



UNIVERSIDAD  
SIMÓN BOLÍVAR



# NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE, HIGIENE PERSONAL Y ACTIVIDAD FÍSICA QUE TIENEN LOS ESCOLARES DE EDADES ENTRE 8-12 AÑOS DE UNA IE PÚBLICA DE COLOMBIA.



MARTINEZ-ROYERT J.C (1), MARTINEZ-RODRIGUEZ E.A (2) , FUENTES-ANTÚNEZ E (3)

1. Doctorado en Educación, Enfermería, Universidad Simón Bolívar. Barranquilla, Colombia. Correo: judith.martinez@unisimonbolivr.edu.co

2. Estudiante de pregrado, Facultad de Nutrición, Universidad Veracruzana. Veracruz, México. Correo: zS19009613@estudiantes.uv.mx

3. Estudiante de pregrado, Enfermería, Universidad Vizcaya de las Américas. Ciudad Juárez, México. Correo: elifuan73@gmail.com

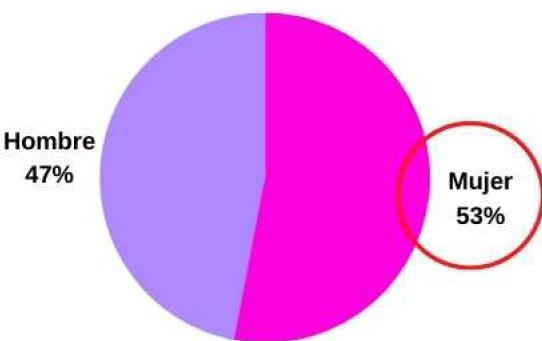
## Introducción

Tener una alimentación saludable y realizar actividad física, ayudan reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad, y a prevenir enfermedades crónicas no transmisibles (OMS, 2020). Al igual que las prácticas de higiene personal (como el lavado de manos), están relacionadas con la prevención de enfermedades de transmisión alimentaria, y se considera una acción directa y efectiva para su disminución/protección. Siendo entonces estas tres dimensiones de alimentación saludable (AS), actividad física (AF) e higiene personal (HP) los principales factores decisivos del bienestar personal y la calidad de vida. Por ello el objetivo principal fue establecer el nivel de conocimiento (NC) sobre AS, HP y AF que tienen los escolares de edades entre 8-12 años de una IE pública de Colombia. Objetivos específicos: Establecer características socio demográficas (edad, sexo) de la población en estudio, comparar el NC sobre AS, AF y HP según sexo que tienen los escolares de la IE pública, y comparar el NC sobre las mismas tres dimensiones según edad que tienen los escolares de la IE pública.

## Metodología

- Estudio cuantitativo, descriptivo, transversal, con 219 niños(as) de una escuela de Barranquilla.
  - Criterios de inclusión: escolares con edades entre 8- 12 años, con participación voluntaria previa autorización de los padres.
  - Criterios exclusión: no cumplimiento de algún criterio de inclusión.
- Se aplicó instrumento "cuestionario sobre conocimiento sobre alimentación saludable, higiene personal y actividad física", con un Alpha de Cronbach de 0,85.
- Se tuvo en cuenta las consideraciones éticas vigentes de consentimiento y/o asentamiento informado (Resolución N° 008430 de 1993), establece declaración de confidencialidad.
- Se realizó registro en Excel, se procedió a organizar la información en gráficos para su posterior análisis.

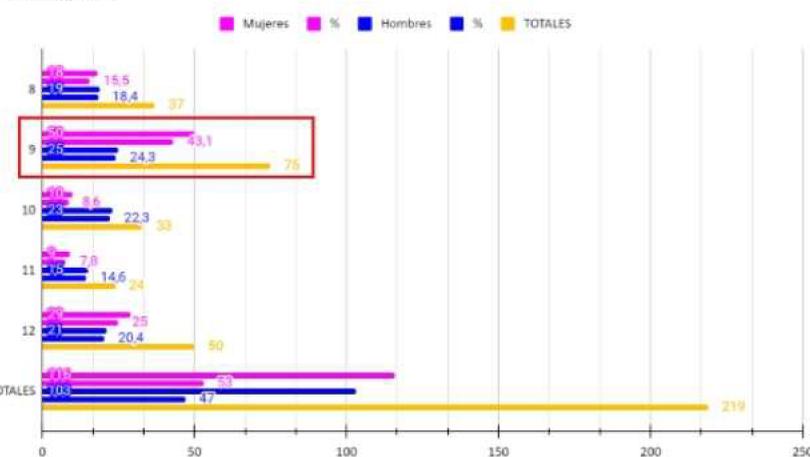
## Resultados



Gráfica N°1 - Características socio demográficas por sexo en de la población en estudio. Fuente: Instrumento

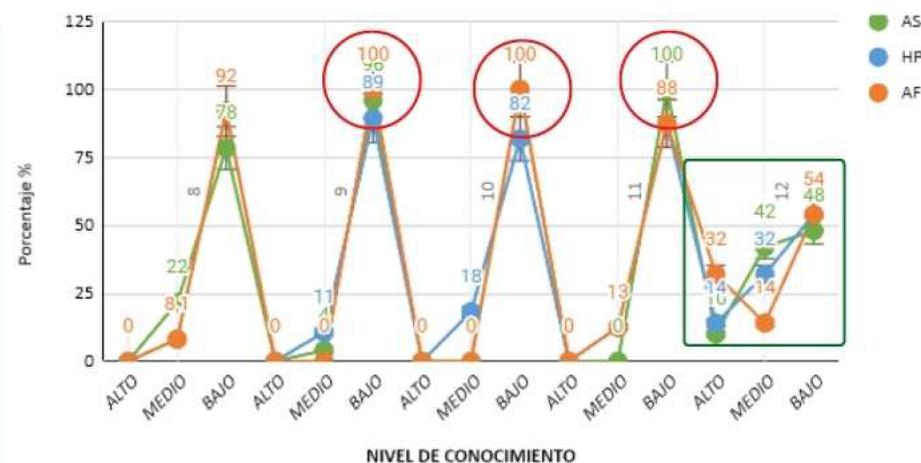


Gráficos N°2, 2b, 2c. Nivel de Conocimiento (NC) sobre alimentación saludable (AS), higiene personal (HP) y actividad física (AF) según sexo que tienen los escolares de la IE pública. Fuente: Instrumento



Gráfica N° 1b - Características socio demográficas (edad, sexo) de la población en estudio. Fuente: Instrumento

La mayor parte de la población objeto de estudio correspondió a mujeres (53%). Se encontró un bajo NC en AS, AF e HP en ambos sexos (92,86% en hombres y 66,66 % en mujeres). Respecto a la edad, la mayor frecuencia se observó en el grupo de 9 años con un 43,1 % en mujeres y 24,3 % en hombres, dentro de los grupos de 10 y 11 años, el 100% reportó un NC de AS bajo. Así mismo, 92% de los niños de 8 años mostraron un NC bajo tanto en HP y AF. Por otro lado, aquellos con edad de 12 años mostraron los NC más altos (AS=10%, HP=14% y AF=32%).



Gráfica N°3. Nivel de conocimiento (NC) sobre alimentación saludable, higiene personal y actividad física según edad que tienen los escolares de la IE pública. Fuente: Instrumento.

## Referencias:

- Petra María Pérez Alonso-Geta and M. Carmen Bellver Moreno. Hygiene and Eating Healthy Habits and Practices in Spanish Families with Children Aged 6 to 14. International Journal of Environmental Research and Public Health [artículo de bases de datos]. 22 November 2020 [Citado el 3 de julio del 2022]. 17, 8671; doi:10.3390/ijerph17228671. Obtenido en: [www.mdpi.com/journal/ijerph](http://www.mdpi.com/journal/ijerph)
- Thakur S, Mathur P. Nutrition knowledge and its relation with dietary behaviour in children and adolescents: a systematic review. International Journal of Adolescent Medicine and Health. 2021; 20200192. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2020-0192>

## Conclusiones:

1. El sexo con mayor representación fue la femenina y la mayor población se concentró en la edad de 9 años.
2. La dimensión con menor conocimiento por parte de los niños y niñas fue alimentación saludable, presentando los niños menos conocimiento que las niñas. Mientras que las niñas en actividad física obtuvieron un NC alto.
3. La edad de 10 años es en donde la población concentró mayores NC bajos y ninguno obtuvo NC alto en las dimensiones estudiadas, observándose como la tendencia de NC bajos es a partir de la edad de 9 a 11 años de edad, ya que en estos grupos se presentó un 100% de NC bajo en al menos una variable.

## Agradecimientos:

Quiero agradecer primeramente a mi alma máter la Universidad Veracruzana por la oportunidad de participar en el "XXVII Verano de la Investigación Científica y Tecnológica del Pacífico del Programa Delfín", a mi asesora de investigación la Dra. Judith por su recibimiento y aceptación, y a su universidad UNISIMON, a mi tutora la Mtra. Silvia Valera, por su apoyo constante e incondicional y a la Dra. Gabriela Blasco por la orientación profesional debido a su experiencia como docente enlace en movilidad.