



Intervenciones de enfermería efectivas para la prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil a nivel de Atención Primaria de Salud

DOCENTE TUTORA:

Karen Ubilla

AUTORES:

Belén Gallegos Cerda

Ingrid Navarrete Sánchez

Francisca Navea Alarcón

Gregory Vega Alonso

San Felipe, Chile, 2024

Resumen

Introducción: La obesidad infantil es una condición crónica con impacto en la salud física, emocional y social de niños, niñas y adolescentes y representa un desafío creciente a nivel mundial. Es una problemática que incrementa el riesgo de desarrollar enfermedades como diabetes tipo 2, dislipidemia, problemas cardiovasculares, trastornos del sueño y cáncer en la adultez. **Objetivo:** Conocer las intervenciones de enfermería más efectivas para la prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil a nivel de Atención Primaria de Salud. **Metodología:** Investigación secundaria a través de búsqueda bibliográfica en las bases de datos EBSCO, SCOPUS, WOS y PUBMED. Se analizaron cinco estudios tras aplicar filtros de inclusión y exclusión, evaluados mediante guías CASPe. **Resultados:** Los hallazgos resaltan la efectividad de intervenciones multidisciplinarias que combinan actividad física, educación nutricional y participación familiar, especialmente cuando se implementan en entornos escolares. En este contexto, los profesionales de enfermería cumplen un rol fundamental como primer punto de contacto en la atención primaria, coordinando estrategias con otros profesionales. Este enfoque ha logrado una reducción significativa del índice de masa corporal, como lo evidencian los programas implementados en Europa, donde la integración de familias en sesiones educativas y actividades prácticas ha demostrado ser particularmente efectiva. **Conclusión:** En los artículos se observa que, mediante un enfoque integral, con participación activa de la familia y colaboración interdisciplinaria, mejora la sostenibilidad de hábitos saludables. Se recomienda implementar la enfermería escolar en Chile para fortalecer estrategias de promoción y prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil.

Palabras clave: “Enfermeras y enfermeros”, “Sobrepeso”, “Obesidad” y “Atención Primaria de Salud”.

Abstract

Introduction: Childhood obesity is a chronic condition that impacts the physical, emotional, and social health of children and adolescents, representing a growing global challenge. It is an issue that increases the risk of developing diseases such as type 2 diabetes, dyslipidemia, cardiovascular problems, sleep disorders, and cancer in adulthood. **Objective:** To identify the most effective nursing interventions for preventing overweight and obesity in the child and adolescent population at the Primary Health Care level. **Methodology:** A secondary research study based on a bibliographic search in the EBSCO, SCOPUS, WOS, and PUBMED databases. Five studies were analyzed after applying inclusion and exclusion filters, evaluated using CASPe guidelines. **Results:** The findings highlight the effectiveness of multidisciplinary interventions that combine physical activity, nutritional education, and family involvement, particularly when implemented in school settings. In this context, nursing professionals play a fundamental role as the first point of contact in primary care, coordinating strategies with other professionals. This approach has achieved significant reductions in body mass index, as evidenced by programs implemented in Europe, where the integration of families into educational sessions and practical activities has proven particularly effective. **Conclusion:** The articles reviewed indicate that an integrated approach, with active family participation and interdisciplinary collaboration, improves the sustainability of healthy habits. It is recommended to implement school nursing in Chile to strengthen strategies for promoting health and preventing overweight and obesity in the child and adolescent population.

Keywords: “Nurses”, “Overweight”, “Obesity” and “Primary Health Care”.

Introducción

La obesidad infantil se define como una acumulación excesiva de grasa corporal que afecta la salud, siendo una enfermedad crónica asociada a trastornos metabólicos por un balance energético positivo (1). Esta condición incrementa el riesgo de enfermedades como diabetes tipo 2, dislipidemia, problemas cardiovasculares, trastornos del sueño y ciertos tipos de cáncer en la adultez. Además, afecta la calidad de vida de los niños, limitando su movilidad y salud ósea (2,3).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera la obesidad infantil como una epidemia global, debido a que la prevalencia ha aumentado significativamente desde 1975 (4). Al año 2023, 49 millones de niños, niñas y adolescentes padecen sobrepeso en América Latina y El Caribe, lo que equivale al 30,6% de esta población. En ese mismo año, América del Sur destaca como la región más afectada, alcanzando 30 millones de niños, niñas y adolescentes con sobrepeso u obesidad (2). En Chile, durante el año 2022, el 52% del total de niños y niñas entre 5 a los 19 años fueron diagnosticados con sobrepeso y obesidad, cifras que superan las metas establecidas en la Estrategia Nacional de Salud. Este aumento es alarmante, ya que la evidencia señala que más de tres cuartas partes de los niños y niñas con sobrepeso u obesidad mantienen esta condición en la adultez, etapa en la cual su tratamiento resulta más complejo, lo que incrementa el riesgo de enfermedades crónicas y discapacidad a temprana edad (5,6).

La investigación es necesaria por la prevalencia del sobrepeso y la obesidad infantil, que afecta al 30,6% de niños en América Latina y más del 50% en Chile (2), con graves consecuencias para la salud. A pesar de las políticas existentes, las tasas siguen en aumento, lo que subraya la necesidad de intervenciones efectivas. Los profesionales de enfermería, con su rol clave en atención primaria, pueden implementar estrategias basadas en evidencia, donde este desafío debe ser abordado desde un enfoque integral (2,7).

Esta revisión secundaria tiene como objetivo conocer las intervenciones de enfermería más efectivas para la prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil a nivel de Atención Primaria de Salud. Asimismo, para comprender esta problemática desde la mirada del profesional de enfermería se sustenta con el **Modelo de sistemas de Betty Neuman**, que propone una mirada desde los distintos niveles de prevención, brindando una visión global del usuario pediátrico (8).

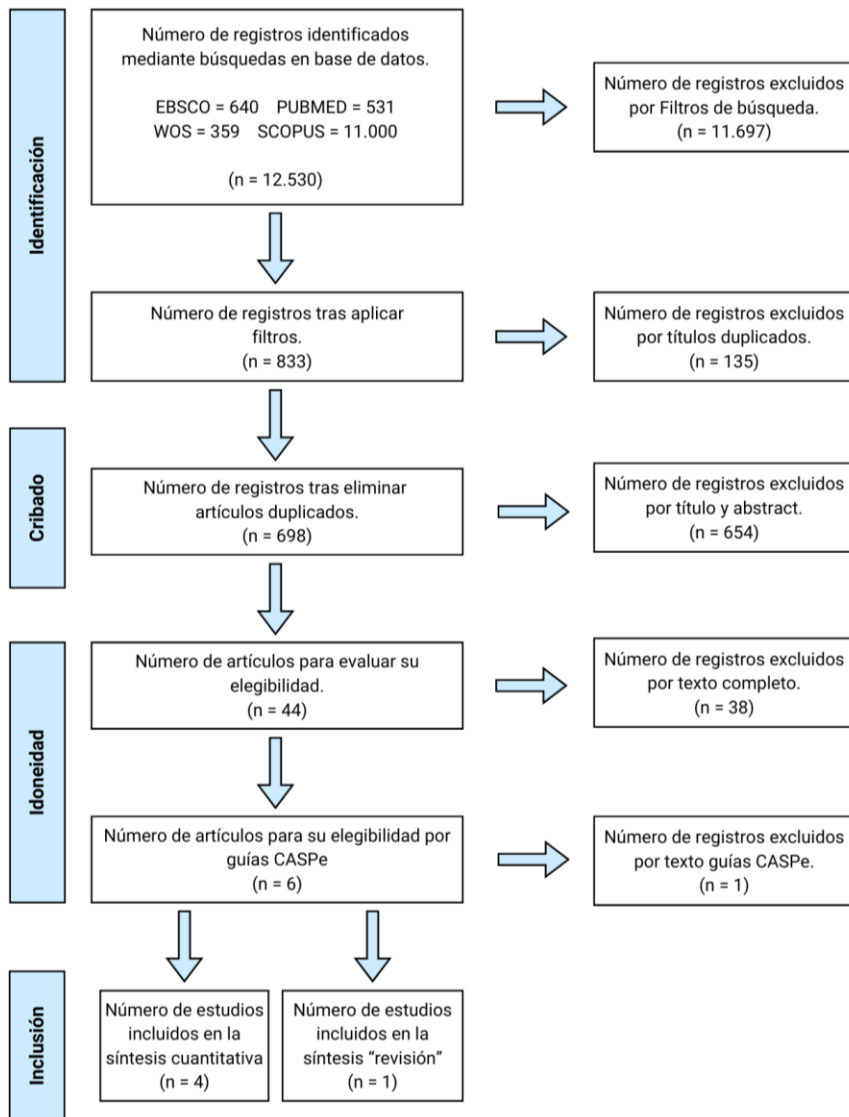
2. Metodología

Para orientar esta investigación secundaria se planteó la siguiente pregunta clínica estructurada según la estrategia PICO, ¿Cuáles son las intervenciones de enfermería más efectivas para la prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil a nivel de atención primaria?. La búsqueda bibliográfica se realizó en las bases de datos EBSCO, PUBMED, WOS y SCOPUS (9,12), utilizando los siguientes Descriptores en Ciencias de la Salud (DECS): “Enfermeras y enfermeros”, “Sobrepeso”, “Obesidad” y “Atención Primaria de Salud”, los que se combinaron con el operador booleano “AND” permitiendo estructurar la búsqueda. Para la selección de los artículos se incluyeron estudios que involucren a niños, niñas y jóvenes entre 5 y 18 años, estrategias de prevención de sobrepeso y obesidad en atención primaria, y la participación del profesional de enfermería. Además de considerar investigaciones entre el 2018 y 2024. Se excluyeron los artículos que no cumplieran con estos criterios.

Dentro de este proceso se comenzó con un total 12.530 publicaciones, y para la selección de los artículos oportunos, se aplicaron filtros generales y criterios de exclusión e inclusión según título, resumen y texto completo, donde finalmente se incluyeron 6 artículos en total para revisión de guías CASPe de los cuales, 1 se eliminó por no cumplir con los requisitos de análisis crítico de dichas guías (13-17). Durante el transcurso de selección de la literatura se utilizó el gestor bibliográfico *Endnote*. Posteriormente, para la extracción de datos, se

realizaron tablas que detallaron el título, autores, nivel de evidencia, objetivos, país, metodología, resultados, discusión y conclusiones (17).

Figura 1: Diagrama PRISMA de búsqueda bibliográfica para realizar revisión



Fuente: Elaboración propia, según el modelo de Page MJ et al. Declaración Prisma 2020 (18)

3. Resultados

Intervenciones

interdisciplinarias:

Las intervenciones interdisciplinarias en la atención primaria son cruciales para abordar este problema de salud pública de manera efectiva. La obesidad en la infancia no solo afecta el bienestar físico, sino también el emocional y social de los niños (2). Una estrategia integral que involucre a médicos, enfermeras, nutricionistas, kinesiólogo y educadores, permite abordar los múltiples factores que contribuyen a la obesidad, como la alimentación, la actividad física y el entorno familiar (19).

Una investigación realizada en España en 2021 (20) destaca que las enfermeras de atención primaria son clave como primer punto de contacto con el sistema de salud. Su rol abarca el cuidado personal, la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y el desarrollo comunitario, ofreciendo una atención primaria accesible, adecuada y científicamente respaldada, centrada en las necesidades sociales de las personas y las comunidades, además de intervenciones multidisciplinarias que incluyen actividad física programada, asesoramiento nutricional, psicoterapia y controles médicos. En particular, se encontró una disminución estadísticamente significativa en el índice de masa corporal (IMC) observándose una reducción del 1,8% en el porcentaje medio de grasa corporal total, así como una disminución en el grosor de la grasa intraabdominal tras las intervenciones.

Una revisión sistemática publicada en 2023 expuso la efectividad de las intervenciones que incluyen a enfermeras, trabajando en colaboración con otros profesionales, como médicos, kinesiólogos y preparadores físicos. Este enfoque se alinea con las competencias específicas de estos profesionales, cuyas habilidades se complementan para la promoción de la salud en el entorno escolar. Las intervenciones fueron diversas, en las cuales se incluyeron actividades físicas, sesiones de asesoramiento y motivación, modificación de la nutrición, y grupos educativos donde se realizaron ejercicios de calentamiento, juegos, preguntas y debates (21).

Una investigación realizada en Finlandia, que estudió una cohorte de 508 niños y niñas, destaca que las enfermeras escolares son un recurso valioso para detectar el sobrepeso y la obesidad. Donde las profesionales no solo identifican problemas de salud, sino que también proporcionan información basada en evidencia para abordarlos a través de intervenciones preventivas y seguimiento continuo, elaborando un plan de tratamiento en conjunto con los padres. Además, se enfatiza la importancia de las derivaciones con médicos, subrayando la colaboración entre profesionales y con los padres para tratar temas de salud preventiva, incluyendo la detección de casos de sobrepeso y obesidad (22).

Educación nutricional familiar:

Por otro lado, la educación nutricional es una intervención clave, destacando su importancia en la promoción de hábitos alimentarios saludables. Estos programas (20,21,22,23,25) adoptan un enfoque integral que abarca no solo la educación de los niños, sino también la participación activa de sus familias, con el fin de fomentar una comprensión más profunda y sostenible de una alimentación saludable, logrando una disminución importante en el IMC.

Un estudio realizado en Turquía en 2021 (23) implementó una intervención de seis semanas que incluye educación estructurada en nutrición, con contenidos sobre conceptos de hambre, apetito, y saciedad, diferenciación entre hambre física y emocional, y cómo estos conceptos afectan los comportamientos alimentarios y el aumento de peso. Además, se aborda el rol de las hormonas (serotonina y dopamina) en el control de peso y la influencia de los alimentos procesados y ricos en calorías en el comportamiento alimentario. La capacitación se dirige a inculcar hábitos alimentarios saludables en los niños, reduciendo el consumo de alimentos altamente calóricos y estimulando el autocontrol frente a la comida adictiva.

Un estudio realizado en España en 2021 (20) se basó en la educación nutricional de tipo familiar, orientada a fomentar patrones de alimentación saludables y la adopción de una dieta equilibrada, inspirada en principios de la dieta mediterránea. Incluye sesiones de educación en la selección de alimentos, enfoque en la reducción de azúcares y grasas saturadas, y énfasis en el consumo de frutas, verduras, y alimentos ricos en nutrientes. La educación se

extiende a los padres, involucrándose en el proceso para asegurar que los cambios en los hábitos alimentarios de los niños se mantengan en el hogar.

Así mismo, una investigación realizada en Finlandia (22) que incluyó a un total de 508 niños incluye sesiones semanales de 45 minutos de educación en alimentación saludable, integradas en el currículo escolar. Durante estas sesiones, los niños aprenden sobre la importancia de una dieta equilibrada y de elegir alimentos saludables. La intervención utiliza juegos y actividades participativas para enseñar a los estudiantes a seleccionar frutas y verduras, además de reducir el consumo de alimentos procesados. La educación también contempla a la familia, para lograr reforzar estos hábitos en el hogar.

Actividad

física:

Las intervenciones en actividad física son esenciales para combatir la obesidad infantil, mejorando la salud física, emocional y social de los niños (24). Diversos estudios realizados en Turquía, Escocia y Suiza (21, 23, 25) demuestran que combinar ejercicio y educación sobre hábitos saludables, especialmente en entornos escolares, son eficaces para reducir el sobrepeso. Estos programas no solo aumentan la actividad física, sino que también fomentan la conciencia sobre la importancia del ejercicio para mantener un peso saludable, lo que se refleja en mejoras significativas en el IMC. En este sentido, los programas de actividad en escuelas y comunidades, en los que participa el profesional de enfermería junto con equipos multidisciplinarios, son esenciales para promover estilos de vida saludables desde edades tempranas.

Participación

Familiar:

En relación a la participación familiar inserta en el contexto de programas o intervenciones realizadas en algunas investigaciones, se debe reconocer la importancia que posee dentro de la salud infantil, ya que el hecho de que la familia apoye y participe en actividades relacionadas al autocuidado de sus hijos, es esencial para la adquisición tanto de nuevos hábitos alimentarios como de comportamientos saludables y contribuir a que estos se

mantengan en el tiempo, debido a que la comunidad familiar tiene la capacidad de moldear las conductas de los menores día a día.

Una investigación realizada en España en 2021, implementó un programa familiar que realizaba actividades en duplas de padre e hijo, siendo este aspecto crucial para la adherencia y mantención de hábitos. Además, se les hacía partícipe a los tutores de intervenciones educativas psicológicas, que se basaban en la motivación, resolución de problemas, entrenamiento de habilidades, entre otras (20). Por otra parte, una revisión sistemática realizada en Suiza en el año 2023 destaca la participación familiar, incluyendo a los padres en sesiones educativas grupales, visitas domiciliarias, asesoramiento telefónico y mensajes de texto semanales (21).

Por último, un estudio de Escocia en 2018, implementó un programa familiar, considerando a los integrantes como agentes claves de cambio. La participación de los padres se conformó de estrategias pasivas como, firmar formularios de consentimiento, tareas semanales en que los participantes completaron con sus tutores, así como la decisión sobre los objetivos de cambio de comportamiento de salud. Una de las estrategias de participación parental más activa fueron los talleres de cocina, ya que pueden ser más eficaces para mejorar la alimentación de los niños (25).

4. Discusión

Dentro de los hallazgos recopilados en los artículos, se describen diversas intervenciones que mostraron ser efectivas para la prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil a nivel de Atención Primaria de Salud, tales como: intervenciones multidisciplinarias, educación nutricional, actividad física y participación familiar. Comparativamente, un estudio realizado en España (20) y otro en Finlandia (22) destacan que las enfermeras de atención primaria son el primer punto de contacto con el sistema de salud, siendo un recurso valioso para detectar el sobrepeso y la obesidad. Donde no solo identifican problemas de salud, sino que también proporcionan información basada en evidencia, realizando derivaciones y actividades multidisciplinarias, lo que resalta la importancia de la colaboración entre profesionales. Existiendo convergencia con la **Norma Técnica para la Supervisión de salud integral de niños y niñas**, en la cual se enfatiza el rol crucial del profesional de enfermería en la vigilancia del crecimiento y desarrollo infantil, mediante el Control de Salud de Infantil y Control Adolescente, los cuales son estrategias por parte del Ministerio de Salud para abordar la prevención y detección precoz de enfermedades en entornos clínicos. Estas normativas certifican que las intervenciones y derivaciones sean realizadas por profesionales capacitados, asegurando un nivel óptimo de atención, cumpliendo con estándares de calidad y seguridad para los usuarios pediátricos (26).

El sobrepeso y la obesidad infantil en Chile representan un problema crítico de salud pública que afecta tanto a la calidad de vida de niños y niñas como a la sostenibilidad del sistema de salud. Según la **Encuesta Nacional de Consumo Alimentario** (ENCA, 2010), la dieta de las familias chilenas está marcada por un bajo consumo de alimentos saludables, como frutas, verduras y legumbres, mientras que los productos ultra procesados, ricos en azúcares y grasas saturadas, dominan la alimentación diaria (27, 28). Esta tendencia, genera un entorno obesogénico, incrementa significativamente el riesgo de obesidad infantil. Frente a esta problemática, la educación nutricional se posiciona como una estrategia fundamental para promover hábitos alimentarios saludables desde una edad temprana (27).

Como se mencionó anteriormente, el **Control de Salud Infantil** juega un rol crucial en la prevención y detección precoz de problemas nutricionales y en la promoción de estilos de vida saludables (26). Sin embargo, es necesario acercarse a la comunidad, lo que se podría lograr al integrar programas educativos **entornos comunitarios**, como por ejemplo **comunidades escolares**, tal como se evidenció en las investigaciones realizadas en Turquía, España y Finlandia, promoviendo así el aprendizaje participativo sobre elecciones alimentarias saludables (20, 22, 23). Esta estrategia permitirá no sólo un monitoreo del crecimiento y desarrollo infantil, sino también un fortalecimiento de la educación nutricional en colaboración con las familias y comunidades, abordando así de manera integral las raíces de la obesidad infantil en Chile, como lo es el entorno obesogénico.

Asimismo, otro de los agentes que repercute en la obesidad es la **baja práctica de actividad física y el aumento de sedentarismo en la sociedad infanto-juvenil**. La OMS aconseja que los niños y adolescentes de 5 a 17 años realicen al menos 60 minutos diarios de actividad física de moderada a intensa (29). Los hallazgos de diversos estudios realizados en países como Turquía, Escocia, España y Suiza (20, 21, 23, 25) evidencian que los programas de intervenciones que integran ejercicio, educación nutricional y cambios conductuales tienen un impacto positivo en la reducción del IMC y otros indicadores de salud. Estos resultados coinciden con la evidencia científica existente, que destaca la efectividad del ejercicio moderado como parte integral de las intervenciones para prevenir la obesidad. De hecho, las **Guías Registered Nurses Association of Ontario (RNAO)** respaldan esta recomendación, sugiriendo que las enfermeras diseñen intervenciones de prevención primaria utilizando técnicas orientadas a modificar los comportamientos de los niños, tanto en cuanto a la actividad física como en la alimentación. Además, se destaca que la práctica regular de actividad física en la población infanto-juvenil tiene un efecto positivo en la prevención de esta problemática mundial (30).

Desde una mirada más integral, se debe tomar en cuenta tanto al individuo como el entorno donde se desarrolla, siendo en este caso los niños y niñas, en conjunto con su familia. El

Modelo de Sistemas de Neumann hace alusión a este aspecto en particular, donde explica cómo influyen e interactúan algunos sistemas o factores tanto interpersonales como extra personales, sobre la salud y el bienestar de la persona (8). En este caso como se evidencia en las investigaciones de Suiza, España y Escocia (20, 21, 25), el núcleo familiar es un elemento interpersonal que juega un papel intrínseco en las conductas, y en especial en la alimentación de los infantes, por lo que la inclusión de los padres en las distintas intervenciones de estos programas para la prevención de la obesidad, han demostrado su efectividad para que las actividades propuestas se sostengan en un largo período de tiempo.

5. Conclusión:

Mediante lo recopilado, se lograron identificar diversas intervenciones de enfermería para la prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil. Esto permitió responder la pregunta de investigación y cumplir con los objetivos propuestos, destacando de forma concreta e integral las intervenciones más efectivas para abordar la problemática planteada.

Se evidenció que la combinación de estrategias multidisciplinarias, educación nutricional familiar, promoción de actividad física y el apoyo familiar en entornos escolares, contribuye significativamente a mejorar el bienestar físico, emocional y social de los niños y niñas. En este contexto, se destaca el liderazgo de la enfermería escolar como eje clave en la implementación de estas intervenciones. Asimismo, la participación activa de las familias refuerza la adopción de hábitos saludables y favorece la sostenibilidad de los cambios en el tiempo, alineándose con la evidencia científica actual.

Sin embargo, se identificaron barreras relevantes que dificultan la mantención de estilos de vida saludables, tales como la falta de tiempo en las consultas de atención primaria, la escasa participación de los padres en programas educativos, la influencia de entornos obesogénicos y la baja priorización de actividad física. Estas dificultades resaltan la importancia de diseñar estrategias integrales y contextualizadas, fomentando una prevención efectiva del sobrepeso y obesidad infantil.

Respecto a las limitaciones del trabajo, es importante señalar que no se encontraron estudios efectivos para la prevención del sobrepeso y obesidad en América Latina, y la carencia de estudios efectuados concretamente por profesionales de enfermería. Lo anterior limita la capacidad de adaptar y optimizar estrategias basadas en evidencia para el contexto local. Por lo que, se recomienda priorizar la investigación nacional y latinoamericana que permita identificar las particularidades de la obesidad infantil, generando intervenciones contextualizadas para el desarrollo de la población.

A partir de los hallazgos de esta investigación, se recomienda implementar la enfermería escolar en Chile. La presencia de profesionales de enfermería dentro de los establecimientos

educacionales, donde los escolares pasan gran parte del tiempo, permitirá fortalecer las estrategias de prevención del sobrepeso y obesidad en la población infanto-juvenil. Esta integración de la salud en el entorno cotidiano, en colaboración con las familias y otros profesionales del ámbito educativo, contribuirá a la promoción de hábitos saludables y a mejorar el bienestar general de este grupo de la población, con impacto positivo también en su futuro.

Referencias Bibliográficas

1. Jiménez LS. Enfermería y su papel ante el abordaje de la obesidad infantil [Trabajo fin de grado]. Murcia: Universidad Católica de Murcia; 2019. 169 p. Disponible en:

<https://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/4946/Serna%20Jiménez%2C%20Lydia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

2. Ministerio de Salud (MINSAL). Estrategia para detener la aceleración del sobrepeso y obesidad en la niñez y adolescencia 2023-2030. Santiago de Chile; 2023. Disponible en: <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2024/03/ESTRATEGIA-NACIONAL-PARA-DETENER-LA-ACELERACION-DEL-SOBREPESO-Y-OBESIDAD-EN-NNA-2023-2030.pdf>
3. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Crece la ola de sobrepeso en la niñez. ¿Demasiado tarde para revertir la marea en América Latina y el Caribe?. Ciudad de Panamá; 2023. Disponible en: <https://www.unicef.org/lac/media/43026/file/Reporte%20sobrepeso%20ninez%20america%20latina%20caribe%202023%20UNICEF.pdf%20.pdf>
4. Organización Mundial de la salud (OMS). Prevalencia de sobrepeso en niños y adolescentes, IMC > +1 desviaciones estándar por encima de la mediana (estimación bruta) (%). OMS; 2024. [Acceso 10 may 2024]. Disponible en: [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-overweight-among-children-and-adolescents-bmi-1-standard-deviations-above-the-median-\(crude-estimate\)-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-overweight-among-children-and-adolescents-bmi-1-standard-deviations-above-the-median-(crude-estimate)-(-))
5. Ministerio de Salud (MINSAL). Mapa nutricional 2022. Santiago de Chile; 2022. Disponible en: <https://www.junaeb.cl/mapa-nutricional/>
6. Organización Mundial de la Salud (OMS). Obesidad y sobrepeso [Internet]. OMS; 2024 [Actualizado mar 2024; acceso 10 may 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
7. Ceballo BC, Fonseca DM, Fuenzalida NS, Morales LL, Parada DA, Morales IA. Importancia de la enfermera escolar según la percepción de funcionarios de colegios básicos de una provincia de Chile. [Internet]. Scielo.cl. Jun 2020. [Citado 10 may 2024]. 26:5. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532020000100204&lng=es
8. Alligood MR, Marriner Tomey A. Modelos y teorías en enfermería. 5a ed. Kidlington, Inglaterra: Elsevier Science; 17 de octubre del 2002. 672 p.
9. EBSCO Host [Internet]. EBSCO Industries; 1944. [Actualizado feb 2024; Acceso 10 jun 2024]. Disponible en: <https://web-p-ebscohost-com.bibliotecadigital.uv.cl/ehost/search/selectdb?vid=0&sid=80f53b8c-8d81-40a1-9b6a-075fdb4a12fd%40redis>

10. PubMed [Internet]. Bethesda (MD): National Library of Medicine (US); 1996. [Acceso 10 jun 2024]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>
11. Web of Science (WOS) [Internet]. Clarivate; 1981. [Acceso 10 jun 2024]. Disponible en: <https://www-webofscience-com.bibliotecadigital.uv.cl/wos/woscc/basic-search>
12. Scopus [Internet]. Elsevier; 2014. [Acceso 10 jun 2024]. Disponible en: <https://www-scopus-com.bibliotecadigital.uv.cl/search/form.uri?display=basic#basic>
13. Universidad de Valparaíso (UV). Revisión crítica de artículo científico Diseño cuantitativo. Chile. 2022. 2 p.
14. Cabello, J.B. por CASPe. Plantilla para ayudarte a entender un Estudio de Casos y Controles. En: CASPe. Guías CASPe de Lectura Crítica de la Literatura Médica. Alicante: CASPe; 2005. Cuaderno II. p.13-19.
15. Cabello, J.B. por CASPe. Plantilla para ayudarte a entender un Ensayo Clínico. En: CASPe. Guías CASPe de Lectura Crítica de la Literatura Médica. Alicante: CASPe; 2005. Cuaderno I. p.5-8.
16. Cabello, J.B. por CASPe. Plantilla para ayudarte a entender Estudios de Cohortes. En: CASPe. Guías CASPe de Lectura Crítica de la Literatura Médica. Alicante: CASPe; 2005. Cuaderno II. p.23-27.
17. Cabello, J.B. por CASPe. Plantilla para ayudarte a entender una Revisión Sistemática. En: CASPe. Guías CASPe de Lectura Crítica de la Literatura Médica. Alicante: CASPe; 2005. Cuaderno I. p.13-17.
18. Page M, McKenzie J, Bossuyt P, Boutron I, Hoffmann T, Mulrow C, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ [internet]. 2021. [acceso 08 jul 2024]; 372(71). Disponible en: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
19. Federación mundial de Obesidad (World Obesity Federation). Obesidad en el mundo Atlas 2023. London; 2023. Disponible en: https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/wof-files/World_Obesity_Atlas_2023_Report.pdf
20. Fernández VE, Solé-Agustí M, Armero-Barranco D, Cauli O. Weight Loss and Improvement of Metabolic Alterations in Overweight and Obese Children Through the I2AO2 Family Program: A Randomized Controlled Clinical Trial. Biological Research For Nursing. [internet]. 2021. [acceso 04 nov 2024]. Jul;23(3):488-503. Disponible en:

https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1099800420987303?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori:rid:crossref.org&rfr_dat=cr_pub%20%20pubmed

21. Longobucco Y, Ricci M, Scrimaglia S, Camedda C, Dallolio L, Masini A. Effects of School Nurse-Led Interventions in Collaboration with Kinesiologists in Promoting Physical Activity and Reducing Sedentary Behaviors in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Healthcare* [internet]. 2023 May. [acceso 04 nov 2024]. 26;11(11):1567. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2227-9032/11/11/1567>
22. Häkkänen P, But A, Ketola E, Laatikainen T. Distinct age-related patterns of overweight development to guide school healthcare interventions. *Acta paediatrica* [internet]. 2020. [acceso 04 nov 2024]. Apr;109(4):807-816. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.15036>
23. Demir D, Bektas M. The Effect of an Obesity Prevention Program on Children's Eating Behaviors, Food Addiction, Physical Activity, and Obesity Status. *Journal of Pediatric Nursing* [internet]. 2021. [acceso 04 nov 2024]. Nov-Dec;61:355-363. Disponible en: [https://www.pediatricnursing.org/article/S0882-5963\(21\)00260-8/abstract](https://www.pediatricnursing.org/article/S0882-5963(21)00260-8/abstract)
24. Organización Mundial de la Salud (OMS). Actividad Física [Internet]. OMS; 2024 [Actualizado 26 jun 2024; acceso 18 nov 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
25. Brown EC, Buchan DS, Drignei D, Wyatt FB, Kilgore L, Cavana J, Baker JS. Primary School Children's Health Behaviors, Attitudes, and Body Mass Index After a 10-Week Lifestyle Intervention With Follow-Up. *Frontiers in Pediatrics*. [Internet]. 2018 May [acceso 04 nov 2024]. 9;6:137. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/journals/pediatrics/articles/10.3389/fped.2018.00137/full>
26. Ministerio de Salud (MINSAL). Norma Técnica para la Supervisión de salud integral de niños y niñas de 0 a 9 años en la atención primaria. Santiago de Chile; 2021. Disponible en: <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/12/Capi%CC%81tulo-2-Web.pdf>
27. Ministerio de Salud (MINSAL). Encuesta Nacional de Salud 2016-2017 Primeros resultados. Santiago de Chile; 2017. Disponible en: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/11/ENS-2016-17_PRIMEROS-RESULTADOS.pdf
28. Cediel G, Reyes M, Corvalán C, Levy RB, Uauy R, Monteiro CA. Los alimentos ultraprocesados conducen a dietas poco saludables: evidencia de Chile. *Public Health Nutr*; 2021 [Acceso 10 may 2024]. Disponible en:

<https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/ultraprocessed-foods-drive-to-unhealthy-diets-evidence-from-chile/56EBA939ECF294190F1D21018167A51F>

29. Organización Mundial de la Salud (OMS). Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo. Ginebra, Suiza: World Health Organization; 2020.
30. Asociación Profesional de Enfermeras de Ontario (RNAO). Guía de Buena Prácticas Clínicas. Toronto; 2014.