



UNIVERSIDAD DE CONCEPCION  
FACULTAD DE EDUCACION  
DEPTO. DE EDUCACION FISICA



# INTERVENCION Y EVALUACION DE LA FUERZA RESISTENCIA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES OBESOS DE LA COMUNA DE CORONEL

*Seminario para optar al grado académico de licenciado en Educación*

**Profesora Guía** : Mg. Ed. Liliana Cuadra Montoya  
**Profesor Asesor Estadístico** : Dra Katia Sáez Carrillo  
**Seminaristas** : José Hernández Cárcamo  
Fabiola Sáez Delgado  
Kerly Sáez Torres  
Karla Uribe Cuevas

*Concepción, Ciudad Universitaria, Diciembre de 2010.*

## Resumen

En los últimos 30 años, El perfil de obesidad en Chile sigue un patrón de país desarrollado<sup>1</sup>. Según cifras de la Junta de Auxilio Escolar y Becas, Junaeb, el 18% de los escolares chilenos son obesos (19 de febrero del 2007,BCN)<sup>2</sup>, lo que deja a este país entre las naciones con más niños obesos en el mundo.

La investigación desarrollada presenta una base de datos, que muestra los resultados obtenidos por un grupo de niños (cursando sexto año básico), evaluados en fuerza resistencia, valorando su rendimiento físico, relacionándolo con la antropometría y el estado Nutricional. La evaluación tuvo dos periodos de intervención con una duración de tres semanas en cada uno de ellos, mediante Ejercicio Físico, Utilizando el Método 1x2x3 (adaptado), y fueron evaluados 2 veces a lo largo de dicho periodo. Los objetivos del estudio son conocer los efectos del programa realizado para intervenir la obesidad en escolares, obtener información de los cambios morfológicos asociados al desarrollo muscular y estado nutricional en niños de la comuna de Coronel. El estudio concluye que los escolares diagnosticados con problemas de obesidad y sobrepeso, lograron mejorar sus rendimientos físicos en los grupos musculares específicos (Fuerza Resistencia) y su estado nutricional.

El estudio se encuentra enmarcado dentro de un proyecto de desarrollo, aplicación y evaluación de un programa de intervención de los estilos de vida en adolescentes portadores de obesidad y factores asociados de riesgo cardiometabolico, perteneciente al Fondo Nacional de Investigación y Desarrollo en Salud (FONIS), es una de las herramientas fundamentales para la creación de un programa orientado a la recuperación de esta enfermedad no transmisible, a través del trabajo sistemático e individualizado de la Fuerza-Resistencia.

Palabras claves: Obesidad, fuerza resistencia, capacidad anaeróbica, método 1x2x3.

---

<sup>1</sup> Encuesta Nacional de Salud 2003

<sup>2</sup> Biblioteca del Congreso Nacional de Chile