



ANEXO 1

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

1. Título del proyecto

Ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno.

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
Ciencias médicas y de salud	Ciencias de la salud	Salud pública

3. Duración del proyecto (meses)

12 meses

4. Tipo de proyecto

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

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	Flores Paredes Alcides
Escuela Profesional	Educación Física
Celular	951967659
Correo Electrónico	alcidesflores@unap.edu.pe

- 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)

Ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno.

- 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 retorno a la presencialidad ha modificado los estilos de vida de los infantes, a nivel mundial, la escuela requiere repensar sobre el papel esencial de formar hábitos saludables en la construcción de espacios saludables en beneficio de los infantes. Los cambios de estilo de vida se han modificado, los niveles de actividad física han disminuido, el tiempo frente a la pantalla se ha incrementado produciendo inactividad física y sedentarismo; por consiguiente, el índice de masa corporal se ha incrementado en los infantes. Se planteará como objetivo determinar la asociación del ambiente familiar, actividad física con el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno. El enfoque que se utilizará es cuantitativo, el tipo de investigación que se asumirá es el no experimental de corte transversal con diseño descriptivo correlacional múltiple. Se aplicará una muestra de tipo probabilística de afijación proporcional de 1815 adolescentes (811 mujeres y 1004 varones). Los instrumentos utilizados serán el cuestionario de ambiente familiar,



actividad física y la medición del peso corporal y la estatura de pie.

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

Espacios saludables, infantes, salud, sedentarismo

IV. Justificación del proyecto (Describe 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 estudio se realiza porque la escuela no se cumple un papel activo en la construcción de estilos de vida saludable al interior de las familias de los infantes y así evitar la obesidad que antes de la pandemia ya era considerada uno de los principales problemas de salud pública tanto en países desarrollados como en países en vías de desarrollo debido a la estrecha relación con el desarrollo de enfermedades como diabetes mellitus tipo 2, cardiovasculares, neurodegenerativa y algunos tipos de cáncer (Duarte, 2015). En las últimas décadas el sobrepeso y la obesidad en la infancia y la adolescencia se han incrementado a nivel mundial, esta realidad se relaciona con la falta de actividad física, estilos de vida y comportamientos alimenticios poco saludables (Pardos-Mainer et al., 2021). La prevalencia del sobrepeso y obesidad se ha incrementado del 4% en 1975 a más del 18% en 2016, este incremento es igual en ambos sexos: 18% en mujeres y un 19% en varones con sobrepeso (OMS, 2021), se necesita mediaciones en estas edades que son de vital importancia por su seguimiento, es decir, la mayoría de obesos a los 18 años fueron obesos o tenían sobrepeso a los 14 años ((Starc, C., y Strel, 2011).

En España la prevalencia alcanza el 46% con mayor tendencia en los hombres, en América Latina el porcentaje llega al 50% de sobrepeso y obesidad en niños de entre 5 y 9 años. El exceso de peso afecta negativamente la función motora de un niño, provocando una baja capacidad para desarrollar las habilidades motoras básicas (Guzmán-Muñoz et al., 2020).

El periodo de confinamiento tuvo un impacto negativo en la salud y estilo de vida de los niños y adolescentes modificando sus patrones de alimentación, actividades diarias, reducción de la duración del sueño y la disminución de la actividad física asociados con factores que contribuyen a la inactividad física y al tiempo de pantalla prolongado (Alvarado, et al., 2021; Arévalo, et al., 2020; Blanco, et al., 2020). La infraestructura de la casa se muestra como un indicador que ahonda en las desigualdades sociales y el impacto que tiene en los escolares, se requiere repensar del impacto psicosocial que esta situación va a generar a largo plazo en la salud física y mental (Arufe, et al., 2020; Bustos-Arriagada et al., 2021; Łuszczki et al., 2021; Paterson et al., 2021; Tíscar-González et al., 2021; Yomoda y Kurita, 2021).

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)

Jiménez Boraita et al., (2022) La infraestructura vinculada a la práctica de actividad física se asocia con el bienestar de sus residentes, por lo que las intervenciones dirigidas a la salud infantojuvenil deberían tener en cuenta la promoción de espacios residenciales que faciliten el acceso dicha práctica

Blanco. et al., (2020) Los niveles de actividad física vigorosa y el ambiente familiar difieren entre los niños con obesidad y normopeso. Por lo tanto, es importante seguir trabajando la conciencia de enfermedad y la promoción de hábitos saludables desde Atención Primaria y el contexto escolar e institucional.

Reyes et al. (2020) los escolares con mayor frecuencia de actividad física por semana presentaron mayor adherencia a la dieta mediterránea y mejor condición física relacionada a la salud.



Torres et al. (2020) señala que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los escolares de medio rural fue menor que en otros estudios realizados en España. La alimentación se ajustaba bastante a la pirámide recomendada por el sistema de salud

Dunton y Wang, (2020) mencionan que los cambios a corto plazo en la actividad física y el sedentarismo como reacción al COVID-19 pueden afianzarse permanentemente, lo que lleva a un mayor riesgo de obesidad, diabetes y enfermedades cardiovasculares en los niños. Se requiere planificar políticas y estrategias orientadas a promover la AF y reducir el sedentarismo durante los próximos 12 meses. Por otra parte, (Ruíz-Roso et al., 2020) en sus hallazgos señalan que una mayor prevalencia de inactividad se observó en los adolescentes, pero reducciones de la actividad física y el consumo de alimentos habituales ultraprocesados durante la pandemia fue más pronunciado en América Latina. Los hallazgos refuerzan la importancia de promover un estilo de vida saludable, es decir, actividad física, ejercicio y dieta, durante los períodos de aislamiento social.

Del mismo modo (González-Toche et al., 2017) señalan que existe una relación entre obesidad y depresión infantil y una influencia familiar. A esta problemática se suma el tiempo que pasan los escolares en el tiempo de pantalla (TP) y sus efectos negativos que provocan en su salud producido por la emergencia sanitaria.

Pérez-Ríos et al. (2018) concluyen que la prevalencia de sobrepeso fue de 24,9% y la de obesidad, de 8,2%. El 25,8% presentaban obesidad abdominal. El 4% de los escolares con normopeso tenían obesidad abdominal. Además, señala que estos datos ponen de manifiesto que se deben promover medidas de prevención primaria a edades tempranas encaminadas a disminuir la prevalencia de este factor de riesgo y a evitar complicaciones futuras. La prevalencia de exceso de peso, si no se tiene en cuenta la obesidad abdominal, se estaría infraestimando.

En la misma línea Telford, et al. (2021) refieren que los adolescentes no fueron lo suficientemente activos durante el confinamiento y algunos subgrupos se vieron más afectados que otros por las restricciones. Es probable que las pandemias formen parte de nuestro futuro y se necesitan más estudios para comprender su impacto en la salud y el bienestar de los adolescentes.

Moral-García, et al. (2020) plantean la importancia que se requiere la necesidad de involucrar a la comunidad educativa, las familias y los medios de comunicación para promover hábitos de vida saludables que puedan ayudar a los profesionales de la actividad física y el deporte en el desarrollo de propuestas teórico-prácticas orientadas a mejorar la salud de los estudiantes. Por ese motivo, es medular iniciar la presente investigación donde se plantea como objetivo determinar el ambiente familiar con la actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno.

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

Existe asociación directa entre el ambiente familiar con la actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno.

VII. Objetivo general

Determinar la asociación directa entre el ambiente familiar con la actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno.



VIII. Objetivos específicos

- Evaluar el ambiente familiar con el nivel de actividad física en los infantes de la región de Puno.
- Analizar el ambiente familiar con el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno.

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)

La presente investigación se desarrollará bajo el paradigma cuantitativo
Método: Hipotético deductivo.
La técnica a emplearse será la encuesta y la observación
El instrumento a utilizarse serán los cuestionarios de ambiente familiar, actividad física y la medición del peso corporal y la estatura de los infantes
Tipo de investigación: No experimental
Diseño de investigación, es el descriptivo correlacional
En la presente investigación se asumirá el diseño: Descriptivo correlacional múltiple
Donde
M = Muestra
O1 = Variable 1 Ambiente familiar
O2 = Variable 2 Actividad física
O3= variable 3 índice de masa corporal
r = Relación de las variables de estudio.
Población:
Conformada de un total de 1815 adolescentes (811 mujeres y 1004 varones) infantes de la región de Puno
Muestra es de tipo no probabilística se trabajará con 811 mujeres y 1004 varones)
Métodos de análisis de datos:
Las medidas de tendencia central:
Media aritmética

Mediana:

Moda:

Medidas de dispersión:

La varianza:

Desviación Media:
Coeficiente de variabilidad:

Kurtosis:

La r de Pearson:



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

- Alvarado Alvarado, D., Gómez Vargas L., y Galle Santana, F. (2021). Impacto en los niveles de actividad física de las personas por consecuencia de la cuarentena durante la pandemia del COVID-19. Una revisión sistemática. *Revista Horizonte Ciencias de La Actividad Física*, 12(1), 34–49.
- Arévalo, H., Urina Triana, M., & Santacruz, J. C. (2020). Impacto del aislamiento preventivo obligatorio en la actividad física diaria y en el peso de los niños durante la pandemia por SARS-CoV-2. *Revista de Colombia de Cardiología*, 27(6), 589–596. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.rccar.2020.09.003>
- Arufe Giráldez, V., Cachón Zagalaz, J., Zagalaz Sánchez, M.L., Sanmiguel Rodríguez, A., y González Valero, G. (2020). Equipamiento y uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en los hogares españoles durante el periodo de confinamiento. Asociación con los hábitos sociales, estilo de vida y actividad física de los niños menores de 12 años. *Revista Latina*, 78, 183–204. <https://doi.org/10.4185/RLCS-20>
- Blanco, M., Veiga, O.L., Sepúlveda, A.R., Izquierdo Gomez, R., Román, F.J., López, S., y Rojo, M. (2020). Ambiente familiar, actividad física y sedentarismo en preadolescentes con obesidad infantil: estudio ANOBAS de casos-controles. *Atencion Primaria*, 52(4), 250–257. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2018.05.013>
- Bustos-Arriagada, E., Fuentealba-Urra, S., Etchegaray-Armijo, K., Quintana-Aguirre, N., & Castillo-Valenzuela, O. (2021). Feeding behaviour and lifestyle of children and adolescents one year after lockdown by the covid-19 pandemic in chile. *Nutrients*, 13(11), 1–10. <https://doi.org/10.3390/nu13114138>
- Duarte, R. M. (2015). Obesidad y sobrepeso: una epidemia mundial. *Rev Med Hondur*, 83(2), 5–6. <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2015/pdf/Vol83-1-2-2015-2.pdf>
- Dunton, G.F., Do, B., y Wang, S. D. (2020). Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S. *BMC Public Health*, 20(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09429-3>
- González-Toche, J., Gómez-García, A., Gómez-Alonso, C., Álvarez-Paredes, M. A., & Álvarez-Aguilar, C. (2017). Asociación entre obesidad y depresión infantil en población escolar de una unidad de medicina familiar en Morelia, Michoacán. *Atención Familiar*, 24(1), 8–12. <https://doi.org/10.1016/j.af.2016.12.001>
- Guzmán-Muñoz, E., Valdés-Badilla, P., Concha-Cisternas, Y., Méndez-Rebolledo, G., & Castillo-Retamal, M. (2020). Methods for measuring physical activity in children and their relationship with nutritional status: A narrative review. *Archivos de Medicina Del Deporte*, 37(3), 197–203.
- Jiménez Boraita, R., Gargallo Ibort, E., Arriscado Alsina, D., & Dalmau Torres, J. M. (2022). Asociación entre el entorno de práctica de actividad física y los hábitos de vida e indicadores de salud física y psicosocial. *Revista Espanola de Salud Publica*, 96.
- Łuszczki, E., Bartosiewicz, A., Pezdan-śliż, I., Kuchciak, M., Jagielski, P., Oleksy, Ł., Stolarczyk, A., & Dereń, K. (2021). Children's eating habits, physical activity, sleep, and media usage before and during COVID-19 pandemic in Poland. *Nutrients*, 13(7). <https://doi.org/10.3390/nu13072447>
- Moral-García, J.E., Agraso-López, A.D., Ramos-Morcillo, A.J., Jiménez, A., y Jiménez-Eguizábal, A. (2020). The influence of physical activity, diet, weight status and substance abuse on students' self-perceived health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph17041387>
- OMS. (2021). *Datos y cifras de la actividad física mundial*.
- Pardos-Mainer, E., Gou-Forcada, B., Sagarra-Romero, L., Morales, S. C., & Concepción, R. R. F. (2021). Obesity, school intervention, physical activity and healthy lifestyles in spanish children. *Revista Cubana de Salud Publica*, 47(2), 1–23.
- Paterson, D. C., Ramage, K., Moore, S. A., Riaz, N., Tremblay, M. S., & Faulkner, G. (2021). Exploring the impact of COVID-19 on the movement behaviors of children and youth: A scoping review of evidence after the first year. *Journal of Sport and Health Science*, 00. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2021.07.001>
- Pérez-Ríos, M., Santiago-Pérez, M. I., Leis, R., Martínez, A., Malvar, A., Hervada, X., & Suanzes, J. (2018). Exceso ponderal y obesidad abdominal en niños y adolescentes gallegos. *Anales de Pediatría*, 89(5), 302–308. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2017.11.007>
- Reyes Olavarria, D., Delgado Floody, P., y Martínez Salazar, C. (2020). Hábitos alimentarios,



- imagen corporal y condición física en escolares chilenos según niveles de actividad física y estatus corporal. *Nutrición Hospitalaria*, 37(3), 443–449.
- Ruíz-Roso, M. B., De Carvalho Padilha, P., Matilla-Escalante, D. C., Brun, P., Ulloa, N., Acevedo-Correa, D., Ferreira Peres, W. A., Martorell, M., Bousquet Carrilho, T. R., De Oliveira Cardoso, L., Carrasco-Marín, F., Paternina-Sierra, K., Lopez de las Hazas, M.-C., Rodríguez-Meza, J. E., Villalba-Montero, L. F., Bernabé, G., Pauletto, A., Taci, W., Cárcamo-Regla, R., ... Dávalos, A. (2020). Changes of Physical Activity and Ultra-Processed Food Consumption in Adolescents from Different. *Nutrients*, 12(2289), 1–13.
- Starc, C., y Strel, J. (2011). Tracking excess weight and obesity from childhood to young adulthood: a 12-year prospective cohort study in Slovenia. *Public Health Nutr.*, 14(1), 49–55.
- Telford, D.M., Signal, D.M., Hofman, P.L., y Gusso, S. (2021). Physical activity in adolescents with and without type 1 diabetes during the new zealand covid-19 pandemic lockdown of 2020. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094475>
- Tíscar-González, V., Santiago-Garín, J., Moreno-Casbas, T., Zorrilla-Martínez, I., Nonide-Robles, M., & Portuondo-Jiménez, J. (2021). Percepciones y vivencias de escolares de 7 a 8 años del País Vasco durante la alerta sanitaria COVID-19. *Gaceta Sanitaria*, xx, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.11.006>
- Torres Moreno, M. P., Solera Albero, J., Sahuquillo Martínez, A., & Tárraga López, P. (2020). Influencia de una intervención comunitaria en obesidad y estilos de vida de escolares en el ámbito rural. *Journal of Negative & No Positive Results*, 5(1), 21–60. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3205>
- Yomoda, K., & Kurita, S. (2021). Influence of social distancing during the COVID-19 pandemic on physical activity in children: A scoping review of the literature. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 19(3), 195–203. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2021.04.002>

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

La presente investigación contribuirá significativamente con el tema de salud pública que son el ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno 2023 y de esa manera realizar actividades de prevención y promoción de actividades físicas saludables al interior de las familias de los infantes.

XII. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

Evidenciar científicamente los beneficios de la práctica de la actividad física sistemática en el organismo y cuanto esto influye en la prevención y promoción de estilos de vida saludable por otro lado legitimar científicamente los múltiples beneficios de la actividad física sobre el organismo en los infantes.

ii. Impactos económicos

La presente investigación asume relevancia, por su bajo costo el de determinar los tipos de ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en la formación de estilos de vida de los infantes de la región de Puno. Y esto cuanto repercute en la salud de los infantes en, la prevención y promoción de la salud es de un bajo costo respecto a la intervención en donde el estado invierte grandes cantidades de dinero.

iii. Impactos sociales



La presente investigación desarrolla un gran impacto social por ser un tema de salud pública, como es el ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno. Además, su aplicación en la sociedad se hace necesaria en donde se formará hábitos de vida saludables que permitirá asumir estilos de vida saludables en los infantes, por un mejor desarrollo humano además de masificar la actividad física por sus múltiples beneficios a nivel físico, psicológico, personal y sobre mejorando la condición física en los infantes.

iv. Impactos ambientales

La formación de estilos de vida saludable contribuirá en el impacto ambiental ya que los infantes podrán realizar actividades al aire libre y tendrá un impacto en la salud pública, como son en el ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en infantes de la región de Puno

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

Infraestructura: Plataformas deportivas de la Región de Puno
Data Display: proyección de alcances y resultados de la investigación
Memorias USB.
Cámara fotográfica, evidencia fotográfica

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

Se realizará en la región de Puno

XV. Cronograma de actividades

Actividad	Trimestres 2023											
	e	f	m	a	m	j	j	a	s	o	n	d
Problema	■											
Base teóricas	■	■										
Hipótesis y variables		■	■									
Ejecución del proyecto				■	■	■	■	■	■	■		
Aplicación de los instrumentos respectivos				■	■	■	■	■	■	■		
Procesamiento y análisis de datos										■	■	
Conclusiones											■	■
Informe												■

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo Unitario (S/.)	Cantidad	Costo total (S/.)
USB		S/. 40.00	02	S/. 80.00
Fólderes		S/. 0.50	15	S/. 6.00
Lapiceros		S/. 1.00	15	S/. 15.00
Cámara fotográfica		S/. 1000.00	01	S/. 1000.00
Balanza digital		S/. 200.00	02	S/. 1529.00
Tallimetro		S/.120.00	01	S/.1700.00
Servicio de internet		S/. 1.00	100 horas	S/. 100.00
Servicio de fotocopiado		S/. 0.10	700 hojas	S/. 70.00
Trabajo de campo		S/.200.00	13	S/.5600.00
TOTAL				S/. 10.100.00

