



Obesidad y Sobrepeso en escuelas urbanas: propuesta de prevención

4 de Junio 2009



**IX CONGRESO PERUANO DE NUTRICION
VI CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTUALIZACION EN NUTRICION
VI JORNADAS PERUANO-CHILENAS DE NUTRICION**

Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el Perú

- Perú entre el 1996 y el 2000 el sobrepeso y la obesidad pasaron de 17% y 5% a 19% y 7% respectivamente- Es en el 2000 la prevalencia de sobrepeso y la obesidad en niños menores de cinco años según la ENDES fue de 25.19%, siendo los más afectados Tacna (57%), Moquegua (42%) y Lima (41%); niños de 48 a 59 meses, pobres y del área urbana (Tazza y Bullón, 2006)
- El Perú es uno de los países con mayor prevalencia de sobrepeso en menores de 5 años (OMS)
- Niños de 6-9 años: Lima (NSE altos) : 25% con sobrepeso y 28% con índices de obesidad (Pajuelo, 2000) y en otros estratos 16.5% y 13.9%, respectivamente (Pajuelo, 2004)
- El 15.5 % de niños evaluados presentaba algún grado de obesidad (Perfil Nutricional en escolares de educación primaria en Lima y Callao, ILSI-IINN, 2007)

Obesidad

Enfermedad
Crónica de causa
multifactorial

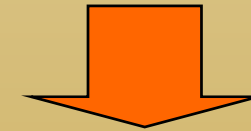


• Genética

• Ambiental: Transición nutricional
Sedentarismo

• Física

• Social



Enfermedades relacionadas

Diabetes

Enfermedades cardiovasculares

Hipertensión

Trastornos de la función
reproductiva femenina

Complicaciones de embarazo
y parto

Algunos tipos de cáncer

Problemas respiratorios

Problemas osteoarticulares

Baja en la autoestima

Desvalorización social

Perjudica la calidad de vida y
reduce la esperanza de vida

Evidencia de algunos estudios sobre efectos futuros de la obesidad infantil

- La bibliografía sustenta que la práctica de ejercicio físico-deportiva disminuye los hábitos negativos en la salud (Casimiro y cols., 2001), pero también es importante destacar beneficios psicológicos y sociales (Biddle, 1993; Pak-Kwong, 1995). Lo cual puede repercutir en hábitos saludables durante la edad adulta (Simona-Morton y cols, 1998; Taylor y cols. 1999; Telama y Yang, 2000).

Descripción de la Intervención



Proyecto: Educanimando con Salud

Propósito

- El proyecto EducAnimando con Salud tiene como propósito promover estilos de vida saludables en actividad física y alimentación saludable, en los niños de 3 a 9 años de programas e instituciones educativas estatales de nivel inicial y primaria en distritos urbanos de Cusco, Ica y Piura. a través de la recreación, el arte y el juego.

Resultados

- Actores locales sensibilizados para la promoción de actividad física y una alimentación saludable en niños y niñas de sus ámbitos.
- Docentes de instituciones educativas involucradas, capacitados para promover en forma lúdica actividad física y alimentación saludable en los alumnos
- Niños y niñas de escuelas involucrados en actividades lúdicas para la promoción de actividad física y alimentación saludable

Población de intervención

RESUMEN EDUCANIMANDO CON SALUD 2007 - 2009

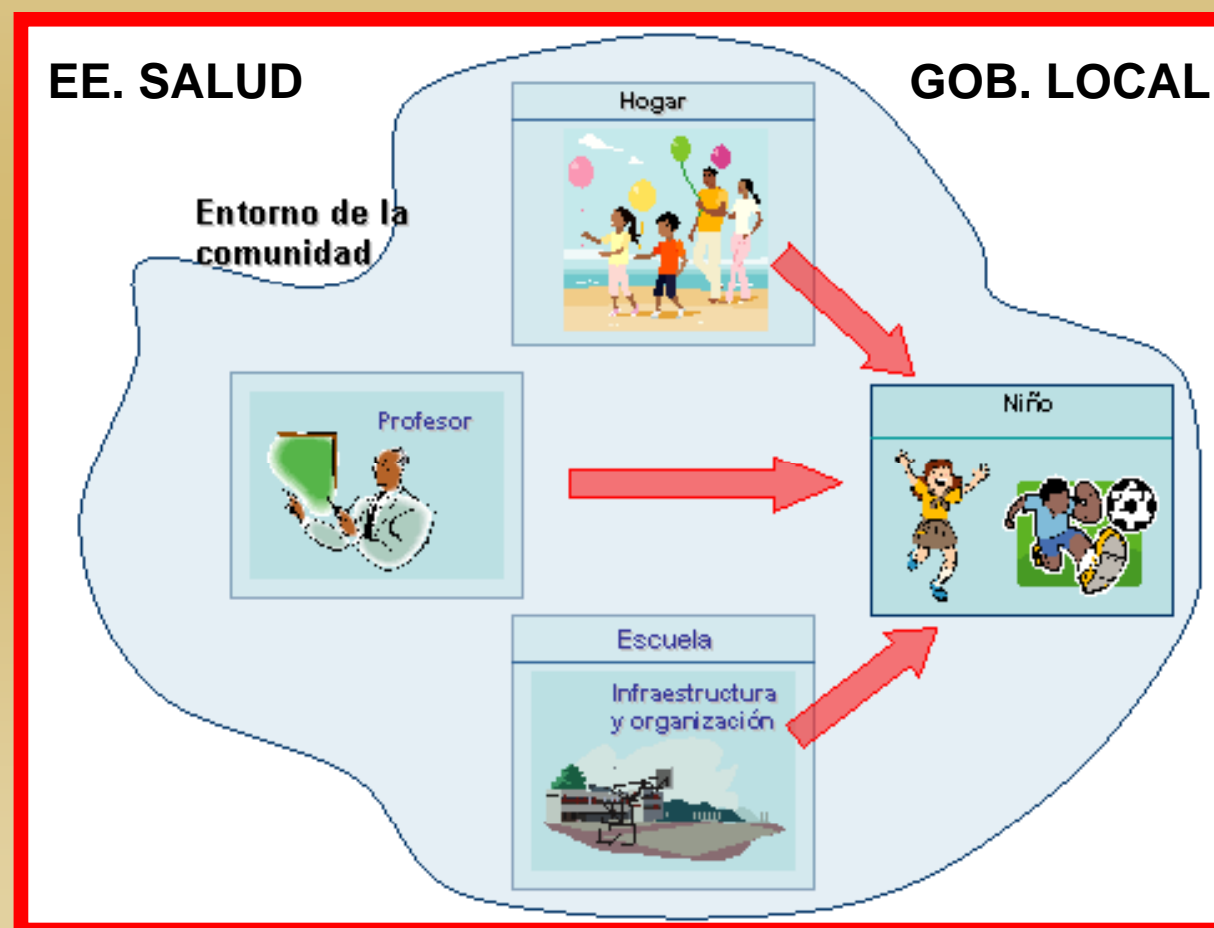
AÑO	SEDE	Nro. INSTITUCION EDUCATIVA (Inicial /Primaria)	DOCENTES/ PROMOTORES CAPACITADOS	FACILITADORAS	NUMERO DE NIÑOS
2007	VILLA EL SALVADOR (PILOTO)	10	437	64	11,085
2008	SULLANA	24	160	31	4,996
	RIMAC	18	243	19	5,584
	CALLAO	23	180	19	6,040
2009	CUSCO	44	322	31	6,803
	ICA	28	402	26	10,359
	PIURA	29	403	35	8,400
	AREQUIPA (*)	20	200	20	5,000
	LOS OLIVOS(*)	20	200	20	5,000
		216	2547	265	63,267

Ejecutado

(*) PROYECTADO

Modelo conceptual del proyecto

Actores y ambientes influyentes en la formación del niño



Descripción y organización

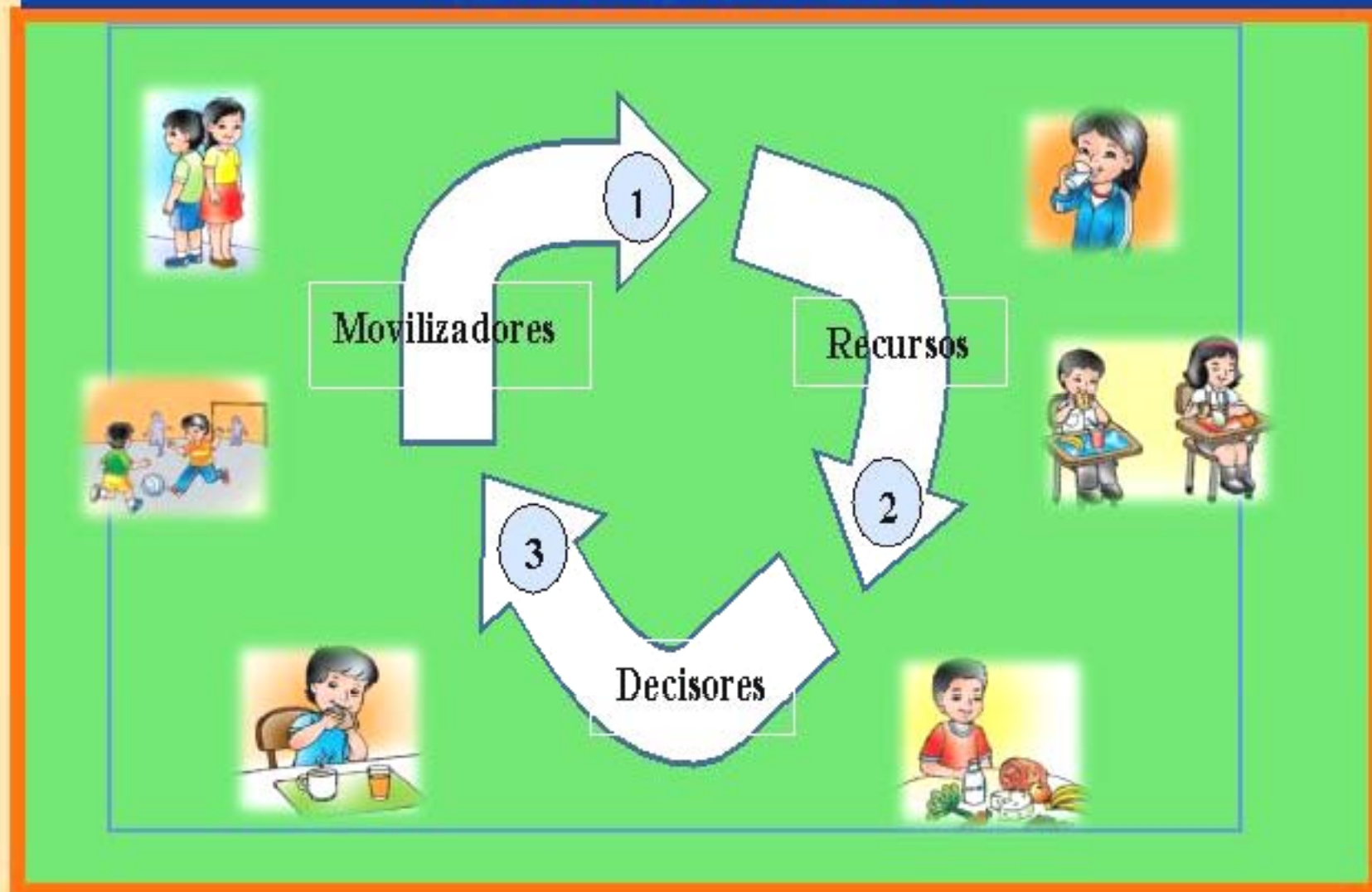


Estrategias de Intervención

- Sensibilización
- Fortalecimiento de Capacidades
- Movilización



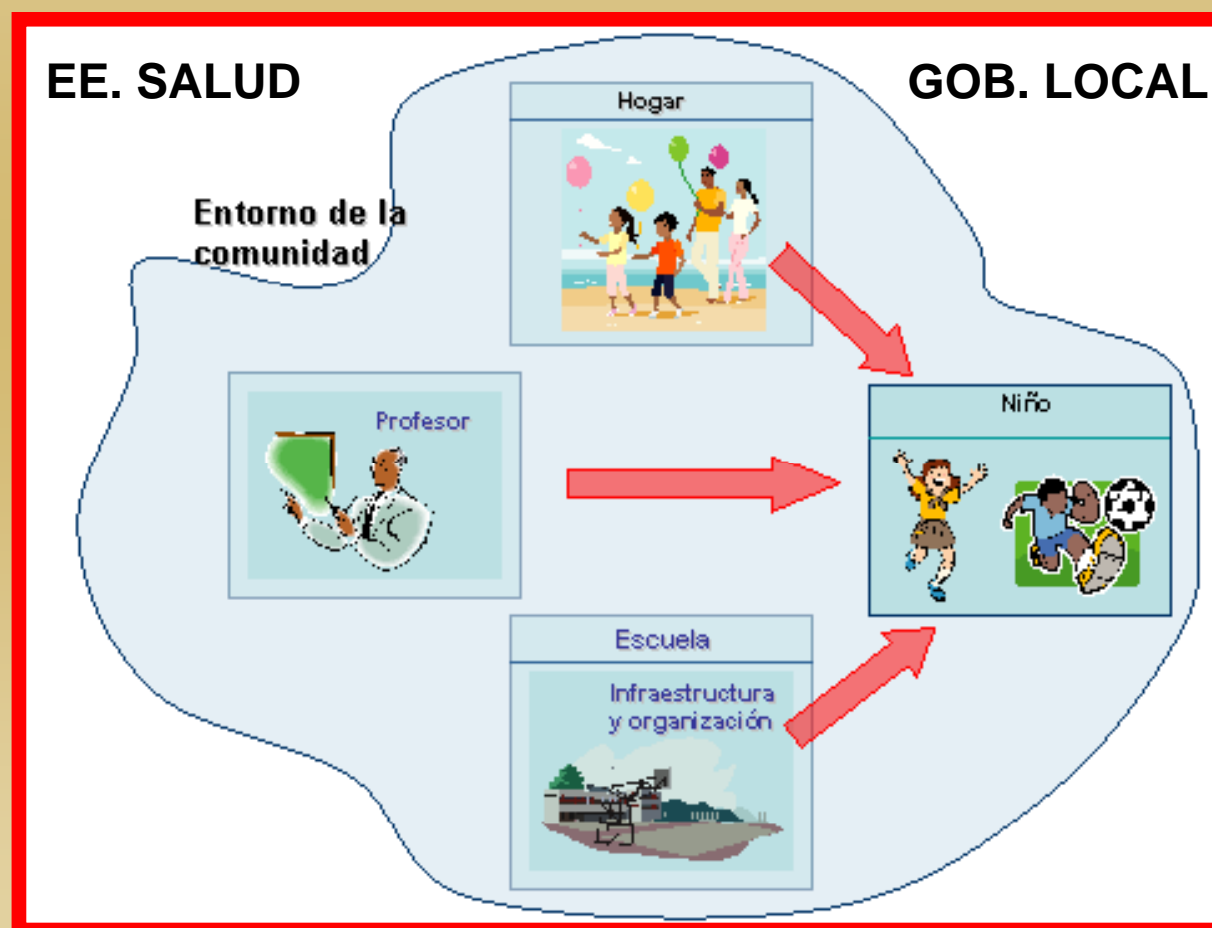
RUTA DE COMUNICACIÓN DE LAS SESIONES DE APRENDIZAJE



Evaluación del Proyecto

Modelo conceptual del proyecto

Actores y ambientes influyentes en la formación del niño



DIAGNÓSTICO . EVALUACIÓN (LINEA DE BASE)



CAPACITACIÓN
ENCUESTADORES



ANTROPOMETRIA



ENCUESTAS – GRUPOS
FOCALES

Estudio de Efecto en Sullana

- **Se realizó una evaluación preliminar de efecto (solo de Sullana) de tipo longitudinal prospectivo con aproximación de un análisis multinivel, con el objeto de medir la reducción del sobrepeso de niños de 3 a 9 años.**
- **Asimismo, se evaluó el efecto de la promoción de buenas prácticas de nutrición y actividad física sobre el peso de niños de 3 a 9 años de instituciones educativas de inicial y primaria.**

Estudio de Efecto en Sullana (continuación)

Diseño del estudio

Muestra bietápica:

248 Niños de 3 a 9 años de 5 escuelas iniciales y primarias beneficiarias del programa EducAnimando de la provincia de Sullana.

Marco Muestral: 49 Instituciones educativas inicial y primaria

Variable de resultado: Peso de niño en Kg.

Variabes de Intervención % de docentes capacitados

Variabes independientes : determinantes de prevalencia de sobrepeso

Descripción de la actividad física en niños

Tabla 3. Distribución de las madres de acuerdo a las actividades que realiza su hijo (n=248)

	2008	2009	P-valor
Camina media hora o más todos los días	75.5%	93.8%	0.000
Realiza 2 horas de educación física a la semana	79.9%	85.9%	0.000
Practica algún deporte 2 veces a la semana	49.1%	49.4%	0.835

Descripción de la actividad física en niños

Tabla 4: distribución de las madres de acuerdo a la actividad física que realiza con su hijo

	2008	2009	P-valor
Camina media hora o más diariamente	46.0%	59.8%	
Practica algún deporte con él (ella)	27.6%	34.9%	
Otros	39.3%	15.8%	0.000
	N=98	N= 110	

Descripción de la actividad física en niños

Tabla 9: Distribución de los niños según actividad física que practican el recreo

	2008	2009	p-valor
Lonchera	88.4	29.4	0.000
Conversa	39.37	64.4	0.000
Juegos de Mesa	0	12.7	0.000
Jugar	85.75	87.5	0.132
Otros	6.92	0	0.000

Descripción de la actividad física en niños

Tabla 10: Proporción de niños según participación en las clases de educación física

	2008	2009	p-valor
Participó	91.6%	96.4%	0.000
No participó	8.4%	3.6%	
	n=95	n=116	

Descripción de la actividad física en niños

Tabla 13: Distribución de los niños según actividad física que realizan durante los fines de semana (n= 122)

	2008	2009	p-valor
Ve televisión	90.4%	90.3%	0.831
Juega pelota con sus amigos	83.8%	79.0%	0.000
Juega a las escondidas	81.4%	67.6%	0.000
Baila	53.1%	46.0%	0.000
Chatea	12.7%	8.8%	0.000
Va al Internet	33.3%	31.8%	0.313
Pasea con su familia	79.8%	71.3%	0.000

Descripción de consumo de alimentos de la lonchera

Tabla 8: Frecuencia del tipo de preparaciones en la lonchera /refrigerio

	2008		2009		p-valor
	%	n	%	n	
Aguas azucaradas	37.9	248	32.7	247	0
Leches	13.9	248	20.7	247	0
Preparaciones de cereales	2	126	5.9	126	0
Preparaciones de guisos	6.5	126	10.7	126	0
Preparaciones a base de huevos	13.7	248	16.3	247	0.002
Preparaciones de bocadillos dulces	28	248	24.2	247	0
Preparaciones de bocadillos salados	32	248	32.8	247	0.475
Preparaciones de ensaladas a base de fruta	25.8	248	39	247	0
Preparaciones de jugos	15.4	248	17.3	247	0.026
Preparaciones a base de pescado	0	126	0.7	126	0.001
Preparaciones de mazamorra, gelatina, etc	3.6	248	8.2	247	0
Preparaciones a base de pan	13.4	248	21.8	247	0

Resultados sobrepeso y obesidad

**Tabla 14: Prevalencia de sobrepeso
(n=248)**

	2008	2009	p-valor
Desnutrido	11.00	15.87	0.000
Normal	77.99	64.21	
Sobrepeso	6.09	10.16	
Obeso	4.93	9.77	

Conclusiones y recomendaciones

- Falta mucho por hacer con el sobrepeso y obesidad infantil
- Los profesores capacitados por escuela a través del proyecto EducAnimando tienen un efecto positivo sobre la reducción del peso del niño, pero este no ha sido significativo
- De los factores comúnmente asociados a la ganancia de peso en niños, el índice de masa corporal de la madre, las necesidades básicas insatisfechas y el número de miembros del hogar determinaban que el niño tenga mayor probabilidad de ganar peso. Siendo sólo la edad del niño un determinante significativo del incremento de peso en niños a nivel individual.

- Del análisis descriptivo se pudo apreciar que existe una mayor percepción de la madre respecto a si su hijo realiza alguna actividad física, la cual podría deberse a las actividades realizadas en la escuela (actividades festivas para difundir contenidos).
- Un resultado importante es el cambio en el tipo de preparaciones que se envían en la lonchera de los niños, apreciándose un incremento en la participación de alimentos con un corte más nutritivo, debido a conductas influenciadas por los docentes a través de los niños en las madres.

En relación a la práctica de actividad física se apreció:

El incremento de participación en clases de educación física, resultado es influenciado directamente por EducAnimando, ya que los docentes tomaron conciencia de la importancia de la actividad física sobre el desarrollo de los niños.

La evaluación cualitativa detecto cierto grado de dificultad para trasladar conductas saludables en actividad física al hogar. de este modo no se halló cambios en las conductas sedentarias de los niños durante los fines de semana.



Gracias

