

1. Determinantes sociales de salud asociados a las conductas saludables de alimentación y actividad física en niñas y niños: una revisión sistemática



JESSICA JAZMÍN LEYVA PEREA*

ROSARIO EDITH ORTIZ FÉLIX**

ALMA LETICIA ZAMORA VILLEGAS***

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.328.01>

Resumen

El exceso de peso en niños y niñas ha mostrado un incremento alarmante a lo largo de los años, convirtiéndose en un fenómeno global con repercusiones serias para la salud pública. Según datos del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) América Latina (2023), en 2016, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños mayores de 5 años alcanzaba 30.6%, una cifra preocupante que ha seguido en aumento. Objetivo: recopilar la mejor evidencia disponible en la literatura sobre los determinantes sociales de salud asociados a las conductas saludables de alimentación y actividad física en niños y niñas escolares. Metodología: se desarrolló una revisión sistemática. La búsqueda se realizó en diversas bases de datos como: LILACS, PubMed, Science Direct y Google Académico en donde se analizaron estudios del 2019 al 2025 en idiomas inglés, español y portugués sobre determinantes sociales y su relación con las conductas saludables de alimentación y actividad física en niños y niñas escolares. Resultados: dentro de los determinantes estructurales asociados a la alimentación saludable y actividad física se identificaron la posición socioeconómica y el nivel educativo; res-

* Maestra en Ciencias en Enfermería. Estudiante del programa de Doctorado en Ciencias en Enfermería en la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6028-6093>

** Doctora en Ciencias de Enfermería. Profesora-investigadora de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3259-8110>

*** Doctora en Ciencias de la Educación. Estudiante de Doctorado en Ciencias de Enfermería en la Universidad Autónoma de Sinaloa, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6332-3441>

pecto a los determinantes intermedios se identificaron los factores psicosociales (prácticas de alimentación del padre y/o madres, la percepción materna del peso del hijo y las normas y costumbres) y el contexto escolar. Conclusiones: la identificación de los determinantes sociales que se asocian con la actividad saludable y la actividad física permite el reforzamiento de programas e intervenciones.

Palabras clave: *determinantes sociales de la salud, conductas saludables, alimentación saludable, actividad física, niños escolares.*

Introducción

La mala alimentación y el sedentarismo están posicionados entre los principales factores de riesgo para la salud a nivel mundial; la malnutrición en todas sus formas, las enfermedades no transmisibles y los diferentes trastornos alimenticios pueden prevenirse si se lleva una dieta saludable y práctica de actividad física (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2018). Uno de los problemas más graves que enfrenta la salud pública en todo el mundo y que se ha relacionado directamente con las dietas insalubres y a la inactividad física es la obesidad infantil (Gobierno de México, 2017). El exceso de peso en niños y niñas ha mostrado un incremento alarmante a lo largo de los años; en América Latina y el Caribe, las prevalencias de sobrepeso y obesidad infantil superan el promedio mundial, lo que plantea un desafío significativo; según datos de UNICEF América Latina (2023), en 2016, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños mayores de 5 años alcanzaba el 30.6%, una cifra preocupante que ha seguido en aumento.

México no es ajeno a esta situación, pues se ha reportado que la tasa de obesidad infantil es una de las más altas del mundo (UNICEF México, 2019). De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños de 5 a 11 años en México es de 37%, lo que refleja la magnitud del problema a nivel nacional (Shamah-Levy et al., 2023). Recientes estudios revelaron que 40.2% de los niños y niñas mexicanos en edad escolar presentaron inactividad física (López-Alonso et al., 2021). Por su parte, la ENSANUT en el año 2020 mostró que 90.9% de 811

escolares consumieron bebidas endulzadas, mientras que más de 50% ingirió cereales dulces, botanas y postres, y sólo tres de cada 10 de los niños consumieron verduras y leguminosas (Instituto Nacional de Salud Pública [INSP] y Secretaría de Salud [ss], 2021). Esto refleja no sólo una deficiencia en la calidad de la alimentación, sino también un patrón de comportamiento que favorece la adopción de hábitos poco saludables desde una edad temprana; en la etapa escolar las niñas y los niños desarrollan estilos de vida que perdurarán en la adultez (San Mauro et al., 2015).

De acuerdo con la OMS, los determinantes sociales de salud son las condiciones en donde las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen incluyen los sistemas y fuerzas políticas, en dichas condiciones se ven inmersos factores personales, sociales, económicos y ambientales que influyen en la salud (OMS, 2009). Los hábitos alimentarios poco saludables y la falta de actividad física están estrechamente ligados a lo que se conoce como un entorno obesogénico (National Heart, Lung and Blood Institute [NHLBI], 2022). Este término hace referencia a aquellos contextos sociales, culturales y ambientales que facilitan y promueven el desarrollo de la obesidad; dentro de los factores clave de este entorno, que al combinarse con las características de una persona o comunidad aumentan la obesidad infantil, se encuentran el fácil acceso a alimentos ultraprocesados e insuficientes de nutrientes, bebidas azucaradas, la constante exposición a la publicidad de productos poco saludables y la inactividad física a consecuencia de espacios inadecuados para realizar actividad física (UNICEF Colombia, 2022).

El entorno escolar es uno de los factores determinantes en la prevalencia de obesidad infantil. Las cooperativas escolares en México, que ofrecen productos alimenticios a los niños y niñas, desempeñan un papel clave en la propagación de comportamientos alimentarios poco saludables (Ríos-Reyna et al., 2022). Datos recientes indican que, en las escuelas mexicanas, 74% venden refrescos, 98% alimentos ultraprocesados y en 5% no se ofrecen frutas ni verduras, lo que pone de manifiesto la necesidad urgente de adoptar estrategias que fomenten conductas saludables en los entornos educativos (Alianza por la Salud Alimentaria, 2024). Estos datos subrayan la importancia de intervenciones en el ámbito escolar que promuevan hábitos alimentarios saludables y favorezcan la actividad física para contrarrestar

el creciente problema de obesidad infantil en el país (Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación, 2023).

Es evidente que la obesidad infantil es un problema complejo que está determinado por una serie de factores sociales y ambientales.

Objetivo

Recopilar la mejor evidencia disponible en la literatura sobre los determinantes sociales de la salud asociados a las conductas saludables de alimentación y actividad física en niños y niñas escolares.

Metodología

Se desarrolló una revisión sistemática de tipo observacional y analítico. La primera fase del estudio consistió en una revisión bibliográfica detallada y actualizada. Se llevó a cabo una búsqueda en bases de datos científicas como LILACS, PubMed, Science Direct y Google Académico. Con el fin de acceder a la literatura más reciente y relevante sobre los determinantes sociales que afectan las conductas de alimentación saludable y actividad física en niños y niñas, la selección de los artículos estuvo restringida a estudios publicados entre 2019 y 2025, en idioma español, inglés y portugués, con el fin de garantizar que la información fuera tanto actual como pertinente. Los términos claves utilizados e incluidos en los descriptores DeCS/MeSH fueron: determinantes sociales de salud, alimentación saludable, actividad física, conductas saludables y niños escolares, con la ayuda de los operadores booleanos AND, OR y NOT.

El proceso de selección de los estudios se realizó siguiendo criterios de inclusión y exclusión muy específicos. Se incluyeron aquellos trabajos que analizaron la asociación de los determinantes sociales y las conductas saludables, como la alimentación saludable y la actividad física, artículos originales con enfoque cuantitativo; estos estudios fueron priorizados por su capacidad para ofrecer datos sólidos sobre la influencia de factores sociales en dichas prácticas saludables. Por otro lado, se excluyeron estudios des-

criptivos. Para determinar la calidad metodológica se utilizó la lista de verificación de evaluación crítica del manual JBI para estudios transversales analíticos actualizada en 2024 (Moola et al., 2020).

Una vez seleccionados los artículos pertinentes, se procedió al análisis de los resultados obtenidos, con el objetivo de identificar los principales determinantes sociales que influyen en las conductas de alimentación y actividad física. En este análisis, los determinantes sociales fueron agrupados en dos grandes categorías: determinantes estructurales y determinantes intermedios. Los determinantes estructurales son aquellas características que construyen una estratificación social, los cuales posicionan socioeconómicamente a las personas; abarcan factores como el contexto político, la cultura y valores sociales, las políticas públicas que a su vez se vinculan con el género, la etnia y determinan el nivel educativo, la ocupación y el nivel socioeconómico; por otro lado, los determinantes intermedios son atributos más cercanos y directamente relacionados con la población, incluyen aspectos como las condiciones de vida, el trabajo, los factores conductuales y biológicos, los factores psicosociales y las características del sistema de salud y del entorno social (De La Guardia Gutiérrez y Ledezma, 2020; Enríquez et al., 2022).

Resultados

Descripción de los estudios incluidos

En total se identificaron 14 estudios en cuatro bases de datos: LILACS, PubMed, Science Direct y Google Académico mediante diferentes estrategias de búsqueda como ((“determinantes sociales”) AND (“actividad física”) AND (escolares OR niños) NOT (adolescente OR preescolar)); ((“Social Determinants of Health”) AND (“diet healthy”) AND (“children school”)); ((“determinantes sociales”) AND (“alimentación saludable”) AND (“actividad física”) AND (escolares)); ((“actividad física”) AND (“nutrición saludable”) AND (“niños escolares”)). La presente revisión se sometió al cribado del diagrama de flujo PRISMA (2020) en donde se eliminó un artículo por duplicación quedando 13 para su evaluación metodológica, posterior a ello se eliminó uno