



**FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS**

**FACTORES DE RIESGO PARA EL SOBREPESO Y  
OBESIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE  
ENFERMERÍA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**Autora:**

**Br. Huamán Montaña, Estefany Krystel**

**<https://orcid.org/0000-0001-9230-9539>**

**Asesora:**

**Dra. Gálvez Díaz, Norma del Carmen**

**<https://orcid.org/0000-0002-6975-0972>**

**Línea de Investigación:**

**Ciencias de vida y cuidado de la salud humana**

**Pimentel – Perú**

**2022**

**FACTORES DE RIESGO PARA EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN  
LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA**

**PRESENTADO POR:**

**Huamán Montaña Stefany Krystel**

**A la Escuela de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán**

**Para optar título**

**LICENCIADA DE ENFERMERÍA**

**APROBADO POR:**

---

Dra. Patricia Rivera Castañeda

**Presidenta**

---

Mg. Giovanna Larraín Távara

**Secretaria**

---

Dra. Gálvez Díaz, Norma del Carmen

**Vocal**

## **Dedicatoria**

A mi familia por su apoyo constante y ánimos ante las dificultades vividas. Es por ustedes que hoy estoy a punto de dar ese gran paso para convertirme en una profesional de éxito.

A mi pareja por ser ese gran soporte necesario para que yo pueda cumplir con mis deberes académicos y de trabajo. La profesión de enfermera requiere de muchos sacrificios, pero si cuentas con el apoyo de tu pareja, este trabajo se hace más fácil de sobrellevar.

A nuestros profesores de la Universidad Señor de Sipán, por todos los conocimientos y experiencias que nos han podido transmitir durante cada ciclo académico. Les agradezco la paciencia demostrada en sus enseñanzas.

**La autora**

## **Agradecimiento**

A Dios por enseñarme el camino correcto de la vida, guiándome y fortaleciéndome cada día más, es por eso que recibo hoy con eterna gratitud dar inicio a la etapa final de mis estudios de post grado.

A los profesores de la Escuela de la Universidad Señor de Sipán, Escuela Profesional de Enfermería, por brindarnos su conocimiento y experiencia, la cual es la base para poder seguir creciendo como persona y ser un mejor profesional.

A mi familia y amigos por brindarme su constante apoyo y motivación, les doy las gracias por la confianza depositada en mi persona.

A mis compañeros y compañeras de clase, por las experiencias y buenos momentos compartidos, que las relaciones creadas hoy puedan mantenerse y fortalecerse en el presente y el futuro.

**La autora**

## Resumen

Para la presente investigación se efectuó una recopilación de datos de 10 artículos científicos sobre la variable obesidad y sobrepeso en estudiantes universitarios que corresponden al periodo de análisis comprendido entre los años 2015 y 2020, y cuyo objetivo fue determinar los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería. La búsqueda de artículos científicos fue realizada en bases de datos como ScienceDirect, EBSCO Host y Proquest. Como resultados del estudio, se obtuvo que el perfil sociodemográfico de los estudiantes muestra con mayor relevancia un rango de edades entre 18 y 36 años, todos caracterizados por encontrarse aun efectuando estudios universitarios. Se concluyó que los principales factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad, son la insatisfacción de la imagen corporal, disfunción familiar, síntomas depresivos, alimentación poco saludable, ingesta inadecuada de nutrientes, inactividad física, ritmo de vida, sedentarismo, consumo excesivo de alimentos, alcohol, tabaco y drogas, miedo a engordar, indiferencia, burla, baja autoestima y antecedentes familiares, siendo importante establecer en las universidades programas que incentiven el consumo de alimentos saludables.

**Palabras clave:** Factores de riesgo, obesidad y sobrepeso

## **Abstract**

For the present investigation, a data collection was made from 10 scientific articles on the variable obesity and overweight in university students that correspond to the analysis period between 2015 and 2020, and whose objective was to determine the risk factors for overweight and obesity in nursing students. The search for scientific articles was carried out in databases such as ScienceDirect, EBSCO Host and Proquest. As results of the study, it was obtained that the sociodemographic profile of the students shows with more relevance a range of ages between 18 and 36 years, all characterized by being still doing university studies. It was concluded that the main risk factors for overweight and obesity are body image dissatisfaction, family dysfunction, depressive symptoms, unhealthy eating, inadequate nutrient intake, physical inactivity, lifestyle, sedentary lifestyle, excessive consumption of food, alcohol, tobacco and drugs, fear of gaining weight, indifference, ridicule, low self-esteem and family history, being important to establish programs in universities that encourage the consumption of healthy foods.

**Keywords:** Risk factors, obesity and overweight

## INDICE

I. Introducción .....	9
Realidad problemática.....	9
Antecedentes de estudio .....	11
Teorías relacionadas al tema .....	13
Formulación del problema.....	17
Justificación e importancia del estudio .....	17
Hipótesis.....	18
Objetivos .....	18
II. MATERIAL Y MÉTODO .....	19
Tipo de estudio y diseño de investigación .....	19
Población y muestra.....	19
Variables, operacionalización.....	19
Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .....	21
Procedimientos de análisis de datos.....	24
Criterios éticos.....	28
Criterios de rigor científico .....	28
III. RESULTADOS .....	29
Resultados en tablas y figuras .....	29
Discusión.....	32
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	33
Conclusiones.....	33
Recomendaciones .....	33

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable sobrepeso y obesidad .....	20
Tabla 2. Relación de artículos científicos y los instrumentos aplicados.....	21
Tabla 3. Procesamiento de datos de los artículos científicos seleccionados.....	24
Tabla 4. Características principales del instrumento de los factores de riesgo para la obesidad y sobrepeso en estudiantes de enfermería.....	26
Tabla 5. Perfil sociodemográfico de los estudiantes universitarios.....	29
Tabla 6. Factores de riesgo para el sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios .	30



## **I. Introducción:**

### **1.1. Realidad problemática**

La OMS (1) indica que a nivel mundial la obesidad ha triplicado su número, mostrando cifras alarmantes en su crecimiento, tal es que para el 2016, 1900 millones de personas en edades de 18 a más años ya padecían de sobrepeso, y de estos 650 millones ya se encontraban en etapa de obesidad. En general a nivel mundial, la población reside en países donde prevalece con porcentajes elevados de mortalidad el sobrepeso y la obesidad.

La OMS (2), reporto que el sobrepeso y la obesidad ya no solo se encuentra en países de altos ingresos, también ha llegado a tomar posición en gran parte de países de escasos recursos. Entre los países de bajos recursos se encuentre el Perú, por estar categorizado como un país en vía de desarrollo.

El Instituto Nacional de Salud (INS) (3), informo que la obesidad y sobrepeso son males que afectan mucho al Perú, sosteniendo que casi el 70% de adultos la padecen, siendo la población más afectada con 69.9%, seguido de jóvenes con el 42.4%, escolares con 32,3%, adultos mayores con 33,1%, y adolescentes con 23,9%. Asimismo, el INS (3) señalo que los problemas de obesidad y sobrepeso, se deben al gran consumo de comida chatarra y frituras, dado que las personas pasan mucho tiempo de un lado a otro ya sea por el trabajo, los estudios o ambos, y no cuentan con tiempo para prepararse una comida rica en nutrientes.

Los jóvenes son una población vulnerable para este tipo de males así lo mencionan González-Zapata, Carreño-Aguirre, y Monsalve-Alvarez (4), puesto que muchos no solo estudian sino también trabajan, teniendo muy poco tiempo para alimentarse optando por comidas rápidas; esto se ha visto en muchos lugares de todo el mundo. De forma general, Domínguez (5), indica que el incremento del peso en las personas de Perú se debe, a que el 29% y 87,1% tiende a consumir comida chatarra y frituras al menos una vez a la semana, a que el 20,2% tiende a consumir excesivamente sal, y a que menos del 50% consume la cantidad mínima de fibras en sus alimentos.

En el caso de los estudiantes universitarios sin importar la línea de formación profesional, la exposición al consumo frecuente de alimentos procesados no saludables es evidente, debido a las “interrumpidas campañas de publicidad que promueven el consumo de comida chatarra” (6).

Muñoz (7), destaca como otras causas del sobrepeso y obesidad, las insuficientes horas de sueño y la presión (estrés) que produce el cumplimiento de la carga académica. Es viable poder considerar que “las pocas horas de sueño y la presión por la carga académica, termina alterando el patrón alimenticio, y como consecuencia fomenta el aumento de peso” (7). Otros autores como Iglesias (8) y Tejada (6), señalan que efectuar actividades físicas reducidas, consumir alcohol frecuente y las condiciones del ambiente urbano, contribuyen a que las personas ganen peso con gran rapidez. En el caso de los estudiantes universitarios, es viable considerar que las condiciones del ambiente urbano promueven el sobrepeso y obesidad, debido a que “una mayor predisposición de transporte motorizado y una reducción de los espacios públicos, fomenta la vida sedentaria” (6).

Para Torres-Roman, Helguero-Santín, Bazalar-Palacios y Avilez (9), los factores de riesgo de la obesidad y sobrepeso se podrían agravar, a medida que las personas van envejeciendo y aumenta su rango de edad, y pueden generar incidentes de morbilidad y mortalidad prematura. También se considera que la obesidad y sobrepeso como enfermedad, puede generar otros problemas de salud derivados. Entre estos problemas, se encuentran las enfermedades categorizadas como crónicas y no transmisibles” (9). Entre estas enfermedades originadas por la obesidad y sobrepeso, se encuentra la diabetes, los cálculos biliares, los problemas del hígado, la hipertensión arterial, los problemas óseos y de las articulaciones, los problemas cardiovasculares, y la presencia de algunos tipos de cáncer” (9).

Como se evidencia, son múltiples los autores que abordan la problemática de la variable de la obesidad y sobrepeso a nivel mundial y sobre sus complicaciones en la salud de la población en general, especialmente cuando se menciona al grupo poblacional de jóvenes estudiantes universitarios asociados a las ciencias de la salud, los cuales por su estilo de vida que en esencia es altamente activo en sus horarios de vida, se ven propensos a sufrir

de estos problemas, y con el riesgo de desarrollar enfermedades que compliquen su vida y salud durante su vejez.

En concordancia a la situación problemática descrita, se fijó como objetivo principal del estudio, el poder determinar los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería, pero desde un enfoque de revisión de análisis documental.

## **1.2. Antecedentes de estudio**

Morales, Gómez, Jiménez, Jiménez, León, Majano, Rivas, Rodríguez y Soto (10) en el 2015, investigaron sobre el Trastorno por atracón en universitarios y su relación con la obesidad y sobrepeso, y tuvo como objetivo encontrar la prevalencia del TA basado en los criterios del Manual de Trastornos Mentales en su 5ta ed., los elementos relacionados y como se vinculan con la obesidad en estudiantes de universidad en edad adulta de Barquisimeto (Venezuela), de septiembre 2013 a febrero 2014. En los resultados, se mencionó que la el TA tuvo una prevalencia de 3,20%. La asociación de factores fue: disconformidad con la imagen, alteraciones familiares y depresión. Se concluyó que los cambios en el TA como criterios de diagnósticos considerados en el DSM-V no influye en el incremento de la prevalencia de TA.

Ren, Chen, He, Jin, Tian, Lu, Lu, Ding, Guo, Wang, Nie y Yao (11) en el 2015 en China, investigaron a estudiantes de china y la continuidad del bajo peso, el sobrepeso y la obesidad, y tuvo como objetivo evaluar si la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en dichos estudiantes aún mantiene niveles altos. En los resultados, se mencionó que la prevalencia general referente al bajo peso, sobrepeso y obesidad fueron 14,2%, el 14,7% y 4,2% en hombre, 27,5%, 4,4% y 0,6% en mujeres. Se concluyó que la prevalencia en estudiantes, generalmente en mujeres es un problema crítico.

Rangel, Rojas y Gamboa (12) en el 2015 en Colombia, investigaron sobre el sobrepeso y obesidad en universitarios, y tuvo como objetivo encontrar la relación entre exceso de peso y actividad física en universitarios. En los resultados, se determinó que el 20.26% de estudiantes tiene problemas de sobrepeso y el 6.21% problemas de obesidad. Se concluyó que no se pudo determinar relación entre IMC y actividad física, pero si el vínculo con la grasa.

Salazar, Castillo, Pastor, Tejada-Tayabas, Palos (13) en el 2016 en México, investigaron como se relaciona con la obesidad y el sobrepeso alteraciones emocionales como la ansiedad, depresión, e incluso la actividad física. Tuvo como objetivo identificar el vínculo entre trastornos afectivos, actividad física y el predominio combinado de mayor peso en universitarios. En los resultados, se dio que la prevalencia de IMC en la población total fue 32.4% en relación a la combinación de sobrepeso/obesidad. Se concluyó que, en el área de salud los estudiantes presentan depresión y ansiedad, que se asocia al exceso de ingesta de alimentos y reducida actividad física.

Lorenzo, Cruz-Quintana, Pappous y Rio-Valle (14) en el 2016 en España, investigaron sobre el tipo de actitudes de los universitarios frente a la obesidad, tuvo como objetivo estudiar la conducta de los estudiantes de Educación Física en Ecuador hacia la obesidad. En los resultados, se dio que la población femenina tiene un mayor temor a aumentar de peso que la población masculina. Se concluyó que existe actitudes negativas tanto explícitas como implícitas en los estudiantes hacia las personas con sobrepeso y obesidad.

Castillo, Solano y Sepúlveda (15) en el 2016 en España, investigaron sobre la obesidad y un programa preventivo, y tuvo como objetivo analizar si es viable y aceptado un programa preventivo de alteraciones alimentarias y obesidad, llamado “StopOBEyTA”. En los resultados, se dio que hubo una participación del 88.2% en el programa. Se concluyó que es necesario efectuar la aplicación del programa en poblaciones más grandes, ya que se han obtenido datos interesantes para el TCA y obesidad.

Doménech, Gómez, Ros, García y Canteras (16) en el 2017 en España, investigaron un análisis de los métodos antropométricos existentes y nuevas opciones para la detección temprana del sobrepeso: el índice normalizado ajustado al peso, y tuvo como objetivo estimar la efectividad de múltiples métodos antropométricos que permita identificar a universitarios con posible estado de sobrepeso y efectuar la comparación con métodos nuevos, el índice normalizado al peso. En los resultados, se dio que el INAP presentó correlación relevante ante los métodos con mayor aplicación. Se concluyó que los métodos aplicados para el sobrepeso y las estimaciones de riesgo cardiovascular presentan diferencias.

Cabas, González y Mendoza (17) en el 2017, investigaron como actúan emocionalmente los universitarios con normopeso, sobrepeso y obesidad, y tuvo como

objetivo analizar y contrastar los grados de depresión en un conjunto de universitarios con peso normal, sobrepeso y obesidad. En los resultados, se dio que el peso e IMC de los individuos de los tres grupos mostró diferencias significativas, mientras que no se encontraron diferencias respecto a la edad ni sobre el nivel socioeconómico. Se concluyó que la obesidad se considera como un problema de desregulación alimenticia.

Flórez-Aristizábal y González-Correa (18) en el 2018 en Colombia, investigaron Componentes mental y físico en universitarios con obesidad, y tuvo como objetivo analizar el impacto del acondicionamiento físico en los elementos tanto mental como orgánico de ciertos universitarios con obesidad. En los resultados, se evidenció el impacto del programa en las funciones físicas, disminuyendo las dificultades para efectuar intensos entrenamientos. Se concluyó que existe una relación contraria entre el IMC y la calidad de vida.

Gómez-Landeros, Galván, Aranda-Rodríguez, Herrera y Granados-Cosmea (19) en el 2018, investigaron la permanencia de sobrepeso y obesidad, así como su herencia genética, y tuvo como objetivo encontrar el predominio de sobrepeso y obesidad y su vinculación con historial parentales de diabetes e hipertensión arterial. En resultados, se dio que existe una combinación de prevalencia en sobrepeso y obesidad de 36.38%. en relación a los antecedentes la prevalencia de DM2 y HAS fue 42.38%. Se concluyó que los antecedentes familiares están asociados al aumento de peso.

### **1.3. Teorías relacionadas al tema**

Teoría relacionada a la obesidad y el sobrepeso

Teoría de la zona de establecimiento

Para Laguna (20), la teoría de la zona de establecimiento sugiere que “el ambiente se presenta como un determinante para la ingesta de alimentos, y por lo tanto rechaza la afirmación que la regulación biológica de alimentos, es un determinante del peso corporal, debido a que las personas no modifican la cantidad de alimentos que comen cuando la densidad energética de los alimentos es modificada”. En enfermería implica que el paciente y enfermero regulen constantemente la ingesta de alimentos, según las condiciones de vida.

Teoría de autocuidado de Dorothea Orem.

Naranjo, Concepción y Rodríguez (21) mencionan que el autocuidado es una actividad que cada individuo aprende en función a un objetivo, para efectuar un adecuado control y que no afecte su desarrollo. Como factores básicos condicionantes mencionan los factores internos o externos a los sujetos que impiden sus propias capacidades de hacerse cargo de sí mismos. Dorothea Orem en 1993. (21)

## Obesidad y sobrepeso

Para Moreno (22), el sobrepeso o pre obesidad se define como aquella categoría donde las personas tienen un IMC entre 25 y 29.9 kg/m<sup>2</sup>. “Se considera que la pre obesidad es la etapa anterior a la obesidad, y es donde pueden aparecer las primeras dolencias vinculadas al aumento de peso” (22).

Moreno (22), indica que la obesidad es una enfermedad crónica caracterizada por presentar una excesiva acumulación de grasa, y la cual se genera cuando se realiza una ingesta calórica superior a la que se gasta. “Por el aumento de número de casos que se presentan, ha sido categorizada como una epidemia, ya que no solo se presenta en la vida adulta, sino también en la niñez y en la adolescencia” (22).

Bonilla y Hernández (23), señalan que una persona obesa, es aquella que tiene un sobrepeso mayor a 20% sobre el peso ideal. Los riesgos asociados a la obesidad, son el desarrollo de diabetes, insuficiencia cardíaca, apnea del sueño e hipertensión.

## Tipos de obesidad

Para Bonilla y Hernández (23), existen los siguientes tipos de obesidad:

Ginoide: La acumulación de grasa se efectúa en la mitad inferior del cuerpo, teniendo una mortalidad cardiovascular menor.

**Abdominal:** La grasa se acumula en la mitad superior del cuerpo. Este tipo de obesidad, se relaciona a la hipertensión, diabetes, triglicéridos elevados, enfermedades coronarias y accidentes cardiovasculares.

Factores de riesgo que favorecen el aumento de peso

Moreno (22), menciona los siguientes:

Factores sociales, encontrándose la ejecución de labores con cualificación menor, viudez o maternidad temprana.

Entre los factores económicos se encuentra la clase social.

Entre los factores ambientales se encuentra la edad, y los cambios hormonales a causa de la menopausia. También se consideran los factores genéticos, puesto estos determinan un trastorno metabólico que promueve la acumulación de grasa corporal.

Moreno (22), destaca como un elemento relevante para desarrollar obesidad, el estilo de vida, puesto que un consumo frecuente de alimentos, incrementa el peso de la persona. “También se consideran como factores, las enfermedades de origen endocrino y el precedente genético, donde pueden estar relacionados genes diversos” (22).

Moreno (22), indica que el motivo del aumento del peso, es el desequilibrio energético, producto en el desbalance de las calorías consumidas y gastadas, evidenciando una tendencia al consumo de alimenticio reducido en valores vitamínicos. “El otro punto fundamental a considerar, es la poca actividad física” (22).

También, Moreno (22) considera como factores de riesgo a los factores psicológicos. Los factores psicológicos, son considerados como una de las causas primordiales de la obesidad, debido a que los trastornos emocionales y la falsa percepción corporal, posibilitan que una persona ingiera más de lo que debe comer. “Otros factores de riesgo, son los factores

relativos al desarrollo y los factores hormonales, e incluso el consumo de fármacos que causan el incremento del peso” (22).

### Métodos para diagnosticar la obesidad

Moreno (22) resalta que se considera obesidad en el momento que la masa sebosa supera el 25% en hombres y 33% en mujeres. Si este indicador no se puede aplicar, se utilizará el IMC, para lo cual se divide el peso en kg entre la altura al cuadro en metros. Se considera obesidad cuando el valor es mayor o igual 30 kg/m<sup>2</sup>, o el perímetro de la cintura, y se establece como obesidad abdominal siempre que la medida efectuada sobre la cresta ilíaca es igual o mayor a 102 cm en hombres y mayor o igual a 88 cm en mujeres (22).

Bonilla y Hernández (23) indican que la (OMS), ha decretado

Que si el IMC es menor 18.5, se tiene un peso bajo. Si el valor se encuentra entre 18.5 y 24,9, se tiene un peso normal. “Si el valor se encuentra entre 25 y 29.9, se tiene un sobrepeso. Si el valor se encuentra entre 30 y 34,9, se tiene una obesidad grado i. Si el valor se encuentra entre 35 y 39,0, se tiene una obesidad grado ii, y si se tiene un valor mayor a 40, se tiene una obesidad grado III” (23).

### Consecuencias del sobrepeso y obesidad

Para Moreno (22), la persona que presenta aumento de peso, es vulnerable a desarrollar enfermedades crónicas que si bien es cierto no son transmisibles. “Los riesgos de contraer enfermedades crónicas, se incrementan a medida que aumenta el peso de las personas; y a medida que las personas envejecen, también aumenta su peso gradualmente” (22).

Moreno (22), señala que entre otras enfermedades que se generan por la condición de obesidad, se encuentran la osteoartrosis, gota, e hígado graso. “Actualmente, la acumulación



de grasa, se relaciona con la resistencia a la insulina, intolerancia a la glucosa, y una alteración de los triglicéridos” (22).

Moreno (22), indica que además de las consecuencias físicas relacionadas al aumento de peso, también se presenta consecuencias de tipo psicológicas como inestabilidad emocional, depresión alta, autoestima baja, alteración de sobre la imagen, tristeza, frigidez e impotencia.

Recomendaciones para reducir la obesidad y sobrepeso

Moreno (22), indica que las recomendaciones que se pueden seguir para reducir la obesidad y el sobrepeso, son las siguientes:

**Dieta:** Para reducir el 10% del peso corporal, se debe seguir una dieta calórica basada en la disminución calórica de 500 a 1000 calorías al día, con el fin de lograr reducir el peso semanal en 0,5-1 kg.

**Actividad física:** Aumentar la actividad de tareas diarias que se pueden realizar en el hogar, trabajo o transporte, incluyendo la posibilidad de incluir sesiones de ejercicios de nivel alto o moderado, hasta alcanzar los 150 minutos semanales.

**Modificación conductual:** Se requiere el compromiso de la persona con el propósito de establecer cambios en su estilo de vida anterior poco saludable; y para lo cual se puede aplicar refuerzos positivos sobre los cambios realizados, o reestructurar las creencias personales.

#### **1.4. Formulación del problema**

¿Cuáles son los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería?

#### **1.5. Justificación e importancia del estudio**

Se abordo a la obesidad y sobrepeso como variable de estudio, porque la obesidad y sobrepeso se presenta como una problemática que afecta la salud de las personas a nivel

mundial sin importar su rango de edad o condición social, especialmente en los países en desarrollo, y especialmente en el grupo de jóvenes estudiantes universitarios, los cuales por su estilo de vida altamente activo, presentan limitaciones para seguir un estilo de vida saludable y con una práctica habitual de ejercicios.

Se abordó a la obesidad y sobrepeso como variable de estudio, para generar conciencia sobre la importancia de tener y desarrollar estilos de vida saludable entre los jóvenes universitarios, puesto que este grupo poblacional no considera que no será joven eternamente, y a medida que aumente sus años de edad también aumentara su peso por la propia edad, y por lo tanto es más probable que puedan desarrollar enfermedades crónicas derivadas durante su vejez, que dificultaran el desarrollo de su vida en todos sus ámbitos.

## **1.6. Hipótesis**

La investigación no presentó una hipótesis formulada, por ser un estudio descriptivo de una sola variable.

## **1.7. Objetivos**

### **1.7.1 Objetivo general**

Determinar los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería.

### **1.7.2 Objetivos específicos**

Describir los factores sociodemográficos de los estudiantes de enfermería.

Identificar los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería.

## II. MATERIAL Y MÉTODO

### 2.1 Tipo de estudio y diseño de investigación

Se planteó una investigación básica y descriptiva con un diseño transversal y no experimental. El diseño de la investigación se abordó mediante el enfoque cuantitativo y de investigación de campo. La investigación de campo se realizó a través de la revisión de artículos afines a las variables de estudio, para luego clasificarlos de manera cronológica. Para dicho fin, se revisaron bases como ScienceDirect, EBSCO Host y Proquest.

Se utilizaron 7 descriptores para la búsqueda (salud, nutrición, universidad, jóvenes, estudiantes, universitarios y alimentación). Para la selección se aplicaron 4 criterios: la población, el lugar de referencia, el tema a tratar, y la originalidad de la publicación

Figura 1. Proceso de selección de artículos científicos

### 2.2 Población y muestra

La población y muestra estuvo integrada por 10 artículos científicos que trataron sobre obesidad y sobrepeso en estudiantes que se encuentren en etapa universitaria.

### 2.3 Variables, operacionalización

#### 2.3.1 Variables

Se incluyeron  
La variable que fue abordada como el problema central del estudio, fue los factores de riesgo para el sobrepeso y la obesidad. La variable factores de riesgo para el sobrepeso y la obesidad, fue categorizada como una variable de tipo cualitativa ordinal.

En palabra de Moreno (22), la obesidad constituye una enfermedad crónica que presenta altos niveles de grasa, y la cual se genera cuando se realiza una ingesta calórica superior a la que se gasta.

### 2.3.2 Operacionalización

Tabla 1. Operacionalización de la variable sobrepeso y obesidad

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems o preguntas	Técnica e instrumento de recolección de datos
Sobrepeso y obesidad	Estilo de vida	Alimentos con un alto contenido de grasa	Consumo alimentos que tienen un alto contenido de grasa	Encuesta - Cuestionario
		Alimentos con un alto contenido de sal	Consumo alimentos que tienen un alto contenido de sal	
		Bebidas con alto contenido de azúcar	Consumo bebidas que tienen un alto contenido de azúcar	
		Alimentos con un alto contenido de vitaminas y nutrientes	Consumo alimentos que tienen un alto contenido de vitaminas y nutrientes	
		Actividad física	Realizo actividades físicas que exigen el gasto energético de mi organismo	
	Desequilibrio energético	Uso de tecnologías	Acostumbro a pasar muchas horas frente a un ordenador	
		Fármacos para el peso corporal	Consumo fármacos que incrementan mi peso corporal	
		Consumo calórico mayor al gasto energético	Mi consumo de alimentos es mayor al gasto energético diario de mi organismo	
	Enfermedades de origen endocrino	Presencia de enfermedades de origen endocrino	Presento enfermedades de origen endocrino que favorecen el sobrepeso y la obesidad	
		Factores genéticos	Antecedentes hereditarios	
Factores psicológicos	Percepción corporal		Tengo una correcta percepción de mi peso corporal	
	Estado de animo	Mi estado de ánimo me predispone al consumo frecuente de alimentos		

Fuente: Elaboración propia

## 2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad de los artículos científicos seleccionados

Técnica la encuesta e índice de IMC, fueron los que se aplicaron en la mayoría de artículos científicos seleccionados:

Como instrumento se hizo uso del cuestionario, estructurado de manera diferente según cada tipo de investigación, los niveles de confiabilidad también fueron variables. Por su parte el índice de IMC se aplicó de manera unánime a los estudiantes universitarios según estándares aplicados por la OMS.

La búsqueda se presenta en la siguiente tabla:

Tabla 2. Relación de artículos científicos y los instrumentos aplicados

N°	Título	Revista	Base de datos	Instrumento
Vol. 44 N° 3	Trastorno por atracón	Revista Colombiana de Psiquiatría	ScienceDirect	Cuestionario validado por juicio de expertos, consta de 5 partes (1: identificación del estudiante, 2: siete preguntas relacionadas a los valores de diagnóstico del TA, 3: escala de siluetas de Thompson y Gray en 1995 – confiabilidad 0,78, 4: Escala de Apgar familiar de Smilkstein, confiabilidad 0,75 y alfa de Cronbach = 0,84), 5: escala de Goldberg - alfa Cronbach = 0,82. El índice IMC, fue validado por la (OMS).
Vol. 31 N° 3	Prevalencia de bajo peso	Nutrición Hospitalaria	EBSCO Host	El índice IMC utilizado en el estudio, fue validado por la OMS. Los parámetros del IMC son 24 y 28 para el sobrepeso y la obesidad, respectivamente.
Vol. 31 N° 2	Sobrepeso y obesidad	Nutrición Hospitalaria	EBSCO Host	El índice IMC aplicado, fue validado por la OMS. El índice IMC: se estableció > 25kg/m. El cuestionario IPAQ, fue validado en varios países, evalúa la actividad física.

Vol. 21 N° 2	Ansiedad asociada a sobrepeso/obesidad	Hacia la promoción de la salud	EBSCO Host	Cuestionario estructurado: Compuesto por 4 partes: a) sociodemográficos, b) actividad física efectuada, (c) escala de Goldberg para ansiedad y depresión, (d) estados de ánimo vinculado con el apetito - confiabilidad de 0,756). El IMC utilizado en el estudio, fue validado por la (OMS) - fórmula [peso (kg) /estatura <sup>2</sup> (m)]
Vol. 25 N° 1	Actitudes explícitas e implícitas hacia la obesidad	Revista de Psicología del Deporte	Proquest	Cuestionario, validado en pobladores ecuatorianos ( $\alpha = .73$ ) por Lorenzo (2012), fiable ( $\alpha = .80$ ), válido para ser aplicado por la comunidad científica hispanohablante (Magallares y Morales, 2014). Se integró por 13 ítems, tipo Likert con escala de 9 puntos, con 3 subescalas.
Vol. 24 N° 1	Programa de prevención de alteraciones alimentarias y obesidad	Psicología conductual	Proquest	Cuestionario EDE-Q; Fairburn y Beglin, 1994, tiene 28 preguntas, dividido en 22 ítems, confiabilidad (0,80). Cuestionario BSQ, validado por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn, 1987. Tiene 34 ítems, tipo Likert con escala de 6 opciones (de 1= nunca a 6= siempre), confiabilidad 0,98. El índice IMC utilizado en el estudio, fue validado por la OMS.
Vol. 35 N° 2	Visión crítica de los métodos antropométricos	Nutrición Hospitalaria	EBSCO Host	El índice IMC utilizado en el estudio, fue validado por la OMS. se calculó de la masa corporal dividida por la altura al cuadrado (kg / m <sup>2</sup> )
Vol. 18 N° 1	Funcionamiento ejecutivo y depresión	Informes psicológicos	EBSCO Host	El índice IMC utilizado en el estudio, fue validado por la OMS.
Vol. 24 N° 1	Componente mental y físico en obesidad	Revista Médica Risaralda	EBSCO Host	El índice IMC utilizado en el estudio, fue validado por la OMS. Cuestionario de salud SF-36, sirve para examinar los elementos físicos y mentales.

Vol. 56 N° 5	Prevalencia de sobrepeso, obesidad	Revista Médica del Instituto Mexicano del seguro social	EBSCO Host	Encuesta, aplicada a los alumnos ingresantes, a los cuales se le realiza una historia clínica sobre si el entorno familiar se presentan casos de sobre peso
-----------------	---------------------------------------	---	---------------	---

---

Fuente: Elaboración propia

## 2.5 Procedimientos de análisis de datos de los artículos científicos seleccionados

Tabla 3. Procesamiento de datos de los artículos científicos seleccionados.

N°	Título del artículo	Revista	Base de datos	Análisis de datos
Vol. 44 N° 3	TA: Factores asociados a la obesidad en universitarios	Revista Colombiana de Psiquiatría	ScienceDirect	Se utilizó el SPSS para el análisis estadístico. El software EPI INFO 2002, para la prevalencia (RP) con una confianza del 95%
Vol. 31 N° 3	Prevalencia de bajo peso	Nutrición Hospitalaria	EBSCO Host	Se utilizó excel para el sobrepeso/obesidad. Se dibujó un gráfico lineal para la representar la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre estudiantes clasificado por años.
Vol. 31 N° 2	Sobrepeso y obesidad	Nutrición Hospitalaria	EBSCO Host	Se aplicó la prueba de Shapiro Wilk para las variables continuas, se utilizó la mediana y el rango intercuartílico. La prueba de chi2 se efectuó para asociar las variables, se calculó el odds ratio, nivel de confianza al 95%, de regresión logística.
Vol. 21 N° 2	Ansiedad asociada a sobrepeso/obesidad	Hacia la promoción de la salud	EBSCO Host	Mediante SPSS 21, se obtuvo, se aplicó pruebas Chi2, para la verificación de diferencias estadísticamente significativas.
Vol. 25 N° 1	Actitudes explícitas e implícitas hacia la obesidad	Revista de Psicología del Deporte	Proquest	Para determinar la existencia de disparidad en las actitudes explícitas (AFA) se hizo uso de la U de Mann Whitney y para la verificación de datos en relación al semestre, la prueba de KruskalWallis. Las actitudes implícitas (IAT) se analizaron mediante la tabla de eventualidad comparable con la $\chi^2$ y test exacto de Fisher. Se aplicó SPSS (versión 21) con un valor de $p < .05$ .
Vol. 24 N° 1	Programa de prevención	Psicología conductual	Proquest	Mediante IBM SPSS Statistics v. 21 (IBM, 2012). Se calculó la media y desviación de todos los factores sociodemográficos, clínicos y psicológicos. Prueba de Shapiro-Wilk para la



				comprobación de la distribución de las variables. El IMC y el tiempo con la prueba McNemar. La varianza de medidas repetidas (ANOVA).
Vol. 35 N° 2	Visión crítica de los métodos antropométricos	Nutrición Hospitalaria	EBSCO Host	Las diferencias estadísticamente significativas con prueba t de Student. La correlación bivariada de Pearson. Luego se realizó un análisis de todos los métodos antropométricos. Se realizó un estudio de conglomerados de k-medias para separar la muestra en grupos según las variables que influyen en el sobrepeso u obesidad
Vol. 18 N° 1	Funcionamiento ejecutivo y depresión	Informes psicológicos	EBSCO Host	Fue empleado un análisis de varianza ANOVA para la comparación de tres grupos en batería de Funciones Ejecutivas y en el BDI II. Nivel de significancia .05. Para el análisis estadístico fue empleado el SPSS 22.0.
Vol. 24 N° 1	Componentes mental y físico en obesidad	Revista Médica Risaralda	EBSCO Host	Mediante SPSS versión 15. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para las diferencias significativas de las dos muestras. Se estableció una significancia de $p < 0.05$ .
Vol. 56 N° 5	Prevalencia de sobrepeso, obesidad y antecedentes	Revista Médica del Instituto Mexicano del seguro social	EBSCO Host	Análisis estadístico de casos y controles, con medidas de frecuencia simple y de asociación, razón de momios (RM), además se hizo un análisis con prueba de chi cuadrada. $IMC = 25 \text{ kg/m}^2$ y $< 29.9 \text{ kg/m}^2$ e $IMC \geq 30 \text{ kg/m}^2$ para sobrepeso y obesidad respectivamente.

Fuente: Elaboración propia

Tabla 4. Características principales del instrumento de los factores de riesgo para la obesidad y sobrepeso en estudiantes de enfermería

<b>Artículo científico seleccionado</b>	<b>Año</b>	<b>Tipo</b>	<b>Temática</b>	<b>Muestra</b>
Morales et al.	2015	Cuantitativo	Identificar el predominio del TA	497 estudiantes de ambos sexos, entre 18 y 28 años; 371 eran mujeres
Ren et al.	2015	Transversal	Valorar si el predominio del sobrepeso y la obesidad aun es alto en universitarios en China.	2617 sujetos (1131 hombres y 1486 mujeres) estudiantes fueron reclutados en 2013, de 19 a 23 años
Rangel et al.	2015	Transversal	Encontrar el vínculo entre el aumento de peso y la actividad física	306 estudiantes entre 18 y 25 años.
Salazar et al.	2016	Mixto	Encontrar la vinculación entre alteraciones afectivas, actividad física y predominio compuesto	1351 estudiantes en edades de 17 y 29 años
Bertheau et al.	2016	Descriptivo transversal	Estudiar el comportamiento de los universitarios	80 estudiantes, 16 mujeres (20%) y 64 hombres (80%), edad de 18 a 33 años
Castillo et al.	2016	Descriptivo	Analizar si es viable y aceptado un programa	53 estudiantes de licenciatura, edad de 19 a 21 años
Doménech-Asensi et al.	2017	Transversal	Analizar la validez de diversos métodos antropométricos para identificar a los estudiantes en un posible estado de sobrepeso y efectuar comparaciones con un nuevo método, (INAP)	505 estudiantes, 388 mujeres y 117 hombres de entre 18 y 30 años

Cabas et al.	2017	Transversal	Evaluar los niveles de depresión	45 estudiantes distribuidos en 3 grupos no experimentales de 15 sujetos cada uno: normopeso, con una media de 20.2 años (D.T: 1.65); sobrepeso cuya media fue de 21.8 años (D.T: 2.62) y obesidad tipo I con una media de 20.93 años (D.T: 1.79)
Flórez-Aristizába et al.	2018	Cuantitativa, cuasiexperimental y longitudinal	Analizar el impacto del acondicionamiento físico	58 estudiantes con obesidad, edad de 18 y 36 años.
Gómez-Landeros et al.	2018	bservacional y de prevalencia	Identificar el aumento de peso	1168 universitarios y se consultó su historia clínica.

Fuente: Elaboración propia

## **2.6 Criterios éticos**

El presente estudio fue un análisis secundario debido a que se utilizó información de investigaciones anteriores. Se tomó como criterios éticos, los establecidos en el informe de Belmont (24):

Respeto a las personas manifestado en un trato para todos por igual.

Beneficencia por igual para todos los participantes.

Justicia manifestada en la igualdad en el tratamiento y no abuso en el uso de los datos.

## **2.7 Criterios de rigor científico**

Según Noreña, et al. (25), los criterios de rigor científico son credibilidad y calidad

Se utilizó la credibilidad, pues los datos obtenidos no presentan manipulación, y se utilizó la calidad pues la información proviene de data confiable.

### III. RESULTADOS

#### 3.1 Resultados en tablas y figuras

Tabla 5. Perfil sociodemográfico de los estudiantes universitarios

<b>Autor</b>	<b>Título</b>	<b>Año</b>	<b>Población</b>
Morales et al.	TA: Factores asociados a la obesidad en universitarios	2015	497 estudiantes, entre 18 y 28 años; 371 eran mujeres
Ren et al.	Predominio de aumento de peso	2015	2617 sujetos (1131 hombres y 1486 mujeres) estudiantes fueron reclutados en 2013, de 19 a 23 años
Rangel et al.	Sobrepeso y obesidad relacionado con las actividades físicas	2015	306 estudiantes entre 18 y 25 años
Salazar et al.	Ansiedad, depresión y actividad física y su vínculo con sobrepeso/obesidad	2016	1351 estudiantes de 17 a 29 años
Bertheau et al.	Actitudes explícitas e implícitas	2016	80 participantes 16 mujeres y 64 hombres, edad entre 18 a 33 años
Castillo et al.	Programa de prevención	2016	53 estudiantes, 19 a 21 años
Doménech-Asensi et al.	Visión crítica de los métodos antropométricos	2017	505 estudiantes sanos. 388 mujeres y 117 hombres de entre 18 y 30 años
Cabas et al.	Funcionamiento ejecutivo y depresión	2017	45 estudiantes distribuidos en 3 grupos no experimentales en edades entre 20 a 25 años.
Flórez-Aristizábal et al.	Componente mental y físico en obesidad	2018	58 jóvenes con obesidad, 18 y 36 años

Gómez-Landeros et al.	Prevalencia de aumento de peso	2018	1168 universitarios y se consultó su historia clínica
--------------------------	--------------------------------	------	---

Fuente: Elaboración propia

Tabla 6. Factores de riesgo para el sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios

<b>Título</b>	<b>Año</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Factor de riesgo</b>
TA: Factores asociados a la obesidad en universitarios	2015	Determinar la prevalencia del TA	Insatisfacción de la imagen corporal, disfunción familiar y síntomas depresivos
Predominio de aumento de peso	2015	Estimar si la prevalencia del sobrepeso y la obesidad es alta	Comportamiento alimentario poco saludable e ingesta inadecuada de nutrientes
Aumento de peso y su relación con la actividad física	2015	Determinar la asociación entre el exceso de peso y la actividad física	La inactividad física se asocia al desarrollo de enfermedades crónicas
Ansiedad asociado a sobrepeso/obesidad	2016	Determinar la relación entre los trastornos afectivos y el sobrepeso/obesidad	El estilo de vida y el consumo excesivo de alimentos no saludables aumenta el peso
Actitudes hacia la obesidad	2016	Estudiar las actitudes de los estudiantes hacia la obesidad	Miedo a engordar, indiferencia, burla
Programa de prevención de alteraciones alimentarias y obesidad	2016	Evaluar la viabilidad y aceptación de un programa llamado “StopOBEyTA”	Conducta poco saludable, baja autoestima

Visión crítica de los métodos antropométricos actuales con un nuevo índice para la detección sobrepeso	2017	Evaluar la eficacia de diferentes métodos antropométricos para detectar un probable estado de sobrepeso y comparar con un nuevo método, (INAP)	Estilos de vida, actividad física
Depresión en universitarios con normopeso, sobrepeso y obesidad Tipo I	2017	Evaluar y comparar las funciones ejecutivas y niveles de depresión en universitarios con peso normal, sobrepeso y obesidad tipo I	Dificultades para controlar la ingesta, la cantidad y la calidad de lo que comen
Componentes mental y físico en universitarios con obesidad	2018	Evaluar el impacto de un programa de acondicionamiento físico en estudiantes universitarios con obesidad	Actividad física
Prevalencia de aumento de peso en universitarios	2018	Determinar la prevalencia de aumento de peso en universitarios de la Ciudad de México	Antecedente familiar, hábitos alimenticios

Fuente: Elaboración propia

### 3.2 Discusión

De toda la búsqueda efectuada, se seleccionaron 10 de ellos los cuales han cumplido los criterios de pertenecer a las fechas del 2015 al 2020 y por encontrarse relacionados al tema de estudio, otros han quedado fuera del grupo por no cumplir los criterios mencionados.

En relación al primer objetivo, los resultados de la tabla 5 coinciden con el artículo de Morales et al. (10), por estar conformado por una muestra de personas con rangos de edad de 18 a 28 años, predominado por integrantes mujeres; también con el artículo efectuado por Ren et al. (11), por estar integrado por una muestra de estudiantes entre 19 a 23 años, en la cual también predominaron las integrantes mujeres, y con los artículos de Rangel et al. (12) y Salazar et al. (13), por estar conformados por estudiantes en edades de 18 a 25 años y entre 17 a 29 años respectivamente.

Los resultados obtenidos en relación al primer objetivo específico, reflejan que los problemas de obesidad y sobrepeso se presentan en personas jóvenes, incrementándose el riesgo a medida que aumenta la edad, disminuye la actividad física, y se deterioran los hábitos de consumo saludables.

En relación al segundo objetivo, los resultados de la tabla 6 coinciden con el artículo de Salazar et al. (13), por afirmar que los factores considerados como de riesgo para el sobrepeso y obesidad, son el ritmo de vida, el sedentarismo, el consumo excesivo de alimentos, el alcohol, el tabaco y las drogas; con el artículo de Lorenzo et al. (14), por señalar como factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad, el miedo a engordar, la indiferencia y la burla. Finalmente los resultados coinciden con los artículos de Castillo (15) y Domenech-Asensi et al. (16), por mencionar que los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad, son la baja autoestima, y la dificultad para controlar el consumo frecuente de alimentos.

Los resultados obtenidos en relación al segundo específico, reflejan que son múltiples los factores de riesgo que pueden propiciar el aumento de sobrepeso y obesidad, pero en general todos están relacionados al consumo frecuente de alimentos no sanos y baja actividad física.



## **IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones**

Los estudiantes de enfermería se caracterizaron como parte de sus factores sociodemográficos por tener un rango de edad que fluctúa entre los 18 a 36 años, y por encontrarse realizando estudios a nivel de universidad.

Los factores de riesgo para el sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería, fueron la insatisfacción de la imagen corporal, disfunción familiar, síntomas depresivos, alimentación poco saludable, ingesta inadecuada de nutrientes, inactividad física, ritmo de vida, sedentarismo, consumo excesivo de alimentos, alcohol, tabaco y drogas, miedo a engordar, indiferencia, burla, baja autoestima y antecedentes familiares.

### **Recomendaciones**

Se recomienda que el área directiva de la Universidad establezca programas de alimentación saludable, que enseñe a los estudiantes como combinar sus alimentos para mantener una ingesta adecuada de alimentos y se pueda prevenir la obesidad y sobrepeso.

Proponer que se cambie los alimentos envasados como la comida chatarra y gaseosas que se venden en la Universidad, por alimentos saludables y bebidas naturales que permita crear un hábito de consumo responsable y contribuya con la mejora de la salud de los estudiantes, así mismo establecer actividades físicas constantes, apoyo psicológico y control de peso.

## REFERENCIAS

1. Oms. Obesidad y Sobrepeso [Internet]. Nota descriptiva N°311. 2012 [cited 2020 Jun 27]. p. 2. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. OMS | Datos interesantes acerca del envejecimiento [Internet]. [cited 2020 May 27]. Available from: <https://www.who.int/ageing/about/facts/es/>
3. Cerca del 70% de adultos peruanos padecen de obesidad y sobrepeso | INSTITUTO NACIONAL DE SALUD [Internet]. [cited 2020 Jun 22]. Available from: <https://web.ins.gob.pe/index.php/es/prensa/noticia/cerca-del-70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso>
4. González-Zapata , Carreño-Aguirre , Monsalve-Alvarez SAL. Exceso de peso corporal en estudiantes universitarios según variables sociodemográficas y estilos de vida. *Rev Chil Nutr.* 2017;44.
5. Dominguez C. INS advirtió que cerca del 70% de adultos tiene sobrepeso y obesidad. *Gestion.* 2019;
6. Tejada A. Un gordo problema: Sobrepeso y obesidad en el Perú. Ministerio de Salud del Peru. 2015.
7. Patty Muñoz Blanco JHS. Estado nutricional de estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de la Universidad Nacional de Trujillo. *Rev médica Trujillo.* 2018;13(3).
8. Iglesias T EH. Evaluación nutricional en estudiantes de enfermería. *Rev Nutr Clin y Diet Hosp.* 2015;3:21–6.
9. Smith Torres-Roman J, Helguero-Santín LM, Bazalar-Palacios , L. Avilez J D-HC. Sobrepeso y obesidad en estudiantes de medicina. ¿Un nuevo reto al sistema de salud peruano? *Rev Salud Publica Mex.* 2017;59(3).
10. Morales A, Gómez A, Jiménez B, Jiménez F, León G, Majano A, et al. Trastorno por atracón: prevalencia, factores asociados y relación con la obesidad en adultos jóvenes universitarios. *Rev Colomb Psiquiatr [Internet].* 2015 Jul 1 [cited 2020 Jun

- 23];44(3):177–82. Available from:  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745015000335>
11. Ren X, Chen Y, He L, Jin Y, Tian L, Lu M, et al. Prevalencia de bajo peso, el sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios de la región de Anhui (China). *Nutr Hosp* [Internet]. 2015 Oct 3 [cited 2020 Jun 22];31(3):1089–93. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=cf7c1f9d-4215-418a-97e1-0fb8e1bcee37%40sessionmgr4008>
  12. Rangel Caballero LG, Rojas Sánchez LZ, Gamboa Delgado EM. Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios colombianos y su asociación con la actividad física. *Nutr Hosp* [Internet]. 2015 Nov 30 [cited 2020 Jun 22];31(2):629–36. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=0d050272-36db-4afa-b813-fbefe36fee45%40sdc-v-sessmgr02>
  13. Salazar Blandón Diego, Castillo León Teresita, Pastor Durango Maria del Pilar, Tejada-Tayabas Luz Maria PLAG. ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA ASOCIADOS A SOBREPESO/OBESIDAD EN ESTUDIANTES DE DOS UNIVERSIDADES MEXICANAS. *Rev Hacia la Promoción la Salud* [Internet]. 2016 [cited 2020 Jun 22];21(2):99–113. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=e9e75da3-4676-4c8a-9af2-53a98abe67b7%40sessionmgr4007>
  14. Bertheau EL, Cruz-Quintana F, Pappous A, Rio-Valle JS. Actitudes explícitas e implícitas hacia la obesidad en estudiantes de Cultura Física. *Rev Psicol del Deport* [Internet]. 2016 [cited 2020 Jun 23];25(1):91–6. Available from: <https://implicit.harvard.edu/implicit/spain/>
  15. Castillo I, Solano S, Sepúlveda AR. Programa de prevención de alteraciones alimentarias y obesidad en estudiantes universitarios mexicanos. *Behav Psychol Psicol Conduct* [Internet]. 2016 [cited 2020 Jun 23];24(1):5–28. Available from: <https://search.proquest.com/docview/1784859450/fulltextPDF/479543E77EAC45C4PQ/1?accountid=39560>
  16. Doménech-Asensi G, Gómez-Gallego C, Ros-Berruezo G, García-Alonso FJ, Canteras-Jordana M. Visión crítica de los métodos antropométricos actuales en

- comparación con un nuevo índice para la detección precoz de sobrepeso en estudiantes universitarios Españoles: El índice normalizado ajustado al peso. *Nutr Hosp* [Internet]. 2018 [cited 2020 Jun 23];35(2):359–67. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=61f0fa79-9168-4298-89f7-f6ef1d9f7177%40sdc-v-sessmgr03>
17. Cabas Hoyos K, González Bracamonte Y, Mendoza Álvarez C. Funcionamiento ejecutivo y depresión en universitarios con normopeso, sobrepeso y obesidad Tipo I. *Inf psicológicos* [Internet]. 2018 [cited 2020 Jun 23];18(1):133–44. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=c53f35dd-675a-4496-bbfb-a51de510bb42%40sdc-v-sessmgr03>
  18. Flórez Aristizábal LV, Gonzalez-Correa CH. Componentes mental y físico en universitarios con obesidad. *Rev Médica Risaralda* [Internet]. 2018 [cited 2020 Jun 23];24(1):4. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=d6d44cbc-1aad-451b-acff-1847ce8ccbcf%40sdc-v-sessmgr02>
  19. Gómez-Landeros O, Galván-Amaya G del C, Aranda-Rodríguez R, Herrera-Chacón C, Granados-Cosme JA. Prevalence of overweight, obesity and history of chronic disease in Mexican students. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc* [Internet]. 2019 [cited 2020 Jun 27];56(5):462–7. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=d17252f0-512f-4c86-b19c-dbbb15abec5a%40sessionmgr4006>
  20. Laguna A. Determinantes del sobrepeso: Biología, psicología y ambiente. *Revista de Endocrinología y Nutrición*. 2005;197–2002.
  21. Naranjo Y, Concepción J, Rodriguez M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *SciELO* [Internet]. 2017 [cited 2020 Jun 23];19(3):168–77. Available from: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=20e88f77-490f-4da0-aab7-b69d8c273aa2%40sdc-v-sessmgr01>
  22. Moreno M. Definición y clasificación de la obesidad. *Rev médica Condes*. 2012;23(2):124–8.

23. Bonilla jimenez JL HMA. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de medicina del área clínica con identificación en estilos de vida en el periodo académico 2016 – II. Bogota. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales U.D.C.A.; 2016.
24. The National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research. El Informe Belmont: principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación comisión nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y del comportamiento [Internet]. Bioetica web. 1979 [cited 2020 Jun 28]. p. 12. Available from: [www.bioeticayderecho.ub.es](http://www.bioeticayderecho.ub.es)-[www.bioeticaidret.cat](http://www.bioeticaidret.cat)
25. Noreña, A., Alcaraz-Moreno, N., Guillermo, J., Rebolledo-Malpica D. Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. Revista Aquichan. 2012 Dec;263–74.