PROGRAMA PSICO-EDUCATIVO ACERCA DE LOS FACTORES DE RIESGO DE LA OBESIDAD DIRIGIDO A ADOLESCENTES

Acosta B. Yanel, Flores F. Berly, Gallo G. Juan y Tabares C. Luis

Tutora: Silvana D'Anello

Resumen

El objetivo general del estudio fue informar y/o educar a los adolescentes con edades comprendidas entre 10 y 16 años sobre obesidad, riesgos, consecuencias y prevención de la Unidad Educativa Colegio San Juan Bosco en el Municipio Libertador del Estado Mérida-Venezuela. Se utilizó un estudio cuasi-experimental. La muestra fue de 38 estudiantes entre 10 y 16 años de edad de la III etapa de educación básica (7mo, 8vo y 9no grado). Se aplicó una encuesta de hábitos alimenticios (pre-video) a cada estudiante, se proyectó un video psico-educativo sobre la obesidad y luego se aplicó otra encuesta post-video para evaluar la repercusión de la información del video. Se encontró que los adolescentes reconocen que tienen una alimentación y estilo de vida inadecuados y que son una población de riesgo con predisposición a padecer de obesidad. Posterior al video se lograron cambios en cuanto la disposición a modificar el tipo de alimentación diaria así como los estilos de vida. Se recomienda una cultura alimenticia saludable dentro del hogar y el apoyo mancomunado de las distintas instituciones sociales a través de programas especializados que promuevan el cambio de hábitos alimenticios y de estilos de vida