



ANEXO 1

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
CON EL FINANCIAMIENTO DEL FEDU

1. Título del proyecto

**FACTORES QUE CONDICIONAN EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN
TRABAJADORES DE LA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE SANTA LUCIA- 2022**

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
Nutrición en salud pública	Promoción de la salud	Nutrición en salud pública

3. Duración del proyecto (meses)

12 meses

4. Tipo de proyecto

<u>Individual</u>	<input type="radio"/>
<u>Multidisciplinario</u>	<input type="radio"/>
<u>Director de tesis pregrado</u>	<input checked="" type="radio"/>

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	- Dra. Amalia Felicitas Quispe Romero - Bach. Yaqui Roque Quispe - Estudiante del VII Semestre Componente Curricular Nutrición en Salud Pública
Escuela Profesional	Nutrición Humana
Celular	951750582, 982029373
Correo Electrónico	afquispe@unap.edu.pe , Zuroe96@gmail.com

- I. Título (El proyecto de tesis debe llevar un título que exprese en forma sintética su contenido, haciendo referencia en lo posible, al resultado final que se pretende lograr. Máx. palabras 25)

**FACTORES QUE CONDICIONAN EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN
TRABAJADORES DE LA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE SANTA
LUCIA- 2022**



- II. Resumen del Proyecto de Tesis (Debe ser suficientemente informativo, presentando -igual que un trabajo científico- una descripción de los principales puntos que se abordarán, objetivos, metodología y resultados que se esperan)

El presente trabajo de investigación denominada, "factores que condicionan el sobrepeso y obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de santa lucia 2022". Tiene como objetivo, identificar cuáles son los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad en adultos, el tipo de investigación estará ubicado en el nivel descriptivo, diseño no experimental, la muestra estará conformada por 58 participantes. Para identificar los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad, se aplicará una encuesta para conocer, la frecuencia de consumo de alimentos, nivel de actividad física, antecedentes familiares de sobrepeso y obesidad, el consumo de tabaco y alcohol (hábitos nocivos) ; mientras que para evaluar el estado nutricional se aplicará la evaluación nutricional mediante el IMC y el PAB. Una vez recolectado los datos se procesará a obtener la base de datos en Microsoft Excel, para después aplicar el tratamiento estadístico chi - cuadra o prueba de Pearson y así conocer cuáles de los factores tienen mayor relación con el estado nutricional.

- III. Palabras claves (Keywords) (Colocadas en orden de importancia. Máx. palabras: cinco)

Factores, sobrepeso, obesidad.

- IV. Justificación del proyecto (Describa el problema y su relevancia como objeto de investigación. Es importante una clara definición y delimitación del problema que abordará la investigación, ya que temas cuya definición es difusa o amplísima son difíciles de evaluar y desarrollar)

El presente trabajo de investigación es de gran relevancia ya que se enfocará en estudiar los factores más predecibles que condicionan el sobrepeso y obesidad en los adultos, dado que en la actualidad el sobrepeso y obesidad se convirtieron en un problema de salud pública considerándose en una de las principales causas de muerte en el Perú , por asociar enfermedades crónicas no transmisibles (ENT), como son: La hipertensión arterial, la diabetes mellitus, enfermedades cardiovasculares y hoy en día el nuevo SARS.Cov-2, esto hace que el sobrepeso y, en mayor medida la obesidad, afecte negativamente sobre la calidad de vida de las



personas que padecen de este estado nutricional repercutiendo también en su bajo desempeño laboral.

En este contexto, surge la presente investigación que busca evidencia proveniente del estilo de vida de los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucía de la región Puno el mismo que nos permitirá identificar si los factores más relevantes son modificables o no de acuerdo a los datos que obtendremos de las encuestas a realizar. El sobrepeso y obesidad son situaciones que se pueden prevenir por el cual, con esta investigación se busca disminuir el sobrepeso y la obesidad para evitar problemas de salud en las personas con este estado nutricional, ya que estos datos serán de gran aporte a la sociedad para que más adelante, en base a los resultados obtenidos, se pueda intervenir oportunamente, promoviendo acciones de prevención y saber si debe ir acompañada de una intervención multidisciplinaria para contrarrestar este mal que va creciendo cada vez más en el país.

- V. Antecedentes del proyecto (Incluya el estado actual del conocimiento en el ámbito nacional e internacional. La revisión bibliográfica debe incluir en lo posible artículos científicos actuales, para evidenciar el conocimiento existente y el aporte de la Tesis propuesta. Esto es importante para el futuro artículo que resultará como producto de este trabajo)

A nivel internacional

Baque J. (2019) en su trabajo de investigación factores que influyen en el sobrepeso y obesidad en adultos mayores, por consiguiente realizó un estudio aplicando un método descriptivo analítico, del tipo cuantitativo, de corte transversal, el mismo que tuvo una muestra de estudio a 45 personas, en el cual utilizó como instrumento para recolección de datos una encuesta, Baque Mero J. identificó los diversos factores que inciden en gran magnitud el incremento de peso corporal, entre ellos los factores socioeconómicos, genéticos, ambientales, el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios, encontrando así los siguientes resultados, entre los factores que implican la aparición de sobrepeso y obesidad existe comorbilidad, de igual forma encontró como resultado que el sedentarios o la poca actividad física incrementa la posibilidad de sufrir sobrepeso y obesidad (6)

A nivel nacional

Ayaucan Y. (2019) Realizó un estudio el cual tuvo como objetivo evaluar los factores de riesgo para la obesidad en el adulto, teniendo como propósito determinar los principales factores de riesgos asociados a la obesidad en el adulto. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional, no experimental, y para los resultados aplicaron una encuesta de 14 preguntas, los resultados que obtuvieron luego del análisis estadístico demostraron que existe una relación directa entre la obesidad y el estilo de vida, no encontraron relación entre la obesidad y el factor económico y biológico (7).



A nivel local

Coila Gl. (2019) En su investigación “Conductas Obesogénicas relacionadas al estado nutricional en el adolescente de la institución Educativa secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos - Puno”, Planteo como objetivo: determinar la relación entre las conductas Obesogénicas y el estado nutricional, en el cual conto con una población de 344 estudiantes, la muestra estimada de manera no probabilística fue 181 estudiantes de quinto grado; realizo un estudio descriptivo, de corte transversal con diseño correlacional, la técnica que empleo para la recolección de datos fue la encuesta y la medición; los instrumentos para las conductas Obesogénicas fue un cuestionario de hábitos alimenticios, y el cuestionario internacional de actividad física, y para el registro del estado nutricional se utilizó la ficha de registro. Los resultados que obtuvo fueron los siguientes: el 19.3% de estudiantes presentan hábitos alimentarios en riesgo, el 80.7% presentan hábitos alimentarios saludables, el 62% son mínimamente activos, el 30.4% son inactivos y el 7.2% de los estudiantes son activos, respecto al estado nutricional, el 6.1% tienen sobrepeso, 0.6% obesidad, 1.1% presenta delgadez y el 72.4% tienen un estado nutricional normal 1.7% riesgo de delgadez y 18.2% de estudiantes riesgo de sobrepeso, llegando a la conclusión que los que presentan hábitos saludables es bajo, el riesgo de padecer sobrepeso y obesidad es grande, por lo que los hábitos alimentarios y la actividad física se asocian con el estado nutricional (8)

VI. Hipótesis del trabajo (Es el aporte proyectado de la investigación en la solución del problema)

- Ho = Los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia no son la alimentación, actividad física, hábitos nocivos, y factor socioeconómico
- Ha = Los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia son la alimentación, actividad física, hábitos nocivos, y factor socioeconómico.

VII. Objetivo general

Determinar los factores que condicionan al sobrepeso y obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

VIII. Objetivos específicos

- Determinar si la alimentación y la actividad física condicionan al sobrepeso y obesidad en los
- trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.
- Explicar si los hábitos nocivos condicionan al sobrepeso y obesidad en los



trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

- Relacionar el nivel socioeconómico con el sobrepeso y obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

IX. Metodología de investigación (Describir el(los) método(s) científico(s) que se empleará(n) para alcanzar los objetivos específicos, en forma coherente a la hipótesis de la investigación. Sustentar, con base bibliográfica, la pertinencia del(los) método(s) en términos de la representatividad de la muestra y de los resultados que se esperan alcanzar. Incluir los análisis estadísticos a utilizar)

Tipo y diseño de la investigación

- Tipo: se clasifica en un tipo descriptivo – correlacional porque se estudiarán hechos que ocurren en su espacio original y natural es decir sin ejercer ningún tipo de manipulación de las variables (21). Por lo cual se muestra cómo se presenta la variable sobrepeso y la obesidad del personal en un tiempo y lugar determinado, para establecer la asociación entre ambas variables en las mismas unidades de análisis, mediante la comprobación estadística (22).

- Diseño: El proyecto es de tipo diseño no experimental, porque se estudiarán hechos que ocurren en su espacio original y natural es decir sin ejercer ningún tipo de manipulación de las variables. (23)

Lugar de estudio

El presente trabajo de investigación se realizará en la municipalidad distrital de Santa Lucia.

Población y muestra

La población está conformada por un total de 150 trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia. Y el tamaño de la muestra

$$n = \frac{N \times Z^2 \times p \times q}{(e^2 (N-1) + Z^2 \times p \times q)}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población

Z² = Parámetro estadístico que depende del nivel de confianza (para 90%, Z=1.96)

p= Probabilidad de que ocurra el evento estudiado (0.5)

q= Probabilidad de que no ocurra el evento estudiado (0.5)

e² = Error de estimación máximo aceptado (10%, e=0.1)

Remplazando

$$n = \frac{150 \times (1.96)^2 \times (0.5) \times (0.5)}{((0.1)^2 (150-1) + (1.96)^2 \times (0.5) \times (0.5))} \quad (150-1)$$

$$n = 144.06 / 2.4504$$

$$n = 58$$



Entonces el tamaño óptimo de la muestra es de 58 trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia, lo cual será distribuido de la siguiente manera

Sexo	Población	Muestra
Varones	89	34
Mujeres	61	24
Total	150	58

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión: Trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia

Criterios de exclusión: Trabajadores que mantengan un régimen alimentario como tratamiento por alguna patología, practicantes de las diferentes áreas de la municipalidad distrital de Santa Lucia y trabajadores que no deseen participar en la investigación

Operacionalización de variables

Variable	Dimensión	Indicadores	Escalas	Instrumento
----------	-----------	-------------	---------	-------------

VARIABLE INDEPENDIENTE

Factores que condicionan el sobrepeso y obesidad
Alimentación y actividad física Hábitos Alimentarios

Bueno 61 – 80 puntos

Regular 31 – 60 puntos

Malo de 0 – 30 puntos Encuesta sobre alimentación saludable

Nivel De

Actividad Física Bajo (cat. 1)

Moderado (cat. 2)

Alto (cat. 3) Encuesta sobre el nivel de actividad física

(IPAQ)

Hábitos Nocivos Consumo de tabaco Frecuentemente

Esporádico

Nunca

Encuesta

Consumo de alcohol

Frecuentemente

Esporádico

Nunca

Encuesta



Factores Socioeconómicos	Aspecto Socioeconómico
A= muy alto	
B = alto	
Ca = medio – alto	
Cb = medio	
D = medio – bajo	
E = bajo	
Encuesta Matriz de consistencia ESOMAR	
Antecedentes familiares con sobrepeso	Primer
grado (hijos – padres)	
Segundo grado (abuelo, nieto)	
Tercer grado (primos, tíos)	
No (nadie)	
Encuesta	
VARIABLE	
DEPENDIENTE	
Sobrepeso y	
obesidad	Sobrepeso
y	
obesidad	Estado
Nutricional Según	
IMC (Peso (kg)/	
talla m2)	Delgadez grado III (<16)
	Delgadez grado II (16 a < 17)
	Delgadez grado I (17 a <18.5)
	NORMAL (18-5 a < 25)
	Sobrepeso (25 a < 30)
	Obesidad grado I (30 a < 35)
	Obesidad grado II (35 < 40)
	Obesidad grado III (\geq a 40)
	Ficha de Evaluación
Evaluación	Estado Nivel (Hombre - mujer) Ficha de
Alto (<94	Nutricional Según PAB Bajo



(≥ 94 <80)
 ≥ 80)

Muy alto (≥ 102 ≥ 88)

Descripción detallada de los métodos, técnicas, procedimientos e instrumentos para la recolección de datos

En la técnica de recolección de datos se ordena según los objetivos específicos

Primer Objetivo Específico

Determinar si la alimentación y la actividad física condicionan al sobrepeso y obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

Técnica: Encuesta, método que se utilizará para registrar los hábitos alimentarios, en cuanto a la actividad física se utilizará para conocer el nivel de actividad física en cada uno de los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

Instrumento: Cuestionario.

Procedimiento: Se realizará una entrevista con escala de Likert, como instrumento se utilizará un cuestionario, el mismo que contará con 20 preguntas sobre frecuencia de consumo de alimentos, elaborado por la investigadora del presente estudio, las mismas que tendrá una escala de nunca, raramente, ocasionalmente, frecuentemente y muy frecuentemente. El mismo que tendrá la siguiente puntuación:

De la pregunta 01 al 13 De la pregunta 14 al 20

Nunca = 0

Raramente = 1

Ocasionalmente = 2

Frecuentemente = 3

Muy frecuentemente = 4

Nunca = 4

Raramente = 3

Ocasionalmente = 2

Frecuentemente = 1

Muy frecuentemente = 0

Procedimiento: Para estimar el nivel de actividad física de cada uno de los trabajadores de la municipalidad, se realizará la encuesta tomada como referencia el IPAQ "últimos 7 días" instrumento validado a nivel internacional. (25)

Segundo Objetivo Específico



Explicar si los hábitos nocivos condicionan al sobrepeso y obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

Técnica: Encuesta

Instrumento: Cuestionario

Procedimiento: se aplicará dos preguntas cerradas en la encuesta.

Tercer Objetivo Específico

Relacionar el nivel socioeconómico con el sobrepeso y obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia.

Técnica: Encuesta

Instrumento: Cuestionario

Procedimiento: Se aplicará la encuesta de evaluación socioeconómica ESOMAR, método originario de Europa, y validado en Chile, el mismo que es más objetivo y de simple aplicación, el cual se basa en dos variables, el nivel de educación alcanzado por el principal sostenedor del hogar y la categoría ocupacional del principal sostenedor del hogar, los mismos que se combinan en una matriz de clasificación socioeconómicas, y se generan en 6 grupos de clasificación (26).

A = muy alto

B = alto

Ca = medio-alto

Cb = medio

D = medio-bajo

E = bajo

Para determinar el estado nutricional según IMC

Método: mediciones antropométricas

Técnica: medición de talla y peso

Instrumento: balanza y tallímetro

Procedimiento:

Talla: Para tomar la talla del participante, colocaremos el tallímetro, en una superficie plana y junto a la pared. Pediremos al participante a ser tallada que se quite los zapatos, en el caso de las mujeres pedir que se retire accesorios de la cabeza en el caso sea necesario. Una vez en el tallímetro, ubicaremos los pies del participante junto al tallímetro, las plantas de los pies deberán tocar la base del mismo y la punta de los pies deberán estar separadas en forma de "V", solicitaremos que se mantenga en posición erguida, con la mirada al frente, los brazos al costado del cuerpo y que los hombros, la cabeza, omoplato y nalgas estén en contacto con el tallímetro,



colocamos el tope móvil superior del tallimetro hasta apoyarlo con la cabeza de esta manera realizamos la medición de la talla hasta apoyarlo con la cabeza de esta manera realizaremos la medición de talla, finalmente registramos en la ficha de datos.

Peso: Para poder obtener el peso de cada uno de los participantes en la presente investigación, utilizaremos una balanza, esta debe estar colocada en un lugar plano y estable, seguidamente solicitaremos a la persona que se quite los zapatos y algunas prendas en exceso que puedan tener al momento de tomar el peso, indicaremos al participante que suba a la balanza y se coloque al centro de la misma, nos posicionaremos frente a la balanza y realizaremos la lectura, para finalizar anotaremos los datos en nuestra ficha de registro de datos.

Para determinar el perímetro abdominal

Se utilizará una cinta métrica, solicitaremos al participante mantenerse erguido mientras realizamos la medición del perímetro abdominal. Finalmente anotamos los datos obtenidos.

Procesamiento de datos

Para la obtención de datos sobre el estado nutricional de los participantes, pasaremos nuestros datos obtenidos de las mediciones antropométricas al programa Microsoft Excel, seguidamente procederemos a calcular el IMC de los participantes. Los datos obtenidos en las encuestas realizadas se pasarán al programa Microsoft Excel, las mismas que después serán procesadas en el programa SPSS estadística versión 26 para el análisis de datos.

Consideraciones éticas

Para la realización del presente trabajo de investigación se solicitará autorización previa al Sr, alcalde de la municipalidad distrital de Santa Lucia, del mismo modo al jefe de recursos humanos, seguidamente se informara a cada participante sobre el estudio de investigación a realizarse, se entregará la ficha de consentimiento para su participación, en el cual la información obtenida será utilizada de manera responsable, y será totalmente confidencial, el mismo que se utilizara netamente para fines y manejos del investigador, asegurando la protección de sus derechos y bienestar.

Tratamiento estadístico

Para identificar los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad, se utilizará el paquete estadístico SPSS, y se aplicará la



prueba estadística de Chi – Cuadrada o Prueba de Pearson, cuya fórmula es:

$$\chi^2 = \sum \frac{(F_o - F_e)^2}{F_e}$$

Donde:

χ^2 : Chi cuadrado de Pearson calculada

F_o : frecuencia observada

F_e : frecuencia esperada

Teniendo los parámetros estadísticos de:

Nivel de Significancia al 5%

Teniendo las Hipótesis de contraste

H_o = Los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia no son la alimentación, actividad física, hábitos nocivos, y factor socioeconómico.

Condición de Aceptación = Chi Cuadrada sea menor que la Chi tabulada.

H_a = Los factores que condicionan el sobrepeso y la obesidad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santa Lucia son la alimentación, actividad física, hábitos nocivos, y factor socioeconómico

Condición de Aceptación = Chi Cuadrada sea mayor que la Chi tabulada.

X. Referencias (Listar las citas bibliográficas con el estilo adecuado a su especialidad)

1. Naumnik B, Myśliwiec M. Renal Consequences Of Obesity. Case Reports Clin Pract Rev. 2010;16(8):84–92.
2. Obesidad Y Sobrepeso [Internet]. [Cited 2021 Jun 9]. Available From: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. Per GDEL. Boletín Epidemiológico Del Perú. 2019;
4. Cerca Del 70% De Adultos Peruanos Padecen De Obesidad Y Sobrepeso | Instituto Nacional De Salud [Internet]. [Cited 2021 Jun 9]. Available From: <https://web.ins.gob.pe/index.php/es/prensa/noticia/cerca-del-70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso>
5. Perú Es El Tercer País De La Región En Obesidad Y Sobrepeso - Observatorio De Nutrición Y El Estudio Del Sobrepeso Y Obesidad [Internet]. [Cited 2021 Jun 9]. Available From:



- <https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/272-peru-es-el-tercer-pais-de-la-region-en-obesidad-y-sobrepeso>
6. De Enfermería C. Universidad Estatal Del Sur De Manabí Facultad Ciencias De La Salud [Internet]. Jipijapa-Unesum; 2019 [Cited 2021 Jun 11]. Available From: <http://repositorio.unesum.edu.ec/handle/53000/1637>
 7. Ayaucan Prado, Yulissa Lisbeth , Condori Espinoza Magaly Gladys. Factores De Riesgo Para La Obesidad En Los Adultos Que Acueden Al Centro De Salud Nuevo Imperial De Cañete, En Los Meses De Setiembre - noviembre Del 2019. 2019;
 8. Daniela G. Conductas Obesogenicas Relacionadas Al Estado Nutricional En Adolescentes De La Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar Carlos Puno. 2019.
 9. Sobrepeso E. Definición De Sobrepeso.
 10. OMS | ¿Qué Son El Sobrepeso Y La Obesidad? [Internet]. WHO World Health Organization; 2016. Available From: https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what/es/
 11. Prevención De La Obesidad - OPS/OMS | Organización Panamericana De La Salud [Internet]. [Cited 2021 Jul 11]. Available From: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
 12. Obesidad Exógena Y Endógena – Obesidad Y Sobrepeso [Internet]. [Cited 2021 Jul 11]. Available From: <https://obesidad.medico-guia.com/obesidad-exogena-y-endogena.html>
 13. OBESIDAD: Causas Y Factores De Riesgo [Internet]. [Cited 2021 Jun 12]. Available From: <https://www.limarp.com/es/obesidad-causas-y-factores-de-riesgo/>
 14. García Milian AJ, Creus García ED. La Obesidad Como Factor De Riesgo, Sus Determinantes Y Tratamiento. Rev Cuba Med Gen Integr. 2017;32(3):1-13.
 15. Evaluación, Diagnóstico, Tratamiento Y Oportunidades De Prevención De La Obesidad [Internet]. [Cited 2021 Jul 11]. Available From: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-23912014000400009
 16. Indicadores Nutricionales En Adultos.
 17. Guía Técnica Para La Valoración Nutricional Antropométrica De La Persona Adulta.
 18. Definición De Factores» Concepto En Definición ABC [Internet]. [Cited 2021 Jun 13]. Available From: <https://www.definicionabc.com/general/factores.php>
 19. Condicionar | Definición | Diccionario De La Lengua Española | RAE - ASALE [Internet]. [Cited 2021 Jun 13]. Available From: <https://dle.rae.es/condicionar>
 20. Optar P, Título EL, De P. Facultad De Industrias Alimentarias Escuela De Formación Profesional De Bromatología Y



Nutrición Humana Examen De Suficiencia Profesional: Nutrición En Anemia. 2018;76.

21. Hernández, R. , Fernández, H. , & Baptista L. Metodología De La Investigación (Quinta Ed.). 2010.
22. García, J. A. , Jiménez, F. , Arnaud, M. , D. , Ramírez, Y. , & Lino L. Introducción A La Metodología De La Investigación En Ciencias De La Salud. 2011.
23. Bernal C. Metodología De La Investigación: Administración, Economía, Humanidades Y Ciencias Sociales (Tercera Edición Ed.) Bogotá Colombia. 2010
24. Ñaupas, H. , Valdivia, M. , R. , Palacios, J. J. , & Romero HE. Metodología De La Investigación Cuantitativa, Cualitativa Y Redacción De La Tesis (4ta. Ed.) Lima. 2014.
25. Barrera R. Cuestionario Internacional De Actividad Física (IPAQ). Rev Enfermería Del Trab. 2017;7(2):49–54.
26. El Nivel Socio Económico Esomar - PDF Descargar Libre [Internet]. [Cited 2021 Jul 13]. Available From: <https://Docplayer.Es/19542963-El-Nivel-Socio-Economico-Esomar.Html>

XI. Uso de los resultados y contribuciones del proyecto (Señalar el posible uso de los resultados y la contribución de los mismos)

- Los resultados serán de gran utilidad para fomentar un estilo de vida saludable y buenos hábitos alimenticios para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles

XII. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

- Dar a conocer cuál de los factores tiene más influencia o que condicionan en mayor magnitud en el sobrepeso y la obesidad

ii. Impactos económicos

Actividad económica de la Municipalidad Distrital de Santa Lucia

iii. Impactos sociales

Los resultados del siguiente trabajo de investigación serán útiles para la Municipalidad Distrital de Santa Lucia, para las familias para que tengan en cuenta las prácticas de alimentación saludable.



iv. Impactos ambientales

No tendrá ningún impacto ambiental

XIII. Recursos necesarios (Infraestructura, equipos y principales tecnologías en uso relacionadas con la temática del proyecto, señale medios y recursos para realizar el proyecto)

- Dra. Amalia Felicitas Quispe Romero (Docente de la Escuela Profesional de Nutrición Humana)
- Bach. Yaqui Roque Quispe
- Estudiantes del Componente Curricular Nutrición en Salud Pública VII Semestre

XIV. Localización del proyecto (indicar donde se llevará a cabo el proyecto)

El trabajo de investigación se llevará a cabo en el distrito de Santa Lucia perteneciente a la Provincia de Lampa de la Región de Puno.

XV. Cronograma de actividades

Actividad	2022 – Meses											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisión bibliográfica	X	X	X	X								
Formulación del proyecto		X	X									
Evaluación del estado nutricional			X	X	X							
Ejecución					X	X	X					
Recolección de datos							X	X	X			
Tabulación de datos								X	X			
Procesamiento de datos								X	X	X		
Elaboración del informe									X	X		
Revisión del informe										X	X	
Presentación del informe final											X	X

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costos unitarios s/.	Cantidad	Costo total
Material de escritorio	Paquete	400.00	Varios	400.00
Movilidad para recolección de datos en Santa Lucia.		100.00	10	1000.00
Internet	Por hora	1.00	200 horas	200.00
Alimentación	c/u	50.00	5	250.00



Servicio de digitación	Pág.	5.00	20	100.00
Equipos para evaluación nutricional		490.00	6	2940.00
Validación de Instrumento	Unit.	100.00	1	100.00
Estadística		400.00	1	400.00
Imprevistos				700.00
Total				S/5790.00

ANEXOS

ENCUESTA PARA DETERMINAR LOS FACTORES QUE CONDICIONAN EL SOBREPESO Y OBESIDAD

Sexo: Edad: Peso: Kg. IMC: PAB:

¿En su familia hay alguien que padece de sobrepeso? NO () SI () especifique.....

¿En su familia hay alguien que padece de obesidad? NO () SI () Especifique.....

Consumo Ud. tabaco: NO () SI () ¿con qué frecuencia?

Consumo Ud. bebidas alcohólicas NO () SI () ¿con qué frecuencia?.....

1. ENCUESTA SOBRE FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS

1. ¿Con que frecuencia consume raciones de verduras en su alimentación?

- a) Nunca
- b) Raramente
- c) Ocasionalmente
- d) Frecuentemente
- e) Muy frecuentemente

2. ¿Con que frecuencia consume raciones de frutas?

- a) Nunca
- b) Raramente
- c) Ocasionalmente
- d) Frecuentemente
- e) Muy frecuentemente

3. ¿Consumo Meriendas en su alimentación?

- a) Nunca
- b) Raramente
- c) Ocasionalmente
- d) Frecuentemente
- e) Muy frecuentemente

4. ¿Con que frecuencia consume lácteos en su alimentación?

- a) Nunca
- b) Raramente
- c) Ocasionalmente
- d) Frecuentemente
- e) Muy frecuentemente

5. ¿Con que frecuencia consume legumbres en su alimentación?

- a) Nunca
- b) Raramente
- c) Ocasionalmente



- d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
6. ¿Con que frecuencia consume en su alimentación pescados?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
7. ¿Con que frecuencia consume? en su alimentación carnes?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
8. ¿Con que frecuencia consume huevos en su alimentación?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
9. ¿Con que frecuencia consume frutos secos como las almendras, nueces, avellanas entre otros?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
10. ¿Con que frecuencia consume alimentos integrales en su alimentación?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
11. ¿Con que frecuencia consume en su alimentación refrescos de frutas o agua?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
12. ¿Respetas sus horarios de alimentación en el día?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
13. ¿Con que frecuencia su alimentación es variada?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente
 - d) Frecuentemente
 - e) Muy frecuentemente
14. ¿Con que frecuencia consume sus alimentos fuera de casa?
- a) Nunca
 - b) Raramente
 - c) Ocasionalmente



- d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente
15. ¿Con que frecuencia consume comida rápida?
a) Nunca
b) Raramente
c) Ocasionalmente
d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente
16. ¿Suele consumir comida calentada, con qué frecuencia?
a) Nunca
b) Raramente
c) Ocasionalmente
d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente
17. ¿Con que frecuencia consume en su alimentación, alimentos procesados?
a) Nunca
b) Raramente
c) Ocasionalmente
d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente
18. ¿Con que frecuencia consume Frituras?
a) Nunca
b) Raramente
c) Ocasionalmente
d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente
19. ¿Con que frecuencia agrega, sal a su plato de sus principales comidas, desayuno, almuerzo y cena?
a) Nunca
b) Raramente
c) Ocasionalmente
d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente
20. Al momento de consumir sus alimentos diarios: desayuno, almuerzo y cena,
¿Con que frecuencia acostumbra ver la televisión o usar el celular?
a) Nunca
b) Raramente
c) Ocasionalmente
d) Frecuentemente
e) Muy frecuentemente

2. ENCUESTA IPAQ: ACTIVIDADES FÍSICAS EN TRABAJADORES

A. ACTIVIDADES FISICAS INTENSAS

Piense en todas las actividades intensas que usted realizó en los últimos 7 días. Las actividades intensas son aquellos que implican un esfuerzo físico intenso y que le hacen respirar mucho más intensamente de lo normal, piense solo en aquellas actividades físicas que realizó durante por lo menos 10 minutos seguidos.

1. Durante los últimos 7 días, ¿En cuántos realizó actividades físicas intensas tales como levantar pesos pesados, cavar, hacer ejercicios aeróbicos, andar en bicicleta o jugar fútbol?



Días por semana

2. Habitualmente, ¿cuánto tiempo en total le dedico a una actividad física intensa en uno de esos días?

Ejemplo: si practico 20 minutos marque 0 horas y 20 minutos

Horas por día

Minutos por día

B. ACTIVIDADES FÍSICAS MODERADAS

Piense en todas las actividades moderadas que usted realizo en los últimos 7 días. Las actividades moderadas son aquellas que requieren un esfuerzo físico moderado que le hace respirar algo más intensamente de lo normal.

Piense solo en aquellas actividades físicas que realizo durante por lo menos 10 minutos seguidos.

3. Durante los últimos 7 días, ¿En cuántos hizo actividades físicas moderadas como transportar pesos livianos, andar en bicicleta a velocidad regular o baile moderado?

Días por semana

4. ¿Habitualmente cuánto tiempo en total le dedica a una actividad física moderada en uno de esos días?

Ejemplo: si practico 20 minutos marque 0 horas y 20 minutos

Horas por día

Minutos por día

CAMINAR: Piense en el tiempo que usted le dedico a caminar en los últimos 7 días. Incluye caminar en el trabajo o en casa, para trasladarse de un lugar a otro, o cualquier otra caminata que usted podría hacer solamente para la recreación, deporte, ejercicio u ocio.

5. Durante los últimos 7 días, ¿en cuántos camino por lo menos 10 minutos seguidos?

Días por semana

6. Habitualmente, ¿cuánto tiempo en total le dedico a caminar en uno de esos días?

Horas por día

Minutos por día

SENTADO durante los días laborales. La última pregunta es acerca del tiempo que pasó usted sentado durante los días hábiles de los últimos 7 días. Esto incluye el tiempo dedicado al trabajo, en casa, en el trabajo y durante el tiempo libre.



Puedes incluir el tiempo que paso sentado ante un escritorio, visitando amigos, leyendo, viajando, sentado o recostado mirando la televisión.

7. Durante los últimos 7 días. ¿Cuánto tiempo paso sentado en un día hábil?

Horas por día

Minutos por día

3. ENCUESTA SOCIOECONÓMICA

1. Educación del principal sostenedor del hogar

¿Cuál es el nivel de educación que alcanzó la persona que aporta el ingreso principal de su hogar?

Alternativas de respuesta:

- 1) Educación primaria incompleta o inferior. (Educación primaria)
- 2) Educación primaria completa.
- 3) Educación secundaria incompleta.
- 4) Educación secundaria completa.
- 5) CEBA (Centro de Educación Básica Alternativa)
- 6) Educación técnica incompleta
- 7) Educación técnica completa
- 8) Educación Universitaria incompleta
- 9) Educación Universitaria completa.
- 10) Post Grado (Master, Doctor o equivalente).

2. Categoría Ocupacional del principal sostenedor del hogar.

¿Cuál es el oficio o profesión de la persona que aporta el principal ingreso de su hogar? Por favor Describa: _____

Alternativas de respuesta:

- 1) Trabajos menores ocasionales e informales (lavado, aseo, servicio doméstico, cuidador de autos).
- 2) Oficio menor, obrero no calificado, albañil, servicio doméstico con contrato.
- 3) Obrero calificado, capataz, micro empresario (kiosco, taxi, comercio menor, ambulante).
- 4) Empleado administrativo medio y bajo, vendedor, secretaria, jefe de sección. Técnico especializado. Profesional independiente de carreras técnicas (contador, analista de sistemas, diseñador, músico). Profesor Primario o Secundario.
- 5) Ejecutivo medio (gerente, subgerente), gerente general de empresa media o pequeña. Profesional independiente de carreras tradicionales (abogado, médico, arquitecto, ingeniero, agrónomo y otras carreras).
- 6) Alto ejecutivo (gerente general) de empresa grande. Directores de grandes empresas. Empresarios propietarios de empresas medianas y grandes. Profesionales independientes de gran prestigio.



3. ¿Qué artefactos hay en el hogar? (Marca una o varias de las opciones)

- 1) Moto o automóvil
- 2) Computador.
- 3) Horno Microonda.
- 4) Cámara de video filmadora.
- 5) Aire Acondicionado o Ventilador.
- 6) Servicio de TV Cable.