

ADOLESCENTES Y SOBRE PESO, ¿EL ENCIERRO TAMBIÉN PESA?

Estudio de la incidencia del sobrepeso en niños y adolescentes.

Ana Paradelo Cascales, Olga Solano Andreu, Sabina Ros Martínez, Natividad Campos Martos.

INTRODUCCIÓN

La obesidad es una enfermedad caracterizada por un cúmulo de grasa, la cual depende de múltiples factores como la edad, la talla y el sexo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha declarado a la obesidad y al sobrepeso con el carácter de epidemia mundial. En el mundo existen 1100 millones de personas con obesidad de las cuales el 15% son niños. Los métodos para combatir la obesidad deben involucrar varios cambios en la forma de vida. El IMC, es una herramienta para calcular nuestro peso ideal, basándose en el peso y la altura de cada sujeto.

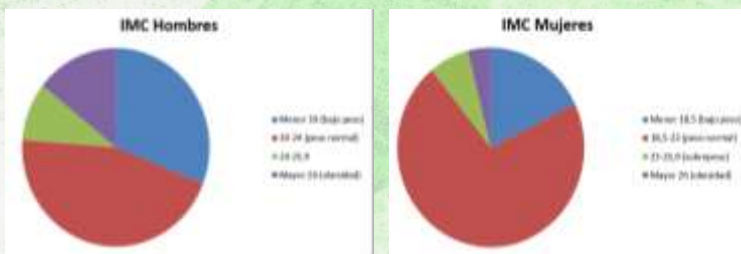
OBJETIVOS

- Valorar de forma indirecta el estado de salud a través de la incidencia de sobrepeso en niños y jóvenes.
- Conocer los hábitos que tienen los jóvenes respecto al ejercicio físico o alimentación que realizan a diario.
- Averiguar si el tiempo de encierro durante el confinamiento del año pasado ha influido.

MATERIAL Y MÉTODOS

- Hemos realizado búsquedas de información, tareas de documentación a través de distintas bases de datos y páginas web.
- Vamos a realizar un cuestionario cuyo modelo adjuntaremos como anexo 1.
- La muestra incluye a 164 personas de edades comprendidas entre 12 y 20 años, separadas en diferentes rangos de sexos y edades.
- Para calcular el índice de masa corporal (IMC) la siguiente fórmula: <https://www.servidigest.com/calcular-imc/>

RESULTADOS Y DISCUSIÓN



CONCLUSIÓN

- Las mujeres tienden a tener un IMC adecuado, mientras que gran parte los hombres están entre un IMC normal, y uno por debajo del recomendado.
- La mayoría de encuestados realizan deporte y se preocupan por llevar una buena alimentación.
- El confinamiento afectó a los hábitos deportivos y mantuvieron unos correctos hábitos alimenticios.

PÁGINA WEB

BIBLIOGRAFÍA

INSTAGRAM



Separamos la muestra por sexos y edades.