

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



“HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADOS AL SOBREPESO Y OBESIDAD EN ESCOLARES DE 8 A 11 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS, CUSCO- 2017.”

TESIS PRESENTADO POR:

**BACH. LA HERMOZA JOVE, EVELYN
BACH. RAMOS TEJEIRA, DAMARIZ RUTH
PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADAS EN ENFERMERÍA.**

**ASESORA: DRA. GONZALES SOTA
MARTHA H.**

**CUSCO - PERÚ
2019**

RESUMEN

El presente trabajo de investigación que tiene como título **“HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ACTIVIDAD FÍSICA RELACIONADOS AL SOBREPESO Y OBESIDAD EN ESCOLARES DE 8 A 11 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS, CUSCO- 2017.”** Tiene como objetivo determinar la relación entre los hábitos alimentarios y actividad física con el sobrepeso y obesidad en escolares de 8 a 11 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, cusco- 2017. Metodología: Estudio descriptivo correlacional transversal, cuya muestra estuvo conformada por 84 escolares de 8 a 11 años, matriculados en la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús, Cusco- 2017 se realizó un muestreo de tipo no probabilístico pues se tomó a todos los escolares con diagnóstico de sobrepeso y obesidad que presentan similares características. En cuanto a la relación de los hábitos alimentarios con el diagnóstico observamos que el 48.8% de los escolares presentan sobrepeso, de los cuales el 32.1% tiene un nivel nutricional bajo, el 16.7% nivel nutricional medio y el 0.0% nivel nutricional alto. Mientras que el 51.2% los escolares presentan Obesidad, de los cuales el 33.3% tiene un nivel nutricional bajo, el 10.7% nivel nutricional medio y el 7.1% nivel nutricional alto. En cuanto a la relación de la actividad física con el diagnóstico observamos que el 58.3% de los escolares presentan sobrepeso, de los cuales el 41.6% tiene un nivel inadecuado de actividad física, el 9.5% nivel medianamente adecuado y el 7.1% nivel adecuado. Mientras que el 41.7% de los escolares presentan Obesidad, de los cuales 33.4% tiene un nivel inadecuado, el 5.9% nivel medianamente adecuado y el 2.5% nivel adecuado. Referente a la edad de los escolares se identificó que un mayor porcentaje son de 9 años y en un menor porcentaje son escolares de 11 años. Conclusiones: Con respecto a los Hábitos Alimentarios, los escolares en un mayor porcentaje presentan un nivel alimentario inadecuado debido a la ingesta de alimentos hipercalóricos y ultra procesados y en menor porcentaje escolares con un nivel alimentario adecuado. La actividad física en los niños es inadecuada ya que dedican más horas a diferente tipo de ocio en casa o inclusive llevan una vida sedentaria sin realizar deportes y juegos al aire libre. En cuanto a la relación de los Hábitos Alimentarios y la Actividad Física con el Sobrepeso y Obesidad en niños en etapa escolar se encontró que están directamente relacionados.

Palabras claves: hábitos alimentarios, actividad física, sobrepeso, obesidad.