

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v6i1.3386>

Factores sociodemográficos de niños en edad preescolar para identificar sobrepeso u obesidad

Sociodemographic actors of preschool children to identify overweight or obesity

Gudelia Nájera Gutiérrez

gudenajgut@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1586-6627>

Facultad de Enfermería de la BUAP

Puebla – México

Osbelia Sánchez Pérez

osbelia.sanchez@alumno.buap.mx

<https://orcid.org/0009-0000-5023-8306>

Facultad de Enfermería de la BUAP

Puebla – México

María Claudia Morales Rodríguez

Maria.morales@correo.buap.mx

<https://orcid.org/0000-0001-837-8458>

Facultad de Enfermería de la BUAP

Puebla – México

Brenda Resendiz Maldonado

brenda.resendiz@buap.mx

<https://orcid.org/0000-0001-5508-3673>

Facultad de Enfermería de la BUAP

Puebla – México

Artículo recibido: 17 de enero de 2025. Aceptado para publicación: 31 de enero de 2025.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen


El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de tejido adiposo, lo que puede tener repercusiones adversas en la salud, especialmente en la infancia. Según datos de la OMS, en 2016 se estimó que 41 millones de niños menores de 5 años en el mundo sufrían de sobrepeso u obesidad. Anteriormente, se creía que estas condiciones eran prevalentes principalmente en países de altos ingresos; sin embargo, en la actualidad, se observa un aumento significativo en naciones de ingresos bajos y medianos, especialmente en áreas urbanas. Generar evidencia que apoye la práctica de la enfermería, enfocándose en la promoción de la salud a través de intervenciones dirigidas a cuidadores y niños menores de 5 años, con la intención de prevenir enfermedades crónico-degenerativas. Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal en un Jardín de Niños con una población total de 113 niños que asistieron regularmente al Jardín de Niños durante el periodo de evaluación. Este hallazgo coincide con estudios previos que indican un aumento de la obesidad infantil en contextos urbanos y rurales, lo que resalta la necesidad de enfoques adaptados a las características específicas de cada comunidad. La evaluación realizada justifica la implementación de intervenciones educativas personalizadas que respondan a las necesidades específicas de esta población infantil. Estas acciones contribuirán significativamente a reducir los riesgos asociados con el sobrepeso y la obesidad, al tiempo que garantizarán un desarrollo infantil adecuado y saludable.

Palabras clave: obesidad, sobrepeso, niños, intervenciones, nutrición

Abstract

Overweight and obesity are defined as an abnormal or excessive accumulation of adipose tissue, which can have adverse repercussions on health, especially in childhood. According to WHO data, in 2016 it was estimated that 41 million children under 5 years of age in the world were overweight or obese. Previously, these conditions were believed to be prevalent primarily in high-income countries; However, currently, a significant increase is observed in low- and middle-income nations, especially in urban areas. To generate evidence that supports nursing practice, focusing on health promotion through interventions aimed at caregivers and children under 5 years of age, with the intention of preventing chronic-degenerative diseases. A quantitative, descriptive and cross-sectional study was carried out in a Kindergarten with a total population of 113 children who regularly attended the Kindergarten. during the evaluation period. This finding coincides with previous studies that indicate an increase in childhood obesity in urban and rural contexts, which highlights the need for approaches adapted to the specific characteristics of each community. The evaluation carried out justifies the implementation of personalized educational interventions that respond to the specific needs of this child population. These actions will significantly contribute to reducing the risks associated with overweight and obesity, while ensuring adequate and healthy child development.

Keywords: obesity, overweight, children, interventions, nutrition

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Nájera Gutiérrez, G., Sánchez Pérez, O., Morales Rodríguez, M. C., & Resendiz Maldonado, B. (2025). Factores sociodemográficos de niños en edad preescolar para identificar sobrepeso u obesidad. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 6 (1), 881 – 887. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i1.3386>

INTRODUCCIÓN

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de tejido adiposo, lo que puede tener repercusiones adversas en la salud, especialmente en la infancia. La obesidad infantil se asocia con un aumento en la probabilidad de padecer enfermedades crónicas en la vida adulta, como la obesidad misma, la muerte prematura y discapacidades (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024).

Según datos de la OMS, en 2016 se estimó que 41 millones de niños menores de 5 años en el mundo sufrían de sobrepeso u obesidad. Anteriormente, se creía que estas condiciones eran prevalentes principalmente en países de altos ingresos; sin embargo, en la actualidad, se observa un aumento significativo en naciones de ingresos bajos y medianos, especialmente en áreas urbanas. México, por su parte, se encuentra en una alarmante situación, ocupando el primer lugar en obesidad infantil.

La prevalencia nacional de sobrepeso y obesidad en esta población se incrementó del 7% en 2006 al 37.3% en 2022, siendo más notable en niños que en niñas (Lazcano & Shamah, 2023). En el estado de Puebla, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) de 2012 reveló que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños menores de 5 años era del 8.3%, mientras que en niños de edad escolar alcanzaba el 29%.

Estos trastornos están relacionados no solo con factores genéticos, sino también con influencias psicológicas, sociales y metabólicas. Los niños con obesidad son propensos a desarrollar complicaciones respiratorias, un mayor riesgo de fracturas e hipertensión, así como signos tempranos de enfermedades cardiovasculares y resistencia a la insulina. Además, pueden enfrentar impactos psicológicos significativos (OMS, 2024).

Diversos estudios han evidenciado que las intervenciones multicomponentes, que incluyen ejercicio físico, alimentación saludable y cambios en el comportamiento, son más efectivas en la reducción del sobrepeso y la obesidad en niños, especialmente cuando se involucra a sus cuidadores (Denova et al., 2023). Un ejemplo de este tipo de intervención es el programa Familias Activas y Saludables (AHF), diseñado para ser implementado en cinco sesiones y centrado en la educación de niños y cuidadores con el objetivo de reducir la obesidad (Falbe et al., 2015).

Dada esta situación preocupante, este artículo tiene como objetivo generar evidencia que apoye la práctica de la enfermería, enfocándose en la promoción de la salud a través de intervenciones dirigidas a cuidadores y niños menores de 5 años, con la intención de prevenir enfermedades crónico-degenerativas. Este artículo presenta los resultados de una evaluación inicial realizada en un Jardín de Niños, con el objetivo de categorizar el estado nutricional de los infantes y justificar la implementación de una intervención educativa adaptada a las necesidades de esta población.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal en un Jardín de Niños con una población total de 113 niños que asistieron regularmente al Jardín de Niños durante el periodo de evaluación.

Participantes

Los participantes del estudio fueron niños de 2 a 5 años que asistieron al Jardín de Niños durante el periodo de recolección de datos. De un total de 118 niños matriculados, se incluyeron 113 que estuvieron presentes y cuyos padres o tutores otorgaron el consentimiento informado para participar en el estudio. La categorización de los niños se realizó según su edad cumplida al momento de la evaluación. Esta distribución permitió una caracterización detallada de la población, esencial para analizar las diferencias nutricionales según el grupo etáreo.

Procedimiento de muestreo

El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, ya que se incluyó a todos los niños presentes durante las fechas programadas para la recolección de los datos.

Recolección de datos

Los datos se obtuvieron mediante la medición directa del peso y la talla de cada niño, siguiendo los protocolos estandarizados establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Las mediciones se realizaron utilizando una báscula digital calibrada y un estadímetro portátil, garantizando la precisión y confiabilidad de los datos recopilados. Posteriormente, se calculó el índice de masa corporal (IMC) para cada participante y se clasificó según los percentiles de la OMS para su edad y sexo. La categoría nutricional se determinó utilizando los siguientes puntos de corte:

Peso bajo: < percentil 5.

Normal: percentil 5 a <85.

Sobrepeso: percentil 86 a <95.

Obesidad: \geq percentil 95.

Categorización por edad. Los niños fueron agrupados en cuatro categorías etáreas: 2 años, 3 años, 4 años y 5 años. Además, se registraron datos complementarios como el sexo de cada niño para realizar un análisis más detallado de las diferencias por grupo.

Diseño de la investigación

Este estudio utilizó un diseño cuantitativo, descriptivo y transversal, permitiendo la caracterización de la población objetivo en su entorno escolar sin modificar su comportamiento. Esta metodología es ideal para obtener un panorama inicial de las condiciones nutricionales de los niños en etapa preescolar, con miras a justificar futuras intervenciones educativas. La investigación se centró en evaluar el estado nutricional de los niños menores de 5 años de un Jardín de Niños, con el objetivo de identificar patrones de riesgo y establecer una base para diseñar estrategias preventivas en el ámbito de la salud y la nutrición infantil.

RESULTADOS

El análisis se centró en los datos recolectados de los 113 niños incluidos en el estudio, de los cuales 51 (45%) eran de sexo masculino y 62 (55%) de sexo femenino. La distribución por edad se desglosa de la siguiente manera: 27 niños (24%) en el grupo de 35 a 40 meses, 36 niños (32%) en el grupo de 48 a 59 meses, y 50 niños (44%) en el grupo de 60 a 71 meses. Los datos indican que la mayoría de los niños pertenecían al grupo de 60 a 71 meses, una etapa crítica en el desarrollo en la cual se establecen patrones alimenticios y de actividad física.

Tabla 1

Distribución de la muestra por edad y sexo

Grupo de edad	Total de niños	% del total	Sexo masculino	% de masculinos	Sexo femenino	% de femeninos
35 a 40 meses (2-3 años)	27	24%	13	48%	14	52%
48 a 59 (4años)	36	32%	18	50%	18	50%
60 a 71 meses (5años)	50	44%	20	40%	30	60%
Total	113	100%	51	45%	62	55%

Nota: Cédula de datos sociodemográficos (Nájera, Sánchez, 2024) n=113

Respecto al estado nutricional, 95 niños (84%) presentaban un peso normal. Sin embargo, se identificaron 4 niños (8%) con sobrepeso y 9 niños (8%) con riesgo de obesidad, lo que representa una preocupación importante en esta población.

Tabla 2

Estado nutricional de los niños

Estado nutricional	Total de niños	% del total
Riesgo de desnutrición	5	4%
Peso normal	95	84%
Sobrepeso	4	4%
Riesgo de Obesidad	9	8%
Total	113	100%

Nota: Cédula de datos sociodemográficos (Nájera, Sánchez, 2024) n=113

DISCUSIÓN

Este hallazgo coincide con estudios previos que indican un aumento de la obesidad infantil en contextos urbanos y rurales, lo que resalta la necesidad de enfoques adaptados a las características específicas de cada comunidad.

Los resultados obtenidos en este estudio revelan un panorama alentador respecto al estado nutricional de los niños evaluados en el Jardín de Niños, ya que la gran mayoría (84%) presenta un peso normal. No obstante, el 12% de los niños identificados con sobrepeso y obesidad indica la necesidad de implementar estrategias preventivas específicas, dado que estas condiciones en la infancia se asocian con un mayor riesgo de enfermedades crónicas en la adultez, como diabetes tipo 2 y problemas cardiovasculares. Los resultados de este estudio revelan información relevante sobre las características demográficas y el estado nutricional de los niños.

La existencia de niños en riesgo de desnutrición (4%) también resalta la dualidad de problemas nutricionales en esta población, donde tanto el exceso como la insuficiencia alimentaria pueden coexistir. Estos hallazgos concuerdan con estudios previos que identifican la etapa preescolar como un momento clave para implementar estrategias preventivas en salud pública.

En este contexto, el diseño de programas educativos orientados a cuidadores es esencial para abordar los factores de riesgo identificados. La intervención debe centrarse en promover una alimentación balanceada, la práctica de actividad física regular y la reducción de conductas sedentarias, con un enfoque integral que contemple las características específicas que influirán en su salud futura.

CONCLUSIONES

Desde una perspectiva teórica, estos resultados contribuyen a la comprensión del estado nutricional en la primera infancia, evidenciando la importancia de monitorear continuamente este aspecto para prevenir enfermedades crónicas futuras. A nivel práctico, la intervención educativa "Familias Activas y Saludables" se perfila como una herramienta prometedora para abordar los hábitos alimenticios y de actividad física, involucrando a los cuidadores en el proceso de aprendizaje y cambio de comportamiento.

Este estudio proporciona evidencia clara sobre la necesidad de intervenciones nutricionales. Aunque la mayoría de los niños presentó un peso normal, los casos identificados de sobrepeso, riesgo de obesidad y desnutrición destacan la importancia de la prevención y la educación para la salud.

En conclusión, la evaluación realizada justifica la implementación de intervenciones educativas personalizadas que respondan a las necesidades específicas de esta población infantil. Estas acciones contribuirán significativamente a reducir los riesgos asociados con el sobrepeso y la obesidad, al tiempo que garantizarán un desarrollo infantil adecuado y saludable.

REFERENCIAS

Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications.

Denova E., Gonzalez A., Méndez L., Araiza B., Balderas N., Lopez G., Tolentino L., Jáuregui A., Hernandez L., Unikel C., Bonvecchio A., Shamah T., Barquera S. & Rivera J. (2023). Overview of Systematic Reviews of Health Interventions for the Prevention and Treatment of Overweight and Obesity in Children. Recuperado de: <https://doi.org/10.3390/nu15030773>

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. (2013). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados por entidad federativa. Puebla. <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2012/doctos/informes/Puebla-OCT.pdf>

Falbe J., Cadiz A., Tantoco N., Thompson H. & Madsen K. (2015). Active and Healthy Families: A Randomized Controlled Trial of a Culturally Tailored Obesity Intervention for Latino Children. Recuperado de: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/playContent/1-s2.0-S1876285915000467?returnurl=https:%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS1876285915000467%3Fshowall%3Dtrue&referrer=https:%2F%2Fpubmed.ncbi.nlm.nih.gov%2F>


Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill

Lazcano, E. & Shamah, T. (2023). La salud de los mexicanos en cifras: resultados de la Ensanut 2022. Instituto Nacional de Salud Publica. <https://www.insp.mx/informacion-relevante/la-salud-de-los-mexicanos-en-cifras-resultados-de-la-ensanut-2022>

Norma Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2017, Para el tratamiento integral del sobre peso y la obesidad. Recuperado de: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5523105&fecha=18/05/2018#gsc.tab=0

Organización Mundial de la Salud, (2024). Obesidad y Sobrepeso. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

Polit, D. F., & Beck, C. T. (2021). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Wolters Kluwer.

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) .