

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA



TESIS

“Sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024”

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA

AUTORA: Marin Valdivia, Claudia Stephany

ASESOR: Masgo Castro, Walter Hugo

HUÁNUCO – PERÚ

2024

U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Promoción de salud – prevención de enfermedad – recuperación del individuo, familia y comunidad

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias médicas, Ciencias de la salud

Sub área: Ciencias de la salud

Disciplina: Enfermería

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 72446725

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22508582

Grado/Título: Doctor en ciencias de la salud

Código ORCID: 0000-0002-0247-0511

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Flores Quiñonez, Emma Aida	Magister en ciencias de la salud salud pública y docencia universitaria	22407508	0000-0001-6338-955X
2	Reyes Paredes, Héctor Huildo	Maestro en salud pública y gestión sanitaria	22498198	0000-0002-8470-0658
3	Céspedes y Argandoña, Lilia	Especialista en enfermería en centro quirúrgico	22422416	0000-0002-6009-6943

D

H

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Tingo María, siendo las 15:30 horas del día 06 del mes de diciembre del año dos mil veinticuatro, en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió en el auditorium de la Facultad de Ciencias de la Salud el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- **MG. EMMA AIDA FLORES QUIÑONEZ** (PRESIDENTA)
- **MG. HECTOR HUILDO, REYES PAREDES** (SECRETARIO)
- **LIC. ENF. LILIA CESPEDES Y ARGANDOÑA** (VOCAL)

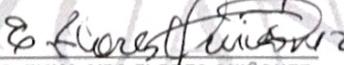
- **MG. WALTER HUGO MASGO CASTRO** (ASESOR)

Nombrados mediante Resolución N° 3602-2024-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado "SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA 2024"; presentado por la Bachiller en Enfermería **Señorita. CLAUDIA STEPHANY, MARIN VALDIVIA**, Para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería.

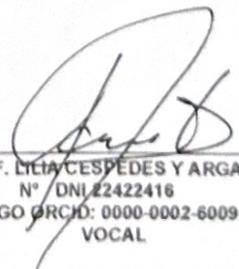
Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) Aprobado Por **Unanimidad**, con el calificativo cuantitativo de 16 y cualitativo de Bueno.

Siendo las, 16:15 horas del día 06 del mes de diciembre del año 2024, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.


MG. EMMA AIDA FLORES QUIÑONEZ
N° DNI 22407508
CODIGO ORCID: 0000-0001-6338-955X
PRESIDENTA


MG. HECTOR HUILDO, REYES PAREDES
N° DNI 22498198
CODIGO ORCID: 0000-0002-8470-0658
SECRETARIO


LIC. ENF. LILIA CESPEDES Y ARGANDOÑA
N° DNI 22422416
CODIGO ORCID: 0000-0002-6009-8943
VOCAL



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: CLAUDIA STEPHANY MARIN VALDIVIA, de la investigación titulada "Sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024", con asesor(a) WALTER HUGO MASGO CASTRO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 936-2022-D-FCS-UDH del P. A. de ENFERMERÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 23 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 29 de noviembre de 2024



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO
D.N.I.: 40618286
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

53. MARIN VALDIVIA, CLAUDIA STEPHANY.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%	22%	4%	12%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	5%
2	Submitted to Universidad de Huanuco Trabajo del estudiante	5%
3	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
4	distancia.udh.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO
D.N.I.: 40618286
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

DEDICATORIA

Gracias Dios por apoyarme siempre, iluminar mi camino y enseñarme a elegir mi carrera.

Gracias a mis padres, ellos son mi mayor motivación y apoyo absoluto para conseguir mis objetivos.

Gracias a mi hermano por enseñarme a no rendirme y perseverar hasta alcanzar mis sueños.

AGRADECIMIENTO

Adora a un Dios digno de gloria y perfección, ellos me dan vida, me bendicen e inspiran cada día y están siempre a mi lado.

Gracias a mis padres, hermano y familia por su ayuda, gracias por su paciencia, amor, tiempo, etc. ayudándome a lograr este noble objetivo. Gracias a todas las personas que me alientan en mi lucha por la carrera de enfermería, a mis profesores y amigos.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS.....	VI
ÍNDICE DE ANEXOS.....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN.....	XI
CAPÍTULO I.....	13
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	13
1.1. DESCRIPCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA	13
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	15
1.2.1. PROBLEMA GENERAL	15
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	15
1.3. OBJETIVOS.....	16
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	16
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	17
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	17
1.4.2. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	18
1.4.3. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA.....	18
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN	18
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
CAPÍTULO II.....	20
2. MARCO TEORICO	20
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	20
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONAL	20
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES	22
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES.....	24
2.2. BASES TEÓRICAS	25
2.2.1. TEORÍA DE NOLA PENDER	25
2.2.2. TEORÍA DEL ENTORNO DE FLORENCE NIGHTINGALE	26

2.3.	DEFINICIONES CONCEPTUALES	26
2.4.	HIPÓTESIS.....	28
2.4.1.	HIPOTESIS GENERAL	28
2.4.2.	HIPOTESIS ESPECÍFICAS	28
2.5.	VARIABLES.....	30
2.5.1.	VARIABLE DEPENDIENTE	30
2.5.2.	VARIABLE INDEPENDIENTE.....	30
2.5.3.	VARIABLE DE CARACTERIZACIÓN	30
2.6.	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	31
CAPITULO III.....		33
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....		33
3.1.	TIPO DE INVESTIGACIÓN	33
3.1.1.	ENFOQUE	33
3.1.2.	ALCANCE O NIVEL	33
3.1.3.	DISEÑO	33
3.2.	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	34
3.2.1.	POBLACIÓN	34
3.2.2.	MUESTRA Y MUESTREO	35
3.3.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	
	36	
3.4.	TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA	
	INFORMACIÓN	37
CAPÍTULO IV		40
RESULTADOS		40
4.1.	PROCESAMIENTO DE DATOS.....	40
4.2.	CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS Y PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	47
CAPÍTULO V		54
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....		54
CONCLUSIONES		59
RECOMENDACIONES.....		60
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS		62
ANEXOS.....		68

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de las características sociodemográficos de los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	40
Tabla 2. Descripción según ítems del sedentarismo dimensión temporal como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	41
Tabla 3. Descripción según ítems del sedentarismo cambios tecnológicos como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	42
Tabla 4. Descripción según ítems del sedentarismo dimensión autoestima como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	43
Tabla 5. Descripción consolidada categorizada del sedentarismo según dimensiones como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	44
Tabla 6. Descripción del nivel de sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	45
Tabla 7. Descripción de acuerdo al grado de sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	46
Tabla 8. Relación entre el sedentarismo factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	47
Tabla 9. Relación entre las características sociodemográficas con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	48
Tabla 10. Prueba de hipótesis de la comparación de frecuencias del nivel de sedentarismo en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024	49
Tabla 11. Prueba de hipótesis de la comparación de frecuencia del sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	50

Tabla 12. Relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	51
Tabla 13. Relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo y el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	52
Tabla 14. Relación entre el sedentarismo en la dimensión autoestima personal como factor de riesgo y el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.....	53

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA	69
ANEXO 2 INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS ANTES DE LA VALIDACION	74
ANEXO 3 INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS DESPUES DE LA VALIDACION.....	77
ANEXO 4 CONSENTIMIENTO INFORMADO	80
ANEXO 5 CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN.....	81
ANEXO 6 DOCUMENTOS SOLICITANDO PERMISO PARA EJECUCIÓN DEL ESTUDIO.....	88
ANEXO 7 DOCUMENTOS DE AUTORIZACIÓN DEL ÁMBITO DE ESTUDIO.....	89
ANEXO 8 BASE DE DATOS	90
ANEXO 9 CONSTANCIA DE REPORTE DE TURNITIN.....	97

RESUMEN

Objetivo: Determinar la influencia del sedentarismo en el sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. **Métodos:** Estudio de tipo observacional, prospectivo, transversal y analítico. La población fue de 250 pacientes y la muestra fue de 151 pacientes. La técnica usada fue la encuesta y el instrumento cuestionario; para la prueba estadística se usó la Chi cuadrada en SPSS Ver.25. **Resultados:** Se obtuvo en cuanto al género, un 73,5% fue femenino, 57,0% tienen de 30 a 40 años de edad, el 55,0% fueron evangélicos, 47,0% convivientes, el 51,7% de nivel secundaria, un 43,0% fueron trabajadores independientes y 55,0% fueron de zonas urbanas. En las dimensiones del sedentarismo, el 47,7% fue un nivel medio en la dimensión temporal, el 43,0% nivel medio en la dimensión cambios tecnológicos, un 55,0% un nivel alto en la dimensión autoestima personal. El 58,3% del total de los adultos presentó un nivel de sedentarismo medio y existió un 66,9% con sobrepeso. Cuya estadística inferencial se basó en la relación del sobrepeso con las características sociodemográficas en todos los ítems fue $\leq 0,05$, también al relacionarlos con las dimensiones que fue menor a 0,05. **Conclusión:** Se concluyó que mediante el chi cuadrado el valor p fue 0,00 por ende si existe relación entre el sedentarismo y el sobrepeso en los adultos de 30 - 59 años de edad.

Palabras clave: Sedentarismo, factor de riesgo, sobrepeso, adultos, obesidad, adultos. (fuente: DeCS-BIREME).

ABSTRACT

Objective: To determine the influence of sedentary lifestyle on overweight in adults aged 30-59 years treated at the Tingo María 2024 Hospital. **Methods:** Observational, cross-sectional, retrospective and analytical study. The population was 250 patients and the sample was 151 patients. The technique used was the and the questionnaire instrument; for the Chi square used in SPSS V.25. **Results:** Regarding gender, 73.5% are female, 57.0% are 30 to 40 years old, 55.0% are evangelical, 47.0% cohabitants, 51.7% are from secondary level, 43.0% are self-employed and 55.0% are from urban areas. In the dimensions of sedentary lifestyle, 47.7% had a medium level in the temporal dimension, 43.0% had a medium level in the technological changes dimension, and 55.0% had a high level in the personal self-esteem dimension. 58.3% of all adults had a medium level of sedentary lifestyle and 66.9% were overweight. The inferential statistics were based on the relationship between overweight and sociodemographic characteristics in all items and were ≤ 0.05 , and when related to the dimensions, they were also less than 0.05. **Conclusion:** It was concluded that using the chi square test, the p value was 0.00, therefore there is a relationship between sedentary and overweight in adults aged 30 - 59 years.

Keywords: Sedentary lifestyle, risk factor, overweight, adults, obesity, adults. (source: DeCS-BIREME).

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, el sedentarismo se ha transformado en un problema de salud pública global debido a su relación estrecha con diversas enfermedades crónicas, entre ellas el sobrepeso y la obesidad. El estilo de vida sedentario, caracterizado por una baja actividad física y largos períodos de inactividad, está asociado con un incremento en el riesgo de desarrollar condiciones metabólicas adversas. En particular, la relación entre el sedentarismo y el sobrepeso ha sido ampliamente documentada, subrayando la necesidad de intervenciones efectivas para mitigar este riesgo.

El presente estudio se centra en la población adulta de 30 a 59 años atendida en el Hospital Tingo María en el año 2024, un grupo etario que a menudo enfrenta desafíos únicos relacionados con el equilibrio entre las demandas laborales, familiares y de salud. A medida que las demandas de la vida moderna incrementan, el tiempo dedicado a actividades físicas puede disminuir, aumentando la prevalencia de sedentarismo y, en consecuencia, el riesgo de sobrepeso.

En tal sentido, el estudio se limita y se encuentra detallado en cinco capítulos; estando el primer capítulo; comprendidas por el problema investigativo, la justificación, los objetivos del estudio y de igual modo se consideraron a las limitaciones y viabilidad.

En este sentido, este estudio es limitado y sólo se han utilizado cinco capítulos para presentarlo en detalle.

El capítulo 2 es el marco teórico, incluyendo los antecedentes del trabajo de investigación, las bases teóricas que sustentan la investigación anterior y las definiciones de términos. Asimismo, en esta sección se analizan las hipótesis investigadas, las variables y su respectiva usabilidad.

El tercer capítulo consta de los métodos de investigación como un tipo de investigación que también considera su metodología, alcance y diseño de la investigación, población y muestra, métodos y herramientas de recojo de

datos.

El capítulo 4 revela los resultados y sus interpretaciones respectivas, que reflejan las tablas elaboradas durante el estudio analítico.

El Capítulo 5 concluye discutiendo los resultados y brindando recomendaciones. Además se incluye una sección bibliográfica y de apéndices de este trabajo de investigación para completar la presentación.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. DESCRIPCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA

Para la Biblioteca Nacional de Medicina ⁽¹⁾ el sedentarismo como factor de riesgo se refiere a cualquier conducta de vigilia caracterizada por un bajo consumo de energía, ya sea sentado, acostado o durmiendo, por lo que una gran proporción de los adultos mayores atendidos en el Hospital Tingo María son obesos, y esta es una de las razones. el mensaje es; ser sedentario, por lo que requiere análisis o investigación.

Según el Instituto Nacional de Diabetes y enfermedades Digestivas y Renal ⁽²⁾ El sobrepeso y la obesidad se refieren a tener demasiada grasa en el cuerpo, lo cual puede ser dañino para la salud. Se determina mediante un indicador que considera el peso y la altura de la persona. y el sobrepeso en personas mayores, que es actualmente muy común. Algunas personas están afectadas o están siendo afectadas.

La Organización Panamericana de la Salud ⁽³⁾ afirma que para 2022, 2.500 millones de adultos mayores de 18 años tendrán sobrepeso, de los cuales más de 890 millones tendrán sobrepeso u obesidad. Esto significa que estas enfermedades afectan al 43% de los adultos de 18 años y más, el 43% son hombres y el 44% son mujeres, un aumento con respecto a 1990, cuando la proporción de adultos de 18 años y más que eran obesos. era sólo del 25%. Para 2022, alrededor del 16% de los adultos mayores de 18 años en todo el mundo serán obesos. Un análisis de la prevalencia de la obesidad en todo el mundo encontró que entre 1990 y 2022 aumentó en más del 100%.

La Organización Mundial de la Salud ⁽⁴⁾ informa que en el año 2021 más del 40% de personas en el mundo entre mujeres y hombres padecen sobrepeso u obesidad a causa de malos estilos de vida o una nutrición inadecuada es lo que ocasiona que alrededor de 8 millones de muertes ocurran cada año.

Instituto Nacional de Estadística e Informática ⁽⁵⁾ en un estudio que realizó al estado peruano en el año 2020, el 24,6% de la población de 15 y más años padecía obesidad, cifra 3,6 puntos porcentuales superior a la de años anteriores, al evaluar por lugar de residencia, la incidencia entre los residentes urbanos. (26,9%); fue mayor que En las zonas rurales, el 14,5% de la población mayor de 15 años también padece hipertensión.

El Ministerio de Salud ⁽⁶⁾ informa que alrededor de 15 millones de personas, o el 62% de la población peruana mayor de 15 años, tienen obesidad y sobrepeso, cifra que ha aumentado durante la pandemia de COVID-19. Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar de 2021, el 36,9% de las personas de 15 años y más tienen sobrepeso y el 25,8% de las personas del mismo grupo de edad son obesas, siendo las mujeres las más afectadas en comparación con los hombres.

Mientras tanto el Instituto Nacional de Estadística e Informática de Huánuco ⁽⁷⁾ Revela el análisis que realizó en el 2021, donde se observa que el 34,2% de los pobladores de 15 años y más habitantes en Huánuco presentaron sobrepeso; siendo mayor que en el 2018 donde fue del 33,6%. Según áreas de residencia, los casos fueron mayores en el área urbana 36,7% que en la rural 31,6%; al comparar por sexo, fue mayor en mujeres que en hombres 37,2%/30,9%, respectivamente.

Malo et al ⁽⁸⁾ hace mención sobre las causas principales del problema; siendo las cuales el ser humano, las principales causas de los problemas hipermetabólicos en el ser humano, la mala alimentación, los niveles elevados de colesterol y triglicéridos de igual manera aumentan los problemas cardiovasculares de sobrepeso y obesidad, tomando en cuenta factores ambientales y en muchos casos el riesgo de predisposición genética.

La Clínica Mayo ⁽⁹⁾ Menciona que las causas también son las influencias genéticas, metabólicas, conductuales y hormonales en el aumento del peso corporal de las personas o en el personal de enfermería y ocasionan la obesidad este aumento se produce cuando se consume más

comida de la que se quema con las actividades diarias y el ejercicio, por lo tanto, el cuerpo guarda ese exceso de comida en forma de grasa.

Niño ⁽¹⁰⁾ nos muestra as consecuencias tempranas y las principales complicaciones de la obesidad en los profesionales de la salud, como enfermedades síndrome metabólico, pulmonares, enfermedades cardíacas, cáncer, diabetes, enfermedades hepáticas, enfermedades venosas y afecciones ginecológicas y periodontales. Presión arterial (hipertensión), triglicéridos altos (dislipidemia) o colesterol HDL bajo, diabetes tipo 2 y enfermedad coronaria.

De acuerdo con Fernández ⁽¹¹⁾ hay diversas alternativas de solución para mejorar la alimentación saludable y evitar el sobrepeso y sus consecuencias, incluye fomentar entornos saludables, educación y capacitación sobre nutrición, acceso a alimentos saludables, monitoreo y evaluación nutricional, y apoyo a través de programas gubernamentales. La educación y capacitación sobre nutrición consiste en brindar información a los cuidadores sobre una dieta equilibrada para los niños, incluyendo las cantidades y tipos de alimentos adecuados para su edad. Se puede fomentar el acceso a alimentos saludables, especialmente en áreas rurales y de bajos ingresos.

Luego de observar los datos y analizar la información, se decidió plantear la siguiente pregunta: Combatir una enfermedad que afecta a todos los sectores de la sociedad, porque esta enfermedad no discrimina.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

- ¿Existirá relación entre el sedentarismo como factor de riesgo y el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuáles son las características sociodemográficos que se

relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024?

- ¿Cuál será el nivel de sedentarismo predominante como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?
- ¿Cuál será la proporción predominante de sobrepeso en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?
- ¿Existirá relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?
- ¿Existirá relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?
- ¿Existirá sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

- Determinar la influencia del sedentarismo en el sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir las características sociodemográficos que se relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024.
- Evaluar el nivel de sedentarismo predominante como factor de

riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

- Conocer la proporción predominante de sobrepeso en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.
- Identificar la relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.
- Describir la relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.
- Identificar el sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación se justifica por la magnitud actual y por ser un problema de salud pública a nivel global en la población:

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

El proyecto de investigación se centra en adultos entre 30 y 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024, donde el sedentarismo es un factor de riesgo para la obesidad. Los residentes no. Se considera uno de los mayores factores de riesgo de muerte. La obesidad aumenta el riesgo de padecer varias enfermedades crónicas como la diabetes, problemas del corazón, presión arterial alta, derrames cerebrales y varios tipos de cáncer. También, los niños que tienen demasiado peso tienen más probabilidades de tener sobrepeso o ser obesos cuando sean adultos. La obesidad y el sobrepeso, antes vistos como un problema en países ricos, están creciendo en naciones

con menos recursos, sobre todo en áreas urbanas. Por primera vez, las personas podrían vivir menos tiempo que las generaciones pasadas.

Ante este problema, es necesario realizar estudios similares para determinar si el sedentarismo es causa directa e indirecta de obesidad en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María y analizar sus causas y consecuencias. Esto sucede cuando el estado de salud se deteriora debido a un estilo de vida saludable y falta de actividad física.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

El estudio se justifica a nivel metodológico, los instrumentos usados en el recojo de datos hacen un aporte muy significativo a otros estudios relacionado con la situación problemática descrita en este artículo, y también se justifica porque son confiables y están aprobados por jueces expertos. Además, este enfoque puede utilizarse para planificar y desarrollar estrategias de medidas promocionales y preventivas para reducir el sedentarismo entre los adultos de 30 a 59 años en nuestra región.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

Este estudio pertenece a la Dirección de Investigaciones en Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedad de la Universidad de Huánuco. Asimismo, en la profesión de enfermería y otras disciplinas relacionadas con las ciencias de la salud, han realizado un aporte significativo y práctico al reconocer evidencia científicamente confiable de que el sedentarismo es un factor de riesgo para la obesidad. Este estudio además nos ayuda a evaluar la realidad actual entre los adultos de 30 a 59 años y proporciona ideas para implementar programas de intervención basados en la situación de la población de estudio.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Una posible limitación de este estudio fue que los pacientes tuvieron

tiempo para responder al instrumento de recopilación de datos en función de las preguntas formuladas. Estas restricciones están relacionadas con aspectos relacionados con la carrera y la negativa a responder el cuestionario, donde el comportamiento cultural de cada adulto es un indicador.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación fue posible porque la información hallada en revistas digitales y libros en línea fue confiable, claro para el desarrollo de un marco teórico. Además, se considera posible en términos de disponibilidad de recursos humanos y recursos financieros, ya que son asumidos íntegramente por los investigadores y el presupuesto de planificación.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONAL

En Ecuador, 2021, Guevara, et al, ⁽¹²⁾ Realizaron un estudio denominado “factores asociados al sobrepeso y obesidad del personal de enfermería y su influencia con el desempeño laboral en el hospital del sur esmeraldas”. El método es: un estudio de método cuantitativo no experimental, porque las variables propuestas se miden en un contexto específico, y luego los datos logrados se analizan mediante métodos estadísticos, de modo que los resultados se expresan en cantidades numéricas que dan conclusiones diversas. Resultados: Hubo evidencia de que los cuidadores obesos eran predominantemente mujeres con un 54%, seguidos por la obesidad Clase I con un 23,6%. En cambio, entre los hombres, el 6,7% tenía sobrepeso y el 3,3% obesidad clase I. Se puede concluir que no existe dependencia entre estas dos variables.

Su contribución a este estudio se logró a través de un marco teórico y relacionado con nuestro marco teórico.

En Colombia 2021 Martínez ⁽¹³⁾ En la publicación de su investigación denominado Hábitos alimentarios y estilos de vida en alumnos de último año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Pontificia Universidad Javeriana, 2021. la finalidad del estudio fue evaluar y examinar el estilo de vida y hábito alimentario de los estudiantes que realizan el último año de la carrera de Nutrición y Dietética. El estudio es de tipo observacional, transversal y descriptivo, la muestra y población estudiada fue compuesta por 50 alumnos de último año. Resultados: La mayoría de los participantes (92,3%) considera que la información recogida durante la formación profesional les ha servido para optimizar su alimentación y su modo de vivir, siendo

un 23,1% los que afirman que en gran medida y un 69,2% los que indican que en buena medida. Entre los participantes que consumen alcohol, el 42,3% afirma que los aprendizajes logrados durante su formación profesional les han ayudado a disminuir la ingesta de licor, como también el hábito de fumar, aunque en menor medida (19,2%).

En España en el 2021, Ramos y Carballeira ⁽¹⁴⁾ efectuaron un estudio sobre Obesidad y sobrepeso: conceptualización e intervención desde la enfermería en España, Objetivos: identificar la obesidad y el sobrepeso en el ámbito de la enfermería española, para dotar a la enfermera de un enfoque de estilo de vida saludable para el control del peso. Se analizan los conceptos de obesidad y sobrepeso, así como las prácticas de para solucionar estos problemas, examinando las características de la enfermera española, su formación y sus medidas. Los resultados del estudio muestran que existe poca formación específica sobre obesidad, el uso de guías clínicas es muy bajo. con otras variables.

En México, 2020, Medina, et ⁽¹⁵⁾ realizaron un estudio sobre Factores de riesgo asociados con sobrepeso y obesidad en adolescentes mexicanas. El estudio se enfocó en examinar los factores que pueden causar sobrepeso y obesidad en adolescentes mexicanas de entre 12 y 19 años. Materiales y procedimientos: Estudio adicional de 1,072 jóvenes de una encuesta sobre salud y nutrición. Se utilizó un tipo de análisis estadístico para estudiar la relación entre el uso de dispositivos electrónicos, vivir con adultos que usan dispositivos electrónicos, vivir en pareja, hábitos alimenticios, y otros factores. Hallazgos: en adolescentes, el uso de dispositivos electrónicos con adultos que también los usan por más de 2 horas al día (RM=2.5), comer alimentos poco saludables (RM=1.81), vivir con una pareja (RM=2.13), tener un buen estado de bienestar (RM=1.86) y ocuparse de las tareas del hogar y trabajar (RM=5.4) se relacionaron con el sobrepeso y la obesidad. Finalmente, Los principales riesgos relacionados con el sobrepeso y la obesidad en adolescentes

mexicanas están vinculados a cómo conviven.

El presente estudio es de gran aporte como guía a mi estudio que se elabora.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

En Lima 2021, Morales ⁽¹⁶⁾ efectuó un estudio titulado “Obesidad y Sedentarismo en los comerciantes del mercado 19 de enero, San Juan de Lurigancho – 2021”, El objetivo fue determinar la asociación entre obesidad y sedentarismo en comerciantes del mercado de San Juan de Lurigancho el 19 de enero de 2021. La encuesta se realizó entre 40 comerciantes que participaron en el mercado del distrito de San Juan de Lurigancho el pasado 19 de enero. La técnica utilizada fue una encuesta y los instrumentos fueron cuestionarios y formularios de recolección de datos. Se halló que la mitad de los compradores (32,5% (13)) eran obesos con un estilo de vida prudentemente sedentario, mientras que el 22,5% (9) eran obesos con un estilo de vida moderadamente sedentario, y el último 5% (2) eran obesos con un estilo de vida moderadamente sedentario. estilo de vida sedentario. Estilo de vida Estilo de vida de obesidad, sólo el 20% de las personas tienen un estilo de vida sedentario, suponiendo una puntuación de 0,000, es decir, por debajo del nivel de significancia de 0,05. Conclusión: Existe vínculo entre sedentarismo y obesidad en el mercado de San Juan de Lurigancho 19 de enero de 2021.

El estudio que se menciona es brindar aportes a mi estudio y a mi operacionalización de variables.

En Huacho en el 2020, Diaz ⁽¹⁷⁾ realizaron un estudio titulado “Relación del sedentarismo con el sobrepeso en confinamiento por el Covid- 19 en jóvenes de II ciclo de la escuela de educación física y deportes de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión, Ciclo 2020-IEI”. Objetivo fue establecer el nivel de conocimientos de los alumnos de técnico de enfermería del Liceo Carlos Salazar Romero sobre alimentación saludable en el año 2022. OMS. Resultados: Del total de

encuestados (113 personas), el 7,1% de los estudiantes de enfermería tenían un nivel bajo de conocimientos sobre nutrición saludable, el 37,2% de los estudiantes de enfermería tenían un nivel medio de conocimientos sobre nutrición saludable y finalmente el 55,8% de los estudiantes de enfermería. Alto nivel de conocimiento sobre nutrición saludable. Conclusión: Para determinar el nivel de conocimientos sobre nutrición saludable entre los estudiantes del técnico de enfermería del IESTP Carlos Salazar Romero en el año 2022, más de la mitad de ellos tiene un nivel alto, seguido de un nivel medio, y un pequeño número tiene un nivel bajo.

En Piura 2020, Borrero ⁽¹⁸⁾ Realizo un estudio titulado “Factores asociados con el sobrepeso y la obesidad en el personal de enfermería del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes, Piura, 2020”. Objetivo: Describir la relación entre factores asociados al sobrepeso y obesidad en el Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Piura en el año 2020. Se utilizará una encuesta con preguntas y formularios para recopilar información sobre la edad, género, peso, altura y medida de la cintura de las personas. El primer instrumento fue evaluado para ver si era confiable usando una prueba llamada KR-20, pero la mesa donde se recopilaban los datos no necesitó pasar por ese proceso. Ambos instrumentos se aplicaron a 55 trabajadores de enfermería del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Piura, y luego se utilizó la prueba no paramétrica Chi² de Pearson para probar las hipótesis que no mostraron relación significativa entre los factores y variables relevantes. Observando el valor crítico) $p = 688 > 0.05$, el resultado es altamente significativo ($p = .000$), por lo que se rechaza la hipótesis alternativa y se acepta la nula. Factores no asociados significativamente con el sobrepeso y la obesidad en trabajadores de la salud del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes de Piura en 2020), los cuales también se relacionan con factores relacionados con los hábitos alimentarios ($p = .902 > 0.05$) y factores relacionados con la jornada laboral ($p = 0.975 > 0.05$). $>0,05$).

El estudio citado es de gran aporte a mi estudio por poseer similitud en el tema que se realiza.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

En Huánuco en el 2022 Carnero ⁽¹⁹⁾ En la publicación de su investigación denominado, Uso del tiempo libre y estilos de vida de los estudiantes de IV ciclo de enfermería Universidad De Huánuco. El estudio tuvo como objetivo establecer el vínculo entre el uso del tiempo libre y los hábitos de vida de estudiantes de enfermería ciclo IV de la Universidad de Huánuco. Se utilizó un método cuantitativo, con observación transversal prospectiva y diseño de correlación descriptivo. A una muestra de 40 estudiantes se les aplicó cuestionarios como herramienta de recolección de datos. Resultados: el 87,7% de los estudiantes de la muestra dijo que utiliza adecuadamente su tiempo libre. Entre ellos, el 62,5% tiene hábitos de vida adecuados.

Esta investigación contribuye al contexto inicial de mi marco teórico, así como a la discusión de resultados.

En Huánuco en el 2020, Palacios, et al ⁽²⁰⁾ realizaron un estudio titulado “Asociación entre sedentarismo, actividad física y hábitos alimentarios con el sobrepeso y obesidad en tiempos de Covid-19 en el personal administrativo de la universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, 2020”, El objetivo fue determinar la relación entre el sedentarismo, la actividad física y los hábitos alimentarios y el sobrepeso y la obesidad en la era de la COVID-19. Un estudio observacional analítico transversal. Inicialmente, el grupo de muestra estaba formado por 468 funcionarios públicos y finalmente 260 trabajadores administrativos temporales. Resultados: Se utilizaron 3 variables independientes y una variable dependiente, de las cuales el análisis bivariado reveló una evaluación estadísticamente significativa entre sedentarismo y obesidad y sobrepeso (p-valor 0,012), así como una evaluación significativa con la actividad física, asociación (valor de p 0,001), pero no se halló significación para los hábitos alimentarios.

Conclusión: Hacer ejercicio o estar mucho tiempo sin moverse están relacionados con tener demasiado peso, pero no con lo que se come, según este estudio.

Dicho antecedente servirá de aporte en la discusión de los datos estadísticos y en la guía de la aplicación de la estadística inferencial.

2.2. BASES TEÓRICAS

Con el fin de adecuar los antecedentes científicos a las preguntas de investigación, se presenta el fundamento teórico que sustenta este estudio.

2.2.1. TEORÍA DE NOLA PENDER

Este marco teórico identifica factores cognitivo-perceptivos en individuos que están influenciados por características situacionales, interpersonales y personales para participar en conductas que promueven la salud en el contexto de la gestión de acciones. El enfoque de promoción de la salud de Nola Pender intenta encontrar ideas importantes sobre comportamientos saludables y combinar los hallazgos de estudios de una forma que facilite la creación de hipótesis similares. El modelo explica cómo las personas eligen su atención médica. El saber y las circunstancias relacionadas con hábitos saludables o comportamientos que se quieren alcanzar influirán en la promoción de la salud. Según Pender, promover la salud implica disminuir los riesgos, incrementar los aspectos positivos, modificar hábitos, fomentar una mentalidad saludable y valorarla como algo importante. Al proponer su modelo, Pender señaló que las personas que valoran la salud tienen más probabilidades de protegerla, lo que sugiere que las motivaciones, creencias y mitos personales son los principales impulsores de nuestros comportamientos a favor o en contra de la salud. Para los fines de este estudio, el modelo de promoción de la salud reveló aspectos ampliamente relevantes sobre cómo intervenir en los conocimientos y actitudes de los adultos hacia el sedentarismo.⁽²¹⁾

La teoría continúa perfeccionándose y ampliándose para explicar las relaciones entre los factores que se cree que influyen en cambios en el comportamiento de salud.

2.2.2. TEORÍA DEL ENTORNO DE FLORENCE NIGHTINGALE

La teoría del ruiseñor explica cómo el ambiente y las situaciones externas influyen en la vida de una persona. El objetivo es asegurar que las personas estén en buen estado para que el cuerpo pueda prevenir enfermedades o recuperarse de ellas. Las actividades de los seres queridos tienen como objetivo cambiar el medio ambiente como medio para mejorar la condición de vida de los individuos y la sociedad. Para ella, el cuidado va más allá de la simpatía: aumenta la importancia de la experiencia y la observación. Su investigación se basa en estadísticas, y son conocimientos esenciales de salud pública, nutrición y habilidades de gestión. ⁽²²⁾

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

Sedentarismo: Según la Biblioteca Nacional de medicina ⁽²³⁾ La falta de actividad física regular garantiza un consumo de energía suficiente para lograr beneficios para la salud. Otra definición de la Organización Mundial de la Salud establece: "El comportamiento sedentario se define como cualquier comportamiento de vigilia caracterizado por un gasto de energía $\leq 1,5$ equivalentes metabólicos, como sentarse, dormir o acostarse". Además se puede definir como mala forma física si la intensidad de las cuatro cargas de entrenamiento no supera dos de ellas.

Temporal: De acuerdo a Poican, et al ⁽²⁴⁾ refiere a cómo el sedentarismo se manifiesta a lo largo del tiempo, tanto en la vida diaria como en el transcurso de años o generaciones. Se basa en cuanto tiempo una persona pasa inactiva en un día o cómo los niveles de sedentarismo han cambiado con el tiempo, observando el impacto de estilos de vida modernos, la urbanización y la industrialización.

Cambios tecnológicos: Siendo así que Valencia, et al ⁽²⁵⁾ detalla que

abarca el impacto que los avances tecnológicos tienen en el comportamiento sedentario. Desde el surgimiento de las máquinas, la automatización, hasta el uso masivo de dispositivos electrónicos, los cambios tecnológicos han reducido la necesidad de actividad física, fomentando el sedentarismo.

Autoestima personal: Según Moral, et al ⁽²⁶⁾ indican que explora a cómo el sedentarismo afecta la autopercepción y el bienestar emocional de una persona. Un estilo de vida sedentario puede influir negativamente en la autoestima, ya que la inactividad física puede llevar a insatisfacción con la propia imagen corporal y a una menor percepción de bienestar general, afectando la confianza y la valoración personal.

Factores de riesgo: El Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social ⁽²⁷⁾ es cualquier característica o condición demostrable de un individuo o grupo de personas que se sabe que está asociada con una probabilidad particular de desarrollar o padecer un proceso patológico, cuyas características están asociadas con algún tipo de trastorno de salud.

Sobrepeso: Según Salguero ⁽²⁸⁾ El sobrepeso es cuando hay demasiada grasa en el cuerpo, lo cual puede ser malo para la salud. Se piensa que ocurre cuando se come más de lo que se quema en calorías.

Índice de Masa Corporal: Es una forma fácil de comparar el peso con la altura y se usa frecuentemente para detectar si una persona tiene sobrepeso u obesidad. Para obtener el índice de masa corporal de una persona, se divide su peso en kilogramos entre su altura en metros al cuadrado. ⁽²⁹⁾

Clasificación de índice de masa corporal: En el caso de los adultos:

- Normal: 18.5 – 24.9
- Bajo: menos de 18.5
- Sobrepeso: 25.0 – 29.9
- Obesidad III: Más de 39.9

- Obesidad II: 35.0 - 39.9
- Obesidad I: 30.0 - 34.9

Actividad Física: Es cualquier movimiento del cuerpo que necesita energía y es realizado por los músculos esqueléticos. Incluye todas las cosas que una persona hace durante el día aparte de dormir y descansar, como caminar, jugar, subir escaleras, trabajar, y hacer tareas en casa. ⁽³⁰⁾

Características sociodemográficas: El conjunto de características biológicas, socioeconómicas y culturales presentes en el objeto de estudio utilizando características medibles. ⁽³¹⁾

Edad: Ávila ⁽³²⁾ Se basa en el tiempo que ha pasado desde el nacimiento.

Género: Percepciones sociales de los roles, actividades, comportamientos y características que cada sociedad considera apropiadas para hombres y mujeres. ⁽³³⁾

Procedencia: Para nombrar a la nacionalidad de una persona. ⁽³⁴⁾

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. HIPOTESIS GENERAL

H_i: Existe relación entre el sedentarismo factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_o: No existe relación entre el sedentarismo como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

2.4.2. HIPOTESIS ESPECÍFICAS

H_{i1}: Existen características sociodemográficas que se relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo

atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H₀₁: No existen características sociodemográficas que se relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_{i2}: El nivel de sedentarismo predominante fue medio como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H₀₂: El nivel de sedentarismo predominante no fue medio como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_{i3}: La proporción de sobrepeso predominante es alto en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H₀₃: La proporción de sobrepeso predominante es bajo en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_{i4}: Existe relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H₀₄: No existe relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_{i5}: Existe relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

H₀₅: No existe relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

H_{i6}: Existe sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_{o6}: No existe sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

2.5. VARIABLES

2.5.1. VARIABLE DEPENDIENTE

- Sobrepeso

2.5.2. VARIABLE INDEPENDIENTE

- Sedentarismo

2.5.3. VARIABLE DE CARACTERIZACIÓN

- Características sociodemográficos

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	TIPO DE VARIABLE	VALORES	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
VARIABLE DE CONTROL (INDEPENDIENTE)								
Sedentarismo	Forma de vida sin movimiento o ejercicio físico.	Falta de actividad física que se verá en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	Temporal	Categoría	Alto (7 a 8 puntos) Medio (4 a 6 puntos) Bajo (0 a 3 puntos)	Realiza ejercicios Actividades sedentarias Actividad física Minutos al día Horas al día	Ordinal	
			Cambios tecnológicos	Categoría	Alto (7 a 8 puntos) Medio (4 a 6 puntos) Bajo (0 a 3 puntos)	Pasa mayor tiempo sentado Se transporta a su domicilio Pasa tiempo en su computadora Tiempo que dedica a sus actividades	Ordinal	Cuestionario sedentarismo
			Autoestima personal	Categoría	Alto (7 a 10 puntos) Medio (4 a 6 puntos) Bajo (0 a 3 puntos)	Inseguridad o se siente incomodo Siente mal en un gimnasio Vergüenza temor	Ordinal	
VARIABLE DE SUPERVISIÓN (DEPENDIENTE)								
sobrepeso	Acumulación excesiva de grasa que puede ser dañina para la salud.	Control que se verá en de adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo	Control	Categoría	No presenta: 18.5 – 24.9 Sobrepeso 25.0 29.9	Peso Talla IMC	Nominal	Cuestionario De control de sobrepeso

María 2024

Obesidad: de 30.0 a más

VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN

<p>Características socio demográficas</p> <p>Aspectos relacionados con la edad, el género y otros factores de un grupo específico de personas.</p>	<p>Las características que presentan los de adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024</p>	Edad	Numérica	Edad años	Edad	De razón	<p>Cuestionario de características sociodemográficas</p>
		Género	Categorico	Masculino Femenino	Genero	Nominal Dicotómica	
		Religión	Categorico	Católica Evangélica Otro	Religión	Ordinal	
		Estado civil	Categorico	Casado Soltero Divorciado Conviviente Viudo	Estado civil	Ordinal	
		Ocupación	Categorico	Ama de casa Estudia Trabajador independiente Trabajador dependiente	A que se dedica	Ordinal	
		Procedencia	Categorico	Urbano Rural Urbano Marginal	Lugar de procedencia del estudiante	Nominal Politómico	
		Grado de Instrucción	Categorico	Iletrado Primaria Secundaria Superior	Grado de instrucción	Nominal Politómico	

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

- Basado en la intervención del investigador, el estudio es observacional porque el investigador no interviene y las variables de la investigación no son manipuladas individualmente.
- Basado en el diseño y la recopilación de datos, el estudio es prospectivo porque los datos se recopilan directamente de eventos actuales.
- El número de veces que se estudia una variable con base en mediciones, el estudio es transversal porque la variable se estudia en un período de tiempo.
- A partir del número de variables de interés, el estudio es analítico porque las variables se describen, relacionan, contrastan y analizan.

3.1.1. ENFOQUE

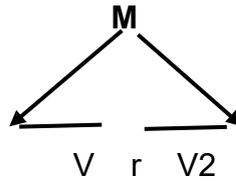
Este estudio utilizó un enfoque cuantitativo ya que se usó estadística descriptiva para describir, analizar e interpretar los datos hallados con base en las variables de investigación propuestas y estadística inferencial para contrastar hipótesis.

3.1.2. ALCANCE O NIVEL

Este trabajo de investigación es de un nivel descriptivo adecuado, ya que busca la relación entre las variables sedentarismo y sobrepeso.

3.1.3. DISEÑO

El diseño empleado en este estudio es un diseño correlacional descriptivo como se muestra en la figura siguiente:



Donde:

M = Representación a la muestra en estudio.

V1 = Representa la variable independiente sedentarismo como factor de riesgo.

V2 = Representa la variable dependiente sobrepeso.

R = **Representa** la relación entre ambas variables.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

La población para la presente investigación estuvo constituida por los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital de Tingo María, que durante los meses de febrero a abril 2024 fueron un total de 250 pacientes.

Criterios de Exclusión e Inclusión:

Criterios de Inclusión:

- Adultos obesos de 30 a 59 años en el Hospital Tingo María.
- Adultos que comprenden las herramientas de recopilación de datos y tienen habilidades activas para responder a ellas cuando se utilizan.
- Pacientes que aceptan firmar un formulario de consentimiento informado y participar voluntariamente en este estudio.

Criterios de Exclusión:

- Adultos obesos sedentarios de otros sistemas y regiones de salud.
- El paciente está inconsciente y puede responder activamente al instrumento de recopilación de datos mientras está en uso.
- Adultos que no aceptan firmar un formulario de consentimiento

informado y no participan voluntariamente en este estudio.

Ubicación de la Población en Tiempo y Espacio:

- Ubicación espacial: la población de estudio se ubica en el Hospital Tingo María, ubicado en la localidad de Mapresa, en el distrito de Padre Felipe Luyando, en el departamento de Leoncio Prado, en el departamento de Huánuco. - Hora y lugar: La encuesta se realizó entre febrero y abril de 2024.

3.2.2. MUESTRA Y MUESTREO

-Unidad de análisis: La unidad de análisis estuvo compuesta por pacientes adultos con factores de riesgo de obesidad atendidos en el Hospital Tingo María.

-Unidad de muestreo: Está compuesto por los pacientes adultos mencionados en la unidad de análisis y la herramienta de recolección de datos se usará para determinar si el sedentarismo es un factor de riesgo para la obesidad en el Hospital Tingo María.

-Marco Muestral: El marco muestral estuvo conformado por un registro de pacientes con factores de riesgo de obesidad atendidos en el Hospital Tingo María.

-Tamaño de muestra:

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

Donde:

N= Total de la población

Za= 1.96 al cuadrado (si la seguridad es del 95%)

p = Proporción esperada= 0.50

q = 1 – p (en este caso 1-0.50 = 0.50)

e = error de precisión (5%)

Reemplazando datos para la población descrita tenemos:

$$n = \frac{250 * 1.96^2 * 0.50 * 0.50}{0.05^2 * (250 - 1) + 1.96^2 * 0.50 * 0.50}$$

n = 151 pacientes con sobrepeso.

Tipo de muestreo: Se realizó una muestra aleatoria probabilística aplicando los criterios de exclusión e inclusión hasta alcanzar el tamaño de muestra calculado.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica a usar fue la encuesta para el recojo de información sobre sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso.

El instrumento: El instrumento a utilizarse fue un cuestionario de preguntas

Instrumento 1.-

Nombre del instrumento	INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS CUESTIONARIO
Autor	Elaborado por Marín C- 2023
Población que se puede aplicar	Adultos de 30-59 años atendidos en el hospital Tingo María
Forma de aplicación	Individual
Tiempo de aplicación	3 minutos
Descripción del instrumento	Compuesto de la siguiente forma: La primera parte se utilizará para establecer las características sociodemográficas del paciente e incluirá 6 preguntas, una de las cuales es abierta (edad) y las otras cinco cerradas con marcadores opcionales (género, estado civil). , sistema de trabajo, servicios en el lugar de trabajo), parte II preguntas relacionadas sobre sedentarismo, así también posee una pregunta relacionada con la variable sobrepeso que consta de una pregunta relacionada con el Índice de Masa Corporal (IMC)
Baremación	<p>Nivel de sedentarismo Bajo (0 a 11 puntos) Medio (12 a 22 puntos) Alto (23 a 34 puntos)</p> <p>Dimensión temporal Bajo (0 a 2 puntos) Medio (3 a 5 puntos) Alto (6 a 8 puntos)</p>

	Dimensión cambios tecnológicos Bajo (0 a 2 puntos) Medio (3 a 5 puntos) Alto (6 a 8 puntos)
	Dimensión autoestima personal Bajo (0 a 3 puntos) Medio (4 a 6 puntos) Alto (7 a 10 puntos)
Muestra de tipificación	20
Validez de contenido	Juicio de expertos
Momento de la aplicación	Entrada y salida del personal técnico
Confiabilidad	No se analizó

Validez y confiabilidad de los instrumentos: Los instrumentos usados fueron verificados con valoraciones de expertos para tal efecto, se identificaron 7 expertos en el tema para verificar el diseño de los instrumentos de investigación, si se hallaron errores, se modificaron antes de su uso. Además, la prueba se realiza calculando el coeficiente de AIKEN y combinándolo con opiniones de expertos sobre la validez del cuestionario. Esta relación es una herramienta para cuantificar la validez del contenido o la relevancia del tema de cada contenido entre 7 revisores. Su magnitud oscila entre 0.00 y 1.00 es el valor más alto posible entre revisores, las calificaciones más altas de validez de contenido fueron completamente consistentes.

Procedimientos de recolección de datos: Los procedimientos a seguir a fin de recoger los datos fueron lo siguiente:

- Solicitar permiso al Director del Hospital I Tingo María.
- Luego de recibir esta autorización, coordinar con el jefe del departamento.
- Solicitar un formulario de consentimiento informado firmado. □
Proporcionar herramientas de recolección de datos para las unidades de investigación.
- Anotar los datos obtenidos.

3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Procesamiento de los Datos: La base de datos fue creada en los programas SPSS ver. 25 y MS Excel. La información integral se presentó

mediante tablas de frecuencia con sus cifras correspondientes y se analizó mediante métodos estadísticos de frecuencia en el campo descriptivo para obtener razones y proporciones de variables cualitativas. La información recopilada será codificada y analizada para una mejor comprensión.

Análisis de los Datos: En este estudio, cada variable se explica individualmente mediante estadística descriptiva, teniendo en cuenta los objetivos del estudio. Se efectuó un análisis bivariado entre las variables sedentarismo (independencia) y sobrepeso (dependencia) para encontrar la relación entre ellas mediante la prueba de chi-cuadrado. Considere un valor de P estadísticamente significativo $<0,05$ como referencia para aceptar o rechazar la hipótesis de investigación. Posteriormente, los datos de las variables de estudio se presentarán en forma de tablas y gráficos para su análisis e interpretación con base en el marco teórico.

a) La estadística descriptiva se utiliza para analizar cada variable por separado, teniendo en cuenta los objetivos de la investigación.

b) **Análisis inferencial:** Se verificó la hipótesis utilizando un método estadístico llamado prueba de significancia.

1. **Formulación de la hipótesis.** En este estudio se probaron las siguientes ideas:

H_{i6}: Existe relación entre el sedentarismo factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

H_{o6}: No existe relación entre el sedentarismo como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.

2. **Nivel de significación.** El margen de error asumido en el estudio es de 5.0 % ($p < 0.05$) con una confianza del 95.0%

3. **Elección de la prueba estadística.** La estadística utilizada en la comparación es la prueba estadística Chi-cuadrado, la estadística no es paramétrica, se utiliza para establecer la relación entre las

variables categóricas presentadas en este trabajo de investigación.

4. Lectura del valor de p, Calculado: Representa el valor obtenido al realizar una prueba de chi-cuadrado utilizando el programa estadístico SPSS ver. 25.0.

5. Toma de decisión estadística. Esto se hace sobre la base de los valores P calculados, asumiendo todos los supuestos de un valor de significancia del 5% ($p < 0,05$).

Finalmente, se tabularon los datos de las variables de estudio para su análisis e interpretación con base en el marco teórico.

Aspectos éticos de la investigación: Antes de utilizar estas herramientas, cada usuario que acepte participar en el estudio deberá firmar un formulario de consentimiento informado, por lo que tendrán en cuenta los principios éticos de este estudio:

Principio de Justicia: Con base en este principio, todos los pacientes tienen la oportunidad de ser seleccionados para participar en el estudio sin discriminación alguna, género, lugar de origen, cultura, condiciones económicas, etc.

Principio de Beneficencia: Este principio es beneficioso en la atención de los estudiantes, ya que los resultados promoverán el bienestar, reducirán el riesgo de daño físico o psicológico y respetarán y protegerán todos sus derechos en todo momento.

Principio de Autonomía: Las personas que participen en el estudio serán elegidas respetando su integridad, dignidad y asegurando que tengan toda la información necesaria por medio del consentimiento informado.

Principio de No Maleficencia: Siguiendo este principio básico, siempre es posible evitar daños a los grupos de investigación y no poner en peligro su bienestar y sus derechos, manteniendo así la confidencialidad profesional y confidencial.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS

Tabla 1. Distribución de las características sociodemográficos de los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Características sociodemográficas	N= 151	
	fi	%
Género		
Masculino	40	26,5
Femenino	111	73,5
Edad		
30 a 40	86	57,0
40 a 59	65	43,0
Religión		
Católica	49	32,5
Evangélica	83	55,0
Otros	19	12,6
Estado civil		
Soltero(a)	36	23,8
Casado(a)	44	29,1
Conviviente	71	47,0
Grado de instrucción		
Primaria	29	19,2
Secundaria	78	51,7
Superior	44	29,1
Ocupación		
Ama de casa	47	31,1
Estudia	20	13,2
Trabajador(a) independiente	65	43,0
Trabajador(a) dependiente	19	12,6
Procedencia		
Zona Rural	18	11,9
Zona Urbana	83	55,0
Urbana marginal	50	33,1

Respecto a las características sociodemográficas en los adultos se han encontrado que el género, un 73,5% fueron femeninos, el 57,0% tienen de 30 a 40 años de edad, el 55,0% son de religión evangélica, 47,0% fueron convivientes, el 51,7% alcanzaron nivel secundario, un 43,0% son trabajadores independientes y el 55,0% provienen de zonas urbanas.

Tabla 2. Descripción según ítems del sedentarismo dimensión temporal como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensión temporal	N= 151	
	fi	%
Realiza ejercicios		
Si	52	34,4
No	99	65,6
Frecuencia de actividades sedentarias		
Mayor a 6 horas	77	51,0
De 2 a 4 horas	68	45,0
Cada hora	6	4,0
Frecuencia de actividad física		
Más de 3 veces a la semana	70	46,4
2 veces a la semana	75	49,7
1 vez a la semana	6	4,0
Minutos de actividad física al día		
Mayor a 30 min	70	46,4
Menos 30 min	81	53,6
Horas que pasa sentado al día		
Menos de una hora	66	43,7
1 a 3 horas	79	52,3
Más de 3 horas	6	4,0

Como se observa en la tabla 2, el 65,6% refieren que no realizan actividad física todos los días, el 51,0% se mantienen por más de 6 horas sedentarios, el 49,7% realizan actividades físicas 2 veces a la semana, el 53,6% realizan menos de 30 minutos de actividad física al día y el 52,3% pasan de 1 a 3 horas sentados durante el día.

Tabla 3. Descripción según ítems del sedentarismo cambios tecnológicos como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensión cambios tecnológicos	N= 151	
	fi	%
Pasa mayor tiempo sentado		
No	78	51,7
Si	73	48,3
Se transporta a su domicilio		
No	62	41,1
Si	89	58,9
Pasa tiempo en su computadora		
No	47	31,1
Si	104	68,9
Acostumbras a pasar tiempo jugando con el celular		
No	58	38,4
Si	93	61,6
Pasa el tiempo durmiendo o echado en la cama		
No	33	21,9
Si	118	78,1
Tiempo que realiza actividades sedentarias		
Menos 30 min	35	23,2
30 min. A 1 hora	89	58,9
Mayor a 1 hora	27	17,9
La cuarentena por COVID-19 le volvió sedentario		
No	43	28,5
Si	108	71,5

Al observar que de acuerdo a las preguntas en la dimensión cambios tecnológicos, el 51,7% no pasan mayor tiempo sentado, el 58,9% si utilizan un medio de transporte para ir a su domicilio de forma habitual, el 68,9% si acostumbran a pasar mayor tiempo frente al computador, el 61,6% acostumbra a pasar mayor tiempo jugando con su celular, el 78,1% si acostumbra a dormir o pasar el tiempo echado en cama, el 58,9% realizan actividades sedentarias de 30 minutos a 1 hora y el 71,5% refieren la cuarentena por COVID-19 les volvió más sedentarios.

Tabla 4. Descripción según ítems del sedentarismo dimensión autoestima como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensión autoestima personal	N= 151	
	fi	%
Incomodidad para hacer ejercicios		
No	52	34,4
Si	99	65,6
Evita actividades físicas a la vista personas		
No	53	35,1
Si	98	64,9
Se siente mal en un gimnasio		
No	49	32,5
Si	102	67,5
Siente vergüenza o temor		
No	55	36,4
Si	96	63,6
Experimenta sentimientos de insatisfacción		
No	31	20,5
Si	120	79,5

Según la tabla 4, los ítems analizados sobre la dimensión autoestima personal, el 65,6% se sienten incómodos con la apariencia física para hacer ejercicios, el 64,9% suelen evitar las actividades físicas a la vista de otras personas, el 67,5% se sienten mal en un gimnasio, el 63,6% siente vergüenza de ir trotando en un parque y el 79,5% de la muestra estudiada experimentan sentimientos de insatisfacción personal.

Tabla 5. Descripción consolidada categorizada del sedentarismo según dimensiones como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensiones/Niveles del sedentarismo	N= 151	
	fi	%
Temporal		
Bajo	71	47,0
Medio	72	47,7
Alto	8	5,3
Cambios tecnológicos		
Bajo	41	27,2
Medio	65	43,0
Alto	45	29,8
Autoestima personal		
Bajo	42	27,8
Medio	26	17,2
Alto	83	55,0

Según lo observado, en las dimensiones del sedentarismo, el 47,7% tienen un nivel medio en la dimensión temporal, el 43,0% nivel medio en la dimensión cambios tecnológicos, un 55,0% un nivel alto en la dimensión autoestima personal.

Tabla 6. Descripción del nivel de sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Sedentarismo	N= 151	
	fi	%
Bajo	55	36,4
Medio	88	58,3
Alto	8	5,3

Como se observa en la tabla 6, el 58,3% del total de los adultos que han sido estudiados presento un nivel de sedentarismo medio, prosigue con el 36,4% con nivel bajo y el 5,3% presento nivel alto de sedentarismo.

Tabla 7. Descripción de acuerdo al grado de sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Sobrepeso	N= 151	
	fi	%
No presenta	48	31,8
Sobrepeso	101	66,9
Obesidad	2	1,3

Al observar la tabla 7; donde se puede apreciar que, de acuerdo al grado de sobrepeso en la unidad de análisis en el presente estudio, se observa que existió un 66,9% con sobrepeso, el 31,8% no presento sobrepeso y el 1,3% presento obesidad.

4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS Y PRUEBA DE HIPÓTESIS

Tabla 8. Relación entre el sedentarismo factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Sedentarismo factor de riesgo	Sobrepeso						Total		Chi- Cuadrado	P (valor)
	No presenta		Sobrepeso		Obesidad		fi	%		
	fi	%	fi	%	fi	%				
Bajo	13	8,6	42	27,8	0	0,0	55	36,4	40,958	0,00
Medio	31	20,5	57	37,7	0	0,0	88	58,3		
Alto	4	2,6	2	1,3	2	1,3	8	5,3		

Al relacionar el sedentarismo como factor de riesgo hacia el sobrepeso, analizando por medio la estadística chi cuadrada se ha encontrado como resultado el valor de $X^2=40,958$ y un $p = 0,00$, siendo este valor menos a $0,05$ por lo que se acepta la hipótesis del investigador y se rechaza la nula, siendo así se concluye que si existe relación estadística significativa entre el sedentarismo y el sobrepeso en los adultos de 30 - 59 años de edad.

Tabla 9. Relación entre las características sociodemográficas con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Características sociodemográficas	Sobrepeso						Total		Chi-Cuadrado	P (valor)
	No presenta		Sobrepeso		Obesidad		fi	%		
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%		
Género										
Masculino	22	14,6	18	11,9	0	0,0	40	26,5	13,841	0,00
Femenino	26	17,2	83	55,0	2	1,3	111	73,5		
Edad										
30 a 40	36	23,8	48	31,8	2	1,3	86	57,0	11,550	0,00
40 a 59	12	7,9	53	35,1	0	0,0	65	43,0		
Religión										
Católica	15	9,9	32	21,2	2	1,3	49	32,5	27,748	0,00
Evangélica	18	11,9	65	43,0	0	0,0	83	55,0		
Otros	15	9,9	4	2,6	0	0,0	19	12,6		
Estado civil										
Soltero (a)	16	10,6	20	13,2	0	0,0	36	23,8	12,761	0,01
Casado (a)	6	4,0	38	25,2	0	0,0	44	29,1		
Conviviente	26	17,2	43	28,5	2	1,3	71	47,0		
Grado de instrucción										
Primaria	15	9,9	14	9,3	0	0,0	29	19,2	14,625	0,01
Secundaria	17	11,3	61	40,4	0	0,0	78	51,7		
Superior	16	10,6	26	17,2	2	1,3	44	29,1		
Ocupación										
Ama de casa	12	7,9	35	23,2	0	0,0	47	31,1	22,732	0,00
Estudia	14	9,3	6	4,0	0	0,0	20	13,2		
Trabajador(a) independiente	13	8,6	50	33,1	2	1,3	65	43,0		
Trabajador(a) dependiente	9	6,0	10	6,6	0	0,0	19	12,6		
Procedencia										
Zona Rural	4	2,6	14	9,3	0	0,0	18	11,9	26,913	0,00
Zona Urbana	40	26,5	41	27,2	2	1,3	83	55,0		
Urbana marginal	4	2,6	46	30,5	0	0,0	50	33,1		

Analizando la relación entre las características sociodemográficas y el sobrepeso, habiendo utilizado la estadística chi cuadrada, el valor de P en todos los ítems fueron menores a 0,05, las cuales indican que se acepten las hipótesis de investigación, en tal sentido, se asume que existe relación entre las características sociodemográficas con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años.

Tabla 10. Prueba de hipótesis de la comparación de frecuencias del nivel de sedentarismo en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Nivel de sedentarismo	fi	%	Frecuencia esperada	Prueba Chi Cuadrado (X ²)	Significancia p valor
Bajo	55	36,4	50,3	64,225	0,00
Medio	88	58,3	50,3		
Alto	8	5,3	50,3		
Total	151	100,0			

Al realizar la comparación inferencial de frecuencias entre el nivel de sedentarismo, se halló que mediante la comprobación de hipótesis a través del Chi Cuadrado para una sola muestra obtuvieron un $X^2 = 64,225$ con un valor de significancia $p = 0,00$ que demuestra el predominio estadístico de una frecuencia sobre otra, aceptándose la hipótesis del investigador y estableciendo que el nivel de sedentarismo es medio en los adultos de 30 a 59 años.

Tabla 11. Prueba de hipótesis de la comparación de frecuencia del sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Sobrepeso	fi	%	Frecuencia esperada	Prueba Chi Cuadrado (X ²)	Significancia p valor
No presenta	48	31,8	50,3		
Sobrepeso	101	66,9	50,3	97,523	0,00
Obesidad	2	1,3	50,3		
Total	151	100,0			

Al realizar la comparación inferencial de frecuencias del sobrepeso, se halló que mediante la comprobación de hipótesis a través del Chi Cuadrado para una sola muestra obtuvieron un $X^2 = 97,523$ con un valor de significancia $p = 0,00$ que demuestra el predominio estadístico de una frecuencia sobre otra, aceptándose la hipótesis del investigador y estableciendo que el 66,9% presentaron sobrepeso siendo alto en los adultos de 30 a 59 años.

Tabla 12. Relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensión temporal	Sobrepeso						Total		Chi-Cuadrado	P (valor)
	No presenta		Sobrepeso		Obesidad					
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%		
Bajo	25	16,6	46	30,5	0	0,0	71	47,0		
Medio	19	12,6	53	35,1	0	0,0	72	47,7	40,139	0,00
Alto	4	2,6	2	1,3	2	1,3	8	5,3		

Según el análisis de relación de inferencias entre la dimensión temporal y el sobrepeso, mediante la estadística chi cuadrada el valor fue 40,139 y el valor de $p = 0,00$, la cual fue menos a 0,05, que indica que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, se observa existencia de relación significativa entre la dimensión temporal con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años.

Tabla 13. Relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo y el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensión cambios tecnológicos	Sobrepeso						Total		Chi-Cuadrado	P (valor)
	No presenta		Sobrepeso		Obesidad		fi	%		
	fi	%	fi	%	fi	%				
Bajo	19	12,6	22	14,6	0	0,0	41	27,2		
Medio	18	11,9	47	31,1	0	0,0	65	43,0	10,028	0,04
Alto	11	7,3	32	21,2	2	1,3	45	29,8		

De acuerdo a la relación entre la dimensión cambios tecnológicos y el sobrepeso, mediante la estadística de chi cuadrado el valor fue 10,028 y el valor de $p = 0,04$, la cual fue menos a 0,05, que indica que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, si existieron relación entre la dimensión cambios tecnológicos con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años.

Tabla 14. Relación entre el sedentarismo en la dimensión autoestima personal como factor de riesgo y el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024

Dimensión autoestima personal	Sobrepeso						Total		Chi-Cuadrado	P (valor)
	No presenta		Sobrepeso		Obesidad		fi	%		
	fi	%	fi	%	fi	%				
Bajo	14	9,3	28	18,5	0	0,0	42	27,8		
Medio	2	1,3	24	15,9	0	0,0	26	17,2	10,891	0,03
Alto	32	21,2	49	32,5	2	1,3	83	55,0		

Al buscar relación entre la dimensión autoestima personal y el sobrepeso, analizando por medio la estadística chi cuadrada se encontraron $X^2=10,891$ y el valor de $p = 0,03$, la cual fue menos a $0,05$, que indica que se acepten la hipótesis del investigador, por ende, se verifica la existencia de relación estadísticamente significativa entre la dimensión autoestima personal con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. PRESENTAR LA CONTRASTACIÓN DE LOS RESULTADOS DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Según la relación del sedentarismo como factor de riesgo con el sobrepeso, a través de la estadística chi cuadrada se logró un $p = 0,00$, la cual el valor es menor a $0,05$ por lo que se acepta la hipótesis del investigador y se rechaza la nula, siendo así que si existe relación entre el sedentarismo y el sobrepeso en los adultos de 30 - 59 años de edad. De la misma manera en el estudio de Morales ⁽¹⁶⁾, donde en la significancia (Sig.) fue $0,000$; Esto significa que, al ser menor que el valor de $0,05$, la hipótesis nula es rechazada. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alternativa que sugiere que hay una relación entre la obesidad y la falta de actividad física. Así también en el estudio realizado por Palacios, et al ⁽²⁰⁾ donde sus resultados se basaron en al relacionar el sedentarismo con la obesidad, se obtuvo un p valor = $0,012$, siendo menor a $0,05$ se aceptó su hipótesis del investigador dando a conocer que si se relacionan el sedentarismo con el sobrepeso. Resultados que se son similares a los obtenidos en este estudio.

Por otro lado, en la investigación de Medina ⁽¹⁵⁾, determinaron que al relacionar el sobrepeso con el nivel de actividad física que fue en mayor porcentaje un $26,5\%$ inactivo y el valor de p fue $0,943$, siendo que no existe relación entre estas variables. Siendo así que en el estudio de Borrero ⁽¹⁸⁾, en sus resultados obtuvo que el $41,8\%$ de las personas con sobrepeso no realizaban ninguna actividad física es decir eran muy sedentarios, y que al relacionarlo con una estadística inferencial se obtuvo un p valor igual a $0,609$, cuyo valor refiere que existió relación, por ende, dichos resultados de significancia no se relacionaron con los obtenidos en este estudio.

De acuerdo a la relación entre las características sociodemográficos y el sobrepeso, por medio de la estadística de chi cuadrada, el valor de p fue menor a $0,05$ en todos los ítems, la cual indica que se aceptó la hipótesis del

investigador, por ende, si existieron relación entre las características sociodemográficas con el sobrepeso. De la misma manera Ramos y Carballeira ⁽¹⁴⁾, en sus resultados obtuvo que la edad se asocia con el factor determinante en obesidad (genético frente a ambiental) $\chi^2 = 14,43$ $p < 0,005$. De la misma manera en el estudio de Medina, et ⁽¹⁵⁾, quien determina que, si existieron relación entre la ocupación y la obesidad siendo el p valor igual a 0,03, por lo que se aceptó, la hipótesis del investigador, resultados inferenciales similares a los obtenidos en el presente estudio. Por lo contrario, en el estudio de Palacios, et al ⁽²⁰⁾, demostraron que, al relacionar el género con la obesidad, se obtuvo un p valor igual a 0,425, siendo el resultado mayor a 0,05 por lo que no existe relación entre estas variables. Y dicha estadística inferencial no se asemeja a lo obtenido en este estudio.

Al realizar la comparación inferencial de frecuencias del nivel de sedentarismo, se halló un valor de significancia $p = 0,00$ que demuestra el predominio estadístico de una frecuencia sobre otra, aceptándose la hipótesis del investigador y estableciendo que el nivel de sedentarismo es medio en los adultos. De la misma manera en el estudio de Medina, et ⁽¹⁵⁾, quienes demostraron en su investigación que existieron un total de 689 adultos que no realizan actividad física, analizándose que presentan un predominio medio del nivel de sedentarismo. Así también en el estudio de Borrero ⁽¹⁸⁾, quien determino que existió un 74,5% que no realizan actividad física dando a entender que existió un nivel de sedentarismo de nivel medio en dicha población. Por otro lado, en el estudio de Guevara, et al, ⁽¹²⁾, quien demostró que la actividad física fue baja con un 65,9%, dando referencia así que existió una predominancia de un sedentarismo de nivel alto, la cual mediante la estadística inferencial también resalto dicho predominio, resultado que se asemeja al obtenido en este estudio.

Respecto a la comparación inferencial de frecuencias del sobrepeso, se halló un valor de significancia $p = 0,00$ que demuestra el predominio estadístico de una frecuencia sobre otra, aceptándose la hipótesis del investigador y fundando que el 66,9% presentaron sobrepeso siendo alto en los adultos de 30 a 59 años. De la misma manera en el estudio de Guevara

(12), quienes informaron que sus resultados prevalecieron los adultos con sobrepeso con un 54%. También en el estudio de Medina (15), en donde prevaleció el sobrepeso en el hogar siendo un total de 812 casos del total de la población. De la misma manera en el estudio realizado por Morales (16), donde su resultado fue un 50,0% de su población presento obesidad. Y también en el estudio de Borrero (18), donde determino que el predominio alto de su población fue con un porcentaje 56,4% que presentaron sobrepeso. Cuyos datos estadísticos se asemejan a los del estudio, debido a que existió un alto predominio de personas con obesidad de acuerdo a los resultados de los distintos autores. Pero en el estudio de Palacios, et al (20), existió una alta predominancia en los adultos con peso normal con el 32,0%, siendo esto un dato que contradice al del estudio.

Al buscar relación entre la dimensión temporal y el sobrepeso, el valor de $p = 0,00$, que indica que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, si existieron relación entre la dimensión temporal con el sobrepeso en los adultos. A diferencia de los resultados de Diaz (17), demuestra que el 58% de su población realiza 1 vez por semana la actividad física, dando a entender que las personas con obesidad presentan poca actividad física, datos que se asemejan a los logrados en el estudio. Asimismo de acuerdo a De Arco, et al (21), quien determina que el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender, se relaciona con estos resultados debido a que se centra en cómo los comportamientos individuales están influenciados por la interacción de factores personales, sociales y ambientales que afectan el bienestar, la dimensión temporal, en este caso, se refiere a cómo el tiempo dedicado a la actividad física o el sedentarismo influye directamente en la aparición del sobrepeso. Un bajo nivel de actividad física sostenida en el tiempo puede ser percibido como una barrera, contribuyendo al sobrepeso.

En la relación de la dimensión cambios tecnológicos y el sobrepeso, el valor de $p = 0,04$, la cual indicó que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, si existieron relación entre la dimensión cambios tecnológicos con el sobrepeso. Así mismo Medina, et (15), en sus resultados obtuvieron que, al relacionar el tiempo frente a la pantalla con la obesidad, el valor de p fue

0,0003, dato inferencial que indico que, si existió relación entre estas variables, además estos resultados se asemejaron a los logrados en el estudio debido a que dentro de la dimensión se consideró el uso de la tecnología. Así mismo en el estudio de Diaz ⁽¹⁷⁾, donde demostró que en su población existió un 56% que refirieron pasar por más de 4 horas al día sentados en la computadora, tablet o celular, siendo así que este dato influye en el sobrepeso, resultados que se asemejan a los obtenidos en este estudio.

Y, por último, la relación entre la dimensión autoestima personal y el sobrepeso, el valor de $p = 0,03$, la cual fue menor a 0,05, que indica que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, si existieron relación entre la dimensión autoestima personal con el sobrepeso. Además, Amaro ⁽²²⁾, refiere que la teoría del entorno de Florence Nightingale, se relaciona con dichos resultados debido a que un entorno que no fomente una autoestima saludable a través de apoyo social, espacios que promuevan la actividad física o recursos educativos sobre salud puede contribuir al desarrollo del sobrepeso. Nightingale enfatizaba la importancia de un entorno saludable para la recuperación y prevención de enfermedades, y en este caso, un entorno que no propicie el bienestar emocional puede resultar en conductas de sedentarismo y sobrepeso. Si se mejora el entorno psicológico y físico en el que se desenvuelven las personas, esto podría elevar su autoestima personal y, por ende, influir positivamente en el control del sobrepeso.

Además De Arco, et al ⁽²¹⁾, refiere que en la Teoría de Nola Pender de la promoción de la salud se relaciona con estos resultados debido a que enfatiza cómo los factores cognitivos y emocionales influyen en los comportamientos de salud, según Pender, la autoestima es un factor importante que afecta la percepción de autoeficacia, es decir, la creencia de una persona en su capacidad para llevar a cabo acciones que promuevan la salud, como el ejercicio o una dieta equilibrada. Cuando la autoestima es baja, las personas pueden sentirse menos capaces de realizar cambios saludables, lo que incrementa el riesgo de sedentarismo y sobrepeso. Este resultado subraya la necesidad de estrategias que aumenten la autoestima personal para mejorar los comportamientos de salud y reducir el riesgo de sobrepeso, lo cual está

en consonancia con los principios de la teoría de Pender.

CONCLUSIONES

- Si existe una evaluación entre el sedentarismo y la obesidad en adultos de 30 a 59 años, entonces el estadístico chi-cuadrado da $p = 0,00$, que es menor que 0,05, por lo que se acepta la hipótesis del investigador y se rechaza la hipótesis nula.
- Si existieron relación entre las características sociodemográficos con el sobrepeso en los adultos de 30 - 59 años de edad, por medio de la estadística de chi cuadrada, el valor de p fue menor a 0,05 en todos los ítems, la cual indica que se aceptó la hipótesis del investigador.
- Al realizar la comparación inferencial de frecuencias del nivel de sedentarismo, se halló un valor de significancia $p = 0,00$ que demuestra el predominio estadístico de una frecuencia sobre otra, aceptándose la hipótesis del investigador y estableciendo que el nivel de sedentarismo es medio en los adultos.
- Respecto a la comparación inferencial de frecuencias del sobrepeso, se halló un valor de significancia $p = 0,00$ que demuestra el predominio estadístico de una frecuencia sobre otra, aceptándose la hipótesis del investigador y estableciendo que el 66,9% presentaron sobrepeso siendo alto en los adultos de 30 a 59 años.
- La dimensión temporal si se relacionó con el sobrepeso en los adultos 30 a 59 años, el valor de $p = 0,00$, que indica que se aceptó la hipótesis del investigador.
- La dimensión cambios tecnológicos se relacionó con el sobrepeso, motivo que el valor de $p = 0,04$, la cual indicó que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, si existieron relación entre la dimensión cambios tecnológicos con el sobrepeso.
- Y, por último, la relación entre la dimensión autoestima personal y el sobrepeso, el valor de $p = 0,03$, la cual fue menos a 0,05, que indica que se aceptó la hipótesis del investigador, por ende, si existieron relación entre la dimensión autoestima personal con el sobrepeso.

RECOMENDACIONES

➤ **Al Hospital de Tingo María**

- Promover actividades físicas guiadas para pacientes durante sus estadías en el hospital, como caminatas o ejercicios ligeros, para reducir el riesgo de sedentarismo alto.
- Implementar programas de educación sobre lo importante de la actividad física en la prevención del sobrepeso y la obesidad, enfocados en pacientes con sedentarismo moderado.
- Seguimiento nutricional y control de peso para aquellos con sedentarismo medio o alto, utilizando protocolos específicos de prevención de sobrepeso y obesidad.

➤ **A la universidad de Huánuco**

- Capacitación a los docentes acerca de las estrategias para abordar el sedentarismo y promover el ejercicio físico como parte de los cuidados rutinarios para los adultos con sobrepeso.
- Desarrollo de investigaciones sobre la relación entre la actividad física y la salud en la población adulta, enfocando los estudios en la prevención de la obesidad y sobrepeso en contextos hospitalarios.
- Promoción de colaboraciones interinstitucionales con hospitales y centros de salud para aplicar los conocimientos adquiridos en la práctica diaria del personal de salud, mejorando los protocolos de prevención de sedentarismo.

➤ **A los estudiantes de enfermería**

- Capacitar a los estudiantes en intervenciones específicas para la prevención del sobrepeso en pacientes adultos, haciendo hincapié en la importancia de la evaluación del sedentarismo.
- Promover actividades de acompañamiento físico donde los estudiantes motiven a los pacientes a realizar actividades físicas ligeras durante su recuperación en el hospital.
- Incorporar programas de educación en salud para que los estudiantes

promuevan la actividad física y la alimentación saludable entre los pacientes adultos hospitalizados.

➤ **A los adultos que asisten al Hospital de Tingo María**

- Incorporar pausas activas durante el día, como realizar pausas de 5 a 10 minutos cada hora para estirarse, caminar o realizar movimientos simples. Esto es especialmente importante para aquellos con sedentarismo medio o alto, ya que ayuda a reducir los riesgos de sobrepeso y obesidad.
- Establecer metas semanales de actividad física moderada, se aconseja realizar al menos 150 min. de actividad física moderada por semana (como nadar, pasear en bicicleta o caminar). Aquellos con sedentarismo alto deben comenzar con metas más bajas, incrementando gradualmente su nivel de actividad.
- Monitorear el peso y la actividad regularmente, llevar un registro semanal del peso y de los minutos dedicados a la actividad física esto permite identificar patrones y ajustar las rutinas para evitar el acrecentamiento de peso, especialmente para los que presentan sedentarismo medio o alto, quienes tienen un mayor riesgo de sobrepeso.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Biblioteca Nacional de Medicina. Riesgos de una vida sedentaria [Internet] 2021 [Consultado 2024 Feb 08]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/healthrisksofaninactivelifestyle.html#:~:text=Puede%20perder%20masa%20muscular%20y,quiz%C3%A1s%20no%20funcione%20tan%20bien>
2. Instituto Nacional de Diabetes y enfermedades Digestivas y Renal. Definición e información sobre el sobrepeso y la obesidad en los adultos [Internet]. [Consultado 2024 Feb 08]. Disponible en: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/control-de-peso/informacion-sobre-sobrepeso-obesidad-adultos/definicion-hechos>
3. Organización Panamericana de la Salud. Prevención de la Obesidad Salud [Internet] Ginebra; 2024 [Consultado 2024 Feb 26] Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
4. Organización Mundial de la Salud [Internet] Ginebra: OMS; 2022 [Consultado 2024 Feb 26] Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/07-12-2021-who-accelerates-work-on-nutrition-targets-with-new-commitments>
5. Instituto Nacional De Estadística de Informática. El 39,9% de peruanos de 15 y más años de edad tiene al menos una comorbilidad [Internet] 2021 [Consultado 2024 Feb 1] Disponible en <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comorbilidad-12903/>
6. Ministerio de Salud. 15 millones de personas tienen sobrepeso y obesidad [Internet] 2022 [Consultado 2024 Abr 1] Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/634511-minsa-15-millones-de-personas-tienen-sobrepeso-y-obesidad>

7. Instituto Nacional de Estadística e Informática, Huánuco: enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2021. [Internet] [Consultado 2024 Abr 1] Disponible en: https://encuestas.inei.gob.pe/endes/2021/departamentales_en/Endes10/pdf/Huanuco.pdf
8. Malo M, Castillo N, Pajita D. La obesidad en el mundo [Internet] [Consultado 2024 Abr 01]; 78(2): 173-178. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832017000200011&lng=es.
<http://dx.doi.org/10.15381/anales.v78i2.13213>.
9. Clínica mayo Obesidad [Internet] 2022 [Consultado 2024 Abr 1] Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/obesity/symptoms-causes/syc-20375742>
10. Miguel E, Niño A. Consecuencias de la obesidad [Internet] [consultado 2024 Feb 01]; 20(4): 84-92. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352009001000006&lng=es.
11. Fernández M, Valbuena R, Agüero ME. Actitudes y prácticas de cuidadores/as referidas a alimentación infantil y estado nutricional de niños/as de 2 a 5 años. Córdoba. [Internet]. 2022 [Consultado 2024 Abr 09] Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/med/article/view/39028>
12. Guevara S. Factores asociados al sobrepeso y obesidad del personal de enfermería y su influencia con el desempeño laboral en el hospital del sur Esmeraldas [Internet] Ecuador: Universidad técnica del norte:2021 [Consultado 2024 Feb 28]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/11814>
13. Martínez K. Hábitos alimentarios y estilos de vida en estudiantes de último año de la carrera de Nutrición y Dietética de la Pontificia Universidad Javeriana, 2021. [Internet] Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana; 2021

- [Consultado 2024 Abr 25] Disponible en:
<https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/58101>
14. Ramos J, Carballeira M. Obesidad y sobrepeso: conceptualización e intervención desde la enfermería en España [Internet] España; 2021 [Consultado 2024 Abr 25] Disponible en:
<https://scielo.isciii.es/pdf/ene/v15n2/1988-348X-ene-15-02-1197.pdf>
 15. Medina M. Factores de riesgo asociados con sobrepeso y obesidad en adolescentes mexicanas. Salud Pública de México [Internet]. v. 62, n. 2 [Consultado 2024 Abr 31] 62(2) 125-136. Disponible en:
<https://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v62n2/0036-3634-spm-62-02-125.pdf>
 16. Guevara Z, Moreno X. Conocimiento sobre alimentación saludable en estudiantes de enfermería técnica Carlos Salazar Romero, 2022 [Internet] Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2023 [Consultado 2024 Feb 31] Disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/116221/Guevara_FZC-Moreno_RXE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 17. Jiménez Z. Calidad de vida en salud y su relación con la obesidad del personal de oficiales, técnicos y suboficiales que laboran en el cuartel general del ejército Lima, 2021 [Internet] Lima: Universidad Norbert Wiener, 2021 [Consultado 2024 Abr 1] Disponible en:
http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/5887/T061_41193550_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 18. Borrero A. Factores asociados con el sobrepeso y la obesidad en el personal de enfermería del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes, Piura, 2020 [Internet] Universidad Cesar Vallejo-Piura 2020 [Consultado 2024 Abr 1] Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/48799>
 19. Carnero AM. Uso Del Tiempo Libre Y Estilos De Vida De Los Estudiantes De IV Ciclo De Enfermería Universidad De Huánuco. [Internet] Huánuco: Universidad De Huánuco; 2022 [Consultado 2024 Abr 25] Disponible en:

<http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/3422>

20. Escudero M. Prevalencia y factores de riesgo a sobrepeso y obesidad en personal de enfermería del Hospital Tingo María 2019 [Internet]Universidad de Huánuco [Consultado 2024 Abr 4]Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3017/Escudero%20Coronel%2c%20Melissa%20Neidy.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
21. De Arco C, Penaban G, Vaca LV. Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo [Internet]. 2019 [consultado 2024 Abr 06]; 37(2): 227-236. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002019000200227
22. Amaro MC. Florence Nightingale, la primera gran teórica de enfermería. Rev. Cubana Enfermería[Internet] [Consultado 2024 Abr 06]; 20(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192004000300009&lng=es
23. Biblioteca Nacional de medicina. Riesgos de una vida sedentaria [Internet]; Estados Unidos: 2023. [Consultado 2024 Abr 13]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/healthrisksofaninactivelifestyle.html#:~:text=Puede%20perder%20masa%20muscular%20y,quiz%C3%A1s%20no%20funcione%20tan%20bien>
24. Poican A, Granados J. Prevalencia del sedentarismo e inactividad física en adolescentes jóvenes de la región Lambayeque. Revista Académica Internacional de Educación Física [Internet] 2022 [Consultado 2024 Abr 13]; 2 (4): 1-9. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8697686.pdf>
25. Valencia A, Devís J, Peiró C. El uso sedentario de medios tecnológicos de pantalla: perfil sociodemográfico de los adolescentes españoles nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación [Internet] [Consultado 2024 Abr 13]; (26): 21 - 26. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732292004>

26. Moral-García J, Organ D, López S, Ametria M, Maneiro R. Influence of physical activity on self-esteem and risk of dependence in active and sedentary elderly people [Internet]. 2018 [Consultado 2024 Abr 13]; 34 (1): 162 - 166. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282018000100020&lng=es
27. Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. Factores de riesgo [Internet] [Consultado 2024 Abr 25] Disponible en: <https://www.mspbs.gov.py/portal/25703/conozca-los-principales-factores-de-riesgo-para-la-salud.html>
28. Salguero M. Hábitos saludables; para prevenir la obesidad el sobrepeso y el sedentarismo infantil [Internet] [Consultado 2024 Abr 29] Disponible en: <https://dspace.uib.es/xmlui/handle/11201/145375>
29. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Alimentación saludable para un peso saludable [Internet] [Consultado 2024 Abr 25] Disponible en: <https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/healthyeating/index.html#:~:text=La%20alimentaci%C3%B3n%20saludable%20se%20basa,saludables%20y%20m%C3%A1s%20actividad%20f%C3%ADsica.>
30. Biblioteca Nacional de medicina. Control del peso [Internet]; Estados Unidos: 2023. [Consultado 2024 Abr 13]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/weightcontrol.html>
31. Pérez J, Gardey A. Qué es, Significado y Concepto. [Internet] [Consultado 2024 Mar 25] Disponible en: <https://definicion.de/sociodemografico/#:~:text=Puede%20decirse%20que%20lo%20sociodemogr%C3%A1fico,los%20integrantes%20de%20esta%20agrupaci%C3%B3n.>
32. Ávila N. Envejecimiento: edad, salud y sociedad [Internet] [Consultado 2024 Mar 25] Disponible en:

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592018000200087

33. Guía para la igualdad. Sexo [Internet] [Consultado 2024 Mar 25] Disponible en: <https://campusgenero.inmujeres.gob.mx/glosario/terminos/sexo>
34. Según Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. El nivel Educativo. [Internet] [Consultado 2024 Mar 25] Disponible en: <https://inee.org/es/eie-glossary/nivel-educativo#:~:text=El%20nivel%20educativo%20de%20una,cada%20uno%20de%20estos%20programas.>

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Marin C. Sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024 [Internet] Huánuco: Universidad de Huánuco; 2024 [Consultado]. Disponible en: <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO DEL ESTUDIO. SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA-2024

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables e indicadores			
			Variable 1: Factores de riesgo			
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
¿Existirá relación entre el sedentarismo como factor de riesgo y el sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?	<ul style="list-style-type: none"> Determinar la influencia del sedentarismo en el sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024 	<ul style="list-style-type: none"> Hi6: Existe relación entre el sedentarismo factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. Ho6: No existe relación entre el sedentarismo como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. 				Nominal
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
<ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál será el nivel de sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 	<ul style="list-style-type: none"> Evaluar el nivel de sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en 	<ul style="list-style-type: none"> Hi2: El nivel de sedentarismo alto como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. Hi2: El nivel de sedentarismo bajo 	IMC	Peso Talla IMC	Kg. Cm IMC	Nominal

años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?	adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.				
• ¿Cuál será la proporción de sobrepeso en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?	• Conocer la proporción de sobrepeso en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	Hi3: La proporción de sobrepeso es alto en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. Ho3: La proporción de sobrepeso es bajo en los adultos de 30 a 59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	Proporción			Nominal
• ¿Existirá la relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?	• Identificar la relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	Hi4: Existe relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. Ho4: No existe relación entre el sedentarismo en la dimensión temporal como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	Temporal	Realiza ejercicios Actividades sedentarias Actividad física Minutos al día Horas al día	Si No	Nominal
• ¿Existirá la relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo al	• Describir la relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo al	Hi5: Existe relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	Cambios tecnológicos	Pasa mayor tiempo sentado Se transporta a su domicilio Pasa tiempo en su	Si No	

sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?	sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	Ho5: No existe relación entre el sedentarismo en la dimensión cambios tecnológicos como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	computadora Tiempo que dedica a sus actividades		
• ¿Existirá la relación entre el sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024?	• Identificar la relación entre el sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo al sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024	Hi6: Existe relación entre el sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024. Ho6: No existe relación entre el sedentarismo relacionados con la autoestima como factor de riesgo y sobrepeso en los adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	Inseguridad o se siente incomodo Siente mal en un gimnasio Vergüenza temor	Autoestima personal	Si No
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Variable 2: Obesidad		
• ¿Cuáles son las características sociodemográficas que se relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el	• Describir las características sociodemográficas que se relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo	Hi1: Existen características sociodemográficas que se relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024. Ho1: No existen características sociodemográficas que se	VARIABLE DE CARACTERIZACION: Características sociodemográficas		
			DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
					ESCALA DE MEDICION
			Sociodemográficos	Edad	según la edad en años
					Nominal

Hospital Tingo María 2024?	atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	relacionan con el sobrepeso en los adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024.				Sexo	Femenino Masculino	Nominal
						Religión	Católica Evangélica Otros	
						Estado civil	Casado Soltero Divorciado Conviviente viudo	Nominal
						Grado de instrucción	Primaria Secundaria superior	Nominal
						Ocupación	Ama de casa Estudia Trabajador independiente Trabajador dependiente	Nominal
						Procedencia	Rural Urbana Urbana marginal	Nominal

Tipo de estudio	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Aspectos éticos	Estadística descriptiva e inferenciales
------------------------	----------------------------	--------------------------------	------------------------	--

Según intervención será de tipo observacional, prospectivo de corte transversal, estudio analítico.	La población estará constituida por adultos de 30-59 años con sedentarismo atendidos en el Hospital Tingo María 2024.	La Técnica: La técnica a utilizar será la Encuesta Y el Instrumento es un cuestionario estructurado	En el presente estudio se consideran los principios bioéticos	Descriptiva: Análisis de frecuencias y proporciones de las enfermedades crónicas	Inferencial: Se utilizará la prueba Chi cuadrado X2 para buscar la relación entre las variables de estudio
Nivel del estudio					
Descriptivo					
Diseño del estudio					
diseño relacional					

ANEXO 2
INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS ANTES DE LA
VALIDACION
CUESTIONARIO

Título: SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA 2024.

INSTRUCCIONES: El presente cuestionario está dirigido a los adultos sedentarios con sobrepeso del Hospital de Tingo María para determinar sus factores de riesgo. Se solicita su colaboración respondiendo sinceramente y se agradece de antemano su participación.

A. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICOS:

1. **¿Cuál es su género?**
 - a. Masculino
 - b. Femenino
2. **¿Qué edad tiene usted actualmente?**
 - a. 30 a 40
 - b. 40 a 59
3. **¿A qué religión pertenece usted?**
 - a. Católica ()
 - b. Evangélica ()
4. **¿Cuál es su estado civil?**
 - a. Soltero (a) ()
 - b. Casado (a) ()
 - c. Conviviente ()
5. **¿Cuál es su grado de instrucción actual?**
 - a. Primaria ()
 - b. Secundaria ()
 - c. Superior ()
6. **¿Cuál es la ocupación que tiene usted?**
 - a. Ama de casa ()
 - b. Estudia ()
 - c. Trabajador(a) independiente ()
 - d. Trabajador(a) dependiente ()
7. **¿De dónde procede usted?**
 - a. Zona Rural ()
 - b. Zona Urbana ()
 - c. Urbana marginal ()

VARIABLE: SEDENTARISMO DIMENSIÓN TEMPORAL

1. ¿Realiza ejercicios de actividad física todos los días?
 - Si ()
 - No ()
2. ¿Con qué frecuencia realizas actividades sedentarias (¿ver televisión, jugar con el celular, etc.?)
 - a. Cada hora ()
 - b. De 2 a 4 horas ()
 - c. Mayor a 6 horas ()
3. ¿Con que frecuencia realizas actividad física durante la semana?
 - a. 1 vez a la semana ()
 - b. 2 veces a la semana ()
 - c. Más de 3 veces a la semana ()
4. ¿Cuántos minutos de actividad física realizas al día?
 - a) Menos 30 min ()
 - b) Mayor a 30 min ()
5. ¿Cuántas horas pasa sentado durante el día?
 - a) Menos de una hora ()
 - b) 1 a 3 horas ()
 - c) Más de 3 horas ()

SEDENTARISMO DIMENSION CAMBIOS TECNOLOGICOS

6. ¿Pasa el mayor tiempo sentado (a) en su casa o en su trabajo?
 - a) Si ()
 - b) No ()
7. ¿Cómo te transportas a tu domicilio de forma habitual?
 - a) A pie ()
 - b) Vehículo (Moto, carro, etc.) ()
8. Durante el día, ¿Acostumbras a pasar mayor tiempo frente a la computadora?
 - a) Si ()
 - b) No ()
9. Durante el día, ¿Acostumbras a pasar tiempo jugando con el celular?
 - a) Si ()
 - b) No ()
10. Durante el día, ¿Acostumbras dormir o pasar el mayor tiempo echado en la cama?
 - a) Si ()
 - b) No ()
11. ¿Cuánto tiempo dedicas a realizar actividades sedentarias (¿ver televisión, jugar con el celular, etc.?)
 - c) Menos 30 min ()
 - d) 30 min. A 1 hora ()
 - e) Mayor a 1 hora ()
12. Es consciente Ud. que la cuarentena por COVID-19 y/o emergencia sanitaria le volvió más sedentario?
 - a) Sí ()
 - b) No ()

SEDENTARISMO RELACIONADOS CON LA DIMENSIÓN AUTOESTIMA PERSONAL

13. ¿Tiene inseguridad o se siente incómodo con su apariencia física para salir a

- hacer ejercicios físicos?
- a) Si ()
 - b) No ()
14. suele evitar las actividades físicas, sobre todo, si se trata de deportes a la vista de otras personas.
- a) Si ()
 - b) No ()
15. ¿Se siente mal en un gimnasio, una clase grupal de actividad física o de ejercicios?
- a) Si ()
 - b) No ()
16. ¿Siente vergüenza o temor ir trotando por un parque transitado o por una vía concurrida?
- a) Si ()
 - b) No ()
17. ¿Experimenta usted sentimientos de insatisfacción personal motivo por el cual le resulta más sencillo aislarse y refugiarse en otro tipo de actividades donde se exponen menos?
- a) Si
 - b) No

VARIABLE 2: SOBREPESO

18. Índice de Masa Corporal (I.M.C)

a) **Peso:** _____

b) **Talla:** _____

c) **I.M.C:** _____

ANEXO 3
INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS DESPUES DE LA
VALIDACION

CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y
SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO EN ADULTOS

TITULO: SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA 2024.

INSTRUCCIONES: El presente cuestionario está dirigido a los adultos sedentarios con sobrepeso del Hospital de Tingo María para determinar sus factores de riesgo. Se solicita su colaboración respondiendo sinceramente y se agradece de antemano su participación.

A. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

- 1. ¿Cuál es su género?**
 - a. Masculino
 - b. Femenino
- 2. ¿Qué edad tiene usted actualmente?**
 - a. 30 a 40
 - b. 40 a 59
- 3. ¿A qué religión pertenece usted?**
 - a. Católica ()
 - b. Evangélica ()
 - c. Otros ()
- 4. ¿Cuál es su estado civil?**
 - a. Soltero (a) ()
 - b. Casado (a) ()
 - c. Conviviente ()
 - d. otros ()
- 5. ¿Cuál es su grado de instrucción actual?**
 - a. Primaria ()
 - b. Secundaria ()
 - c. Superior ()
- 6. ¿Cuál es la ocupación que tiene usted?**
 - a. Ama de casa ()
 - b. Estudia ()
 - c. Trabajador(a) independiente ()
 - d. Trabajador(a) dependiente ()
- 7. ¿De dónde procede usted?**
 - a. Zona Rural ()
 - b. Zona Urbana ()

c. Urbana marginal ()

VARIABLE: SEDENTARISMO DIMENSIÓN TEMPORAL

8. ¿Realiza ejercicios de actividad física todos los días?
 - a) Si ()
 - b) No ()
9. ¿Con qué frecuencia realizas actividades sedentarias (¿ver televisión, jugar con el celular, etc.?)
 - a) Cada hora ()
 - b) De 2 a 4 horas ()
 - c) Mayor a 6 horas ()
10. ¿Con que frecuencia realizas actividad física durante la semana?
 - a. 1 vez a la semana ()
 - b. 2 veces a la semana ()
 - c. Más de 3 veces a la semana ()
11. ¿Cuántos minutos de actividad física realizas al día?
 - a) Menos 30 min ()
 - b) Mayor a 30 min ()
12. ¿Cuántas horas pasa sentado durante el día?
 - a) Menos de una hora ()
 - b) 1 a 3 horas ()
 - c) Más de 3 horas ()

SEDENTARISMO DIMENSIÓN CAMBIOS TECNOLÓGICOS

13. ¿Pasa el mayor tiempo sentado (a) en su casa o en su trabajo?
 - a) Si ()
 - b) No ()
14. ¿Cómo te transportas a tu domicilio de forma habitual?
 - c) A pie ()
 - d) Vehículo (Moto, carro, etc.) ()
15. Durante el día, ¿Acostumbras a pasar mayor tiempo frente a la computadora?
 - a) Si ()
 - b) No ()
16. Durante el día, ¿Acostumbras a pasar tiempo jugando con el celular?
 - a) Si ()
 - b) No ()
17. Durante el día, ¿Acostumbras dormir o pasar el mayor tiempo echado en la cama?
 - a) Si ()
 - b) No ()
18. ¿Cuánto tiempo dedicas a realizar actividades sedentarias (¿ver televisión, jugar con el celular, etc.?)
 - a) Menos 30 min ()
 - b) 30 min. A 1 hora ()
 - c) Mayor a 1 hora ()
19. Es consciente Ud. que la cuarentena por COVID-19 y/o emergencia sanitaria le volvió más sedentario?
 - a) Sí ()
 - b) No ()

SEDENTARISMO RELACIONADOS CON LA DIMENSIÓN AUTOESTIMA PERSONAL

20. ¿Tiene inseguridad o se siente incómodo con su apariencia física para salir a hacer ejercicios físicos?
- a) Si ()
 - b) No ()
21. suele evitar las actividades físicas, sobre todo, si se trata de deportes a la vista de otras personas.
- a) Si ()
 - b) No ()
22. ¿Se siente mal en un gimnasio, una clase grupal de actividad física o de ejercicios?
- a) Si ()
 - b) No ()
23. ¿Siente vergüenza o temor ir trotando por un parque transitado o por una vía concurrida?
- a. Si ()
 - b. No ()
24. ¿Experimenta usted sentimientos de insatisfacción personal motivo por el cual le resulta más sencillo aislarse y refugiarse en otro tipo de actividades donde se exponen menos?
- a) Si
 - b) No

VARIABLE 2: SOBREPESO

25. Índice de Masa Corporal (I.M.C)

a) **Peso:** _____

b) **Talla:** _____

c) **I.M.C:** _____

ANEXO 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO

SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA-2024.

PROPÓSITO

El presente estudio se llevará a cabo con el propósito de obtener información sobre el sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital de Tingo María-2024, lo cual permitirá obtener resultados actuales y realizar futuras intervenciones de acuerdo a los resultados.

SEGURIDAD

El estudio no pondrá en riesgo su salud física ni psicológica de su persona.

PARTICIPANTES EN EL ESTUDIO

En el estudio de investigación se incluirán a todos los usuarios adultos con diagnósticos de sobrepeso y sedentarismo del Hospital de Tingo María.

CONFIDENCIALIDAD

La información recabada se mantendrá en total reserva, no se publicarán nombres de ningún participante del estudio. Así que podemos garantizarle a usted confidencialidad absoluta.

COSTOS

El estudio no le afectará en sus recursos económicos ya que todos los gastos serán asumidos por la investigadora. Usted no recibirá ninguna remuneración por participar en el estudio.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE

La participación en el estudio es voluntaria. Usted puede decidir si participa o puede abandonar el estudio en cualquier momento, al retirarse del estudio no le representará ninguna penalidad o pérdida de beneficios a los que tiene derecho.

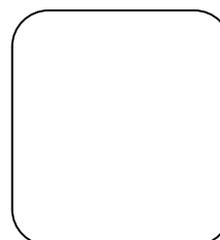
CERTIFICADO DE CONSENTIMIENTO

Yo he leído la información de esta página y acepto voluntariamente participar en el estudio.

D.N.I.....

Firma.....

Fecha..... /..... /.....



Huella digital

ANEXO 5

CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, GROVER CABRERA FERNÁNDEZ
De profesión ENFERMERO, actualmente ejerciendo el cargo
de ENFERMERO ASISTENCIAL

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA, 2024**".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 <i>Cuestionario para identificar características sociodemográficas.</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 <i>Cuestionario para determinar sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso.</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
GROVER CABRERA FERNÁNDEZ

DNI: 40248370

Especialidad del validador: CENTRO QUIRÚRGICO

MINISTERIO DE SALUD
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD HUÁNUCO
HOSPITAL TINGO MARÍA
Grover Cabrera Fernández
Grover Cabrera Fernández
LICENCIADO EN ENFERMERÍA
DNI 40248370

Firma/Sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Lady Yachayo Borrovich
 De profesión Licenciada en enfermería, actualmente ejerciendo el cargo
 de enfermera asistente

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA, 2024**".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 <i>Cuestionario para identificar características sociodemográficas.</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 <i>Cuestionario para determinar sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso.</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Yachayo Borrovich Lady

DNI: 42284125

Especialidad del validador: Unidad de cuidados intensivos

Lady Yachayo Borrovich
 LIC. ENFERMERIA
 CEP 49191
 Firma/Sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Lolita Perea Hidalgo
 De profesión Lic. en Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo
 de Enfermera Asistencial

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA, 2024** ".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 <i>Cuestionario para identificar correlaciones sociodemográficas.</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 <i>Cuestionario para determinar el nivel de riesgo a sobrepeso.</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

Perea Hidalgo Lolita

DNI: 22971394

Especialidad del validador: Cuidados del paciente crítico en adultos.

LP
 LOLITA PEREA HIDALGO
 LIC. EN ENFERMERÍA
 CEP / Firma / Sello E. 7520



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Jose Luis Lopez Mariano
 De profesión ENFERMERO, actualmente ejerciendo el cargo
 de DOCENTE UNIVERSITARIO

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARÍA, 2024** ".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 <i>Cuestionario para identificar características socio demográficas.</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 <i>Cuestionario para determinar sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso.</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Lopez Mariano Jose Luis

DNI: 72506820
 Especialidad del validador: Salvo Profesores y Docentes


 Mg. Jose Luis Lopez Mariano
 Firma/Sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Rogelio León Tangoa
 De profesión Lic. en Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo
 de Enfermero Asistencial
 por medio del presente hago constar que he revisado y validado los
 instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA
 CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la
 Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para
 la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A
 SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL
 TINGO MARÍA, 2024** ".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 Cuestionario para identificar características socio demográficas.	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 Cuestionario para determinar sedentismo como factor de riesgo a sobrepeso.	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
León Tangoa Rogelio

DNI: 22474720

Especialidad del validador: Emergencias y Pesados

HOSPITAL TINGO MARÍA
Rogelio León Tangoa
 LIC. EN ENFERMERÍA
 72446725

Firma/Sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Robert Reategui Ruiz
 De profesión CC. CC., actualmente ejerciendo el cargo
 de Prof. Vig. Esp. - UFM
 por medio del presente hago constar que he revisado y validado los
 instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA
 CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la
 Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para
 la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A
 SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL
 TINGO MARÍA, 2024** ".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 <i>Cuestionario para identificar características sociodemográficas</i>	<input checked="" type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 <i>Cuestionario para determinar Sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

Reategui Ruiz Robert

DNI: 22967563

Especialidad del validador: Enf y doctor



Robert Reategui Ruiz
 ENFERMERA EN EPIDEMIOLOGIA Y SALUD AMBIENTAL

Firma/Sello



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Teofila López Isidro
 De profesión Lic. en Enfermería, actualmente ejerciendo el cargo
 de Coordinadora de PCT - Castillo Grande
 por medio del presente hago constar que he revisado y validado los
 instrumentos de recolección de datos, presentado por el egresado MARIN VALDIVIA
 CLAUDIA, con DNI N° 72446725, aspirante al Título de Licenciado en enfermería de la
 Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para
 la tesis titulado " **SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A
 SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL
 TINGO MARÍA, 2024** ".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 <i>Cuestionario para identificar características socio demográficas</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 <i>Cuestionario para determinar sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso.</i>	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

Teofila López Isidro

DNI: 40033810

Especialidad del validador: Magister en Salud pública y Docencia

Mg. Teófila López Isidro
 CEP. 48993

Firma/Sello

ANEXO 6

DOCUMENTOS SOLICITANDO PERMISO PARA EJECUCIÓN DEL ESTUDIO



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



SOLICITO: AUTORIZACION PARA LA EJECUCION DEL TRABAJO DE INVESTIGACION.

SR.
LUIS ALBERTO, NOVOA RAMIREZ
DIRECTOR EJECUTIVO DEL HOSPITAL TINGO MARIA

SG.
Yo, **MARIN VALDIVIA, CLAUDIA STEPHANY** Identificada con DNI N° **72446725** domiciliada en Buenos Aires primera cuadra, Mz D Lote 12. Egresada de la Universidad de Huánuco del Programa Académico Profesional de Enfermería ante usted me presento y expongo lo siguiente:
Que con la finalidad de optar el Título de Licenciatura en Enfermería vengo realizando el Trabajo de Investigación titulado "**SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARIA 2024**". Dicho proyecto fue aprobado por los jurados de la Universidad de Huánuco, quienes dictaminaron la ejecución respectiva.

Para lo cual solicito tenga a bien autorizar la Ejecución del mencionado Trabajo de Investigación y la recolección de los datos. Dichos datos a recolectarse son muy importantes para realizar mi tesis y optar el Título de Licenciada en Enfermería; además le informo que el estudio lo vengo realizando asesorado por el **DR. MASGO CASTRO, WALTER HUGO**, Docente de la Universidad de Huánuco Sede Tingo María.

Por lo tanto, a usted señor Director solicito que ordene a quien corresponde para acceder a mi solicitud por ser de justicia que espero alcanzar.

Para tal efecto adjunto la Matriz y el cuestionario.

Tingo María 09 de agosto del año 2024

CC
Archivo

MARIN VALDIVIA CLAUDIA STEPHANY
DNI: 72446725
Responsable de la investigación

NOTA: Cualquier consulta al teléfono celular N° 960589216 MARIN VALDIVIA CLAUDIA STEPHANY

DIRECCION REGIONAL DE TINGO MARIA	
D.E. 404 HOSPITAL TINGO MARIA	
TRÁMITE DOCUMENTARIO	
12 AGO 2024	
Reg. Documento:	503823.1
Reg. Expediente:	30977-1
Folios:	10
Firma:	[Firma]
Hora:	10:08 p.m.

ANEXO 7

DOCUMENTOS DE AUTORIZACIÓN DEL ÁMBITO DE ESTUDIO



GOBIERNO REGIONAL
HUÁNUCO

HOSPITAL
TINGO MARÍA

UNIDAD DE APOYO A LA
DOCENCIA E INVESTIGACION



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACION DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA CONMEMORACION DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

Tingo María, 14 de Agosto del 2024.

CARTA DE AUTORIZACION N° 0068 - 2024-GRH-GRDS-DIRESA-HTM/UADI

Srta.

CLAUDIA STEPHANY, MARIN VALDIVIA

Presente.

ASUNTO : AUTORIZACION PARA EJECUCION DE TRABAJO DE INVESTIGACION

Por medio del presente me dirijo a usted para saludarle, el motivo de la presente es para comunicarle que mediante proveído N° 0066-2024-GRH-DRSH-HTM da viabilidad a su solicitud, por lo que la Unidad de Apoyo a la Docencia e Investigación, **AUTORIZA** la recolección de datos para Trabajo de Investigación, Titulado "**SEDENTARISMO COMO FACTOR DE RIESGO A SOBREPESO EN ADULTOS DE 30-59 AÑOS ATENDIDOS EN EL HOSPITAL TINGO MARIA 2024**".

Asimismo, deberá contar con su equipo de protección personal a la hora de ingresar a nuestro establecimiento de salud por su seguridad bajo responsabilidad; reportar sus hallazgos de recolección de datos obtenidos al término de su Investigación.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

DIRECCION REGIONAL DE SALUD HUANUCO
U.E. 401-HOSPITAL TINGO MARIA

JOHOVANA B. RUCABADO MIRANDA
JEFE UNIDAD DE APOYO A LA DOCENCIA E INVESTIGACION



JBRM/clpc
C. c. Archivo

Reg. Doc.	05046579
Reg. Exp.	03047771

Hospital de Tingo María - Unidad Ejecutora 401

ANEXO 8
BASE DE DATOS

N°	CS1	CS2	CS3	CS4	CS5	CS6	CS7	SDT1	SDT2	SDT3	SDT4	SDT5	SDCT6	SDCT7	SDCT8	SDCT9	SDCT10	SDCT11	SDCT12	SDAP13	SDAP14	SDAP15	SDAP16	SDAP17	PESO	TALLA	PTJ_DT	PTJ_DCT	PTJ_DAP	PTJ_NS	DIM_TEM	DIM_CT	DIM_AP	NS	IMC	SOBREPESO	
1	2	1	2	1	3	4	2	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	2	52	1,56	4	5	2	11	2	1	1	1	1	21,4	1
2	2	1	2	2	3	4	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	62	1,54	8	8	10	26	3	3	3	3	3	26,1	2
3	2	2	3	3	2	3	3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	2	0	2	69	1,59	0	2	6	8	1	1	2	1	1	27,3	2
4	1	1	1	1	1	4	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,62	0	4	10	14	1	2	3	2	2	21,7	1
5	2	2	2	3	3	3	2	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	0	0	0	0	0	68	1,57	4	7	0	11	2	3	1	1	1	27,6	2
6	2	2	3	3	2	3	3	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	2	2	2	70	1,60	1	6	6	13	1	2	2	2	2	27,3	2
7	2	1	1	2	1	4	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	2	2	2	50	1,56	1	5	8	14	1	2	3	2	2	20,5	1
8	1	1	3	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	2	2	57	1,59	5	6	10	21	2	1	3	2	2	22,5	1
9	2	2	1	2	2	3	3	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	68	1,63	2	6	10	18	1	2	3	2	2	25,6	2
10	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	59	1,58	5	7	10	22	2	1	3	2	2	23,6	1
11	2	1	2	3	2	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	62	1,56	0	0	2	2	1	1	1	1	1	25,5	2
12	1	2	3	3	2	3	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	68	1,72	0	6	10	16	1	2	3	2	2	23,0	1
13	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	85	1,76	5	7	10	22	2	2	3	2	2	27,4	2
14	1	2	2	3	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	0	0	0	2	77	1,75	5	5	4	14	2	2	2	2	2	25,1	2
15	1	1	1	3	2	3	2	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	79	1,72	0	5	0	5	1	2	1	1	1	26,7	2
16	1	1	2	3	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	74	1,70	5	7	10	22	2	3	3	2	2	25,6	2
17	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	2	2	2	64	1,58	5	5	10	20	2	2	3	2	2	25,6	2

18	2	1	2	3	3	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	60	1,54	1	1	2	4	1	2	1	1	25,3	2
19	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,51	5	7	10	22	2	3	3	2	25,0	2
20	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	68	1,62	5	7	10	22	2	3	3	2	25,9	2
21	2	2	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,48	5	7	10	22	2	3	3	2	26,0	2
22	2	1	2	3	3	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	56	1,60	0	0	10	10	1	1	3	1	21,9	1
23	2	2	2	3	2	3	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	2	2	2	2	66	1,61	1	1	10	12	1	2	3	2	25,5	2
24	1	1	3	3	3	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	74	1,77	0	3	0	3	1	1	1	1	23,6	1
25	2	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	65	1,59	5	7	10	22	2	3	3	2	25,7	2
26	2	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,61	5	7	10	22	2	3	3	2	22,0	1
27	2	2	2	2	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	76	1,60	0	0	0	0	1	1	1	1	29,7	2
28	2	1	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	69	1,53	5	7	10	22	2	3	3	2	29,5	2
29	1	1	3	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	58	1,50	5	7	10	22	2	3	3	2	22,0	1
30	1	2	3	1	3	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	64	1,71	0	0	0	0	1	1	1	1	22,6	1
31	2	1	2	2	2	1	2	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	2	69	1,57	4	5	2	11	2	2	1	1	28,0	2
32	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	55	1,50	8	8	10	26	3	1	3	3	22,0	1
33	2	1	1	2	3	3	3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	2	0	2	79	1,75	0	2	6	8	1	2	2	1	25,8	2
34	2	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	2	2	2	2	2	61	1,59	0	4	10	14	1	1	3	2	24,1	1
35	2	2	1	1	3	3	2	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	0	0	0	0	0	68	1,61	4	6	0	10	2	2	2	2	26,2	2
36	2	1	2	3	1	1	2	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	2	2	2	62	1,60	1	6	6	13	1	2	2	2	24,2	1
37	2	2	2	1	2	3	3	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	56	1,49	1	6	8	15	1	2	3	2	25,2	2
38	1	2	2	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	2	2	60	1,64	5	6	10	21	2	1	3	2	22,3	1
39	2	2	1	3	2	3	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	60	1,52	2	6	10	18	1	2	3	2	26,0	2
40	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	59	1,53	5	7	10	22	2	3	3	2	25,2	2
41	2	2	2	3	1	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	64	1,56	0	0	2	2	1	1	1	1	26,3	2
42	2	2	1	2	2	3	3	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	62	1,57	0	6	10	16	1	2	3	2	25,2	2

43	1	1	2	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	65	1,62	5	7	10	22	1	1	1	1	24,8	1	
44	2	1	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	0	0	0	2	64	1,58	5	5	4	14	2	2	2	2	25,6	2
45	1	1	2	3	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	58	1,60	0	5	0	5	1	2	1	1	22,7	1	
46	2	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	59	1,52	5	7	10	22	2	3	3	2	25,5	2	
47	2	1	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	2	2	57	1,50	5	5	10	20	2	2	3	2	25,3	2	
48	2	1	2	2	2	3	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	66	1,58	1	1	2	4	1	3	1	1	26,4	2	
49	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	64	1,66	5	7	10	22	2	1	3	2	23,2	1	
50	2	2	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	65	1,52	5	7	10	22	2	3	3	2	28,1	2	
51	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	67	1,63	5	7	10	22	2	3	3	2	25,2	2	
52	2	2	2	2	2	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	61	1,55	0	0	10	10	1	1	3	1	25,4	2	
53	2	2	2	2	1	1	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2	2	2	60	1,52	1	1	10	12	1	1	3	2	26,0	2	
54	2	2	1	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	60	1,54	0	3	0	3	1	2	1	1	25,3	2	
55	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	78	1,73	5	7	10	22	2	3	3	2	26,1	2	
56	2	1	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	80	1,57	5	7	10	22	3	3	3	3	32,5	3	
57	2	1	2	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	58	1,50	0	0	0	0	1	1	1	1	25,8	2		
58	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	69	1,62	5	7	10	22	2	3	3	2	26,3	2	
59	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	60	1,56	5	7	10	22	2	3	3	2	24,7	1	
60	2	1	2	2	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	78	1,68	0	0	0	0	1	1	1	1	27,6	2		
61	1	2	3	3	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	64	1,71	0	0	0	0	1	1	1	1	22,6	1		
62	2	1	2	3	2	1	2	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	2	69	1,57	4	5	2	11	2	2	1	1	28,0	2	
63	1	1	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	55	1,50	8	8	10	26	3	3	3	3	22,0	1	
64	2	2	1	1	2	3	3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	2	0	79	1,75	0	2	6	8	1	1	2	1	25,8	2	
65	2	1	1	3	3	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	2	2	2	2	61	1,59	0	4	10	14	1	2	3	2	24,1	1	
66	2	2	1	1	2	3	2	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	0	0	0	0	68	1,61	4	6	0	10	2	2	1	1	26,2	2	
67	2	1	2	1	2	1	2	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	2	2	62	1,60	1	6	6	13	1	2	2	2	24,2	1	

68	2	2	2	1	3	3	3	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	2	2	2	56	1,49	1	5	8	14	1	2	3	2	25,2	2
69	2	2	2	3	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	2	2	60	1,64	5	6	10	21	2	2	3	2	22,3	1
70	2	2	1	2	1	3	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	60	1,52	2	6	10	18	1	2	3	2	26,0	2
71	2	2	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	59	1,53	5	7	10	22	2	3	3	2	25,2	2
72	2	2	2	2	1	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	64	1,56	0	0	2	2	1	1	1	1	26,3	2
73	2	1	1	2	2	3	3	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	62	1,57	0	6	10	16	1	2	3	2	25,2	2
74	1	1	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	65	1,62	5	7	10	22	2	3	3	2	24,8	1
75	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	0	0	0	2	64	1,58	5	5	4	14	2	2	2	2	25,6	2
76	1	1	2	3	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	58	1,60	0	5	0	5	1	2	1	1	22,7	1
77	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	59	1,52	5	7	10	22	2	3	3	2	25,5	2
78	2	1	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,50	5	5	10	20	2	2	3	2	25,3	2
79	2	1	2	2	2	3	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	66	1,58	1	1	2	4	1	1	1	1	26,4	2
80	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	64	1,66	5	7	10	22	2	3	3	2	23,2	1
81	2	2	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	65	1,52	5	7	10	22	2	3	3	2	28,1	2
82	2	1	2	3	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	67	1,63	5	7	10	22	2	3	3	2	25,2	2
83	2	1	2	3	2	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	61	1,55	0	0	10	10	1	1	3	1	25,4	2
84	2	2	2	2	1	1	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	60	1,52	1	0	10	11	1	1	3	1	26,0	2
85	2	1	1	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	60	1,54	0	3	0	3	1	2	2	1	25,3	2
86	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	78	1,73	5	7	10	22	2	3	3	2	26,1	2
87	2	1	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	80	1,57	5	7	10	22	3	3	3	3	32,5	3
88	2	2	2	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	58	1,50	0	0	0	0	1	1	1	1	25,8	2
89	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	69	1,62	5	7	10	22	2	3	3	2	26,3	2
90	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	60	1,56	5	7	10	22	2	3	3	2	24,7	1
91	2	1	2	2	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	78	1,68	0	0	0	0	1	2	2	1	27,6	2
92	2	1	2	1	1	4	2	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	2	52	1,56	4	5	2	11	2	2	1	1	21,4	1

93	2	1	2	2	3	4	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	62	1,54	8	8	10	26	3	3	3	3	26,1	2
94	2	2	3	3	3	3	3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	2	0	2	69	1,59	0	2	6	8	1	1	2	1	27,3	2		
95	2	1	1	1	1	4	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,62	0	4	10	14	1	2	3	2	21,7	1		
96	2	2	2	3	3	3	2	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	0	0	0	0	0	68	1,57	4	6	0	10	2	2	1	1	27,6	2		
97	2	2	3	3	3	3	3	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	2	2	2	70	1,60	1	6	6	13	1	2	2	2	27,3	2		
98	2	1	1	2	3	4	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	50	1,56	1	6	8	15	1	2	3	2	20,5	1		
99	2	1	3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	2	2	57	1,59	5	6	10	21	2	2	3	2	22,5	1		
100	2	2	1	2	2	3	3	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	68	1,63	2	6	10	18	1	2	3	2	25,6	2		
101	2	1	1	1	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	59	1,58	5	7	10	22	2	1	1	2	23,6	1		
102	2	2	2	3	2	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	62	1,56	0	0	2	2	1	1	1	1	25,5	2		
103	1	1	3	3	2	3	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	68	1,72	0	6	10	16	1	2	3	2	23,0	1		
104	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	85	1,76	5	7	10	22	2	3	3	2	27,4	2		
105	1	2	2	3	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	0	0	0	2	77	1,75	5	5	4	14	2	2	2	2	25,1	2		
106	1	1	1	3	3	3	2	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	79	1,72	0	5	0	5	1	2	1	1	26,7	2		
107	1	1	2	3	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	74	1,70	5	7	10	22	2	2	2	2	25,6	2		
108	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	2	2	2	64	1,58	5	5	10	20	2	2	2	2	25,6	2		
109	2	1	2	3	2	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	60	1,54	1	1	2	4	1	1	1	1	25,3	2		
110	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,51	5	7	10	22	2	3	2	2	25,0	2		
111	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	68	1,62	5	7	10	22	2	2	2	2	25,9	2		
112	2	2	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,48	5	7	10	22	2	2	3	2	26,0	2		
113	2	1	2	3	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	56	1,60	0	0	10	10	1	1	3	1	21,9	1		
114	2	1	2	3	2	3	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	66	1,61	1	0	10	11	1	1	3	1	25,5	2		
115	1	2	3	3	3	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	74	1,77	0	3	0	3	1	1	1	1	23,6	1		
116	2	2	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	65	1,59	5	7	10	22	2	3	3	2	25,7	2		
117	2	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,61	5	7	10	22	2	3	3	2	22,0	1		

143	2	1	2	3	3	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	0	0	0	0	60	1,54	1	1	2	4	1	1	1	1	25,3	2
144	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57	1,51	5	7	10	22	2	3	3	2	25,0	2
145	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	68	1,62	5	7	10	22	2	3	3	2	25,9	2	
146	2	1	2	3	2	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	62	1,56	0	0	2	2	1	1	1	1	25,5	2	
147	1	2	3	3	2	3	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	1	2	2	2	2	68	1,72	0	6	10	16	1	2	3	2	23,0	1	
148	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	85	1,76	5	7	10	22	2	2	2	2	27,4	2	
149	1	2	2	3	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	0	0	0	2	77	1,75	5	5	4	14	2	2	2	2	25,1	2
150	1	1	1	3	3	3	2	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	79	1,72	0	5	0	5	1	2	1	1	26,7	2	
151	1	1	2	3	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	74	1,70	5	7	10	22	2	3	3	2	25,6	2	

ANEXO 9

CONSTANCIA DE REPORTE DE TURNITIN



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: CLAUDIA STEPHANY MARIN VALDIVIA, de la investigación titulada "Sedentarismo como factor de riesgo a sobrepeso en adultos de 30-59 años atendidos en el Hospital Tingo María 2024", con asesor(a) WALTER HUGO MASGO CASTRO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 936-2022-D-FCS-UDH del P. A. de ENFERMERÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 23 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 29 de noviembre de 2024



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO
D.N.I.: 40618286
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 - Jr. Progreso N° 650 - Teléfonos: (062) 511-113
Telefax: (062) 513-154
Huánuco - Perú