

**Nombre de alumno: Jesimiel Ortega Gómez**

**Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen**

**Nombre del trabajo: tesis entrega 2**

**Materia: seminario de tesis**

**Grado: 8tvo Cuatrimestre**

**Grupo: “A”**

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de febrero de 2021.

Tema:

Valoración nutricional de los niños de 5 a 8 años de edad de la colonia Bethel en el municipio de Comitán de Domínguez Chiapas que durante el confinamiento han aumentado el consumo de comida chatarra.

Planteamiento del problema

Hoy en día en tiempos de pandemia y confinamiento el aumento del sedentarismo, estrés, ansiedad han afectado la salud mental y el estado nutricional de la población en la colonia Bethel ubicada al oriente sur cerca del mismo libramiento de esa ubicación en la ciudad de Comitán de Domínguez en el estado de Chiapas, durante la cuarentena ha incrementado el consumo de alimentos chatarra en la población infantil por lo tanto los niños deben de tener problemas nutricionales,

En estudios realizados Por Ignacio Pérez Vega el 29 abril, 2020 nos dice que los niños son más vulnerables a anuncios de comida chatarra, al estar confinados en casa por la pandemia ya que estos pasan más tiempo frente a los televisores, los teléfonos celulares y las computadoras, como lo comprobó un registro hecho por El Poder del Consumidor.

 “La pandemia representa un gran riesgo para niñas y niños, no solo en términos sanitarios, sino esencialmente en que están cautivos, tienen mucho más tiempo expuestos a pantallas y lamentablemente no significa que la responsabilidad del Estado mexicano y sus autoridades para frenar el ambiente obeso génico, esté cambiando”, indicó Juan Martín Pérez, director de REDIM (Red por los Derechos de la Infancia en México).

Más de 67% de los alimentos y bebidas publicitados en las horas con mayor audiencia infantil en la televisión mexicana, se consideran no saludables.

“La mitad de las muertes en nuestro país son a causa de la mala alimentación, que la obesidad infantil en México es la mayor prevalencia en todo el mundo. viendo que los niños consumen una cantidad muy elevada de alimentos ultra procesados” dato relevante es que 32% de las niñas y los niños en México tienen sobrepeso y obesidad. (Ignacio, 2020)

De acuerdo con un estudio realizado por el Instituto de Investigación de Florida, ingerir cotidianamente comida rica en calorías y grasas genera una adicción similar al que causan la cocaína y heroína. Para demostrar esto hicieron un experimento con ratas, a un grupo le dieron alimentos bajos en calorías y altos en nutrientes, mientras al otro lo alimentaron con tocino, salchichas y pastel (BACKHAUSS, 2018).

Los roedores del segundo grupo desarrollaron hábitos alimentarios compulsivos y se pusieron obesos. Además, no sólo desarrollaron tolerancia al placer que les generaba dicha alimentación, sino que necesitaron comer cada vez más para desencadenar la misma sensación. Para medir el grado de adicción, los investigadores ofrecieron los mismos víveres a ambos grupos, pero acompañados de una descarga eléctrica en las patas. Las ratas nutridas sanamente pronto dejaron de ingerirla, pero las del segundo grupo siguieron haciéndolo pese al dolor.

De acuerdo a la Organización Panamericana de la Salud (OPS) el abuso de alimentos chatarra es uno de los principales factores causantes del sobre peso y la obesidad, pues su fuente es rica en grasas, sodio y azúcares. Del mismo modo, es causante de las enfermedades no transmisibles (ENT), por lo regular, crónicas y/o de larga duración y que además evolucionan lentamente como la diabetes, cardiopatías y varios tipos de cáncer.

En 2015, las tres principales causas de muerte en México correspondieron a enfermedades del sistema circulatorio – sobresalen las isquémicas del corazón (13%) y cerebro vasculares (6%); las endócrinas, nutricionales y metabólicas (17.5%), en donde destaca la diabetes mellitus (15%) y; los tumores malignos (13%). (Consumidor, 2018)

Como hemos visto esta población si no tiene un debido cuidado de padres o de sus tutores se crean las terribles consecuencias ya antes mencionadas, es por eso que nuestro país se encuentra en el lugar que ocupa, en esta colonia se han generado puestos especiales de puros dulces, lugares como la tortillería venden de igual manera y a los niños se les facilita el acceso a ellos, las tiendas lo que más venden es comida chatarra.

Por lo que se plantean las siguientes preguntas de investigación:

¿Qué es un alimento chatarra?

¿Cuáles son las características de un alimento chatarra?

¿porque los niños tienden a elegir este alimento chatarra?

¿de qué forma se les puede enseñar a los niños sobre lo malo que es consumir en exceso ese tipo de alimento chatarra?

¿cuáles son las consecuencias del consumo excesivo de comida chatarra?

Hipótesis: Los niños de la colonia Bethel aumentaron de peso debido al consumo de comida chatarra a temprana edad.

Variables:

Independiente

Puede ser que los niños al consumir comida chatarra puedan haber subido de peso

Dependiente

Puede ser que el momento por el que se está pasando sea la causa para comer más comida chatarra

Objetivos

General:

Proponer a los padres y tutores un plan de alimentación adecuado para los menores

Específicos:

Evaluar qué cantidades consumidas de comida chatarra en los menores.

Examinar cual es la causa principal del consumo de comida chatarra.

Analizar quien les proporciona monetariamente para poder comprar la comida chatarra.

Plantear una estrategia para cambiar de hábitos durante un tiempo.

Comparar el peso de los niños después de haber puesto en prácticas hábitos más saludables.

Justificación

El aumento de consumo chatarra en niños en la colonia Bethel durante este confinamiento ha sido visto como el aumento de peso en los niños de esta misma localidad.

# Bibliografía

Consumidor, P. F. (04 de junio de 2018). *gobierno de mexico* . Obtenido de gobierno de mexico : https://www.gob.mx/profeco/documentos/alimentos-chatarra?state=published

Ignacio, P. V. (29 de abril de 2020). *https://udgtv.com/*. Obtenido de UDGTV: https://udgtv.com/noticias/ninos-mas-vulnerables-anuncios-comida-chatarra-estar-confinados-casa-pandemia/#:~:text=M%C3%A1s%20de%2067%25%20de%20los,mexicana%2C%20se%20consideran%20no%20saludables.&text=%E2%80%9CLa%20mitad%20de%20las%20muertes,prevalencia%2