

TEMA DE TESIS:

INDICE DE OBESIDAD Y SOBREPESO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES EN
ZONAS URBANAS

PRESENTADO POR:

ABRAHAM MORALES MEJIA, JORGE LUIS PEREZ PEREZ

ASESOR:

MARCOS JHODANY ARGUELLO GALVEZ

TESIS COLECTIVA

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El sobrepeso en la infancia y la adolescencia afecta de forma inmediata a la salud de los niños y adolescentes, y está asociado a un mayor riesgo de contraer, de manera precoz, distintas ENT, como la diabetes de tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares. La obesidad en la infancia y la adolescencia tiene consecuencias psicosociales adversas; afecta al rendimiento escolar y a la calidad de vida.

PREGUNTA DE INVESTIGACION

¿Cuál es el índice de obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes en zonas urbanas durante el periodo?

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

- ❖ Identificar los índices de obesidad anteriores y actuales sobre la obesidad y sobrepeso en Comitán de Domínguez 2025.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- ❖ Elaborar estrategias para la prevención de la obesidad y sobrepeso en los niños y adolescentes en Comitán de Domínguez.
- ❖ Identificar los factores de riesgo que provoca la obesidad y sobrepeso en los niños y adolescentes.
- ❖ Informar sobre los beneficios de una alimentación sana y la importancia de incluir actividad física.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

CONCEPTO DE OBESIDAD Y SOBREPESO:

OBESIDAD: se define como un exceso de grasa corporal acompañado de manifestaciones metabólicas, físicas y psíquicas.

SOBREPESO: es un estado pre mórbido de la obesidad y al igual que ésta se caracteriza por un aumento del peso corporal y se acompaña a una acumulación de grasa en el cuerpo.

CLASIFICACIÓN

EXOGENA: Se debe a un exceso de calorías y poca actividad física. Es el tipo de obesidad mas común y se conoce también como obesidad simple o nutricional.

ENDOGENA: Se debe a problemas metabólicas o disfunción de los sistemas endocrinos. Es menos frecuente y se conoce también como obesidad de causa orgánica.

FACTORES QUE CONTRIBUYEN A LA OBESIDAD Y SOBREPESO

**FALTA DE
ACTIVIDAD
FISICA**

**MALA
ALIMENTACION**

**NO TENER
SUFICIENTE
HORAS DE
SUEÑO**

GENETICOS

**FACTORES
SOCIOECONOMICOS**

CONSECUENCIAS DE LA OBESIDAD

**ATAQUE
CARDIACO**

**CALCULOS
BILIARES**

**APNEA DEL
SUEÑO**

**DAÑOS EN
LA ARTERIA**

**DERRAME
CEREBRAL**

TRATAMIENTO

El tratamiento inicial de la obesidad incluye cambios en la pauta alimentaria y el aumento de ejercicio físico. Junto a estas estrategias y, en función del grado de obesidad, se pueden administrar fármacos u optar por la cirugía bariátrica con la finalidad de potenciar la pérdida de peso.

El tratamiento de la obesidad debe ser integral y multidisciplinario para alcanzar y mantener un peso saludable.



PREVENCIÓN

**CONSUMIR
ALIMENTOS
SALUDABLES**

**EVITAR EL
CONSUMO
EXCESIVO DE
GRASA**



**REALIZAR
ACTIVIDAD
FISICA**

**PROMOCION
A LA SALUD**

MARCO REFERENCIAL

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la obesidad y el sobrepeso son un grave problema de salud pública que ha alcanzado proporciones epidémicas a escala mundial.

La OMS señala que la obesidad infantil es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI. El problema es mundial y está afectando progresivamente a muchos países de bajos y medianos ingresos, sobre todo en el medio urbano. La prevalencia ha aumentado a un ritmo alarmante.

La obesidad infantil está influida por diversos factores de riesgo, por lo que se considera de origen multifactorial. La dieta no saludable, el sedentarismo, la inactividad física, el desarrollo de las nuevas tecnologías y la influencia de la publicidad son algunos de estos factores.

La obesidad infantil no sólo tiene consecuencias a nivel individual, sino que supone una alta carga a nivel social, implicando un elevado coste al sistema sanitario dado la deficiente calidad de vida que tienen los niños obesos.

MARCO CONCEPTUAL

Índice de Masa Corporal (IMC)

Medida utilizada en medicina para evaluar el peso corporal de la persona en relación con su altura.

Leptina

Hormona polipeptida producida por las células del tejido adiposo blanco. Regula el apetito y almacena grasas.

Tejido Adiposo

Es un tipo de tejido conectivo especializado que almacena energía en forma de lípidos (grasa).

Alimentación Desequilibrada

Es aquella que no aporta los requerimientos mínimos de energía y/o todos o algún tipo de nutriente que el cuerpo necesita para su correcto funcionamiento,

Ejercicio Físico

Es una actividad física planificada, estructurada y repetitiva, realizada con el objetivo de mejorar o mantener la condición física.

Alimentación Balanceada

Es aquella que contiene alimentos de varios grupos alimenticios y es ingerido en porciones adecuadas de acuerdo al peso, talla y necesidades nutricionales de la persona.

NORMA OFICIAL MEXICANA

NOM-008-SSA3-2017, PARA EL TRATAMIENTO INTEGRAL DEL SOBREPESO Y OBESIDAD.

Establece los criterios mínimos para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad, las características mínimas que deben reunir los profesionales de las disciplinas de la salud que intervengan en el tratamiento del paciente y los requisitos mínimos de funcionamiento que deben cumplir los establecimientos para la atención médica ambulatoria y hospitalaria de los sectores público, social y privado.

NOM-043-SSA2-2012, SERVICIOS BASICOS DE SALUD. PROMOCION Y EDUCACION PARA LA SALUD EN MATERIA ALIMENTARIA.

Establece los criterios generales que unifiquen y den congruencia a la Orientación Alimentaria dirigida a brindar a la población, opciones prácticas con respaldo científico, para la integración de una alimentación correcta que pueda adecuarse a sus necesidades y posibilidades.

NOM-009-SSA2-2013, PROMOCIÓN DE LA SALUD ESCOLAR.

Establece los criterios, estrategias y actividades de las intervenciones del personal de salud en materia de promoción de la salud y prevención de enfermedades, dirigidas a la población escolar del Sistema Educativo Nacional, con la finalidad de fomentar un entorno favorable y una nueva cultura de la salud, mediante la educación para la salud, el desarrollo de competencias, el acceso a los servicios de salud y la participación social, que le permita a la población escolar conocer y modificar los determinantes de la salud.

MODELO: VIRGINIA HENDERSON

El modelo de las necesidades humanas de Virginia Henderson es un modelo de enfermería que se puede utilizar para tratar la obesidad y el sobrepeso.

1. Respirar normalmente

2. Comer y beber adecuadamente

3. Eliminar los desechos corporales

4. Moverse y mantener posturas adecuadas

5. Dormir y descansar

6. Vestirse y desvestirse

7. Mantener la temperatura corporal

8. Mantener la higiene corporal:

9. Evitar peligros ambientales

10. Comunicarse con los demás

11. Valores y creencias

12. Autorealización

13. Ocio y recreo

14. Aprender, descubrir o satisfacer las necesidades

CAPITULO III

MARCO METODOLOGICO

Tipo y diseño de investigación.

Enfoque mixta

El tema de este análisis de estudio es de tipo mixta, debido a que reúne números es decir datos cuantitativos como, por ejemplo: se quiere conocer la cantidad de niños y adolescentes que sufren obesidad y sobrepeso en las diferentes partes del mundo tato a nivel mundial, a nivel latino, a nivel nacional y a nivel estado. Es de tipo cualitativo porque reúne cualidades, como, por ejemplo, las características de un niño o un adolescente que presente dicha patología, así también los factores que contribuyen al desarrollo de esta, los síntomas, y todo lo que tenga características relacionadas con la obesidad y sobrepeso en la infancia y en la adolescencia.

ALCANCE

Descriptiva.

El tema de investigación abordada en este análisis, recolecta información confiable y específica de lo que sucede actualmente en la sociedad, de los problemas de educación en salud, de la importancia de la actividad física, la importancia de una alimentación saludable, y de las graves consecuencia que pueden generar los problemas de los malos hábitos alimenticios, para saber más sobre esto, es necesario realizar encuestas en las escuelas primarias y asesorando sobre la importancia de una alimentación sana. El objetivo principal, crear conciencia en sus estilos de vida y reflexionar.

DISEÑO

Transversales

La tesis sobre obesidad y sobrepeso en niños y adolescentes es de tipo transversal porque recolecta datos en un único momento temporal. Esto permite obtener una "fotografía" de la situación, identificando la prevalencia y factores asociados sin realizar un seguimiento a través del tiempo.