



**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA
ESPECIALIDAD: ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**EFICACIA DE UN PROGRAMA EDUCATIVO PARA LA PREVENCIÓN
DEL SOBREPESO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES.**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE ENFERMERA
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y
COMUNITARIA**

Presentado por:

**AUTOR: MONTENEGRO OCAMPO LILA MARIBEL,
CUBA MOTTA ERIKA EDDA**

ASESOR: Dr. BONILLA ASALDE, CESAR

LIMA – PERÚ

2018

DEDICATORIA

A nuestras familias por su constante apoyo y comprensión durante nuestra vida personal y profesional.

AGRADECIMIENTO

Al Mg. Cesar Bonilla Asalde por contribuir en nuestra formación profesional y su valioso aportes en el desarrollo del presente estudio

ASESOR:
Mg. Cesar Bonilla Asalde.

JURADO:

Presidente: Mg. Julio Mendigure Fernández
Secretaría: Sra. Rosa Eva Pérez Sigvas
Vocal: Mg. Anika Remuzgo Artezano

INDICE

CARATULA

HOJA EN BLANCO

DEDICATORIA iii

AGRADECIMIENTO iv

ASESOR: v

JURADO: vi

ÍNDICE TABLAS viii

ABSTRACT x

CAPITULO I INTRODUCCIÓN 11

1.2 Formulación del problema 15

1.3 Objetivo 15

CAPITULO II: MATERIALES Y METODOS 16

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática 16

2.2. Población y muestra 16

2.3. Procedimiento de recolección de datos 16

2.4. Técnica de análisis 17

2.5. Aspectos éticos 17

CAPITULO III: RESULTADOS 19

3.2. Tabla 2: 29

CAPÍTULO IV: DISCUSION 33

4.1. Discusión 33

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 35

5.1. Conclusiones: 35

5.2. Recomendaciones: 35

REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS 37

ÍNDICE TABLAS

	Pág.
Tabla1	
Resumen de estudios sobre eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.	19
Tabla 2:	
Resumen de estudios sobre eficacia de un programa educativo para la prevención del incremento del sobrepeso en niños y adolescentes.	29

RESUMEN

Objetivos: Analizar y sistematizar las evidencias sobre de la eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

Materiales y Métodos: La revisión sistemática de los 10 artículos científicos encontrados sobre eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes, fueron hallados en la siguiente base de datos Cochrane, Lilacs, Scielo, Medline Pubmed, todos ellos fueron analizados según la escala Grade para determinar su fuerza y calidad de evidencia.

Resultados: En la selección definitiva se eligieron 10 artículos, de los cuales el 50% (05) corresponden a México, 10% (01) a Ecuador, 10% Argentina, 10% a Chile, 10% Brasil y el 10% Estados Unidos. En relación a la metodología de la investigación en su mayoría los estudios son experimentales, con un 50%, en los países de México, Brasil y Estados Unidos. Del total de artículos analizados el 80% afirma que las intervenciones educativas en promoción y alimentación saludable contribuyen en la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

Conclusiones: 8 de los 10 artículos analizados sistemáticamente evidencian la eficacia del programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

Palabras claves: “Eficacia”, “sobrepeso”, “Programa Educativo”.

ABSTRACT

Objectives: To analyze the evidence about the effectiveness of an educational, for the prevention of the overweight in children and adolescents.

Materials and Methods: Observational systematic review and retrospective, the search has been restricted to articles with full text, intensive bibliographic search algorithm - PICO Model. The selected articles were submitted to the analysis technique considering the evaluation of validity, quality, strength of recommendation of the scientific evidence, utility of the findings and the ethical aspects of the research.

Results: In the final selection 10 articles were chosen, finding that 50% (05) correspond to Mexico, 10% (01) to Ecuador, 10% Argentina, 10% to Chile, 10% Brazil and 10% to the United States. In relation to the research methodology, the majority of studies are randomized clinical trials, with 50%, in the countries of Mexico, Brazil and the United States. Of the total number of articles analyzed, 80% affirm that educational interventions in promotion and healthy eating contribute to the reduction of body mass index, prevention of overweight and obesity in children and adolescents.

Conclusions: The intervention in schools through an educational program with the participation of parents and teachers is the best alternative to promote healthy lifestyles and reduce overweight in children and adolescents.

Key words: "Effectiveness", "Overweight", "Educational Program".

CAPITULO I: INTRODUCCION

1.1 Planteamiento del problema

La niñez y la adolescencia, son consideradas una etapa fundamental en la formación del ser humano para su crecimiento y desarrollo en las cuales debe recibir una correcta alimentación en cantidad, calidad, adecuación y armonía, además del necesario afecto, estímulos y cuidados. La buena nutrición contribuye a evitar o disminuir la incidencia de patologías agudas y crónicas, alcanzar el desarrollo del potencial físico y mental y aportar reservas para las circunstancias de esfuerzo (1).

El cambio de los patrones de alimentación y el estilo de vida ha generado un estallido mundial de la prevalencia de obesidad en niños y adolescentes. La obesidad se define como el exceso de adiposidad corporal, debido a un

desequilibrio energético ocasionado por una alta ingesta de energía superpuesta a un bajo gasto. Con un exceso de peso de 10 a 20% respecto al peso ideal para la estatura se considera rango de sobrepeso y de 20% o más rango de obesidad (1).

El IMC (índice de masa corporal) constituye una poderosa herramienta para determinar con precisión el grado de sobrepeso u obesidad, el peso saludable o el bajo peso en la población infantil y adolescente. Los CDC y la Academia Americana de Pediatría (AAP) recomiendan el uso del IMC para detectar el sobrepeso y la obesidad en los niños desde los 2 años de edad. Para calcular e interpretar el IMC en niños y adolescentes se toma en cuenta la edad y el sexo por dos razones: La cantidad de grasa corporal cambia con la edad. (El IMC para niños y adolescentes se conoce con frecuencia como el *IMC por edad*.) Y la cantidad de grasa corporal varía entre las niñas y los niños (2).

La rapidez con la que ha avanzado la prevalencia de sobrepeso en niños y adolescentes, excluyen causas genéticas (solamente uno de cada 200 niños obesos) y centran la atención en cambios sociológicos, culturales y ambientales que promueven el aumento de las “conductas obeso génicas” como, la disminución de la alimentación natural, el consumo de grasas hidrogenadas, hidratos de carbono refinados, gaseosa y jugos artificiales azucarados, destacándose el rol de la proliferación de “comidas rápidas” de baja calidad nutricional y alta densidad energética y de macro porciones que se consumen fuera y dentro del hogar (1, 3,4).

La obesidad es una enfermedad crónica de etiología múltiple ocasionada por un desbalance calórico: ingresan en el organismo más calorías de las necesarias para crecer y madurar, que son almacenadas en grasa.

En la epidemiología la obesidad es más prevalente en poblaciones urbanas de menor nivel socioeconómico y educativo. En los países en desarrollo su

prevalencia se ha duplicado y la del sobrepeso se ha cuadruplicado en los últimos 20 años (1, 3, 5).

En la etiopatogenia del sobrepeso y la obesidad interaccionan factores ambientales y genéticos, siendo muy potente el efecto del medio ambiente sobre el desarrollo de la adiposidad, como son el exceso de alimentación durante el periodo prenatal, el insuficiente uso de la lactancia materna, la malnutrición materna, el tipo de estructura familiar, el nivel socioeconómico, el clima, la falta de ejercicio físico, el fácil acceso a la comida y ver televisión es el factor predictivo más importante en la adolescencia porque reemplaza actividades que consumen más energía. Numerosos estudios han demostrado que las “conductas obeso génicas alimentarias” y las “conductas obeso génicas relacionadas con el estilo de vida” están cada vez más presente en la población pediátrica (5,6).

Si bien existe susceptibilidad familiar a desarrollar obesidad y tener ambos padres obesos se asocia a un 80% de probabilidad de obesidad en los hijos, ello es consecuencia primordial de la transmisión de hábitos de vida que la favorecen, acentuada por una deficiente percepción parental del sobrepeso de los hijos (4, 7,8).

Las consecuencias psicosociales producto de la discriminación que sufre el Niño y el adolescente llevan una pobre imagen de sí mismo con baja autoestima, introversión, bajo rendimiento escolar haciéndose progresivamente más sedentarios y socialmente aislados (1).

Desde el punto de vista del tratamiento el momento más apropiado para intervenir en la prevención precoz, es el periodo prenatal, idealmente preconcepción y también en los primeros años de vida post- natal, periodos de gran vulnerabilidad. Para ello es necesario un estricto seguimiento del estado nutricional de la madre desde antes del embarazo, asegurando una lactancia materna exitosa y un incremento del peso adecuado en el niño, de

esta forma se podrá disminuir en parte el riesgo de perpetuar el exceso de peso a periodos posteriores de la vida (9,10).

Es posible que un sistema de tratamiento grupal a través de programas educativos, diferenciados por edad y con énfasis en la educación, sea un sistema de tratamiento potencialmente más exitoso que el convencional individual. Dentro de las modalidades del tratamiento se han descrito mejores resultados cuando padres e hijos son vistos por separados, donde se trabaja con los padres como agentes de cambio, destacándose en las revisiones de la literatura la importancia de la participación y motivación de la familia. Los planes alimentarios a largo plazo sólo son posibles con una adecuada educación nutricional, insistiendo en todo momento en el fraccionamiento y distribución de la ingesta, en la masticación cuidadosa y en la incorporación de fibras vegetales (11).

Los programas educativos en salud pública son instrumentos que pueden ser desarrollados en diferentes ámbitos como la familia, comunidad, escuelas, municipios, centro de trabajo. Estos pueden estar diseñados para la población general en su conjunto o bien para colectivos específicos que forman parte de esta población como por ejemplo niños, mujeres, adolescentes o personas mayores. Los niños constituyen el primer eslabón para comenzar la educación para la salud. Tienen como objetivo principal transmitir información sobre hábitos preventivos para evitar enfermedades y ofrecer pautas para la promoción de la salud (12).

La Eficacia es la capacidad de alcanzar el efecto que espera o se desea tras la realización de una acción (13).

Hoy en día en nuestra sociedad existen muchos problemas derivados de los malos hábitos alimenticios como la desnutrición y la obesidad, es por esto que como profesionales de enfermería tenemos la responsabilidad de

promover hábitos alimenticios adecuados para mejorar la salud de la población en especial de los niños y adolescentes.

Y es durante la atención primaria donde tenemos más contacto con los niños y sus padres momento preciso para dar a estos padres la información necesaria sobre la alimentación más adecuada para los niños sobre todo en los más pequeños, hábitos que se forman en las primeras etapas de vida siendo difíciles de modificar cuando lleguen a la adolescencia.

Por lo antes mencionado es de interés investigar sobre la eficacia de los programas educativos en la prevención del sobrepeso en los niños y adolescentes, con el objetivo de mejorar la salud y el bienestar de la población antes mencionada de nuestro país (14).

1.2 Formulación del problema.

La pregunta formulada para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología PICO y fue la siguiente:

P = Paciente/ Problema	I = Intervención	C = Intervención de comparación	O = Outcome Resultados
Niños y Adolescentes	Programa Educativo	No corresponde	Prevención del sobrepeso.

¿Cuál es la eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes?

1.3 Objetivo

Analizar y sistematizar las evidencias sobre de la eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

CAPITULO II: MATERIALES Y METODOS

2.1. Diseño de estudio: Revisión sistemática.

Las Revisiones Sistemáticas son un diseño de investigación observacional y retrospectivo, que sintetiza los resultados de múltiples investigaciones primarias. Son parte esencial de la enfermería basada en la evidencia por su rigurosa metodología, identificando los estudios relevantes para responder preguntas específicas de la práctica clínica (15).

2.2. Población y muestra.

Población constituida por la revisión sistemática de 10 artículos científicos publicados en la base de datos científicos y que responden a artículos publicados en idioma español e inglés.

2.3. Procedimiento de recolección de datos.

La recolección de datos se realizó a través de la revisión sistemática de artículos de investigación que tuvieron como tema principal

eficacia de un programa educativo en la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes. De todos los artículos que se encontraron se incluyeron los más importantes según nivel de evidencia y se excluyeron los menos relevantes. Se estableció la búsqueda siempre y cuando se tuvo acceso al texto completo del artículo científico.

Los términos de búsqueda fueron verificados en el DCS (Descriptores de Ciencias de la Salud). Para la búsqueda de artículos en inglés se utilizaron los términos de equivalencia en esos idiomas. El algoritmo de búsqueda sistemática de evidencias fue el siguiente:

Eficacia AND promoción de alimentación saludable AND sobrepeso.

Impacto AND programa educativo AND disminución del sobrepeso.

Programa educativo OR obesidad y sobre peso NOT Promoción de alimentación saludable.

Base de datos:

Pubmed, Medline, Google Académico, lilac, Scielo, Cochrane.

2.4. Técnica de análisis.

El análisis de la revisión sistemática está conformado por la elaboración de tablas de resumen (Tablas N°1, N°2, N° 3) con los datos principales de cada uno de los artículos seleccionados se determinó la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada artículo, SEGÚN EL SISTEMA GRADE.

2.5. Aspectos éticos.

La evaluación crítica de los artículos científicos revisados, está de acuerdo a las normas técnica de la bioética en la

investigación verificando que cada uno de ellos haya dado cumplimiento a los principios éticos en su ejecución.

CAPITULO III: RESULTADOS

3.1. Tabla 1: Resumen de estudios sobre eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

1. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volúmen y Número
Mancipe J, Garcia S , Correa J , Meneses-Echávez J y colaboradores.	2015	Efectividad de las intervenciones educativas en América Latina para la prevención del sobre peso y obesidad infantil en niños escolares de 6 a 17 años (16).	Nutrición Hospitalaria http://www.aulamedica.es/gdcr/index.php/nh/article/view/8146	Volúmen: 31 Número: 1

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Revisión sistemática	21 artículos	Lista de chequeo.	Esta revisión sistemática incluyó estudios experimentales que siguieran las disposiciones indicadas en la Declaración de Helsinki y, posteriormente, fueron aprobados por el Comité de Ética y que reportaron la firma del consentimiento informado por los pacientes.	Las intervenciones mixtas, que combinaron cambios nutricionales con la promoción de actividad física, fueron las más efectivas, pues sus resultados evidenciaron cambios positivos en las variables asociadas al sobrepeso y obesidad infantil.	Existe suficiente evidencia para recomendar la implementación de intervenciones educativas en el ámbito escolar orientadas a la prevención del sobrepeso y la obesidad priorizando el consumo de alimentos sanos y la práctica de la actividad física.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

2 Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Ramos P, Carpio T, Delgado V, Villavicencio V.	2015	Sobre peso y obesidad en escolares y adolescentes del área urbana de la ciudad de Riobamba, Ecuador (17).	Revista Española de Nutrición Humana y Dietética http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452015000100004	Volúmen: 19 Número:1

CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Estudio cuasi experimental	<p>Población: 56,383</p> <p>La muestra: 3,680 escolares y adolescentes de ambos sexos entre los 5 y 19 años de edad.</p>	Lista de chequeo	Consentimiento informado.	El exceso de peso (sobrepeso/ obesidad) afecta al 24,1% de los escolares/adolescentes: sobrepeso 17,8% y obesidad 6,3%, mientras que la delgadez afecta al 2,0%. El sobrepeso es mayor en escolares que en adolescentes, 19,4% vs. 16,6%; mientras que la obesidad es mayor en adolescentes que en escolares, 8,3% vs. 4,9%	La prevalencia de exceso de peso (sobrepeso y obesidad) en estudiantes escolares y adolescentes del área urbana de la ciudad de Riobamba es alta (24,1%) y es mayor en escolares (27,7%) que en adolescentes (21,5%).

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

3	Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
	Alvirde U, Rodriguez A, Henao S, Gómez F, Aguilar C.	2013	Resultados de una programa comunitario de intervención en el estilo de vida en niños (18).	Salud Pública de México http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000900007	Volumen: 55 Número:3

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Diseño Experimental	Población: 1,927 participantes. Y la muestra estuvo considerada en 816 para el Municipio de Tenango y 408 para el municipio de Santa Cruz.	Se utilizó el Programa CATCH	Consentimiento informado.	Después de tres años, la intervención resultó en un menor incremento del IMC (1.6 vs. 1.9 Kg/m ² , $p < 0.01$) y menor consumo escolar de calorías totales, pan, grasa y azúcar.	Los programas escolares son útiles para enfrentar la obesidad infantil, pero sus beneficios no son inmediatos.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

4 Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Cortázar V, Gasca A, Ordóñez A, Vera M, Martínez M, Tolentino E.	2013	Reducción de la obesidad infantil a través del componente de nutrición de una iniciativa de Escuela Promotora de Salud (19).	Salud Pública de México http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0036-36342013000900010&script=sci_arttext&tlng=en	Volumen: 55 Número:3

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Estudio de cohorte	Población: 538 niños. Muestra: 120 niños de 1ro a 6to grado de primaria	Lista de Chequeo.	Consentimiento informado.	.La prevalencia de obesidad en el ciclo escolar 2008-2009 fue 3.1 puntos porcentuales más alta que la observada en el ciclo escolar 2010-2011. La prevalencia del exceso de peso (sobrepeso más obesidad) disminuyó significativamente ($p < 0.01$) después de la intervención.	La contribución de la escuela a la prevención del exceso de peso puede ser significativa. los resultados de este trabajo pueden ser útiles para desarrollar intervenciones que mejoren la salud escolar.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

5	Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Numero
	Scruzzi G , Cebreiro C, Pqu S , Rodríguez C.	2014	Salud escolar: una intervención educativa en nutrición desde un enfoque integral (20).	CUADERNOS INFO Versión Electrónica: ISSN http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-367X2014000200003&script=sci_arttext	Volumen:35, Diciembre 2014

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Experiment al	Población: 241 alumnos de 6 a 12 años de una escuela pública primaria de la ciudad de Córdoba, Argentina. Muestra: 127 niños y niñas en etapa escolar.	Encuesta.	Consentimient o informado.	Se evidencia que de 127 niños y niñas un elevado porcentaje de niños (45.7%) presentaron sobrepeso u obesidad. Los indicadores más destacados en los hábitos alimentarios de los escolares en estudio fueron el consumo elevado de golosinas y gaseosas y el bajo consumo de lácteos y frutas.	Se concluye que la familia y la comunidad educativa desempeñan un rol importante en la formación de hábitos alimentarios y se reconoce que la escuela ofrece una oportunidad valiosa para la educación alimentaria nutricional.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

6	Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Numero
	Lobos L, Leyton B, Dinamarca, Bercovich J y Vio F.	2013	Evaluación de una intervención educativa para la prevención de la obesidad infantil en escuelas básicas de Chile (21).	Nutrición Hospitalaria http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v28n4/26original17.pdf	Volúmen: 28 Número:3

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Estudio cuasi experimental	Población: 1216 alumnos. Muestra: 804 escolares.	Cuestionario	Consentimiento informado.	Se observó que los niños presentaban un IMC mayor a 18,0kg/m ² por lo cual califican en un estado nutricional de sobrepeso. Aun cuando hubo un significativo aumento en el nivel de conocimiento alimentario nutricional y una positiva tendencia en la evolución de la condición física, la evolución del estado nutricional de la muestra de niños no evidenció cambios significativos ente marzo y noviembre que se realizó la medición. .	Se requieren nuevas intervenciones educativas adecuadas a la realidad de cada comunidad que considere en sus aspectos teóricos y metodológicos influencias ambientales, factores de comportamiento y características personales que permitan favorecer hábitos de vida saludable en los niños y generen impacto positivo en las escuelas.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

7 Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Numero
Hurtado J, Hernández G.	2014	Calidad de vida relacionada con la salud del niño y del adolescente con obesidad (22).	Salud Mental http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252014000200005&script=sci_arttext	Volúmen:37, Número: 2

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Estudio Transversal	Población: no definida Muestra:200 niños y adolescentes	Cuestionario Peds-QL 4.0®	Consentimiento informado.	La CVRS (calidad de vida relacionada a la salud) fue menor en los sujetos obesos y las funciones más deterioradas fueron la emocional y la social; la percepción de los padres acerca de la CVRS fue inferior a la de sus hijos. El 37.5% de los sujetos obesos percibe su CVRS como "muy mala", una cifra inferior a los otros grupos. El riesgo de mala CVRS fue 2.2 veces mayor en el grupo de obesos.	La obesidad deteriora la CVRS de los niños y adolescentes, particularmente la esfera emocional, y se aprecia que la obesidad duplica el riesgo de tener una mala CVRS en escolares de la ciudad de Hermosillo, Sonora.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

8 Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Numero
Quizán T, Anaya Barragán, A, Romero, Orosco M.	2013	Efectividad del programa promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora (23).	Estudios Sociales http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572013000200008	Volúmen: 21, Número:42

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Estudio Experimental	Población: no definida Muestra: Con programa de intervención: 62 niños y Sin intervención 64 niños.	La asignación del programa de intervención/no-intervención a cada escuela se efectuó de manera aleatoria, con estrategias audiovisuales y de educaciones diversas.	Consentimiento informado.	Los resultados demuestran que aquellos estudiantes que se encuentran en las escuelas no intervenidas presentan tres veces mayor de riesgo de consumir alimentos no saludables durante el recreo comparado con los escolares de las escuelas que fueron intervenidas.	Los resultados de la intervención sugieren que la disponibilidad y promoción permanente de alimentos saludables dentro del plantel escolar, puede contribuir en la selección del alimento que se consume durante el recreo y, por lo tanto, conduce a la formación de hábitos alimenticios saludables y en un futuro en su buen estado nutricional.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

9	Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Numero
	Evans A, Ranjit N, Hoelscher D, Jovanovic C, Lopez M y colaboradores.	2016	Impact of school-based vegetable garden and physical activity coordinated health interventions on weight status and weightrelated behaviors of ethnically diverse, lowincome students: Study design and baseline data of the Texas, Grow! Eat! Go! (TGEG) cluster-randomized controlled trial (24).	BCM Public Health	Volúmen:16 Número:973

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Experimental	Población: no definida Muestra:28 Escuelas de primaria	Intervención de actividad Walk Across Texas (WAT), CATCH plus LGEG plus WAT (Combinado).	Consentimiento informado	Los participantes fueron étnicamente diversos y de bajos ingresos el 52% de los padres reportó ser hispano y 18% afroamericano; 26% de los padres informaron hablar en su mayoría español. El porcentaje de sobrepeso u obesidad variaron de 46% a 52.5%, mientras que el porcentaje de obesos varió de 27% a, las tasas de obesidad variaron del 26% a 36%.l 37%	Este es un estudio en curso que evalúa la independecia y el impacto combinado de la jardinería, la nutrición y Intervención sobre la prevalencia de una alimentación saludable y el peso. Los niños de bajos ingresos tienen más probabilidades de tener sobrepeso u obesidad

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10 Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Numero
Minossi V y Campos I.	2015	The “Happy Heart” educational program for changes in health habits in children and their families: protocol for a randomized clinical trial (25).	BCM Pediatrics	Volúmen:15 Número: 19

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos ético	Resultados	Conclusión
Experimental	<p>Población: 74 niños</p> <p>Muestra: 37niños entre 7 y 11 años</p>	<p>Cuestionarios</p> <p>Juegos lúdicos.</p>	<p>Todos los participantes firmarán un formulario de consentimiento</p>	<p>Durante el juego el niño adquiere experiencia y conocimiento, conceptos y valores. Las actividades lúdicas, que incluyen juegos y juguetes, son instrumentos efectivos que facilitan el proceso de aprendizaje, mejorar el rendimiento del niño, es de bajo costo y se puede aplicar fácilmente en educación.</p>	<p>El Happy Heart Study ofrece un juego lúdico y diferenciado Para la prevención y el control de la obesidad Y las enfermedades cardiovasculares en los niños..</p>

3.2. Tabla 2:

Resumen de estudios sobre: Eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
Revisión Sistemática Efectividad de la implementación de intervenciones educativas realizadas en América Latina para la prevención del sobre peso y obesidad infantil en niños escolares de 6 a 17 años	Existe suficiente evidencia para recomendar la implementación de intervenciones educativas en el ámbito escolar orientadas a la prevención del sobrepeso y la obesidad priorizando el consumo de alimentos sanos y la práctica de la actividad física.	Alta	Fuerte	Colombia
Estudio experimental Sobrepeso y obesidad en escolares y adolescentes del área urbana de la ciudad de Riobamba, Ecuador	La prevalencia de exceso de peso (sobrepeso y obesidad) en estudiantes escolares y adolescentes del área urbana de la ciudad de Riobamba es alta (24,1%) y es mayor en escolares (27,7%) que en adolescentes (21,5%).	Moderada	Débil	Ecuador

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
<p>Estudio Experimental</p> <p>Resultados de un programa comunitario de intervención en el estilo de vida en niños</p>	<p>Los programas escolares son útiles para enfrentar la obesidad infantil, pero sus beneficios no son inmediatos.</p>	Alta	Fuerte	México
<p>Estudio de Cohorte</p> <p>Reducción de la obesidad infantil a través del componente de nutrición de una iniciativa de escuela promotora de salud.</p>	<p>La contribución de la escuela a la prevención del exceso de peso puede ser significativa. Los resultados de este trabajo pueden ser útiles para desarrollar intervenciones que mejoren la salud escolar.</p>	Moderada	Débil	México
<p>Estudio Experimental –</p> <p>Salud escolar : una intervención educativa en nutrición desde un enfoque integral</p>	<p>Se concluye que la familia y la comunidad educativa desempeñan un rol importante en la formación de hábitos alimentarios y se reconoce que la escuela ofrece una oportunidad valiosa para la educación alimentaria nutricional.</p>	Moderada	Débil	Argentina

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
Estudio cuasi experimental no controlado	Se requieren nuevas intervenciones educativas adecuadas a la realidad de cada comunidad que considere en sus aspectos teóricos y metodológicos influencias ambientales, factores de comportamiento y características personales que permitan favorecer hábitos de vida saludable en los niños y generen impacto positivo en las escuelas.	Moderada	Débil	Chile
Evaluación de una intervención educativa para la prevención de la obesidad infantil en escuelas básicas de Chile.	Se requieren nuevas intervenciones educativas adecuadas a la realidad de cada comunidad que considere en sus aspectos teóricos y metodológicos influencias ambientales, factores de comportamiento y características personales que permitan favorecer hábitos de vida saludable en los niños y generen impacto positivo en las escuelas.	Moderada	Débil	Chile
Estudio transversal Calidad de vida relacionada con la salud del niño y del adolescente con obesidad	La obesidad deteriora la CVRS de los niños y adolescentes, particularmente la esfera emocional, y se aprecia que la obesidad duplica el riesgo de tener una mala CVRS en escolares de la ciudad de Hermosillo, Sonora.	Moderada	Débil	México
Estudio experimental Efectividad del programa promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora México.	Los resultados de la intervención sugieren que la disponibilidad y promoción permanente de alimentos saludables dentro del plantel escolar, puede contribuir en la selección del alimento que se consume durante el recreo y, por lo tanto, conduce a la formación de hábitos alimenticios saludables y en un futuro en su buen estado nutricional.	Alta	Fuerte	México

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
<p>Estudio Experimental</p> <p>The “Happy Heart” aducational program for changes in health habits in children and their families: protocol for a randomized clinical trial.</p>	<p>El Happy Heart Study ofrece un juego lúdico y diferenciado Para la prevención y el control de la obesidad Y las enfermedades cardiovasculares en los niños.</p>	Alta	Fuerte	Brasil
<p>Estudio Experimental</p> <p>Impact of school-based vegetable garden and physical activity coordinated health interventions on weight status and weightrelated behaviors of ethnically diverse, lowincome students: Study design and baseline data of the Texas, Grow! Eat! Go! (TGEG) cluster-randomized controlled trial</p>	<p>Este es un estudio en curso que evalúa la independencia y el impacto combinado de la jardinería, la nutrición y Intervención sobre la prevalencia de una alimentación saludable y el peso. Los niños de bajos ingresos tienen más probabilidades de tener sobrepeso u obesidad</p>	Alta	Fuerte	Estados Unidos

CAPÍTULO IV: DISCUSION

4.1. Discusión.

Al realizar la revisión de los 10 artículos encontrados se buscó conocer cuál es la eficacia de un programa educativo a padres sobre la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

Según los resultados obtenidos de la revisión sistemática de 10 artículos el 80% muestra que las intervenciones educativas dirigidas a los padres tuvieron un efecto positivo en la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes (14,16,17,18,20,21,22 y 23).

El 20% de los artículos analizados sistemáticamente, no evidencian cambios significativos en la disminución del sobrepeso en niños y adolescentes (15,19).

Mancipe y colaboradores (16) las intervenciones mixtas que combinaron cambios nutricionales con la promoción de actividad física fueron las más efectivas pues sus resultados se evidenciaron cambios positivos en la disminución del sobrepeso en niños y adolescentes.

Arvirde y colaboradores (16) concluyen que la prevalencia del exceso de peso en escolares disminuyó significativamente ($p<001$) después de la intervención educativa basada en entrenamiento, concientización del personal escolar y participación de la familia.

Quizá y colaboradores (21) quien en un estudio experimental mostraron que aquellos estudiantes que se encuentran en las escuelas y no recibieron intervención educativa presentaron tres veces mayor riesgo de consumir alimentos no saludables durante el recreo comparado con los escolares de las escuelas que fueron intervenidas. Y sugieren que la disponibilidad y promoción permanente de alimentos saludables en las escuelas conducen a la formación de hábitos alimenticios saludables y al buen estado nutricional en el futuro, menciona también la colaboración multisectorial para el logro de este programa educativo.

Con estos resultados podemos inferir que los programas educativos con intervención de padres, niños y maestros son necesarios no solo para mejorar la salud de los escolares sino para crearles mejores expectativas de vida saludable en la etapa adulta.

Hurtado y colaboradores (20) encuentran que la calidad de vida relacionada con la salud fue menor en los niños con sobrepeso y las funciones más deterioradas fueron la emocional y la social.

Por el contrario, Lobos y colaboradores (19) no encuentran diferencia significativa en la evolución del estado nutricional de los niños, sugiriendo nuevas intervenciones educativas adecuadas a la realidad de cada comunidad para tener un impacto positivo en la prevención del sobrepeso infantil en las escuelas.

La mayor parte de los estudios revisados coinciden que una intervención educativa de Enfermería coordinada con otros actores sociales contribuye a mejorar los hábitos alimenticios y la disminución del sobrepeso en los niños y adolescentes.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones:

De los 8 artículos revisados 10 artículos analizados sistemáticamente evidencian la eficacia de un programa educativo para la prevención del sobrepeso en niños y adolescentes.

5.2. Recomendaciones:

- Para el Ministerio de Educación. Existe suficiente evidencia para recomendar la implementación de intervenciones educativas de promoción de estilos de vida saludables en el ámbito escolar.
- Para el Ministerio de Salud. La implementación de programas de prevención de obesidad y sobrepeso en escolares que incluyan los ambientes familiar y escolar y estén apoyadas por políticas

públicas es ideal para guiar a los niños a mantener una vida saludable.

- Se requieren de nuevas intervenciones educativas en las que se consideran aspectos teóricos y metodológicos influencias ambientales, factores de comportamiento y características personales que permitan favorecer hábitos de vida saludables en niños y adolescentes.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS

1. Rubinstein A, Terrasa S. Medicina familiar y práctica ambulatoria. 2a Ed. Buenos Aires. Argentina. Editorial: Médica Panamericana, 2006: 1715-1721
2. Mei Z, Grummer L, Pietrobelli A, Goulding A et al. Validity of body mass index compared with other body-composition screening indexes for the assessment of body fatness in children and adolescents. *American Journal of Clinical Nutrition* 2002; 75:97–985
3. Durán P, Piazza N, Trifone L. Consenso sobre factores de riesgo de enfermedad cardiovascular en pediatría. Obesidad. Subcomisión de Epidemiología y Comité de Nutrición. Argentina: Rev. Anales de pediatría. 103 (4): 262-281.
4. Barbeito S, Duran P, Franchello A et al. Valoración de la composición corporal y distribución grasa en pacientes pediátricos con sobrepeso. Rev. de la Sociedad Argentina de Nutrición. Actualización en Pediatría y Nutrición 2006;7(3):42-47.
5. Kovalskys I, Bay L, Rausch Herscovici C, Berner E. Prevalencia de obesidad en una población de 10 a 19 años en la consulta pediátrica. Rev. Chilena de Pediatría 2005;76(3):324-325.
6. Torresani ME, Raspini M, Acosta Sero O et al. Prevalencia de conductas obesogénicas en escolares y adolescentes. Rev. de la Sociedad Argentina de Nutrición. Actualización en Pediatría y Nutrición 2006;7(4):53-62
7. Kaur H, Hyder ML, Poston WSC. Childhood overweightan expanding problem. Treatment in Endocrinology (internet).2018(citado el 11 de noviembre 2018) 2(6):375-388. Disponible en: <http://www.ingentaconnect.com/content/adis/end/2003/00000002/0000006/art00002>
8. Scruzzi GF, Pou SA, Iglesias A. Obesidad en la pobreza: tendencias y prevalencias en una población de escolares, Córdoba, 2003-2005. Rev. de la Sociedad Argentina de Nutrición. Actualización en Pediatría y Nutrición 2006;7(2):63-71.

9. Lama More RA, Franch A, Gil Campos M. Obesidad Infantil. Recomendaciones del Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Parte I. Prevención. Detección precoz. Papel del pediatra. Anales de Pediatría 2006 URL disponible en: <http://db.doyma.es/cgi-bin/wdbcgi.exe/doyma/mrevista.fulltext?pident=130958>
10. Poletti OH, Barrios L. Obesidad e Hipertensión arterial en escolares de la ciudad de Corrientes: Argentina. Arch Argent Pediatría 2007; 105(4):293-298.
11. OPS. Serie PALTEX. Evaluación para el planeamiento de Programas de Educación para la Salud. 1990.
12. Diccionario de la Real Academia Española. Edit. Espasa. 23ªed. 2014
13. Ferreira L, Ignacio Revisión sistemática y metaanálisis: bases conceptuales e interpretación Pg. Vall d'Hebron 119-129, 08035 Barcelona, España. En cgi? ID ARTICULO=65664.
14. Mancipe Navarrete, JA, Garcia Villamil, SS, Correa Bautista, JE, Meneses-Echávez, JF, González-Jiménez, E, Schmidt-RioValle, J. Efectividad de las intervenciones educativas realizadas en América Latina para la prevención del sobrepeso y obesidad infantil en niños escolares de 6 a 17 años: una revisión sistemática. Nutrición Hospitalaria[Internet].2015;31(1):102-114. ORL <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309232878010>
15. Ramos-Padilla P, Carpio-Arias T, Delgado-López V, Villavicencio-Barriga. Sobrepeso y obesidad en escolares y adolescentes del área urbana de la ciudad de Riobamba, Ecuador. Rev Esp. Nutr. Hum. Diet [Internet]. 2015 Mar [citado 2018 Feb 06] 19(1): 21-27. ORL: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452015000100004&lng=es. <http://dx.doi.org/10.14306/renhyd.19.1.123>.
16. Alvirde-García Ulices, Rodríguez-Guerrero Alfredo J, Henao-Morán Santiago, Gómez-Pérez Francisco J, Aguilar-Salinas Carlos A. Resultados de un programa comunitario de intervención en el estilo de vida en niños. Salud pública Méx [revista en la Internet]. 2013 [citado 2018 Feb 05] ; 55(Suppl 3): 406-414. Disponible en:

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000900007&lng=e

17. Cortázar V, Gasca A, Arlette R. Reducción de la obesidad infantil a través del componente de nutrición de una iniciativa de escuela promotora de salud. *Salud Pública México* 2015 ;55(1);5431-5433
Disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S003636342013000900010&script=sci_arttext&lng=en
18. Scruzzi, Graciela. Salud escolar: una intervención educativa en nutrición desde un enfoque integral. *Cuadernos.info*, [S.l.], n. 35, p. 39-53, dic. 2014. ISSN 0719-367x. Disponible en:
<<http://www.cuadernos.info/index.php/CDI/article/view/cdi.35.644>>.
Fecha de acceso: 05 feb. 2018 doi:10.7764/cdi.35.644.
19. Lobos Fernández L, Leyton Dinamarca B, Kain Bercovich J, Vio del Río F. Evaluación de una intervención educativa para la prevención de la obesidad infantil en escuelas básicas de Chile. *Nutr.Hosp.*
20. Hurtado-Valenzuela J, Álvarez-Hernández G. Calidad de vida relacionada con la salud del niño y del adolescente con obesidad. *Salud Ment [revista en la Internet]*. 2014 Abril [citado 2018 Feb 05]; 37(2): 119-125. Disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000200005&lng=es.
21. Quizán P, Trinidad, Anaya Barragán. (2013). Efectividad del programa Promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 21(42),1752 Disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S018845572013000200008&lng=es&tlng=es.
22. Evans A, Ranjit N, Hoelscher D et al.(2016) Impact of school-based vegetable garden and physical activity coordinated health interventions on weight status and weightrelated behaviors of ethnically diverse, lowincome students: Study design and baseline data of the Texas, Grow! Eat! Go! (TGEG) cluster-randomized controlledtrial.16(973) Disponible en:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2762413>

23. Minossi V y Campos Pellanda L. (2015) The “Happy Heart” educational program for changes in health habits in children and their families: protocol for a randomized clinical trial. 15(2-10)
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25885095>.