

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE ENFERMERÍA

ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN
NIÑOS Y JÓVENES (5-17 AÑOS) EN LA PROVINCIA DEL CAÑAR,
2022.

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTOR: DORIS BELEN POMAQUIZA ILLESCAS

JENNY KAROLINA ROCANO ASITIMBAY

DIRECTOR: LCDA. IGNACIA MARGARITA ROMERO

GALABAY, MGS

AZOGUES - ECUADOR

2023

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Doris Belén Pomaquiza Illescas portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **032809538**. Declaro ser el autor de la obra: “ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN NIÑOS Y JÓVENES (5-17 AÑOS) DE LA PROVINCIA DEL CAÑAR, 2022.”, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Azogues, **09 de noviembre de 2023**

F: 

Doris Belén Pomaquiza Illescas

C.I. 032809538

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Jenny Karolina Rocano Asitimbay portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0302354105**. Declaro ser el autor de la obra: “ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN NIÑOS Y JÓVENES (5-17 AÑOS) DE LA PROVINCIA DEL CAÑAR 2022”, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Azogues, **09 de noviembre de 2023**

F: 

Jenny Karolina Rocano Asitimbay

C.I. 0302354105

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Lcda. Ignacia Margarita Romero Galabay, Mgs.

DOCENTE DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA

De mi consideración:

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado: " **ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN NIÑOS Y JÓVENES (5-17 AÑOS) DE LA PROVINCIA DEL CAÑAR, 2022.** ", realizado por: **Doris Belén Pomaquiza Illescas y Jenny Karolina Rocano Asitimbay** , con documentos de identidad: **0302809538** y **0302354105**, previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería** ha sido asesorado, orientado, revisado y supervisado durante su ejecución, bajo mi tutoría en todo el proceso, por lo que certifico que el presente documento, fue desarrollado siguiendo los parámetros del método científico, se sujeta a las normas éticas de investigación que exige la Universidad Católica de Cuenca, por lo que está expedito para su presentación y sustentación ante el respectivo tribunal.

Azogues, 09 de noviembre de 2023



 **Universidad
Católica
de Cuenca**
Unidad Académica de Salud y Bienestar
Lcda. Margarita Romero G.
DOCENTE CARRERA DE ENFERMERÍA AZOGUES

Lcda. Ignacia Margarita Romero Galabay, Mgs.

CI: 0302196183

DIRECTOR

AGRADECIMIENTO

Primero agradecemos a Dios que nos ha guiado y brindado la fortaleza para seguir adelante, Agradecemos a la Magister Margarita Romero por todo su apoyo, por estar pendiente de cada actividad para continuar con la carrera, por toda la motivación recibida y para todos los docentes que impartieron sus conocimientos, experiencias en todos los ámbitos, agradezco también al Magister Xavier Yambay por enseñarnos todas las herramientas para desarrollar en presente proyecto de titulación.

mi motivación cada día para nunca rendirme y seguir esforzándome para llegar a ser un ejemplo para ellos.

DEDICATORIA

Pomaquiza Illescas Doris Belén

El presente proyecto de graduación, dedico a Dios, a mis padres Rosa Illescas, Diego Pomaquiza que los amo tanto, que siempre están ahí en las buenas y en las malas que luchaste tanto dándonos todo su amor para formarnos, dedico a mi hijo Sebastián, sobrinito Samuel y a mi hermano Félix, hermanas Luz y Bella, agradezco a toda mi familia, quienes me han dado vida, educación, apoyo y consejos. Por ello agradezco desde el fondo de mí corazón.

Rocano Asitimbay Jenny Karolina

Llena de emoción y esperanza dedico esta tesis a mis padres ya que sin su ayuda no hubiera logrado terminar mi carrera, a cada uno de mis seres queridos quienes han sido un pilar muy importante para salir adelante, también dedico a mis hijos quienes han sido

Actividad Física Y Comportamiento Sedentario En Niños Y Jóvenes (5-17 Años) En La Provincia Del Cañar, 2022.

Doris Belén Pomaquiza Illescas ¹, Jenny Karolina Rocano Asitimbay ², Ignacia Margarita Romero Galabay ³

¹Universidad Católica de Cuenca, jkrocano05@est.ucacue.edu.ec

Resumen

Objetivo: Determinar los niveles de actividad física y el comportamiento sedentario en niños y jóvenes (5-17 años) en la Provincia de Cañar.

Metodología: Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo, de datos secundarios de acceso público del Instituto Nacional de Estadística y Censos aplicado en la Provincia del Cañar, donde la unidad de análisis fueron 107 registros de personas encuestadas, los datos obtenidos de la página web del INEC fueron exportados en una hoja de cálculo de Excel para la tabulación, siendo importadas posteriormente al programa estadístico SPSS.

Resultados: Mediana de edad es de 10 años, donde hubo mayor participación masculina (52,3%), estado civil solteros (39,3%), residentes en el área urbana (63,6%), siendo el cantón de la Troncal con mayor porcentaje de participantes (36,6%), (81,4 %) estudia en la jornada matutina, el (18,69%) de la población mantiene una gran frecuencia de conductas sedentarias, sin embargo, el (13, 8%) realizan actividad física.

Conclusiones: De acuerdo a los datos obtenidos en esta investigación encontramos que existen una alta prevalencia de inactividad física y sedentarismo en niños y adolescentes entre los 5 – 17 años de edad, siendo una de las principales causas de sedentarismo no solo en el Ecuador sino en el mundo.

Palabras claves: Actividad física, comportamiento sedentario, niños, adolescentes.

Physical Activity and Sedentary Behavior in Children and Youth (5-17 years) in the Province of Cañar, 2022.

Doris Belén Pomaquiza Illescas ¹, Jenny Karolina Rocano Asitimbay², Ignacia Margarita Romero Galabay ³

¹Catholic University of Cuenca, jkrocano05@est.ucacue.edu.ec

ABSTRACT

Objective: To determine the physical activity levels and sedentary behavior in children and youth (5-17 years old) in the province of Cañar.

Methodology: A quantitative, non-experimental, descriptive study was conducted using publicly accessible secondary data from the National Institute of Statistics and Censuses (INEC by its Spanish acronym) applied in the Province of Cañar. The unit of analysis was 107 records of surveyed individuals; the information obtained from the INEC website was exported to an Excel spreadsheet for tabulation and subsequently imported into the statistical program SPSS.

Results: The median age is ten years, with higher male participation (52.3%), single marital status (39.3%), urban area residents (63.6%), and the Troncal canton having the highest percentage of participants (36.6%). (81.4%) study in the morning, (18.69%) of the population engages in a high frequency of sedentary behaviors, while (13.8%) participate in physical activity.

Conclusions: According to the data obtained in this research, there is a high prevalence of physical inactivity and sedentary behavior in children and adolescents aged 5 to 17 years, one of the leading causes of sedentary lifestyles in Ecuador and worldwide.

Keywords: Physical activity, sedentary behavior, children, adolescents

ÍNDICE

<i>DECLARATORIA DE AUTORÍA Y RESPONSABILIDAD</i>	<i>II</i>
<i>CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS</i>	<i>IV</i>
<i>AGRADECIMIENTO</i>	<i>V</i>
<i>DEDICATORIA</i>	<i>VI</i>
Resumen	<i>VII</i>
<i>ABSTRACT</i>	<i>VIII</i>
ÍNDICE.....	<i>IX</i>
Introducción.....	1
Metodología.....	5
Discusión	13
Conclusión.....	15
Referencias bibliográficas	16
Anexos.....	19
<i>ANEXO 1. PROTOCOLO</i>	<i>19</i>
<i>ANEXO 2: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS</i>	<i>22</i>
<i>ANEXO 3: CERTIFICADO APROBACIÓN CEISH-UCACUE</i>	<i>23</i>

Introducción

Se ha establecido que el sedentarismo está asociado a la inactividad física y, por tanto, supone un importante riesgo de salud para el desarrollo de las llamadas enfermedades hipocinéticas. Estas enfermedades abarcan una amplia gama de afecciones de salud, principalmente enfermedades cardiovasculares y metabólicas, y se consideran la epidemia silenciosa del siglo XXI.

La actividad física es el movimiento corporal generado por los músculos esqueléticos que requiere un gasto energético, es un factor protector en la prevención y el tratamiento de enfermedades no transmisibles.(1) También promueve la maduración de los sistemas nervioso y esquelético, aumenta las habilidades motoras, mejora el rendimiento, promueve la integración social y reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad en la edad adulta. (2)

El sobrepeso se refiere al cambio en los hábitos alimenticios donde las frutas, verduras, cereales integrales, legumbres y agua han sido reemplazados por alimentos procesados y comidas rápidas, lo que resulta una acumulación anormal o excesiva de grasa perjudicial para la salud. (3)

La Organización Mundial de la Salud, afirmó que, en 2016, más de 340 millones de niños y adolescentes padecían sobrepeso debido a hábitos alimentarios y disminución de la actividad física. (4)

La actividad física durante la infancia y la adolescencia es importante no sólo para la salud, sino también para mantener un crecimiento y desarrollo adecuado. (5) Realizar actividad física es ideal para una buena salud mental porque previene los trastornos mentales, ayuda a mantener un peso saludable y un bienestar físico general. (1)

La baja actividad física y el aumento del sedentarismo son uno de los factores de riesgo de mortalidad y desarrollo de enfermedades no transmisibles. Las personas que no hacen actividad física tienen entre un 20 y un 30 % más de riesgo de muerte en comparación con las personas que sí lo realizan. (6)

El sedentarismo se asocia al insuficiente desarrollo de actividad física o de ejercicio inferior a treinta minutos diarios, desencadena enfermedades cardíacas, pulmonares, musculares y cardiovasculares, reduce la concentración, dando una sensación de cansancio, desánimo, malestar y está estrechamente relacionado con las condiciones de vida. (7)

En las últimas décadas, existe un aumento significativo en el comportamiento sedentario debido al uso de la tecnología: Computadora, Internet y juegos electrónicos, que derivan en alteraciones como: Bajas notas, falta de concentración, mal comportamiento y exceso de peso. Se evidencia que los niños y jóvenes pasan más tiempo viendo televisión y utilizando dispositivos electrónicos, lo que provoca que su actividad física disminuya y su salud se deteriore. (8)

Chile y Venezuela, tienen las tasas de sedentarismo infantil más altas de América Latina, sin importar el nivel socioeconómico, la tasa de holgazanería en los menores ha aumentado significativamente, concretamente un 23,8% en los niños y un 28,7% en las niñas, que tienen bajo rendimiento de actividad física. Colombia, muestra que el nivel de sedentarismo entre los jóvenes de 15 años, es del 91%, la OPS, indica que el 73% de la población peruana no realiza ninguna actividad física (señalando que el 86,4% de la población hace menos de 30 minutos a la semana) y lo más preocupante es que el progreso es demasiado rápido. (8)

Según datos de la Organización Mundial de la Salud, el 60 % de la población mundial no realiza ninguna actividad física. En América latina y el Caribe, los adolescentes poseen las tasas de inactividad un 84,3% de ellos no hace suficiente ejercicio. En el sexo femenino representa el 88,9% y en los hombres del 79,9%. Al respecto, según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) en el año 2022 el Ecuador determinó que el 76% de personas de 5 a 17 años, es decir 3.4 millones de individuos tiene una actividad física insuficiente. (15)

Consecuencias de inactividad física y sedentarismo:

Obesidad: Acumulación excesiva de grasa resultante de un desequilibrio prolongado entre la ingesta y el gasto energético. Actualmente es un problema de salud mundial

debido a la falta de actividad física, falta de espacios de recreación, hábitos alimentarios, entorno familiar, estado psicológico de los niños y problemas metabólicos.(9)

La prevalencia de la obesidad está aumentando entre los niños de grupos socioeconómicos más bajos, mientras que está disminuyendo en los niños de entornos más favorecidos. (10)

Consecuencias Psicosociales: Según las estadísticas, el 90% de los niños desarrollan actitudes violentas a causa de los videojuegos. Además, la falta de atención es uno de los mayores obstáculos en los contextos escolares y sociales. (9) Un nivel insuficiente de actividad física, se asocian a un riesgo de decaimiento del estado emocional. (11)

Otros factores asociados al sedentarismo:

- ✓ Exceso de alimentación durante el embarazo y lactancia.
- ✓ Desnutrición de la madre.
- ✓ Falta de atención en actividades escolares.
- ✓ En el sistema óseo, la resistencia de los huesos se reduce considerablemente, lo cual, aumenta las posibilidades de fracturas.
- ✓ Nivel socioeconómico. (12)

Beneficios de la actividad física:

- ✓ Desarrollo del sistema cardiovascular y musculoesquelético.
- ✓ Reducir los factores de riesgo relacionados con enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensión, hipercolesterolemia.
- ✓ Aumenta la capacidad de las células sanguíneas para absorber oxígeno, lo que no solo mejora la función muscular, pulmonar y cardíaca, sino que también mejora la función cerebral.
- ✓ Desarrolla habilidades de coordinación y equilibrio para promover el crecimiento.
- ✓ Mejora la salud mental, ayuda a reducir la ansiedad, el estrés y previene el insomnio. Mayor interacción social.
- ✓ El ejercicio aumenta la masa muscular magra, que es el consumidor más importante del azúcar, y juega un papel importante en el metabolismo y la capacidad funcional, reduciendo la adicción.
- ✓ Favorece en la concentración y memoria. (13)

Recomendaciones de la OMS para la actividad física en niños y adolescentes:

- ✓ Los niños de 5 a 17 años deben realizar actividad física al menos 60 minutos al día.
- ✓ Se deben realizar ejercicios aeróbicos.
- ✓ Realizar actividades vigorosas al menos 3 días a la semana para estimular y fortalecer el sistema musculoesquelético. (14)

El desarrollo de esta investigación se justifica para determinar la situación actual de la actividad física y el sedentarismo en niños y adolescentes, ya que son dos aspectos cruciales para la salud y el bienestar de las personas, investigaremos cómo la falta de movimiento puede afectar negativamente en la salud y cómo incorporar hábitos activos en la rutina diaria puede tener un impacto positivo en nuestra calidad de vida. También consideraremos estrategias para superar las barreras comunes que impiden la participación en la actividad física y fomentar un estilo de vida más activo y saludable en la sociedad actual.

La investigación pretende realizar un análisis de datos secundarios recolectados por el Instituto Ecuatoriano de Estadística y Censos (INEC).

Por lo antes expuesto, el objetivo de la investigación se enfocó en determinar los niveles de actividad física y el comportamiento sedentario en niños y jóvenes (5-17 años) en la Provincia de Cañar, 2022. En base, al objetivo principal se plantearon los siguientes objetivos específicos:

- 1) Describir las características sociodemográficas de niños y jóvenes (5-17 años).
- 2) Identificar las condiciones de vida de la muestra estudiada.
- 3) Evaluar el tiempo de actividad física y sedentarismo en la población de estudio.

Metodología

Tipo de Investigación

Estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo, de análisis de datos secundarios de acceso abierto (público), obtenidos de la página web del instituto nacional de estadística y censos <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/actividad-fisica-y-sedentarismo/>.

Población y muestra

La población estuvo constituida por 107 registros de personas de 5 a 17 años que participaron en el estudio de Actividad física y comportamiento sedentario dirigido a niños, jóvenes y adultos, sobre la base de cuestionarios homologados y metodologías internacionalmente aceptadas. Se trabajó con toda la población sin necesidad de calcular el tamaño de la muestra.

Criterios de Inclusión y Exclusión

El estudio incluyó registros públicos anonimizados y abiertos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) relacionados con la actividad física y el sedentarismo entre niños y jóvenes de 5 a 17 años de la provincia de Cañar en 2022. Se excluyeron los datos contradictorios o incompletos.

Instrumento

Para la recolección de la información se utilizó una ficha con las variables de interés condiciones sociodemográficas (6 preguntas), condiciones de vida (8 preguntas), condiciones de actividad física y sedentarismo (3 preguntas).

Procedimientos

En primera instancia se elaboró el protocolo para someterlo a evaluación de un comité de ética; luego de la aprobación se procedió a descargar la base de datos de la página del INEC en una matriz de Excel para filtrar los registros correspondientes a personas de 5 a 17 años de la provincia del cañar, importando los datos desde el programa estadístico SPSS versión 23 para el análisis correspondiente.

Análisis estadístico

En el paquete estadístico se elaboró tablas y gráficos para describir los objetivos planteados, constanding frecuencias, porcentajes, medidas de tendencia central y o medidas de dispersión.

Consideraciones Éticas

Este estudio se realizó de acuerdo a los estándares requeridos, respetando los principios bioéticos de la investigación científica del tratado de Helsinki, además la investigación fue sometida a evaluación por CEISH-UCACUE, aprobada con el código UCACUE-UASB-EA-CEISH-2022- 084.

Resultados

Tabla 1. Condiciones sociodemográficas

VARIABLE	MEDIANA	DESVIACIÓN ESTADAR	f	%
Edad	10,00	3,770	-	-
Sexo				
Hombre	-	-	56	52,3
Mujer	-	-	51	47,7
Estado civil				
No responde	-	-	64	59,8
Soltero	-	-	42	39,3
Unión de hecho	-	-	1	0,9
Área				
Urbana	-	-	68	66,6
Rural	-	-	39	33,4
Ciudad				
Azogues	-	-	21	19,6
Biblián	-	-	7	6,5
Cañar	-	-	35	32,7
Troncal	-	-	39	36,6
Tambo	-	-	4	3,7
Déleg	-	-	1	0,9
Etnia				
Indígena	-	-	6	5,6
Mestizo	-	-	98	91,6
Blanco	-	-	3	2,8
Total			107	100

Nota: f= frecuencia. Me= mediana.

Fuente: INEC

Entre las características sociodemográficas de la población estudiada se encontró que la mediana de edad es de 10 años, donde hubo mayor participación masculina con el (52,3%), según su estado civil existe un (39,3%) que se encuentran solteros\as, residentes en el área urbana (63,6%), siendo el cantón de la Troncal con mayor porcentaje de participantes (36,6%), mientras que Cañar fue la de menor proporción con el (32,7%), prevaleciendo las personas de etnia mestiza (91,6%).

Tabla 2. Condiciones de vida

VARIABLE	f	%
Asiste a clases		
Si	100	93,5
No	7	6,5
Jornada a la que asiste		
No responde	7	6,5
Mañana	87	81,4
Tarde	10	9,3
Noche	1	0,9
Dos jornadas	2	1,9
Establecimiento donde estudia		
No responde	7	6,5
Fiscal	79	73,9
Fiscomisional	11	10,3
Particular	10	9,3
Nivel de instrucción		
Ninguno	2	1,9
Educación básica	99	92,5
Secundaria	6	5,6
Año aprobado		
Educación básica	61	57,0
Secundaria	46	43,0
Sabe leer y escribir		
No responde	6	5,6
Si	81	75,7
No	20	18,7
Pobreza		
No pobre	106	99,1
Pobre	1	0,9
Condiciones de actividad		
Menor de 15 años	86	80,4
Subempleo	2	1,9
Otro empleo	2	1,9
Empleo no remunerado	3	2,7
Población económica inactiva	14	13,1
Total	107	100

Nota: f= frecuencia.

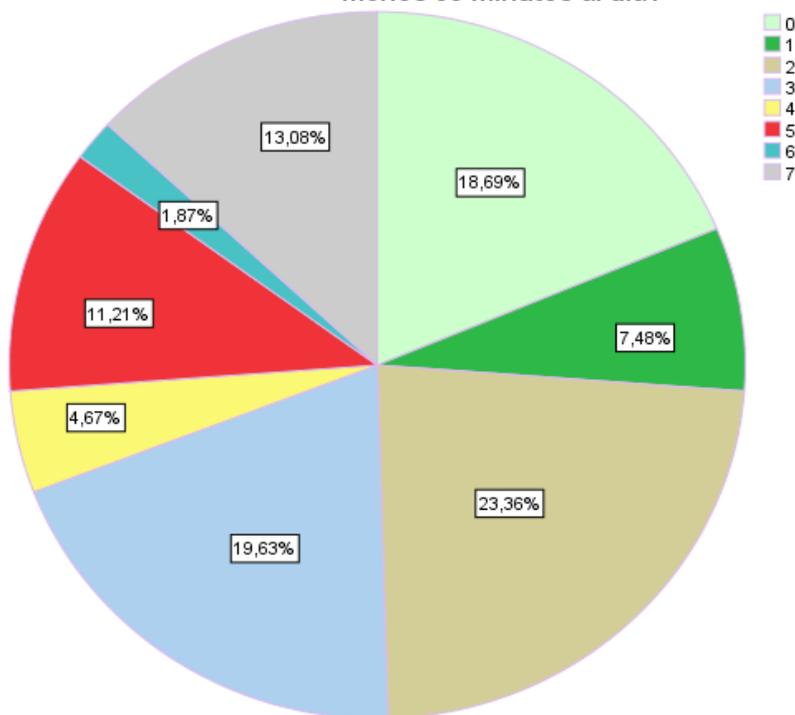
Fuente: INEC

El estudiar en la mañana hace que el cerebro este programado de tal manera que cuando nos levantamos el nivel de estrés es menor en comparación a todo el día, así como tener el resto del día libre para hacer todas las actividades que se desea. Existe un (9,3%) que estudia en la jornada vespertina, mientras que el (81,4%) estudia en la jornada matutina,

el (73, 9%) estudia en establecimientos fiscales, por lo tanto, en las condiciones de actividad el (13, 1 %) pertenece a la población económica inactiva.

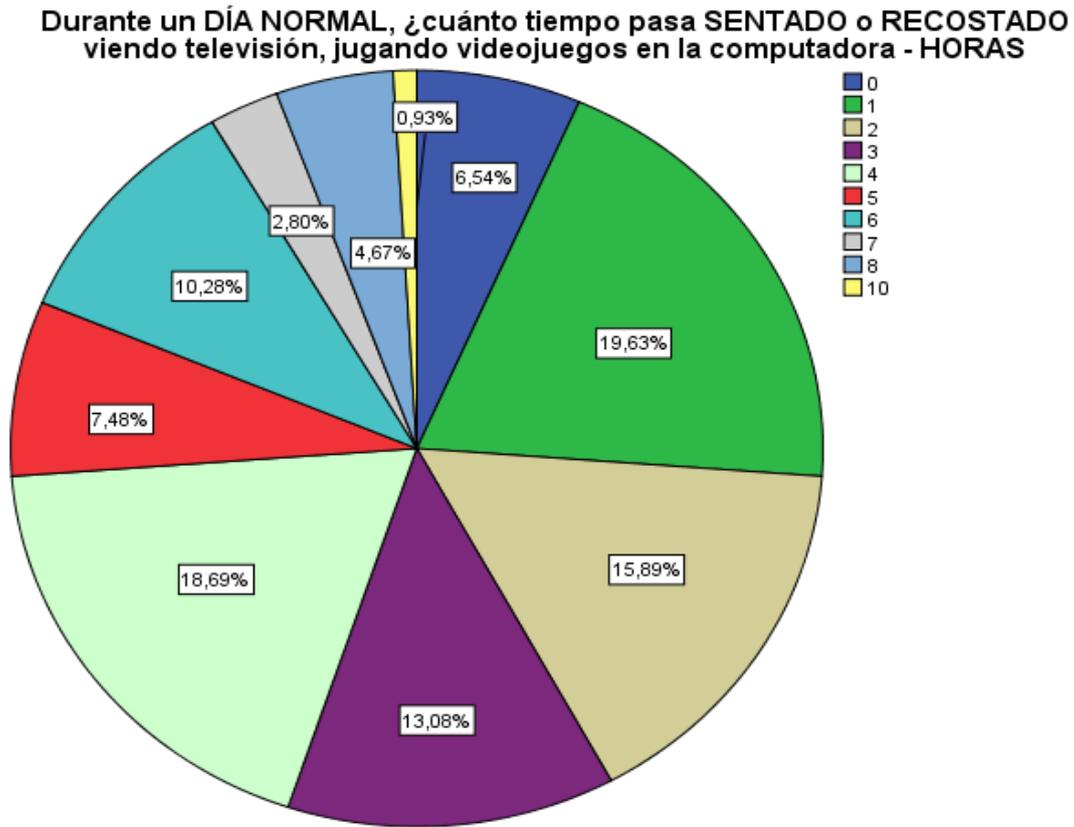
Gráfico 1. Condiciones de salud física

Durante los últimos 7 días ¿cuántos días practicó () una actividad física por al menos 60 minutos al día?



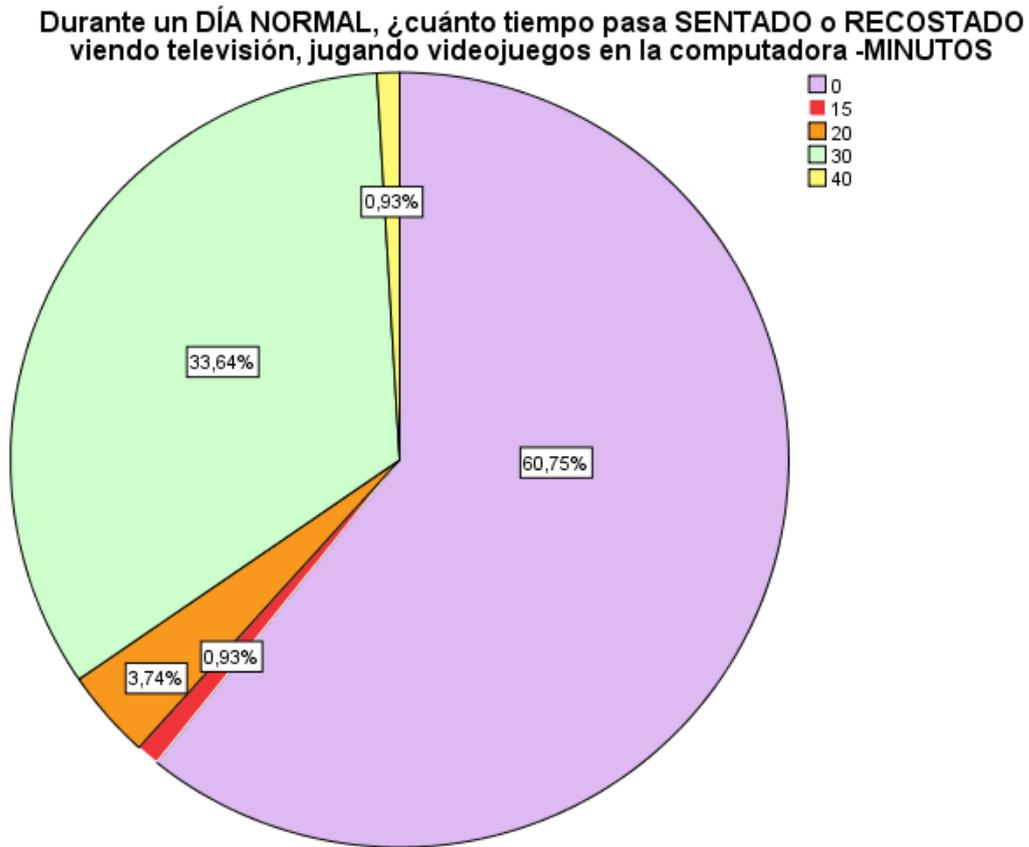
Actualmente, la calidad de vida de gran parte de la población se ve afectada por el hecho que no realizan cierto tipo de actividades físicas o pausas activas, siendo esto un componente de riesgo para la salud causando enfermedades cardíacas, musculares, respiratorias y especialmente la obesidad. La población de la Provincia del Cañar encuestada menciona que el (18,69%) no realiza ningún tipo de actividad física, sin embargo, se observa que el (13,8%) realiza ejercicio físico los 7 días a la semana.

Gráfico 2. Condiciones de salud física



El ejercicio físico tiene muchos beneficios para la salud, y a través de ciertos tipos de ejercicio las personas experimentan mejoras extraordinarias no sólo a nivel cardiovascular, respiratorio, anatómico y fisiológico, sino también a nivel emocional y social. Entre los encuestados existe un (0,93%) de la población que pasa 10 horas viendo televisión o jugando video juegos, sin embargo, el (6, 54%) no realizan estas actividades.

Gráfico 3. Condiciones de salud física



La mayoría de patologías pueden solucionarse desarrollando hábitos de vida saludables, que no sólo requieren una dieta saludable, sino que también deben complementarse con ciertos ejercicios físicos para la salud biopsicosocial. Los participantes manifestaron que el (60, 75%) no realizan ninguna actividad de ocio o entretenimiento, en cambio el (0,93%) pasan 40 minutos en la computadora jugando videojuegos, viendo televisión, sentados o recostados.

Discusión

A nivel mundial los jóvenes llevan una vida sedentaria y falta de ejercicio físico que los hacen más vulnerables a desarrollar enfermedades cardiovasculares y metabólicas; nuestro objetivo fue determinar los niveles de actividad física y el comportamiento sedentario en niños y adolescentes, mediante datos secundarios obtenidos de la base de cuestionarios homologados y metodologías internacionalmente aceptadas.

En este estudio se observó que entre las características sociodemográficas la mediana de edad es de 10 años, donde hubo mayor participación masculina con el (52,3%) que residen en el área urbana (63,6%), siendo el cantón de la Troncal con mayor porcentaje de participantes (36,6%), prevaleciendo las personas de etnia mestiza (91,6%). Un estudio realizado en México en el 2022 por Betancourt (16), indica que el rango de edad es de 8 años a 13 años, destacándose el sexo femenino con (52,5%), la mayoría de etnia mestiza, estado civil solteros, quienes cursaban de tercero a sexto grado de educación, el (80,9%) indico vivir con ambos padres, residen en el área urbana.

En un artículo comparativo realizado en el 2022 en Colombia (17), sobre las variables sociodemográficas donde indica que prevalecen las edades de 13 a 15 años, predominando el sexo masculino con el (50,3%); obteniéndose así similitud con nuestros datos.

En las condiciones de estudio se reporta que un (9,3 %) de niños y jóvenes estudian en la jornada vespertina, mientras que el (81,4 %) estudia en la jornada matutina, el (73, 9%) estudian en establecimientos fiscales, este hecho (18) indica que los adolescentes que estudian en la tarde registran bajas calificaciones. Mientras que en el 2021 López-Motta, D. (19) manifiestan que estudiar en la mañana hace que el cerebro este programado de tal manera que cuando nos levantamos el nivel de estrés es menor en comparación con todo el día, así como tener el resto del día libre para hacer todas las actividades que se desea.

De acuerdo a los resultados sobre condiciones de salud se demostró que el (18, 69 %) de la población mantiene una gran frecuencia de conductas sedentarias, sin embargo, el (13, 8%) realizan actividad física por 7 días. En lo referente al tiempo en horas y minutos el (0,93%) de los encuestados pasan 10 horas (viendo televisión o jugando video juegos),

así mismo el (0,93%) pasa 40 minutos realizando actividades de ocio o entretenimiento, mientras que el (6, 54 %) no realizan dichas actividades debido a que ayudan a sus padres en otras tareas.

Alvarado-López et al. (2023) en su artículo realizado en Guayaquil, Ecuador, indican que la prevalencia de conductas sedentarias es similar en zonas rurales y urbanas, aunque en algunas zonas rurales niños y jóvenes no tienen acceso a Internet y teléfonos, pero pueden dedicarse a actividades agrícolas en colaboración con sus padres y así mantenerse en actividad física. También se demostró que las mujeres tienden a ser ligeramente más activas que los hombres.(9). Según Hernández (20) manifiesta que los niños en edad preescolar pasan más de 6 horas al día en comportamiento sedentario y dedican menos tiempo a un estilo de vida moderado o vigoroso: en promedio de 93 minutos diarios, siendo las niñas más sedentarias que los niños.

López, Neyra, Gutiérrez en el 2023 (21) indican que los niños y adolescentes en relación a su tiempo de ocio, la mayoría mencionó que a veces pasan sentados viendo televisión, en la computadora o jugando videojuegos, (46,6 %) pasea en bicicleta en su tiempo libre, (42,5%) rara vez hacen ejercicio físico o algún deporte.

La presente investigación no ha estado exenta de las distintas limitaciones que pueden haber influido en los resultados obtenidos: Datos secundarios en donde no se pueden abarcar más variables, el número de participantes, artículos no relacionados al tema, datos incorrectos.

Este estudio ofrece nuevas perspectivas, información basada en evidencia científica para futuras investigaciones, los resultados obtenidos brindaran criterios específicos para el personal de salud y comunidad, que permite el desarrollo de estrategias que beneficien directamente a niños y jóvenes con sedentarismo y bajo nivel de actividad física, permitiendo contribuir con el desarrollo del completo bienestar, físico, mental.

Conclusión

En el estudio realizado a niños y adolescentes de la Provincia del Cañar referente a lo sociodemográfico observamos que la mayoría de participantes fueron hombres que residen en las zonas urbanas, de etnia mestiza, estado civil solteros, prevaleciendo la Troncal con un mayor porcentaje. Mientras que en otros estudios predomina el sexo femenino, además otros autores manifestaron que por lo general los hombres tienden a ser más activos físicamente que las mujeres esto puede variar según la cultura y el entorno sociodemográfico.

Según los datos obtenidos en las condiciones de vida de los niños y jóvenes de la provincia del Cañar nos revelan que los estudiantes de la jornada matutina tienden a realizar más actividad física a diferencia de los alumnos que estudian en la tarde llevan una vida sedentaria. Estudiar por la mañana tiene buenos resultados porque tenemos la capacidad cognitiva suficiente para completar la tarea, ya sea compleja o voluminosa. El descanso y la mente despejada son muy importantes para un buen rendimiento académico. Sin embargo, cuando estudiamos por la tarde, factores como el cansancio o la falta de concentración pueden perjudicar nuestra capacidad de concentración, y por tanto la retención de información puede deteriorarse, contribuyendo a olvidar lo aprendido.

En los resultados de condiciones de salud los niños y jóvenes tienden a ser más sedentarios cuando pasan tiempo frente a dispositivos electrónicos como smartphones y ordenadores. Pasar mucho tiempo sentado frente a una pantalla reduce la actividad física y causa muchas enfermedades no transmisibles como obesidad, colesterol, atrofia muscular y diabetes. Los padres, cuidadores y docente, juegan un papel crucial en fomentar al menos 60 minutos de actividad física al día para el desarrollo físico, mental y social de los niños y adolescentes. Se recomiendan varias actividades, incluido el juego al aire libre, el ejercicio, el juego activo y el ejercicio estructurado. Para mantener un estilo de vida saludable, es importante educar a los niños sobre los beneficios de ejercicio físico y reducir la cantidad de tiempo dedicado a actividades sedentarias como mirar televisión o jugar videojuegos.

Referencias bibliográficas

- Organización mundial de la salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. Ginebra; 2020. Available from: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240014886>
2. Lamino Lincango DX. investigación bibliográfica de la inactividad física (sedentarismo) en niños y adolescentes, en edades comprendidas de 9 a 17 años. Available from: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22308>
 3. Shama teresa, gaona elsa, cuevas lucia, morales carmen, valenzuela danae. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes de la Ciudad de México. salud publica, mexico [Internet]. 2023 [cited 2023 Sep 10];218–24. Available from: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/14762/12421>
 4. Organización mundial de la salud. Obesidad y sobrepeso [Internet]. 2023 [cited 2023 Aug 20]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
 5. Organización mundial de la salud. Actividad física [Internet]. 2022 [cited 2023 Aug 20]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
 6. Sánchez Ruiz-Cabello FJ, Campos Martínez AM, Vega de Carranza M de la, Cortés Rico O, Esparza Olcina MJ, Galbe Sánchez-Ventura J, et al. Promoción de la actividad física en la infancia y la adolescencia (parte 1). Pediatría Atención Primaria [Internet]. 2019 [cited 2023 Aug 21];21(83):279–91. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322019000300019&lng=es&nrm=iso&tlng=es
 7. Navarrete Mejía PJ, Parodi García JF, Vega García E, Pareja Cruz A, Benites Azabache JC. Factores asociados al sedentarismo en jóvenes estudiantes de educación superior. Perú, 2017. Horizonte Médico (Lima) [Internet]. 2019 Mar 15 [cited 2023 Aug 21];19(1):46–52. Available from: <http://www.horizontemedico.usmp.edu.pe/index.php/horizontemed/article/view/832>
 8. Matamoros WFG, Matamoros WFG. Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. Recimundo [Internet]. 2019 Apr 8 [cited 2023 Aug

- 20];3(1):1602–24. Available from:
<https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/449>
9. Alvarado, Alvarado HM, López Barrera AJ, Vega Gordillo MV, Ochoa Loor JR. Sedentarismo en niños y adolescentes en Ecuador. Recimundo [Internet]. 2023 jun 29;7(2):199–208. Available from:
<https://recimundo.com/index.php/es/article/view/2041>
 10. Liu W, Liu W, Lin R, Li B, Pallan M, Cheng KK, et al. Socioeconomic determinants of childhood obesity among primary school children in Guangzhou, China. BMC Public Health [Internet]. 2019 jun 8 [cited 2023 Sep 10];16(1):1–8. Available from:
<https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-016-3171-1>
 11. Villalobos S, Huang C, González L. Revista Ciencia y Salud. 2022 [cited 2023 Sep 10]. p. 81–6 Vista de Impacto del sedentarismo en la salud mental. | Revista Ciencia y Salud Integrando Conocimientos. Available from:
<https://revistacienciaysalud.ac.cr/ojs/index.php/cienciaysalud/article/view/404/500>
 12. Bravo D, Córdova M, Nauta M. Revista de la facultad de Ciencias Médicas. 2018 [cited 2023 Sep 10]. p. 18–27 Vista de Prevalencia de sobrepeso y factores asociados en adolescentes en el Hospital José Carrasco Arteaga. Available from:
<https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/medicina/article/view/2492/1598>
 13. Rodríguez Torres A, Rodríguez Alvear J, Guerrero Gallardo H. Revista Cubana Medicina. 2023 [cited 2023 Sep 10]. Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. Available from:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252020000200010&script=sci_arttext
 14. Silvina González D, Flores A, Rodríguez Hospital De niños , santísima Trinidad L, Peredo AS, Fabio L, et al. Recomendaciones para la práctica clínica sobre el manejo de la actividad física, ejercicio y deporte en niños, niñas y adolescentes con diabetes mellitus tipo 1. Periodicidad: Cuatrimestral. 2022;56(2).
 15. Actividad Física y Sedentarismo [Internet]. 2023 [cited 2023 Aug 20]. Available from: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/actividad-fisica-y-sedentarismo/>

16. Betancourt-Ocampo D, James-Reyes AL, Tellez-Vasquez MH, Rubio-Sosa HI, González-González A. Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en niños: panorama actual en México. Cuadernos de Psicología del Deporte [Internet]. 2022 Jan 3 [cited 2023 Aug 20];22(1):100–15. Available from: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/429581>
17. Poveda-Acelas CA, DC. Relación entre actividad física, sedentarismo y exceso de peso en adolescentes de los Santanderes, Colombia. Revista de la Universidad Industrial de Santander Salud [Internet]. 2021 Mar 12 [cited 2023 Oct 3];53(1). Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072021000100316&lng=en&nrm=iso&tlng=es
18. Sánchez María E. BBC. 2018 [cited 2023 Oct 3]. Jornada vespertina importancia. Available from: https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/08/140826_salud_estudiantes_retraso_escuela_horario_mes
19. López-Motta D. Efectos de la jornada escolar completa sobre el aprendizaje de los estudiantes. Revista Con Ciencia EPG [Internet]. 2021 jul 29 [cited 2023 Oct 3];6(2):30–52. Available from: <https://revistas.um.es/rie/article/view/322751>
20. Olarte Hernández P, Noguera Machacón LM, Herazo Beltrán y, Olarte Hernández P, Noguera Machacón LM, Herazo Beltrán y. Nivel de actividad física, comportamiento sedentario y sueño en la población de la primera infancia. Nutr Hosp [Internet]. 2021 nov 1 [cited 2023 Aug 20];38(6):1149–54. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000700007&lng=es&nrm=iso&tlng=es
21. Gabriel López Salazar R, David Neyra Rivera C, Gutiérrez Ingunza E, Gabriel López Salazar Puesto de Salud La Pampa Corongo Ancash Perú R. Nivel de actividad física en adolescentes que cursan la enseñanza secundaria en un instituto de Lima. Revista Finlay [Internet]. 2023 Aug 2 [cited 2023 Aug 20];13(3):293–304. Available from: <https://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/1278/2275>

Anexos

ANEXO 1. PROTOCOLO

Anexo 3. Formulario de Exención de Evaluación
Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos
Fecha: 20 de junio del 2023

NOMBRE DEL INVESTIGADOR (A) PRINCIPAL: BELÉN POMAQUIZA, JENNY ROCANO		
LA INVESTIGACIÓN INVOLUCRA PARTICIPANTES HUMANOS:	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
REQUIERE DE CONSENTIMIENTO INFORMADO:	<input type="checkbox"/> SI	<input checked="" type="checkbox"/> NO
REQUIRE ASENTIMIENTO INFORMADO	<input type="checkbox"/> SI	<input checked="" type="checkbox"/> NO



ITEM	Descripción
A	Título de estudio Actividad Física y Comportamiento Sedentario en niños y jóvenes (5-17 años) en la Provincia de Cañar, 2022.
B	Resumen del estudio (antecedentes y justificaciones) <p>La actividad física se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía, es un factor importante para la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes tipo 2 y varios tipos de cáncer. Además, es beneficiosa para la salud mental, considerando que previene el deterioro cognitivo de los síntomas de la depresión y ansiedad. El sedentarismo se asocia a la falta de ejercicio físico o actividad menor a treinta minutos diarios.</p> <p>Según datos de la Organización Mundial de la Salud, el 60% de la población mundial no realiza ninguna actividad física. En el contexto latinoamericano y el Caribe, los adolescentes poseen las tasas de inactividad un 84,3% de ellos no hace suficiente ejercicio. En el sexo femenino representa el 88,9% y en los hombres del 79,9%. Al respecto, según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) en el año 2022 el Ecuador determinó que el 76% de personas de 5 a 17 años, es decir 3.4 millones de individuos tiene una actividad física insuficiente.</p> <p>El desarrollo de este estudio se justifica para conocer la situación actual de la actividad física y el sedentarismo en un grupo vulnerable (niños y jóvenes), tomando en consideración que, constituyen un factor de riesgo de gran importancia en el desarrollo de patologías cardiovasculares y metabólicas, los resultados obtenidos permitirán conocer la realidad actual del problema.</p> <p>La investigación pretende realizar un análisis de datos secundarios recolectados por el Instituto Ecuatoriano de Estadística y Censos (INEC).</p>
C	Objetivos, hipótesis y/o preguntas que deben responderse: Objetivo <ul style="list-style-type: none">Determinar los niveles de actividad física y el comportamiento sedentario en niños y jóvenes (5-17 años) en la Provincia de Cañar, 2022. Objetivos <ul style="list-style-type: none">Describir las características sociodemográficas de niños y jóvenes (5-17 años).Identificar las condiciones de vida de la muestra estudiada.Evaluar el tiempo de actividad física y sedentarismo en la población de estudio. Preguntas de investigación <ul style="list-style-type: none">¿Cuáles son las características sociodemográficas de niños y jóvenes con comportamientos sedentarios (5-17 años) en la Provincia de Cañar, 2022?¿Cuál es el tipo de actividad física que realizan los niños y jóvenes de entre 5 y 17 años?¿Cuáles son los factores que intervienen en el sedentarismo en niños y jóvenes de entre 5 y 17 años?

D	Tipo de investigación (marque todas las necesarias): -Actividades de formación en la investigación, cursos, seminarios de graduación, talleres, etc. <input type="checkbox"/> -Evaluación de programas, servicios o necesidades para el aseguramiento de la calidad o actividades de mejora de calidad. <input type="checkbox"/> -Investigación en repositorios, bancos de tejidos o ADN, bases de datos o materiales almacenados previamente y debidamente anonimizados. X -Investigación con información privada codificada o muestras biológicas no obtenidas para el presente proyecto y donde los investigadores no pueden determinar la identidad de la persona a la que pertenece la muestra. <input type="checkbox"/>	Opciones que sean -Investigación sobre instituciones o procesos generalizables sobre un individuo o grupo. X -Entrevistas cualitativas con sujetos humanos, entrevistas abiertas, que representan un riesgo mínimo para una población meta no vulnerable. <input type="checkbox"/> -Informes descriptivos de caso individual que no implican investigación sistemática. <input type="checkbox"/> - Reporte de casos Observacional descriptivo de registros médicos Tesis de grado X Tesis de posgrado <input type="checkbox"/> Otros (especifique) _____ <input type="checkbox"/>
E	Descripción resumida de la metodología del estudio incluyendo la interacción con participantes humanos: La presente investigación es de carácter cuantitativo de datos secundarios tomando como instrumento de análisis de información, debidamente anonimizada por información pública y de acceso abierto del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). Debido a la naturaleza del estudio, no se realizará interacción alguna con participantes humanos. La unidad de análisis la constituye los registros de investigación asociado con la actividad física y el sedentarismo en niños y jóvenes de entre 5 y 17 años de la provincia del Cañar, 2022. En el siguiente enlace se puede acceder a la base de datos de acceso abierto (información pública) que se empleara para el respectivo procesamiento de datos. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/actividad-fisica-y-sedentarismo/ <u>La población la constituyen los registros que se encuentran completos de acuerdo a las variables a estudiar misma que se categorizan en tres dimensiones: condiciones sociodemográficas, condiciones de vida, condiciones de salud, al ser una investigación de datos secundarios de acceso público no es necesario realizar muestreo.</u> <u>El instrumento a utilizar será una ficha de recolección de datos generales con el uso del programa Microsoft Excel 2016, consecutivamente se importará la hoja de cálculo Excel al programa estadístico SPSS v.23 para el análisis de datos respectivo, que se verán expresados en tablas que indiquen la frecuencia y porcentaje.</u>	
F	Participación de población vulnerable -Personas menores de edad o personas sin capacidad volitiva, cognoscitiva, o con deterioro cognitivo moderado o severo. <input checked="" type="checkbox"/> -Personas altamente dependientes de atención en salud. <input type="checkbox"/> -Pacientes en estado crítico e unidades cuidados intensivos o intermedios <input type="checkbox"/> -Pacientes en situaciones de emergencia en salud <input type="checkbox"/> -Participantes de comunidades autóctonas emigrantes y en colectivos particularmente vulnerables. <input type="checkbox"/> -Grupos comunitarios con características particulares <input type="checkbox"/> -Grupos subordinados. <input type="checkbox"/> -Participantes mujeres embarazadas o en período de lactancia <input type="checkbox"/> -Participantes privados de libertad <input type="checkbox"/> -Estudiantes de las actividades docentes del investigador <input type="checkbox"/>	

	-Adultos mayores <input type="checkbox"/> -Otros (especifique): _____ -No aplica <input type="checkbox"/>
G	Criterios de inclusión y exclusión Criterios de inclusión Dentro de los criterios de inclusión se tomó en consideración los registros anonimizados públicos y de acceso abierto del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) asociados a la actividad física y sedentarismo en niños y jóvenes de entre 5-17 años en la provincia de Cañar en el año 2022. Criterios de exclusión Registros que contengan inconsistencia o datos incompletos, grupos de edades no relacionado con el estudio.
H	Declaración de Riesgos de la investigación El presente estudio utilizara datos públicos para análisis secundarios de una base consolidada que se encuentra en una institución pública, que cuenta con estándares de anonimización de la información de acuerdo con la Ley Orgánica de protección de datos personales. No se observan riesgo alguno, puesto que no se trabajará con participantes humanos.
I	Beneficios para el participante individual El estudio no interactúa con participantes humanos de manera directa, sino que tomará datos secundarios públicos y anonimizados del Instituto Nacional de Estadística y Censos.
J	Beneficios para la población Los resultados obtenidos brindaran criterios específicos para el personal de salud y comunidad, que permite el desarrollo de estrategias que beneficien directamente a niños y jóvenes con sedentarismo y bajo nivel de actividad física, permitiendo contribuir con el desarrollo del completo bienestar, físico, mental y social.
K	Previsiones para resguardar la privacidad, confidencialidad y almacenamiento de los datos, tiempo de resguardo, detalle de la anonimización de los datos de los participantes. La información y los datos utilizados como herramienta de análisis es de carácter público, identificadas en el sitio web del Instituto Nacional de Estadística y Censos, por consiguiente; no resulta necesario establecer previsiones para resguardar la privacidad, confidencialidad y almacenamiento de los datos.
L	Descripción del sitio, instalaciones o lugar donde se realizará el estudio (escuela, facultad, centro, instituto, etc.) El estudio se realizará en la Universidad Católica de Cuenca Campus Azogues, a partir del análisis de la estadística brindada por el sitio web del Instituto Nacional de Estadística y Censos.

ANEXO 2: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN NIÑOS Y JÓVENES

CONDICIONES SOCIODEMOGRÁFICAS	Edad
	Sexo
	Estado Civil
	Área
	Ciudad
	Etnia
CONDICIONES DE SALUD FÍSICA	Durante los últimos 7 días ¿cuántos días practicó una actividad física por al menos 60 minutos al día?
	Durante un día normal, ¿cuánto tiempo pasa sentado o recostado viendo televisión, jugando videojuegos en la computadora – horas.
	Durante un día normal, ¿cuánto tiempo pasa sentado o recostado viendo televisión, jugando videojuegos en la computadora -minutos.
CONDICIONES DE VIDA	Asiste a clases
	Jornada a la que asiste
	Establecimiento en el que estudia
	Nivel de instrucción
	Año aprobado
	Sabe leer y escribir
	Pobreza
Condición de actividad	

ANEXO 3: CERTIFICADO APROBACIÓN CEISH-UCACUE



Anexo 4 A Formato de Carta de exención

Cuenca, 29/06/2023

Srta.

Jenny Rocano

Investigadora Principal

De mi consideración,

El Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad Católica de Cuenca (CEISH-UCACUE), una vez que revisó el protocolo de investigación titulado “Actividad Física y Comportamiento sedentario en niños y jóvenes (5 – 17 años) en la provincia de Cañar, 2022”, codificado como CEISH-UCACUE-066, notifica a Usted que este proyecto es una investigación exenta de evaluación por parte del CEISH, de acuerdo con lo establecido en la normativa legal vigente.

Descripción de la Investigación:

- Tipo de estudio: Retrospectivo
- Duración del estudio: No aplica
- Instituciones participantes: Universidad Católica de Cuenca
- Investigadores del estudio:
Jenny Rocano, Doris Pomaquiza,
Ignacia Romero
- Documentación de la investigación:

Nombre de Documentos	Número de páginas	Fecha
Anexo 3: Formulario de Exención de Evaluación	3	20/06/2023
Ficha de recolección de datos	2	20/06/2023
Hoja de vida de los Investigadores	10	20/06/2023

Esta carta de exención tiene una vigencia de un año, contado desde la fecha de recepción de esta documentación. La investigación deberá ejecutarse de conformidad a lo descrito en los documentos presentados al CEISH-UCACUE. Cualquier modificación a la documentación antes descrita, deberá ser presentada a este Comité para su revisión y aprobación.

Atentamente,



Firmado el 29/06/2023
CLAUDIO ESTEBAN
BRAVO PESANTEZ

DR. CLAUDIO BRAVO PESÁNTEZ
MIEMBRO Y SECRETARIO DEL CEISH – UCACUE



Doris Belén Pomaquiza Illescas portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0302809538**. En calidad de autor y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación “ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN NIÑOS Y JÓVENES (5-17 AÑOS) EN LA PROVINCIA DEL CAÑAR, 2022.” de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, **09 de noviembre de 2023**

F: 

Doris Belén Pomaquiza Illescas

C.I. 0302809538



Jenny Karolina Rocano Asitimbay portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0302354105**. En calidad de autor y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación “ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN NIÑOS Y JÓVENES (5-17 AÑOS) EN LA PROVINCIA DEL CAÑAR, 2022.” de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, **09 de noviembre de 2023**

F:

Jenny Karolina Rocano Asitimbay

C.I. 0302354105