

**Nombre del alumno: Ayla Ebed
Zacarias Bartolon**

**Nombre del profesor: Nayeli Morales
Gómez**

**Nombre del trabajo: Protocolo de
tesis**

Materia: Seminario de tesis

Grado: 8 cuatrimestre

Grupo: A

Planteamiento del problema

La obesidad en la etapa escolar ha sido uno de los principales problemas en México. De acuerdo a los datos del Ensanut en el año de 2018- 2019 se hicieron investigaciones en niños de entre 5 a 11 años, se encontró con obesidad a 1, 923,551 y sobrepeso fue de 1,989,501 en niños de esta edad. En total de niños con sobrepeso y obesidad fue de 3,313,052. Y la prevalencia en este grupo de población tuvo un fuerte aumento. (Hernández, 2022)

Uno de los problemas más grandes en relación a la salud es la obesidad, a causa de la mala alimentación asociado a la falta de actividad física. Esta enfermedad a sido causa de muchas de otras enfermedades como es la diabetes, hipertensión, problemas del corazón entre otras.

En Comitán de Domínguez actualmente no existe una cifra como de tal de niños y niñas con obesidad, sin embargo, en investigaciones que se realizaron detectaron que hubo un aumento de niñas y niños con obesidad cuando walmart dio apertura a este lugar, ya que el principal factor responsable es Burguer King, donde venden hamburguesas que incluyen papas y refrescos. También ofrecen productos como helados o algunos otros postres que pueden afectar la salud del niño.

“La obesidad es un factor de riesgo en niños y niñas de 6 a 12 años. Esta patología es causa de diversos factores, como; factores genéticos, factores geográficos y el más frecuente es el factor ambiental. Dentro de los factores ambientales encontramos la alimentación que el niño tiene en su entorno o de acuerdo al lugar donde este, este se adapta a la cultura, religión y tradiciones de la familia a la que pertenece y los hábitos que sus padres tienen y son pasadas de generación en generación.”

Para mejorar estilos de vida, se propone hacer orientaciones en escuelas con padres para dar platicas a cerca de la alimentación y como esta debe ser tomando en cuenta todo lo que debe llevar una buena dieta; que sea equilibrada, inocua, completa, variada. Para que así puedan tener un conocimiento más

amplio. También enseñando a como adoptan nuevos hábitos de preparación de comidas y recomendando alimentos que pueden sustituir por otros que puedan ser mejores para niños y para la familia completa.

Para que esto funcione es importante crear consciencia en los padres ya que ellos son la influencia principal de los niños y ellos pueden implementar un estilo de vida diferente, dando el ejemplo. Crear un estilo de vida saludable es mi objetivo, para que así los niños y niñas también puedan entender que la alimentación puede ser un factor de gozar una vida plena, esperando que las personas puedan captar la información de tal manera que puedan ponerlo en práctica.

HIPOTESIS

La obesidad está influenciada por una combinación de factores, que por lo general se traducen en consumir más calorías de las que necesita el organismo.

Entre estos factores se encuentran la falta de actividad física, la alimentación, los genes, el estilo de vida, antecedentes étnicos y socioeconómicos, exposición a ciertas sustancias químicas, ciertas enfermedades, y el uso de ciertos fármacos y sustancias. Ser obeso aumenta el riesgo de muchas enfermedades, como diabetes, hipertensión arterial, cardiopatías y ciertos tipos de cáncer, y puede ser causa de muerte prematura. (Adrienne Youdim, Sf)

Hipótesis: La mala alimentación en niños se debe a los hábitos que los padres traspasan a sus hijos y eso causa sobrepeso y obesidad en la etapa escolar.

Unidad de análisis: niños con obesidad de 6 a 12 años

Variable independiente: La obesidad.

Variable dependiente: edad, peso, talla, sexo, medidas antropométricas, cultura, religión.

La hipótesis que se planteó en esta investigación es a cerca de la obesidad en niños y la relación que tiene con los padres y los malos hábitos alimenticios que van dejando a sus hijos. Dicho planteamiento será investigado para comprobar si es el principal problema o de lo contrario no lo sea.

Objetivos

Objetivo general

Conocer el factor principal de la obesidad en la etapa escolar para así poder prevenir y controlar la progresión de dicha enfermedad en esta población para evitar otras enfermedades o complicaciones.

Objetivos específicos

- a) Crear platicas especiales para padres e hijos en cuanto a la alimentación, como debe ser y como se compone una dieta equilibrada.
- b) Elaborar recomendaciones nutricionales que puedan ayudar a las personas como una guía para facilitar la preparación de alimentos.
- c) Diseñar una guía de alimentos para que puedan tener conocimiento de los productos que son mejores.

Justificación

Esta investigación es de gran importancia ya que se tratan temas de obesidad en cuanto a niños de 6 a 12 años. Como se da y por qué se presenta y ataca mucho en este tipo de población provocando enfermedades severas que hagan que el niño no pueda gozar de una vida sana.

Para poder prevenir la obesidad el gobierno vio a bien etiquetar los productos con un logo donde informe exceso de calorías, exceso de azúcar, exceso de sodio, de grasas saturadas y grasas trans, así como también de los que lleguen a tener cafeína y edulcorantes para que así los clientes puedan estar consciente de lo que consumen.

La investigación tiene como propósito saber las causas de la obesidad y así poder dar a conocer las consecuencias y como pueden ellos prevenir llegar a presentar algún caso de obesidad. Y poder implementar actividades que pueda ser útil para los niños y puedan adaptar buenos hábitos.

Gracias a las grandes cantidades de casos de obesidad en la etapa escolar se realiza esta investigación para así, poder ayudar y contribuir a cambiar la forma de pensar y prevenir el aumento de casos.

La finalidad es promover hábitos alimentarios saludables, mejorar actitudes negativas en la ministración de los alimentos, adoptando nuevos estilos de vida. Así mismo impulsarlos a practicar actividad física en familia y amigos para que puedan hacerlo de una forma más divertida, además de convivir e interactuar con las personas.