



SEDENTARISMO Y PROBLEMAS DE OBESIDAD EN ESCOLARES: EL CASO DEL ORIENTE DE SAN LUIS POTOSI CAPITAL

Edgardo Garcia Rosas¹, Rosa Ma. Guadalupe Andrade Cepeda¹, Luis Eduardo Rodriguez Rodriguez¹, Juan Agustín Hernández Zamarrón¹ y Maria Lourdes Hernández Blanco¹

1 Unidad de Cuidados Integrales e Investigación en Salud, Fac. Enf. UASLP. edgarcia82@hotmail.com

El objetivo del presente trabajo es determinar los problemas de salud relacionados con el sedentarismo de los escolares de un centro de educación primaria en el oriente de la ciudad de San Luis Potosí a fin de que este sirva como insumo para el diseño de intervenciones en salud. Para ello se diseñó un proyecto de investigación con dos componentes básicos: uno cuantitativo y otro cualitativo. El primero comprendió la identificación de problemas de sobrepeso y obesidad a través de la medición de peso y talla, se interrogaron las horas que el menor destina a ver televisión y videojuegos, así como la actividad física, previo consentimiento de padres/tutores. El segundo componente se trató de una observación no participante durante tres meses, donde se observaron las conductas de alimentación de los menores. Se valoraron un total de 357 menores, los principales hallazgos encontrados fueron la prevalencia de sobrepeso y obesidad, en cerca de la mitad de los escolares valorados; 15.1% del total dedican entre 4 y 7 horas diarias a ver televisión o estar frente a la computadora, alrededor de 40.3% de los escolares dedican alrededor de una hora a realizar actividad física. En cuanto a los aspectos cuantitativos, se observa que la dieta de los menores es rica en carbohidratos; las colonias cercanas a la primaria son conflictivas por lo que no hay muchos espacios para realizar actividad física. Se requieren de intervenciones que promuevan los mejores estilos de vida en los menores.