podría hacer formas graves de COVID-19 [Internet] 2020 [citado el 2 de junio de 2022]. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/ins/noticias/545357-mas-del-60-de-peruanos-mayores-de-15-anos-sufre-de-sobrepeso-u-obesidad-y-podria-hacer-formas-graves-de-covid-19.

8. Minsa. En el Perú, el 62.7 % de personas de 15 años a más padece de exceso de peso [Internet] 2022 [citado el 11 de abril de 2024] Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/619520-en-el-peru-el-62-7-de-personas-de-15-anos-de-edad-a-mas-padece-de-exceso-de-peso
9. El 40.6 % de personas mayores de 15 años presenta al menos una comorbilidad [Internet]Gob.pe. [citado el 17 Julio de 2024]. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/795582-el-40-6-de-personas-mayores-de-15-anos-presenta-al-menos-una-comorbilidad.
10. De políticas para enfrentarlos. R. Análisis del panorama del sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente en Perú [Internet]. Unicef.org. [citado el 12 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.unicef.org/lac/media/42516/file/Resumen-Ejecutivo-Obesidad-en-
11. Minsa. En el Perú, el 62.7 % de personas de 15 años a más padece de exceso de peso [Internet] 2022 [citado el 12 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/619520-en-el-peru-el-62-7-de-personas-de-15-anos-de-edad-a-mas-padece-de-exceso-de-peso.
12. Salud del adolescente [Internet] 2020 Who.int. [citado el 13 de enero de 2025]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health
13. Besada P. La etapa de la adolescencia [Internet]. SEPEAP. 2021 [citado 19 de junio del 2024]. Disponible en: https://sepeap.org/la-etapa-de-la-adolescencia/
14. Rosas MCMI. Análisis Situacional de Salud Diris Lima Centro. 20 Julio del 2021; [citado 19 de junio del 2024].
15. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A, Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Universidad Enferm [Internet]. 2011 [citado el 19 de julio del 2024];8(4):16–23. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003

16. Ley que incorpora al profesional en enfermería en la Comunidad Educativa a fin de contribuir en la prevención de enfermedades y promoción de la salud en la educación básica. - LEY - N° 31317 - CONGRESO DE LA REPUBLICA [Internet]. Elperuano.pe. [citado el 10 de enero del 2025]. Disponible en https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/1976876-2
17. Ramos Sánchez MA, Méndez Valderrábanos F, Hernández Márquez V, García Córdova NG, Toledo Tapia R, Sánchez Mora E. Factores Modificables en adolescentes con obesidad [Internet]. Nih.gov.2022 [citado el 13 de enero de 2025]. Disponible en: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10395886/
18. Lastra P. Prevalencia y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en Ecuador. [Internet]. Repositorio.Pucese [citado el 13 de octubre de 2023] Disponible en: https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/9760c41e-3459-4d2e-a508-71972e7c8312/content
19. Universidad AAL, Palma R, Isabel C, Cusipuma O. [Internet]. Edu.pe.2020 [citado el 13 de octubre de 2023] Disponible en: http://repositorio.uts.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3625/RDC-125%20INFORME%20FINAL.pdf?sequence=4&isAllowed=y.
20. Wasiu A. Prevalencia y conocimiento de los factores de riesgo de la obesidad infantil entre los niños en edad escolar de Osogbo en Nigeria [Internet]. Malawi Med J. [citado el 18 de febrero de 2025]. Disponible en: file:///C:/Users/User/Downloads/Prevalencia%20y%20conocimiento%20de%20los%20factores%20de%20riesgo%20de%20la%20obesidad%20infantil%20entre%20los%20ni%C3%B1os%20en%20edad%20escolar%20en%20Osogbo,%20suroeste%20de%20Nigeria%20-%20PMC1.pdf
21. Nunes Da J, Filho S. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de una ciudad de la región sureste del Brasil Prevalence of overweight and obesity in students of a city of the southeast region of Brazil [Internet]. Medigraphic.com.2019 [citado el 13 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedmil/cmm-2019/cmm194f.pdf

22. Castañeda Y. Nivel de conocimientos en alimentación saludable y consumo de alimentos ultra procesados en adolescentes en Huancayo. UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES [Internet]. Edu.pe. [citado el 18 de febrero de 2025]. Disponible en: https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/6037/T037_72785256-45982174_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

23. Mendoza C. Nivel de conocimiento sobre obesidad y las consecuencias en la salud de los adolescentes en el distrito de Capachica, [Internet].2021[citado el 11 de enero del 2025] Disponible en: file:///C:/Users/User/Downloads/Nemesia_Paulina_MENDOZA_COPA.pdf

24. Inga Bianca. Ruíz Láydeli. Intervención educativa sobre conocimientos de obesidad infantil en padres de niños menores de 11 años en Huaura [Internet]. Edu.pe. [citado el 18 de febrero de 2025]. Disponible en: https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/5430/Inga%20y%20Ruiz.pdf?sequence=1&isAllowed=y

25. Oncebay Cusipuma C. Conocimiento de obesidad en escolares de cuarto grado de primaria en un colegio estatal [Internet]. Edu.pe.2020 [citado el 13 de octubre de 2023]. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.14138/3691

26. Trujillo Irma. Relación entre el nivel de conocimiento sobre obesidad infantil y factores asociados en madres de niños en Callao. Posgrado DG de E. Universidad Nacional Mayor de San Marcos [Internet]. Edu.pe. [citado el 18 de febrero de 2025]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/68640bca-b092-4690-a630-4dfcf8d8266e/content

27. Pari Cuela. Sandoval Maria. Conocimiento sobre factores modificables y no modificables en prevención del sobrepeso y obesidad en adolescentes en Lima. [Internet]. Edu.pe. [citado el 18 de febrero de 2025]. Disponible en https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/8822/T037_42151585_43618484_T.PDF?sequence=1&isAllowed=y

28. Coaguila R, Mirella C. nivel de conocimiento en la prevención de la obesidad en escolares. Institución Educativa 3052, Independencia – 2019. Universidad César Vallejo; 2019
29. Pisconte M. Prevalencia y factores de riesgo del sobrepeso y obesidad en adolescentes de la institución educativa [Internet]. Edu.pe.2019 [citado el 13 de octubre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.unica.edu.pe/server/api/core/bitstreams/1b3e2494-69a0-4443-bb11-01d91e699b10/content
30. Sánchez Tacuche, Tania Rocío. Nivel de conocimiento y actitud para prevenir la obesidad en estudiantes del centro educativo. Universidad de Huánuco de la Escuela de Enfermería PA. [Internet]. Edu.pe.2020 [citado el 13 de octubre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2570/S%c3%a1nchez%20Tacuche%2c%20Tania%20Roc%c3%ado.pdf?sequence=1&isAllowed=y
31. Guillamón A. Adquirir conocimientos es fundamental para desarrollar las habilidades de pensamiento crítico, resolución de problemas y creatividad [Internet]. FECYT. 2020 [citado el 10 de enero del 2025]. Disponible en: https://www.fecyt.es/es/FECYTedu/adquirir-conocimientos-es-fundamental-para-desarrollar-las-habilidades-de-pensamiento
32. Sobrepeso y obesidad. Causas y factores de riesgo del sobrepeso y obesidad [Internet]. NHLBI, NIH. [Citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/sobrepeso-y-obesidad/causas
33. Conocimiento Empírico - Concepto, características y ejemplos. [Internet]. Espínola JPS. [citado el 18 de febrero de 2025]; Disponible en: https://concepto.de/conocimiento-empirico/
34. El abordaje del conocimiento cotidiano desde la teoría de las representaciones sociales. [Internet] Redalyc.org. [citado el 21 de febrero de 2025]. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/920/92017191004.pdf

35. Adolescencia lifestyle. ¿Cuál es la etapa más difícil de la adolescencia? [Internet]. El Mundo. 2023 [Citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: https://www.elmundo.es/yodona/lifestyle/2023/10/09/6516dbed21efa0d9608b4585.html
36. De Donoso LC. Salud del adolescente. [Internet].2024 [citado el 2 de marzo de 2024];11:29–35. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health
37. Salud escolar. Niños y adolescentes [Internet]. 2004 [citado el 10 de enero del 2025]; Disponible en: https://medlineplus.gov/spanish/schoolhealth.html
38. Prevención de la obesidad [Internet]. OPS Paho.org. [citado el 20 de julio del 2022]. Disponible en: https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad
39. MINSA. Boletín epidemiológico [Internet]Gob.pe. 2022 [citado el 20 de julio del 2022].31(239) Disponible en: https://www.dge.gob.pe/epipublic/uploads/boletin/boletin_20228_16_210746.pdf
40. Instituto Nacional de Estadística e Informática. El 39,9% de peruanos de 15 y más años tiene al menos una comorbilidad [Internet]. Gob.pe. [citado el 19 de diciembre de 2022]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comorbilidad-12903/
41. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Enfermedades No transmisibles y transmisibles [Internet]. Gob.pe.2021[citado el 19 de diciembre de 2022]. Disponible en: https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2021/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2021.pdf
42. Organización Mundial de la salud. Obesidad y sobrepeso[internet]. Who 2024 [citado el 20 de julio de 2022]. Disponible en: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/.
43. Organización Mundial de la salud. Proyectos para la prevención y el tratamiento de la obesidad a lo largo del curso de la vida, incluidas las

posibles metas. [internet]who.2021[citado el 20 de julio de 2022]. Disponible en: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/obesity/who-discussion-paper-on-obesity---final190821-es.pdf?sfvrsn=4cd6710a_24

44. De la República EPN P. ¿Qué es la obesidad y cuáles son sus síntomas? [Internet]. gob.mx. [citado el 6 de julio del 2022]. Disponible en: https://www.gob.mx/epn/es/articulos/que-es-la-obesidad-y-cuales-son-sus-sintomas?tab=
45. MAN Medical Instituto. Descubre qué es, los riesgos y el tratamiento de la obesidad tipo 1 [Internet]Clínica capilar líder en Madrid y España. 2021 [citado el 6 de julio del 2022]. Disponible en: https://manmedicalinstitute.com/blog/obesidad-tipo-1/
46. Obesityaction. Entendiendo la Obesidad y la Obesidad Severa (Understanding Obesity and Severe Obesity) [Internet]. Obesita Action Coalition. 2020 [citado el 6 de julio del 2022]. Disponible en: https://www.obesityaction.org/get-educated/public-resources/brochures-guides/entendiendo-la-obesidad-y-la-obesidad-severa-understanding-obesity-and-severe-obesity/
47. Poves Prim I, Macías GJ, Cabrera Fraga M, Situ L, Ballesta López C. Calidad de vida en la obesidad mórbida. Rev Esp Enferm Dig [Internet]. 2005 [citado el 1 de agosto de 2022];97(3):187–95. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1130-01082005000300007&script=sci_arttext&tlng=es
48. Enfermedades relacionadas con la obesidad y el sobrepeso [Internet]. Medizzine.com. [citado el 15 de junio del 2022]. Disponible en: http://www.medizzine.com/pacientes/nutricion/consecuencias.php
49. Causas de la Obesidad [Internet]. Clínica Barcelona. [citado el 19 de junio del 2024]. Disponible en: https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/obesidad/causas-y-factores-de-riesgo
50. Vista de Factores de riesgo cardiovascular [Internet].2020 Revistacienciaysalud.ac.cr. [citado el 13 de enero del 2025]. Disponible en:

https://revistacienciaysalud.ac.cr/ojs/index.php/cienciaysalud/article/view/108/188

51. Malnutrición [Internet]. Who.int. [citado el 13 de enero del 2025]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition
52. Mitchell C. OPS/OMS [Internet]. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2017 [citado el 6 de julio de 2022]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=12911:overweight-affects-half-population-latin-americacaribbean-except-haiti&Itemid=1926&lang=es
53. Asociación entre los antecedentes familiares de diabetes y la hiperinsulinemia en niños y adolescentes aparentemente saludables. Rev Panam Salud Publica [Internet]. 2006 [citado el 6 de julio de 2022];20(6):423–423. Disponible en: https://www.scielosp.org/article/rpsp/2006.v20n6/423-423/es/
54. Molina P, Gálvez P, Stecher MJ, Vizcarra M, Coloma MJ, Schwingel A. Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile. Atención Primaria [Internet]. 2021 [citado el 8 de agosto de 2022];53(9):102122. Disponible en: http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102122
55. Tejero ME. Genética de la obesidad. Bol Med Hosp Infant Mex [Internet]. 2008 [citado el 19 de diciembre de 2022];65(6):441–50. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?
56. Jebeile H, Kelly AS, O'Malley G, Baur LA. Obesity in children and adolescents: epidemiology, causes, assessment, and management. Lancet Diabetes Endocrinol [Internet]. 2022 [citado el 10 de enero del 2024] Disponible en: https://revistacienciaysalud.ac.cr/ojs/index.php/cienciaysalud/article/view/108/188
57. Álvarez Mieres N. Alimentación y salud: la obesidad como factor de riesgo. Alimentación y salud: la obesidad como factor de riesgo [Internet]. 2019

[citado el 6 de julio de 2022];81(81):1–81. Disponible en: https://www.npunto.es/revista/17/alimentacion-y-salud-la-obesidad-como-factor-de-riesgo

58. Madera PG. Alimentación Sana: Todo lo Que hay Que saber sobre Una dieta saludable. Edimat Libros; 2004.
59. Hernández-Corona DM, Ángel-González M, Vázquez-Colunga JC, Lima-Colunga AB, Vázquez-Juárez CL, Colunga-Rodríguez c. hábitos de alimentación asociados a sobrepeso y obesidad en adultos mexicanos: una revisión integrativa. Cienc enferm (Impresa) [Internet]. 2021 [citado el 6 de julio del 2022];27. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532021000100302&lng=es&nrm=iso&tlng=es
60. Grupo Gamma. Obesidad: cuestión de malos hábitos [Internet]. Grupo Gamma. 2016 [citado el 6 de julio de 2022]. Disponible en: https://www.grupogamma.com/obesidad-cuestion-de-malos-habitos/
61. La pérdida de peso y el alcohol [Internet]. Medlineplus.gov. [citado el 2 de agosto de 2022]. Disponible en: https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000889.html
62. Drayer L. ¿Por qué consumir alcohol abre el apetito? [Internet]. CNN Español. 2018 [citado el 19 de diciembre de 2022]. Disponible en: https://cnnespanol.cnn.com/2018/09/02/por-que-consumir-alcohol-abre-el-apetito/
63. Directrices de la OMS sobre actividad física y comportamientos sedentarios [internet]. who.int. [citado el 30 de julio de 2022]. disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/349729/9789240032194-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
64. Organización Mundial de la salud. Actividad Física [internet]. who.int. [citado el 10 de junio del 2025]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity
65. Martínez GG. La ansiedad puede causar sobrepeso, según varios estudios científicos [Internet]. Psicologiaymente.com. 2018 [citado el 6 de julio de

2022]. Disponible en: https://psicologiaymente.com/clinica/ansiedad-puede-causar-sobrepeso

66. Salazar V, Arráiz C, Nivel de ansiedad en los adolescentes con sobrepeso u obesidad.Scielo.cl. [citado el 13 de enero de 2025]. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532023000100230
67. Pérez Z DJ, Muñoz O GD. Obesidad: Influencia de la Publicidad Alimentaria y Suplementos Dietéticos en Venezuela. Rev Inst Nac Hig [Internet]. 2014 [citado el 20 de julio de 2022];45(1):211–26. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-04772014000100011
68. Causas de la Obesidad [Internet]. Clínic Barcelona. [citado el 15 de junio de 2022]. Disponible en: https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/obesidad/causas-y-factores-de-riesgo.
69. Estrógeno y progestina (anticonceptivos orales) [Internet]. Medlineplus.gov. [citado el 20 de diciembre de 2022]. Disponible en: https://medlineplus.gov/spanish/druginfo/meds/a601050-es.html
70. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A, Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm univ [Internet]. 2011 [citado el 20 de diciembre de 2022];8(4):16–23. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003
71. Org.mx. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [Internet]México: Scielo;2011 [citado 29 abril de 2024]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf
72. Ortega C. Investigación cuantitativa. Qué es y cómo realizarla [Internet]. QuestionPro. 2017 [citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/

73. Salazar EL, Perfil VT mí. Vocación Estadística [Internet].2017 Blogspot.com. [citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: http://vocacionxestadistica.blogspot.com/2017/10/criterio-2-el-nivel-de-investigacion.html
74. Shuttleworth M. Diseño de Investigación Descriptiva [Internet]. Explorable.com. [citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: https://explorable.com/es/diseno-de-investigacion-descriptiva
75. Ortega C. ¿Qué es un estudio transversal? [Internet]. QuestionPro. 2018 [citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: https://www.questionpro.com/blog/es/estudio-transversal/
76. Edu.co. Investigación no experimental [Internet].2018 [citado el 2 de marzo de 2024]. Disponible en: https://intep.edu.co/Es/Usuarios/Institucional/CIPS/2018_1/Documentos/INVESTIGACION_NO_EXPERIMENTAL.pdf
77. The World Medical Association. Declaración de Helsinki de la AMM - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. [Internet].; 2020 [citado el 29 de abril del 2024]. Disponible en: https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-laamm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-sereshumanos/.
78. Del Pilar Cambizaca Mora G, Ramos ICC, Sanabria G, Morocho Yaguana LA. Factores que predisponen al sobrepeso y obesidad en estudiantes de colegios fiscales del Cantón Loja-Ecuador. Rev. habanera ciencias médicas [Internet]. 2016 [citado el 13 de octubre de 2023];15(2):163–76. Disponible en: https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/1152/1009

ANEXOS

Anexo A: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

Anexo B: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Anexo C: INSTRUMENTO

Anexo D: CÁLCULO DE COEFICIENTE DE VALIDEZ DE CONTENIDO (HERNÁNDEZ- NIETO)

Anexo E: LIBRO DE CÓDIGOS

Anexo F: MATRIZ DE DATOS

Anexo G: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Anexo H: TABLAS COMO ANEXOS

ANEXO A

Operacionalización de las variables

<table>
<tr><th>Variable</th><th>Definición conceptual</th><th>Dimensiones</th><th>Indicadores</th><th>Valor final</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad.</td><td rowspan="2">Conjunto de información que tienen los individuos sobre factores modificables y no modificables asociados al sobrepeso y obesidad, los cuales son la edad, alimentación poco saludable, sexo, hábitos de alimentación no saludables, problemas emocionales, antecedentes familiares y reacciones al tratamiento farmacológico.</td><td>Conocimiento Sobre los factores no modificables</td><td>● Edad
● Sexo
● Antecedentes familiares</td><td rowspan="2">Escala de Evaluación
Valores
● Valor Mínimo: 0
● Valor máximo:37
Categoría de evaluación:
2 categorías: Conoce y no conoce
Baremos:
● No conoce: 0-18
Se determina que el punto de corte es 18
● Conoce: 19-37
Interpretación:
No conoce: 0-18 El evaluado no posee conocimientos.
Conoce: 19-37
El evaluado posee conocimientos.</td></tr>
<tr><td>Conocimiento de factores modificables</td><td>● Alimentación poco saludable
● Hábitos alimenticios no saludables
● Sedentarismo
● Problemas emocionales
● Influencia de los medios publicitarios en los hábitos alimenticios
● Reacciones al tratamiento farmacológico</td></tr>
<tr><td colspan="5">Definición operacional de la variable:</td></tr>
<tr><td colspan="5">El conocimiento es un conjunto de información que refieren las estudiantes de una institución educativa de secundaria sobre los factores modificables y no modificables asociados al sobrepeso y obesidad. Dicho conocimiento será medido mediante un cuestionario siendo los valores finales quienes conocen o no conocen los factores asociados.</td></tr>
</table>

ANEXO B
Matriz de Consistencia

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
¿Cuáles son los conocimientos sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad, que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Pública, Lima, 2024?	**Objetivo General:** Determinar los conocimientos sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa. **Objetivos Específicos:** ● Identificar los conocimientos sobre los factores no modificables asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa.	Por ser método descriptivo el estudio no requiere hipótesis, por ser solo una variable.	La variable es el "Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad	**Tipo de investigación**. Cuantitativo **Nivel de investigación.** Nivel aplicativo. **Método de investigación.** Descriptivo **Diseño de investigación.** Estudio no experimental **Población.** La población estuvo constituida por 186 estudiantes de las cuales 90 fueron del 4to año de estudio y las de 5to por 96, es

	● Identificar los conocimientos sobre los factores modificables asociados al sobrepeso y obesidad que tienen los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa.			necesario precisar 36 estudiantes cumplen algunos criterios de exclusión quedando un total de 150 estudiantes. **Muestra** No hay muestra **Muestreo** No hay muestreo

ANEXO C

Instrumento - Cuestionario

Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de lima

Presentación:

Estimados estudiantes de 4to y 5to año de secundaria, mi nombre es Carmen Angelica Lopez Gallardo, egresada de la carrera de enfermería. El presente instrumento tiene como título ¨Conocimiento sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria en una institución educativa de lima, 2024¨ y tiene como objetivo Determinar los conocimientos de factores asociados al sobrepeso y obesidad de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa, 2024.

Asentimiento informado:

Usted está en toda la libertad de participar en este estudio de investigación. Puede marcar sí, si desea participar en el estudio o no, si no lo desea. Este cuestionario es anónimo y sus respuestas serán utilizadas solo con fines de investigación. Se agradece por adelantado su sinceridad y colaboración.

- () Si
- () No

Instrucciones:

A continuación, lea las preguntas detenidamente y luego marque las respuestas correctas con una (x) en el cuadro según crea conveniente y complete donde el anunciante le indique.

I. Datos generales:

1. Sexo
   a) Femenino ()
2. Edad _____
3. Peso (registre su peso) ----------

4. Talla (registre su talla) ----------

II. Datos específicos:

1. **Se considera que la obesidad es más frecuente en las edades de:**
    a) 15 años a más
    b) 3 a 5 años
    c) 2 años
    d) Solo adultos mayores
2. **¿A quién o a quiénes afecta más la obesidad?**
    a) Hombres
    b) Mujeres
    c) Hombres y mujeres en distintamente
    d) No tengo información al respecto
3. **¿Existe la posibilidad de que los padres hereden a sus hijos los problemas de obesidad?**
    a) El factor genético tiene un peso importante en el desarrollo de la obesidad.
    b) El factor ambiental está más relacionado a obesidad
    c) No tengo información al respecto
    d) Solo de padres hombres a hijos hombres
4. **Se dice que la alimentación poco saludable es la que contiene:**
    a) Alimentos bajos en grasas
    b) Alimentos bajo en azúcar y sal
    c) Alimentos altos en grasas saturadas (como las carnes de res, cerdo,)
    d) Alimentos frutas y verduras
5. **De los siguientes menús cuál considera que es menos saludable:**
    a) Carnes, puré de papa y frutas
    b) Pescado, menestras y ensalada
    c) Tallarín verde con papa a la huancaína

d) Pollo, arroz y ensalada

6. El valor nutritivo de las frutas puede reemplazarse por:

a) Una porción de torta
b) Una porción de mazamorra
c) Un alfajor
d) No tiene reemplazo

7. El valor nutritivo de las ensaladas puede reemplazarse por:

a) Papas sancochadas
b) Yuca
c) Camote
d) No tiene reemplazo

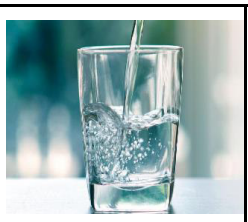
8. De los siguientes alimentos, marca (x) aquellos cuya frecuencia de consumo podría causar un riesgo de obesidad o sobrepeso:

Alimentos	Muy riesgoso	Ligeramente riesgoso	Poco riesgoso
Arroz o fideos			
Verduras			
Frutas			
Gaseosas			
Agua /refrescos			
carne/pescado /pollo			
Menestras (arveja, frijol, garbanzo, etc.)			
Lácteos y derivados			

9. De los siguientes alimentos, marca (x) aquellos de los cuales podrían generar obesidad en caso de consumo excesivo.

Alimentos	Muy probable	Poco Probable	No Probable
Hamburguesas			
KFC			
Pollo a la brasa			
Sanguche campesino			
Sanguche de chicharrón			
Tamales			
Mostrito			
Salchipapa			
Anticucho			

10. De las siguientes imágenes de bebidas, marca (x) cuáles están más relacionadas con la obesidad, (puede marcar más de una)

			
A. Gaseosa	**b. Mates (anís, hierba luisa)**	**c. Agua**	**D. Gaseosa light**

11. ¿Cómo actúa el alcohol para producir obesidad en las personas? (Marca solo UNO)

a. Estimulando el apetito.
b. Potenciando la voluntad de decidir.
c. Por el bajo contenido de glucosa
d. Provocando depresión emocional.

12. Visualice las imágenes e identifique, ordenado del 1 (menos relacionado) al 4 (más relacionado) donde hay más sedentarismo:

***Sedentarismo:** Persona que está mucho tiempo sentado, acostado o poco o nada de ejercicio.

			
A. Persona trabajando en oficina	**B. Persona cocinando.**	**C. Persona con diversas actividades.**	**D. Persona manejando un carro.**

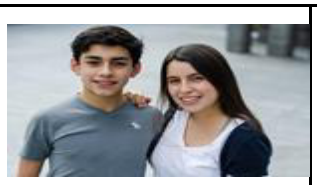
13. De las siguientes situaciones que producen ansiedad por comer más, ¿Cuál considera que es la más frecuente? Ordene del 1 (menos frecuente) al 4 (más frecuente) según priorización.

			
A. Problema afectivo. (Relación de pareja)	B. Problema académico.	C. Problema económico.	D. Problemas familiares.

14. De los siguientes medios de publicidad cuál influye el mayor consumo de alimentos no saludables: (Marca solo UNO)

			
A. Por medio de las propagandas televisivas	B. Redes sociales	C. Carteles Luminoso en la calle	D. Afiches

15. Marca con una X, ¿En qué grupo etario influyen más los medios publicitarios de consumismo de alimentos no saludables? (Marca solo UNO)

			
a. Niños.	**b. Adolescentes.**	**c. Adultos.**	**d. Adultos mayores**

16. De la siguiente relación de tipos de medicamentos, ¿cuál considera usted que provoca ganancia de peso? (Marca solo UNO)

			
a. Anticonceptivos.	**b. Analgésicos** (medicinas que reducen o alivian los dolores de cabeza)	**c.Antiinflamatorios** (medicamento que reducir la inflamación de una parte concreta del organismo)	**d. Somníferos** (medicamento que ayuda con el tratamiento de los trastornos del sueño)

ANEXO D

COEFICIENTE DE VALIDEZ DE CONTENIDO (CVC)

INFORME DE JUICIO DE EXPERTO

VARIABLE: Conocimiento

Ítems	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	∑ XJJ	(Mx) = S/n de jueces	CVCi = Mx/V Max ítem	Pei = (1/n de jueces) a la n jueces	CVCic
1	5	5	4	5	5	24	4,8	0,96	0,00032	0,95968
2	5	5	5	5	5	25	5	1	0,00032	0,99968
3	4	5	3	3	5	20	4	0,8	0,00032	0,79968
4	5	3	5	4	5	22	4,4	0,88	0,00032	0,87968
5	5	4	3	3	3	18	3,6	0,72	0,00032	0,71968
6	5	5	3	4	3	20	4	0,8	0,00032	0,79968
7	5	5	3	4	3	20	4	0,8	0,00032	0,79968
8	5	3	5	5	5	23	4,6	0,92	0,00032	0,91968
9	5	3	4	5	5	22	4,4	0,88	0,00032	0,87968
10	5	5	4	5	5	24	4,8	0,96	0,00032	0,95968
11	5	5	3	3	4	20	4	0,8	0,00032	0,79968
12	5	5	5	5	5	25	5	1	0,00032	0,99968
13	3	5	5	5	3	21	4,2	0,84	0,00032	0,83968
14	5	5	5	5	3	23	4,6	0,92	0,00032	0,91968
15	5	5	5	5	3	23	4,6	0,92	0,00032	0,91968
16	5	5	3	5	5	23	4,6	0,92	0,00032	0,91968
									∑	14,11488
							N de ítems	16	CVCt	0,88218
									CVC tC	0,88186

INTERPRETACIÓN DEL CÁLCULO DEL CVC	
Valor del CVC	Interpretación de la validez y concordancia.
De 0 a 0,60	Inaceptable
Mayor a 0,60 y menor o igual a 0,70	Deficiente
Mayor a 0,70 y menor o igual a 0,80	Aceptable
Mayor a 0,80 y menor o igual a 0,90	Buena
Mayor a 0,90	Excelente
Fuente: Hernández - Nieto (2011)	

Interpretación:	Buena	0,88

ANEXO E
LIBRO DE CÓDIGOS

N°	Ítems	Categoría	Códigos
	DATOS GENERALES		
1	Edad		Número entero
2	Sexo	Femenino	1
		Masculino	2
3	Peso		Número entero
4	Talla		Número entero
DATOS ESPECÍFICOS			
1	Se considera que la obesidad es más frecuente en las edades de:	A. 15 años a más	1
		B. 3 a 5 años	0
		C. 0- 2 años	0
		D. Solo adultos mayores	0
2	¿A quién o a quiénes afecta más la obesidad?	A. Hombres	0
		B. Mujeres	1
		C. Hombres y mujeres en distintamente	0
		D. No tengo información al respecto	0
3	¿Existe la posibilidad de que los padres hereden a sus	A. El factor genético tiene un peso importante en el	0

	hijos los problemas de obesidad?	desarrollo de la obesidad.	
		B. El factor ambiental está más relacionado a obesidad	1
		C. No tengo información al respecto	0
		D. Solo de padres hombres a hijos hombres	0
4	Se dice que la alimentación poco saludable es la que contiene:	A. Alimentos bajos en grasas	0
		B. Alimentos bajo en azúcar y sal	0
		C. Alimentos altos en grasas saturadas (carnes de res, cerdo, etc.)	1
		D. Pollo, arroz y ensalada	0
5	De los siguientes menús cuál considera que es menos saludable:	A. Carnes, puré de papa y frutas	0
		B. Pescado, menestras y ensalada	0
		C. Tallarín verde con papa a la huancaína	1
		D. Pollo, arroz y ensalada	0
6	El valor nutritivo de las frutas puede reemplazarse por:	A. Una porción de torta	0
		B. Una porción de mazamorra	0
		C. Un alfajor	0
		D. No tiene reemplazo	1

7	El valor nutritivo de las frutas puede reemplazarse por:	A. Papas sancochadas	0	
		B. Yuca	0	
		C. Camote	0	
		D. No tiene reemplazo	1	
8	De los siguientes alimentos marque aquellos cuya frecuencia de consumo, podría causar un riesgo de obesidad o sobrepeso:	A. arroz o fideos	3	1
		B. Verduras	1	1
		C. fruta	1	1
		D. gaseosas	3	1
		E. agua/refrescos naturales	1	1
		F. carne/pescado/pollo	3	1
		G. Menestras (arveja, frijol, etc.)	3	1
		H. Lácteos y derivados	3	1
9	Cuál de los siguientes alimentos podrían generar obesidad en caso de consumo excesivo	A. Hamburguesa	3	1
		E. KFC	3	1
		F. Pollo a la brasa	3	1
		G. Parrillada	3	1
		H. Sanguche de chicharrón	3	1
		I. Tamales	2	1
		J. Mostrito	3	1
		K. Salchipapa	3	1
		I. Anticucho	3	1

10	De las siguientes imágenes de bebidas cuáles están más relacionadas a obesidad, (puede marcar más de una)	A. Gaseosa	1	
		B. Mates	0	
		C. Agua	0	
		D. Gaseosa light	1	
11	¿Cómo actúa el alcohol para producir obesidad en las personas?	A. Estimulando el apetito	1	
		B. Potenciando la voluntad de decidir	0	
		C. Por el bajo contenido de glucosa	0	
		D. Provocando depresión emocional	0	
12	Visualice las imágenes e identifique, ordenado **del 1 (menos relacionado) al 4 (más relacionado)** donde hay más sedentarismo:	A. Persona trabajando en oficina	3	1
		B. Persona cocinando	2	1
		C. Persona con diversas actividades	1	1
		D. Persona manejando carro	4	1
13	De las siguientes situaciones que produce ansiedad por comer más, cuál considera que es la más frecuente, ordene del **1 (menos frecuente) al 4 (más frecuente) según priorización.**	A. Problemas afectivos (relación de pareja)	1	
		B. Problemas académicos		
		C. Problemas económicos		
		D. Problemas familiares		
14	De los siguientes medios de publicidad cual influyen mayor	A. Por medio de las propagandas televisivas	0	

	consumismo de alimentos no saludables: (Marca, en el espacio que corresponda)	B. Redes sociales	1
		C. Carteles luminosos en la calle	0
		D. Afiches	0
15	¿A qué grupo etario influyen más los medios publicitarios de consumismo de alimentos no saludables?	A. Niños	0
		B. Adolescentes	1
		C. Adultos	0
		D. Adultos mayores	0
16	De la siguiente relación de tipos de medicamentos, cuál considera usted que provoca ganancia de peso.	A. Anticonceptivos	1
		B. Analgésicos	0
		C. Antiinflamatorios	0
		D. Somníferos	0

8. De los siguientes alimentos marque aquellos cuya frecuencia de consumo, podría causar un riesgo de obesidad o sobrepeso:	
Muy riesgoso	3
Poco riesgoso	2
No riesgoso	1
9. Cuál de los siguientes alimentos podrían generar obesidad en caso de consumo excesivo	
Muy probable	3
Poco Probable	2
No probable	1
12. Visualice las imágenes e identifique, ordenado del 1 (menos relacionado) al 4 (más relacionado) donde hay más sedentarismo:	
1 y 2	Menos relacionado
3 y 4	Más relacionado

ANEXO F

MATRIZ DE DATOS

| 4TO AÑO | | Edad | Sexo | Peso | Talla | Edad | | Sexo | | Antecedentes familiares | | Alimentacion poco saludable | | | | | Hábitos alimenticios | | | | |

| | | |

| 5TO AÑO | | Edad | Sexo | Peso | Talla | Edad | | Sexo | | Antecedentes familiares | | Alimentacion poco saludable | | | | | Hábitos alimenticios | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Sedentarismo | | | | | Ansiedad | | | | | Consumismo | | | Tratamiento farmacologi | | | Valor fina |
|---|---|---

| | | |

ANEXO G
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Texto utilizado en el cuestionario antes de su participación

Estimados estudiantes de 4to y 5to año grado de secundaria y padres de familia, mi nombre es Carmen Angelica Lopez Gallardo egresada de la carrera de enfermería, el presente instrumento que tiene como título ¨Conocimiento sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad de los estudiantes de enfermería de la UNMSM, 2024¨, que tiene como objetivo Determinar los conocimientos de factores asociados al sobrepeso y obesidad de los estudiantes de 4to y 5to año grado de secundaria de una institución educativa ,2024.

La alumna tiene la libertad de participar en este estudio de investigación, puede marcar sí, si desea participar en el estudio o no, si no lo desea, este cuestionario es anónimo y sus respuestas serán utilizadas solo con fines de investigación. Se agradece por adelantado su sinceridad y colaboración.

- **() Si**
- **() No**

ANEXO H

TABLAS COMO ANEXO

Tabla 1 Datos generales de las estudiantes de secundaria. Lima, 2024.

Características	Estudiantes			
	N 4to	N 5to	Total	Porcentajes
Sexo - Femenino	66	84	150	100%
Edad - 14 - 18 años	66	84	150	100%
Peso - 40 - 73 kilos	66	84	150	100%
Talla - 1,45 - 1,73 cm	66	84	150	100%

Conocimiento:	Intervalo
Conoce	19 - 37
No conoce	0 - 18

Tabla 2. Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de secundaria, 2024.

Conocimiento de los factores asociados al sobrepeso y obesidad	Estudiantes			
	N4to	N5to	Total	porcentajes
Conocen	64	79	143	95%
No conocen	2	5	7	5%
TOTAL	**66**	**84**	**150**	**100%**