

Reseña.

Intervención para promover hábitos saludables y reducir obesidad en adolescentes de preparatoria.

Leticia Elizondo-Montemayor, Norma G. Gutiérrez, Diana Marisol Moreno Sánchez, Fabiola Valeria Monsiváis Rodríguez, Ubaldo Martínez, Bianca Nieblas y Ana Cecilia Lamadrid-Zertuche.

Este artículo presenta los resultados de un estudio posterior a un proceso de intervención para la promoción de hábitos saludables, que pudieran reducir la obesidad y sobrepeso en adolescentes de nivel preparatoria. Esta intervención se estableció por medio de internet, en una página web y redes sociales como Facebook y Twitter, además de conferencias y superclases deportivas.

El objetivo de esta investigación fue determinar cambios en la prevalencia de sobrepeso/obesidad, hábitos alimenticios y ejercicio físico al inicio y al final del primer año de preparatoria posterior a una intervención donde se promovieron hábitos saludables en adolescentes de Monterrey, Nuevo León.

Por lo tanto, el enfoque del que parte esta investigación corresponde a un estudio de carácter cuasiexperimental con un método de análisis cuantitativo, en el que se tomó en cuenta una evaluación antropométrica previa al proceso de intervención con los adolescentes, que posteriormente se volvería a aplicar al finalizar el año escolar y con ello realizar un análisis estadístico comparando los datos iniciales y los datos finales.

El texto se encuentra dividido en varios apartados que se pueden delimitar en tres momentos del estudio. El primero corresponde a la descripción de la problemática respecto al sobrepeso, la obesidad, las repercusiones en la adolescencia y en consecuencia la importancia de adoptar hábitos saludables en esta etapa. En segundo lugar se describen aspectos del proceso de intervención y detalles de la metodología sobre el proceso de selección de la muestra y recolección de datos antropométricos entre otros. En tercer lugar se presentan los resultados obtenidos a partir de la comparación de tablas respecto a la prevalencia de sobrepeso/obesidad en los adolescentes así como en los hábitos alimentarios y realización de actividad física.

Como conclusiones los autores determinan que a pesar de encontrar que su intervención logró aumentar el consumo de frutas y verduras, y disminuir el consumo de refrescos y papas fritas, estos no tuvieron una incidencia en reducir los índices de sobrepeso y obesidad de la población de la muestra. Asimismo proponen como área de oportunidad continuar potenciando la promoción de hábitos saludables a partir de redes sociales, de igual forma como se realizan las intervenciones colectivas como conferencias o superclases.

Para el trabajo social conocer los procesos y resultados de intervención respecto a los hábitos saludables de la población adolescente, permite evaluar y sumar propuestas desde la disciplina, dado que en muchas de ellas requieren de adicionar la mirada social y contextual, para lograr la modificación integral en el estilo de vida.

Nombre de la Alumna: Iris Haide García Aguilar.

Referencia: Elizondo. M.L, Guitierrez. G.N, Moreno, S.D.M, Monsiváis. R.F.V, Nieblas. B y Lamadrid. Z.A.C. (2014). Utilización del teléfono móvil para el fomento de hábitos saludables en adolescentes. Estudio con grupos focales. *Estudios Sociales: Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 22, (43), pp. 219-239. ISSN-e 2395-9169

Enlace PDF: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4803072>

Recursos consultados: Búsqueda en base de datos Dialnet con las palabras “hábitos saludables adolescentes”
Revisión de la página dos de resultados de la búsqueda. Revisión del enlace del artículo.