

Técnicas de investigación
Importancia de la nutrición en los
jóvenes

Angelina Zarate Ochoa

Alférez Balderas Ana Karina

Gestión de la información

2do. Semestre

04/02/19



Elementos (planteamiento cuantitativo)

Poder detectar la gran importancia de que los jóvenes lleven una alimentación sana en la cual cuenten también con la suficiente condición física de poder realizar cualquier actividad, y así evitar tener alguna enfermedad como lo puede ser anorexia, bulimia, obesidad etc. A través de esta investigación también poder suponer dichas situaciones y factores que se involucren en la mala alimentación de los jóvenes, verificar cuáles son estas cuestiones y buscar una solución para que mantengan una mejor calidad de vida, visualizar las causas o razones por las cuales si llegan a asistir a algún nutriólogo se deja ese proceso a medias y ya no continúan.

OBJETIVOS

- 1.-Saber los factores que influyen para que los jóvenes lleven una buena alimentación.
- 2.-Conocer en qué contexto se está viviendo ahora para que no lleven una vida saludable.
- 3.-Lograr que los jóvenes puedan llevar una mejor alimentación y prevenir enfermedades.
- 4.- Comprobar porque los jóvenes de San Luis Potosí se alimenta de cosas NO saludables.

Dhalay Abigail Rocha Perales

JUSTIFICACIÓN

Es importante realizar el problema porque a través de esa investigación y esa recopilación de datos que investiguemos, podremos prevenir enfermedades y tener mejores hábitos alimenticios, en ocasiones si ya se presenta una enfermedad gracias a esta investigación podremos buscar una solución para salir de ella, también podremos visualizar más actividades físicas que sean adaptables para cualquier persona que presente alguna de estas enfermedades o en todo caso que tengas principios de ellas, buscar ante todo soluciones para que los jóvenes puedan llevar una mejor vida e incluso realizar algunas otras y mejores actividades.

VIABILIDAD

Investigar a fondo hasta llegar a conocer el porque los jóvenes desde su niñez o adolescencia no han llevado una buena alimentación y tienen preferencia por comida que no les ayuda en nada como lo es "chatarra", visualizar también cuales son los factores que influyeron para que se llegará a presentar este problema en los jóvenes, verificar cuáles han sido esas causas.