

**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA**

TEMA:

**Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la
Carrera de Enfermería matriculados en el semestre b/2023**

AUTORAS:

**Cabezas Ordoñez, Deisy Linner
Salazar Salazar, Nelly Janeth**

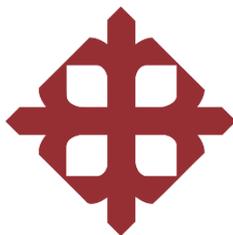
**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

TUTOR:

Lcda. Muñoz Roca, Olga Argentina, MSc.

Guayaquil, Ecuador

2 de septiembre del 2024



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA

CERTIFICACIÓN

Certificamos que el presente trabajo de titulación fue realizado en su totalidad por **Cabezas Ordoñez, Deisy Linner y Salazar Salazar, Nelly Janeth**, como requerimiento para la obtención del título de **Licenciada en Enfermería**.

TUTOR (A)

f. _____

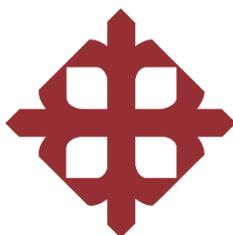
LCDA. MUÑOZ ROCA, OLGA ARGENTINA, MSC.

DIRECTOR DE LA CARRERA

f. _____

LCDA. ANGELA OVILDA MENDOZA VINCES, MSC.

Guayaquil, a los 02 del mes de 09 del año 2024



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE ENFERMERIA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Cabezas Ordoñez, Deisy Linner**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023**, previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

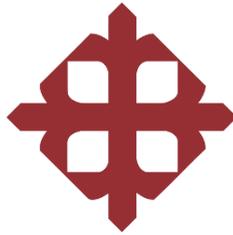
En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 02 del mes de 09 del año 2024

LA AUTORA

f. _____

Deisy Linner Cabezas Ordoñez
Cabezas Ordoñez, Deisy Linner



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Salazar Salazar, Nelly Janeth**

DECLARO QUE:

El Trabajo de Titulación, **Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023** previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería**, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

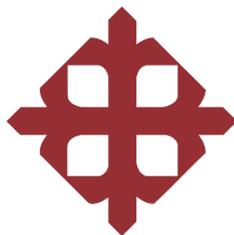
En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Guayaquil, a los 02 del mes de 09 del año 2024

LA AUTORA

f. _____

Nelly Janeth Salazar Salazar
Salazar Salazar, Nelly Janeth



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Cabezas Ordoñez, Deisy Linner**

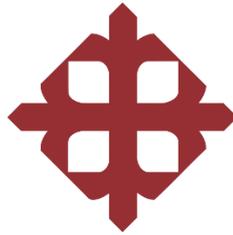
Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 02 del mes de 09 del año 2024

LA AUTORA:

f. _____

Deisy Linner Cabezas Ordoñez
Cabezas Ordoñez, Deisy Linner



UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA

AUTORIZACIÓN

Yo, **Salazar Salazar, Nelly Janeth**

Autorizo a la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil a la **publicación** en la biblioteca de la institución del Trabajo de Titulación, **Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi exclusiva responsabilidad y total autoría.

Guayaquil, a los 02 del mes de 09 del año 2024

LA AUTORA:

f. _____

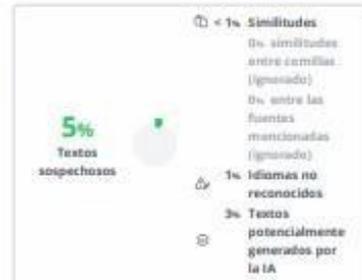
Nelly Janeth Salazar Salazar
Salazar Salazar, Nelly Janeth

REPORTE DE COMPILATIO



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023



Nombre del documento: tesis.docx
ID del documento: 8c7510e9d497d90576bc3311d05851029ab75f5
Tamaño del documento original: 44,343 kb
Autor: deisy linner cabezas ordoñez

Depositante: deisy linner cabezas ordoñez
Fecha de depósito: 6/9/2024
Tipo de carga: url_submission
fecha de fin de análisis: 6/9/2024

Número de palabras: 9582
Número de caracteres: 61.834

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	Documento de otro usuario <small>El documento proviene de otro grupo</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (51 palabras)
2	saludconciencia.com.ar <small>4 fuentes similares</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (42 palabras)
3	repositorio.ug.edu.ec <small>http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/35711/1/1249-TESS-MORENO-Y-VGA.pdf</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (41 palabras)
4	Héctor Mansuetaufocá Efectos académicos en los alumnos de la Carr... <small>El documento proviene de mi grupo</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (30 palabras)
5	www.unil.edu.sv/galeria/obesidad-y-sobrepeso/ <small>3 fuentes similares</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (24 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	dspace.unach.edu.ec <small>http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/13005/11722/1/Regen-Rojas-R-y-Ibay-Caguana-G-(2022)-Sobrepeso...</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (23 palabras)
2	dspace.ucuenca.edu.ec <small>http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4321/1/Trabajo-de-Titulación.pdf</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (28 palabras)
3	www.scielo.sa.cr <small>http://www.scielo.sa.cr/pdf/yens/v19n2/1855-0201-gem-19-02-00400.pdf</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (27 palabras)
4	digital2.ula.ve Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud, Salu... <small>http://digital2.ula.ve/8880/verba/fuente/45432/1/2223</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (24 palabras)
5	TESIS DM.docx TESIS DM... <small>El documento proviene de mi grupo</small>	< 1%		Palabras idénticas: + 1% (21 palabras)

Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas) Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/report>
- <https://www.cdc.gov/mcd/php/dnpao/features/healthy-eating-0ps/index-es.html>
- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- <https://www.nhlti.rh.gob.es/salud/sobrepeso-y-obesidad>

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mi director de tesis, el Dr. Lic. Olga Argentina Muñoz Roca, por su guía y apoyo, paciencia a lo largo de este proyecto. Su conocimiento y paciencia han sido fundamentales para el desarrollo de esta investigación.

Agradezco a mis profesores y mentores de la Universidad Católica de Guayaquil, quienes han compartido su sabiduría y me han inspirado a seguir adelante en mi formación como enfermera.

A mis compañeros de estudio, por su camaradería y por los momentos compartidos, tanto en el aula como fuera de ella, que han hecho de esta experiencia algo inolvidable.

Un agradecimiento especial a los estudiantes de enfermería que participaron en este estudio, sin cuya colaboración este trabajo no habría sido posible. Su disposición y honestidad fueron esenciales para el éxito de esta investigación.

Finalmente, agradezco a mi familia y amigos, cuya constante motivación y comprensión me han acompañado en cada paso de este viaje académico. Este logro es también de ustedes. Gracias por estar siempre a mi lado.

Las autoras

DEDICATORIA

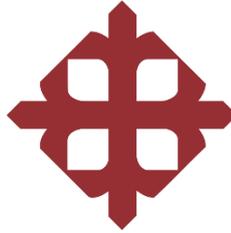
Dedico esta tesis primeramente a Dios, cuyos sacrificios y logros me permitió alcázar agradecer a mi madre porque sin ella yo no me hubiera permitido alcanzar esta carrera que tan duro obtenerla, pero no imposible, tanto su apoyo económico como su voluntad para impartir sus conocimientos conmigo ese amor incondicional que me permitió alcanzar este sueño. Su amor y fe en mis capacidades han sido una fuente constante de motivación. A mi hermano por tener la paciencia de apoyarme en el internado. Ese miedo, valor y poco aliento que solía tener en los momentos más desafiantes que, aunque pensé que iba a flaquear Dios siempre agarraba mi mano dando esa seguridad plena de que no estaba sola, y a mis amigos, por estar a mi lado y ofrecerme su compañía y ánimo. A todos ustedes, que han creído en mí cuando más lo necesitaba, les dedico este logro con todo mi corazón.

Mira que te mando que te esfuerce y seas valiente no temas ni desmayes porque Jehová tu Dios estará contigo donde quiera que valla Jueces 1.9

Deisy Cabezas

Dedico esta tesis a mis hijos a mi madre, cuyos sacrificios y apoyo incondicional me han permitido alcanzar este sueño. su amor y fe en mis capacidades han sido una fuente de motivación a mis hermanas que siempre estuvieron apoyándome alentándome a no rendirme. Sabiendo que no iba ser fácil para mí pero tenía fe que lo iba a lograr, y me llene de valor con lo que quería lograr con pasos firmes aunque lentos pero seguros aquí estoy lo logre y no fue fácil se lo que es llorar en la angustia y desesperación cuando eres diferente por la edad y ver compañeros jóvenes pero no lo eres para Dios porque yo tenía un sueño y lo cumplí lo sueños si se hacen realidad y yo soy prueba de ello que si te esfuerza y si te caes te levantas y sigues por que entre más largo sea el camino más hay que aferrarnos a Dios para que él sea el que nos impulse a seguir adelante en los que nos propongamos lo que queremos alcanzar

Jenny Salazar



**UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTIAGO DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA**

TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

f. _____
LCDA. ANGELA OVILDA MENDOZA VINCES
DIRECTORA DE CARRERA

f. _____
LCDA.MARTHA LORENA HOLGUIN JIMENEZ
COORDINADORA DEL ÁREA DE TITULACION

f. _____
(LDA. LORENA RAQUEL GAONA QUEZADA, MGS.)
OPONENTE

ÍNDICE DE CONTENIDO

RESUMEN.....	XIV
ABSTRACT	XV
INTRODUCCIÓN.....	2
CAPITULO I	4
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.2. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	5
1.3. JUSTIFICACIÓN	6
1.4. OBJETIVOS	6
CAPÍTULO II	8
2. FUNDAMENTACIÓN CONCEPTUAL	8
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	8
2.2. MARCO CONCEPTUAL	11
2.2.1.1. ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC)	12
2.2.2.1. FACTORES DEMOGRÁFICOS	15
2.2.2.2. FACTORES AMBIENTALES	15
2.2.2.2.1. ACTIVIDAD FÍSICA	15
2.2.2.3. FACTORES GENÉTICOS	19
2.2.2.4. FACTORES SOCIOECONÓMICOS	19
2.3. MARCO LEGAL	20
CAPÍTULO III	22
3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	22
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	22
3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	22
3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA	22
CÁLCULO DEL TAMAÑO DE LA MUESTRA	23
3.4. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN	24

3.5. PROCEDIMIENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	24
3.6. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	24
3.7. PROCEDIMIENTOS PARA GARANTIZAR ASPECTOS ÉTICOS EN LAS	25
3.8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	25
<i>TABLA 1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES</i>	25
CAPÍTULO IV	28
4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	28
5. CONCLUSIONES	41
6. RECOMENDACIONES	42
7. REFERENCIAS	43
ANEXOS	49
ANEXO 1. AUTORIZACIÓN DE LA UCSG	49
ANEXO 2. FORMULARIO DE ENCUESTA	50

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. FRECUENCIA DE DISTRIBUCIÓN POR EDAD	28
TABLA 2. FRECUENCIA DE DISTRIBUCIÓN POR SEXO	29
TABLA 3. FRECUENCIA DE DISTRIBUCIÓN POR ESTADO	29
TABLA 4. TIENE HIJOS	30
TABLA 5. ASPECTO LABORAL	31
TABLA 6. CICLOS DE ESTUDIO	32
TABLA 7. ÍNDICE DE MASA CORPORAL DEL ESTUDIANTE	33
TABLA 8. ÍNDICE DE MASA CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE CARRERA DE CICLO B DEL AÑO 2023	34
TABLA 9. HÁBITOS DE INGESTA EN EL DESAYUNO	35
TABLA 10. EN EL HABITO INGESTA ALMUERZO	36
TABLA 11. HABITO INGESTA DE LA MERIENDA	36
TABLA 12. DE ENTRE INGESTA DE ALIENTOS DE COMIDA	37
TABLA 13. FRECUENCIA CON QUE SE REALIZA CAMINATAS	38
TABLA 14. QUE TIPO DE DEPORTE PRACTICAN	38

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. ÍNDICE DE MASA CORPORAL DEL ESTUDIANTE	33
FIGURA 2. ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y CICLOS DE ESTUDIO ..	34
DISCUSIÓN	39

RESUMEN

Introducción: Las alteraciones metabólicas como el sobrepeso y obesidad afectan cada vez a más personas y surgen en circunstancias de sedentarismo y alteraciones en el estilo de vida, como se da el caso con los estudiantes universitarios. **Objetivo:** Determinar la frecuencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de enfermería matriculados en el semestre A del año 2024.

Metodología: Descriptiva, cuantitativa, prospectivo, transversal. **Muestra:** 276 estudiantes de primer a octavo semestre de la carrera de enfermería.

Resultados: Se visualizar que al hacer la encuesta daba como resultado que la mayoría de los estudiantes de enfermería, un 53%, tenían entre 18 y 40

años, con un 74% de participantes mujeres. El 41% de los estudiantes presentó sobrepeso y un 44% no realizaba actividad física regular. Además, se observó un consumo significativo de alimentos ricos en carbohidratos y productos menos saludables, con un 78% de estudiantes admitiendo consumir snacks, comidas saturadas, fuera de las comidas principales ya se esto por la carga de tiempo ya sea de trabajo o estudio el hecho de que algunos estudiantes también eran cuidadores de familia todo este factor implicaba en su diario vivir. La relación inversa entre el IMC y la actividad física fue consistente, indicando que, a mayor IMC, menor es la actividad física.

Conclusión: El estudio revela una significativa prevalencia de sobrepeso y obesidad, acompañada de malos hábitos alimenticios y baja actividad física, sugiriendo la necesidad de intervenciones en la población estudiada.

Palabras clave: Conducta alimentaria, estilo de vida, estudiantes de enfermería, fenómenos metabólicos, obesidad, sobrepeso.

ABSTRACT

Introduction: Metabolic disorders such as overweight and obesity affect more and more people and arise in circumstances of sedentary lifestyle and alterations, as is the case with university students. **Objective:** To determine the frequency of overweight and obesity in nursing students enrolled in semester A of 2024. **Methodology:** Descriptive, quantitative, prospective, cross-sectional. **Sample:** 276 students from the first to the eighth semester of the nursing degree. **Results:** The majority of nursing students, 53%, were between 18 and 23 years old, with 74% of participants being women. 41% of students were overweight and 47% did not engage in regular physical activity. In addition, a significant consumption of foods rich in carbohydrates and less healthy products was observed, with 78% of students admitting to consuming snacks outside of main meals. The inverse relationship between BMI and physical activity was consistent, indicating that the higher the BMI, the lower the physical activity. **Conclusion:** The study reveals a significant prevalence of overweight and obesity, accompanied by poor eating habits and low physical activity, suggesting the need for interventions in the population studied.

Keywords: Eating behavior, lifestyle, nursing students, metabolic phenomena, obesity, overweight

INTRODUCCIÓN

Es significativo tener en cuenta una diversidad de componentes individuales al examinar el bienestar de los estudiantes, la costumbre de alimentarse, su grado de actividad física y su predisposición genética a la obesidad y el sobrepeso (1). Estos componentes se interrelacionan con el contexto educativo, donde la presión Académica y el cansancio inherente a la carrera de enfermería pueden tener influencia en las decisiones relacionadas con la alimentación y el ejercicio (2). También, el contexto de la universidad tiene una influencia grande, debido a que los alimentos que se pueden comer en el campus y la posibilidad de acceder a lugares con el fin de realizar ejercicio tienen una influencia grande en la salud de los alumnos (3).

El término sobre peso se comprende por una adición de adiposidad excesiva. La obesidad es una patología crónica, la cual se define por un agregado de obesidad que puede ser nociva (4). La obesidad aumenta las posibilidades de cánceres específicos. Además, tiene una influencia en las características de la vida cotidiana, como la movilidad o el sueño, este proceso tiene una influencia sobre la salud corporal y la salud mental además del bienestar general (5).

Es importante tener en cuenta la manera en la que varios componentes, como malos hábitos alimenticios, falta de actividad y el estrés en los estudios, se combinan para producir un estilo de vida poco saludable (6). Esta circunstancia genera inquietudes en torno a la salud pública dentro de este grupo de estudiantes particular, esto tiene una influencia sobre el bienestar corporal de los estudiantes, su capacidad para estudiar y su habilidad para ejercer la medicina de manera eficaz (7).

En consecuencia, es necesario atender este inconveniente de manera integral y de manera urgente, implementando tácticas que promuevan la salud de los estudiantes, promuevan una cultura de bienestar en el campus y brinden asistencia a los mismos para que conserven un peso corporal sano (8). De esta manera, es factible pensar en la importancia de describir la magnitud de obesidad y sobrepeso en estudiantes de enfermería, quienes, como individuos que ingresan a la salud, colaborarán a la enseñanza de métodos de vida saludable (9). Comprender la prevalencia de estos problemas de salud en este grupo específico contribuirá al conocimiento científico y permitirá diseñar

estrategias de intervención y prevención adaptadas a sus necesidades particulares (10).

El objetivo de tratar este asunto es aumentar la comodidad general y la salud de los estudiantes, disminuyendo las limitaciones asociadas a la obesidad y el sobrepeso, como las dificultades de salud mental y las limitaciones físicas. Además, se aspira a promover comportamientos de vida saludable entre el estudiantado, de esta manera se producirá una cultura de salud que perdure más allá de la vida universitaria.

CAPITULO I

1.1. Planteamiento Del Problema

La OMS clasifica obesidad y sobrepeso como un agrandamiento no normal o excesivo de la adiposidad que puede ser dañino para la salud. Este inconveniente ha sido categorizado como una cuestión de importancia epidémica debido a la magnitud de su influencia sobre todo el mundo, en particular debido a que en el 2022 1 de cada 8 personas de edad avanzada tenía obesidad, y en total seiscientos millones de personas de sexo femenino sobre el planeta tenían obesidad (1). El IMC, es una medida bastante utilizada para verificar el correcto peso en personas adultas, reportado en kg/m^2 (11).

En cuanto a la Secretaría de Salud ubicada en EE. UU identificó dos componentes para desarrollar obesidad, entre estos se encuentran los conductuales biológicos, este trastorno metabólico impactó a 3 de cada 4 personas de 20 años en el país, y casi a 1 de cada 5 menores de edad de 2 a 19 años (12). En los componentes conductuales se resaltan alteraciones alimentarias, como las pausas de ayuno, los horarios de comida no están definidos, las dietas son muy extremas en cuanto a las calorías (alta en lípidos y en azúcar refinada) y también se habla de la falta de actividad física, lugar en el que se ha reemplazado por mayor cantidad de tiempo dedicada a las distracciones tecnológicas (13).

La OPS, expresa que en el 2021 se culpó a la obesidad por 2,8 millones de fallecimientos debido a las ECNT en América, específicamente, el porcentaje de obesidad y sobrepeso en la región es superior al 62 por ciento, convirtiéndose en la más alta del planeta (14).

A nivel de Ecuador, de acuerdo con la ENSANUT, en la población de 5 a 11 años, la obesidad tiene un aproximado de 5%, siendo los niños de ciudad los más perjudicados. En menores de edad, la cantidad de personas obesas ha disminuido en un 7%, y en 1 de cada 4 mayores de edad (15).

La interacción entre las prácticas alimenticias y las actividades físicas, la predisposición genética a la obesidad y la diabetes, además de la carga académica y el estrés que tiene el oficio de estudiar, generaba una situación complicada para este grupo de estudiantes.

Dentro de esta circunstancia, se evidenció por medio de la observación directa en el lugar de estudio, que los estudiantes de la UCSG pertenecientes a enfermería, tenían adicionalmente dificultades en su día a día debido a la esencia del contexto universitario, donde la falta de tiempo, la presión de la asignatura y la disponibilidad de alimentos poco saludables dentro del campus contribuyen a malos hábitos alimenticios.

Además, la compleja realidad de muchos alumnos se veía agravada por su rol como padres de familia y trabajadores. Esta triple responsabilidad estudios, trabajo y crianza creaba un entorno exigente y estresante que podía tener un impacto significativo en su salud física, de modo que, la falta de tiempo y la necesidad de equilibrar múltiples responsabilidades a menudo resultaba en la elección de opciones alimenticias rápidas y poco saludables, esta dieta desequilibrada carece de los nutrientes necesarios para mantener un cuerpo sano y contribuye al aumento de peso y a la fatiga crónica.

De igual forma, la falta de actividades como paseos o ejercitación habitual empeora el inconveniente, aumentando el peligro de dificultades de salud a fin de largo, como son las enfermedades cardiovasculares o la diabetes. Esta circunstancia afecta la comodidad individual de los alumnos, repercutiendo en su desempeño Académico y, además, en su futura profesión como médicos o enfermeros. Por lo que es necesario atender este inconveniente de manera integral y de manera urgente, a fin de proveer sugerencias que busquen incrementar el bienestar común de esta comunidad estudiantil.

1.2. Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es la frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023?
- ¿Cuál es el perfil sociodemográfico de los estudiantes de la carrera de enfermería?
- ¿Cuál es la clasificación según el IMC de los estudiantes de la carrera de enfermería?
- ¿Cuáles son los hábitos de los estudiantes respecto a la alimentación y actividad física?

1.3. Justificación

El estudio de la frecuencia de peso normal y obesidad en estudiantes de medicina durante los semestres B de 2023 es una contribución importante en el ámbito Académico, Institucional y Social. Desde la perspectiva de la academia, el trabajo en cuestión amplifica el conocimiento hacia alumnos de las universidades, quienes padecen dificultades distintas que pueden afectar su bienestar corporal y psicosocial. Además, entender la manera en que se manifiestan y cómo evolucionan las condiciones como la obesidad y el sobrepeso dentro de esta población agrega valor al campo de la medicina pública y da base para próximos estudios (16).

A nivel institucional, este estudio ofrece datos esenciales para diseñar e implementar políticas y programas de salud dirigidos a sus estudiantes, por lo que es importante que las instituciones educativas reconozcan y aborden los temas de salud que les afectan. La identificación de la magnitud de peso y obesidad será de utilidad para las universidades en la creación de ambientes que promuevan comportamientos sanos, esto ayudará a los estudiantes durante su formación académica y dará preparación a especialistas más aptos para enfrentar los problemas de sanidad pública (17).

Desde el punto de vista social, este estudio busca dejar un precedente con el fin de dar a conocer esta particularidad de salud importante en esta comunidad, los descubrimientos tienen la capacidad de influir en las prácticas de salud y en las políticas públicas. En referencia a los provechos, al momento de identificar y entender los componentes que posibilitan el sobrepeso y obesidad, es posible desarrollar planes específicos que favorezcan la salud de estos últimos y sean modelo para otras instituciones y sociedades.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Determinar la frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023.

1.4.2. Objetivos Específicos

1. Describir el perfil sociodemográfico de los estudiantes de la carrera de enfermería.
2. Clasificar según el IMC a los estudiantes de la carrera de enfermería.
3. Analizar los hábitos de los estudiantes respecto a la alimentación y actividad física.

CAPÍTULO II

2. Fundamentación conceptual

2.1. Antecedentes de la Investigación

Galeano et al. en Paraguay 2023, refieren que la conducta alimenticia y la magnitud de la actividad física de alumnos de la FCQ en el período de la emergencia sanitaria. Se empleó una metodología cuantitativa, observacional, descriptiva y transversal, abarcando a 242 estudiantes mediante un muestreo no probabilístico. En los resultados, se evidenció que el 90% de los estudiantes tenía comportamientos alimenticios sanos, en tanto que el 55% se encontraba en una situación de inactividad física o bajo nivel, y el 87% permanecía por encima de las cuatro horas diariamente. En conclusión, a pesar de que la gran mayoría de los estudiantes mantiene una conducta alimenticia correcta, la falta de actividad física son aspectos que representan un peligro para contraer enfermedades no transmisibles de manera crónica.

(18)

Souza et al. (19) en Brasil 2019, realizaron una investigación con el fin

de examinar la correlación entre las particularidades de la demografía, las notas, el sobrepeso y la obesidad en estudiantes que ejercitan como enfermeros. El procedimiento utilizado fue de tipo perpendicular, y contemplaba un conjunto de 95 alumnos, las conclusiones evidenciaron que el 52%,6 de los estudiantes tenía sobrepeso u obesidad, y que esta circunstancia era más frecuente en el género masculino. También, el 44,2 por ciento de los asistentes exhibía prehipertensión, y el 17,9 por ciento no se ejercitaban regularmente. Además, se detectó que el trescientos sesenta y seis por ciento de los alumnos acostumbraba a aumentar de peso en condiciones de ansiedad, esto fue estadísticamente relacionado a que se coman más. El desenlace del análisis evidencia la importancia de mediar en las prácticas alimenticias, de ejercitación física, y en la administración del estrés con el fin de evitar la obesidad, el sobrepeso y sus consecuencias a largo plazo en esta comunidad de estudiantes.

Ugarte et al. (20) en Perú 2020, dedicaron un estudio a los posibles efectos del sobrepeso en el ausentismo laboral por enfermedades frecuentes, la metodología empleada fue principalmente cuantitativa y tuvo un diseño en

forma de cruz, incluyó una población de 649 empleados, de los cuales la mayoría (44.2%) tenía sobrepeso y la mayoría (19.1%) tenía obesidad. Resulto que (44,2%) tenía sobrepeso y la mayoría (19,1%) obesidad. Además, factores como el género, la posición y el historial de salud fueron significativos en lo que respecta a la cantidad de ausentismo. Además, ser hombre disminuyó la cantidad de ausentismo en un 51%, mientras que en el sexo femenino ocurre lo contrario. En conclusión, estos componentes afectan la productividad dentro del ámbito del trabajo, es decir que se creó la necesidad de ejecutar políticas de sanidad ocupacional orientadas a la protección y control de estas características.

Huaman y Bolaños (21) en Perú 2020, tuvo el objetivo de determinar la obesidad y el sobrepeso y su vínculo con el ejercicio en estudiantes de medicina de la UPCH. El procedimiento fue narrativo a través de una población de aproximadamente 198 estudiantes, utilizó el (IPAQ) y mensuras de peso y tamaño para conseguir el (IMC). Las conclusiones evidenciaron que el catorce por ciento de los estudiantes poseía obesidad, el treinta y siete por ciento tenía sobrepeso, y el cincuenta y dos por ciento era normal para su peso. También, el cuarenta y ocho por ciento practicaba actividades físicas de baja intensidad, el cincuenta y cinco por ciento practicaba actividades de media intensidad y únicamente el cinco y seis por ciento practicaba actividades de alta intensidad, las cuales, mayormente, eran practicadas por mujeres. Encontraron una correlación en sentido contrario significativa entre el IMC y las actividades diarias tanto físicas como alimenticias, esto sugiere que, en la medida en que el IMC se eleva, baja la actividad física ejercida. El análisis termina en la necesidad de ejecutar estrategias de actuación para estimular la actividad física y erradicar la obesidad, teniendo en cuenta la importancia que tienen como individuos que se convertirán en médicos y profesionales de la salud.

Santa Cruz et al. (22) en Perú 2023, realizaron una investigación con el fin de hallar las causas del aumento de peso corporal en los estudiantes de medicina de la U. de C. durante la pandemia de COVID-19. El procedimiento usado fue de tipo analítico y se ejecutó en forma de cruzada, consistiendo en un conjunto de diecinueve estudiantes de medicina durante el último mes del 2020. Evidenciaron que el 49,1% de los alumnos presentaban sobrepeso u obesidad, y que esta condición era más frecuente en mujeres, además que el

59,0 por ciento de estos tenían un alto riesgo de tener obesidad en el cuerpo. Además, se evidenció que el 97,6% comía tres o más alimentos por día, el 81,9% se alimentaba de alimentos con carbohidratos y el 54,2% se alimentaba de chatarra en las ocasiones 1 y 2 por semana. También, el 71% de los encuestados pasaban entre cinco y ocho horas diariamente, el sesenta y siete por ciento dormían menos de siete horas por noche y el cincuenta y ocho por ciento no se ejercitaban. En conclusión, los descubrimientos indican la necesidad de intervenir en las prácticas y costumbres de vida sedentaria de los estudiantes de medicina para frenar el efecto de la obesidad cuando se trata de una pandemia global.

Maza et al. (23) en Colombia 2022 llevaron a cabo una investigación con el fin de indagar sobre los hábitos alimenticios y las consecuencias de ellos sobre la comodidad de los estudiantes de la Universidad de Carthage. El procedimiento utilizado continuó una investigación de 57 artículos sobre la conducta alimenticia de los alumnos de la institución en cuestión y la manera en que esto influiría en su salud. Se evidenció que el 87,72% de los estudiantes no se alimentaban de manera correcta, es decir, que consumían demasiados dulces (57,89%) y alimentos rápidos (45,61%). Estas prácticas alimenticias se relacionaron con un incremento en la magnitud de la obesidad (47,21%) las dificultades del corazón. En conclusión, los resultados resaltan la importancia de ejecutar acciones alimenticias personalizadas con el fin de evitar dificultades de salud a futuro en el grupo de estudiantes.

Flores et al. (24) en Ecuador 2023, realizaron un estudio para analizar la percepción de sobrepeso y obesidad en alumnos específicamente de la Facultad de Medicina de la ESPC. El enfoque metodológico fue cuantitativo, no experimental que evaluó a 154 estudiantes de medicina. El resultado arrojó que el 31,5% de los estudiantes tienen sobrepeso u obesidad y que la probabilidad de tener sobrepeso por sedentarismo es de 2,8 veces. También muestra que tener más de cinco horas de clases virtuales al día incrementó las probabilidades de tener sobrepeso o obesidad a 1,19 veces, así como tomar refrigerios durante las clases a 1,12 veces.

Guapi et al. (25) en Ecuador 2022, determinaron la magnitud de un peso bajo, normal y superior en la comunidad de la Universidad y del Politécnico de Ecuador. En los resultados, se evidenció que en su mayoría se enfocan en el

peso y en la obesidad, utilizando (IMC) como parámetro, y están relacionados con las características sociodemográficas y las prácticas como la ingesta de cigarrillos y la actividad física. Con todo, se evidenció que la gran mayoría de estos estudios no contemplaron la baja obesidad y la media de peso en su estudio. En conclusión, aprobaron que es necesario incorporar una verificación más completa que tome en consideración todas las clases de peso y las causas asociadas en el ámbito universitario.

2.2. Marco Conceptual

2.2.1. Sobrepeso y Obesidad

Se definen como una condición corporal en la que se evidencia una proporción excesiva de grasa, por cuanto predispone a quien la padece a provocar efectos contrarios en la salud general del organismo. No se trata de meros cambios locales en la apariencia, sino que provocan importantes trastornos sistémicos. No obstante, un valor entre 25 y 29,9 indica que se tiene sobrepeso, mientras que un valor igual o superior a 30 indica que se es obeso, este criterio proporciona uniformidad para reconocer estas condiciones en todo el mundo (24).

Tal es el caso de las razones por las cuales se baja o aumenta de peso son múltiples y están influenciadas por componentes genéticos, metabólicos, conductuales y ambientales. El comer excesivamente alimentos con muchas calorías, grasas y azúcares, además de no moverse, es la principal causa cerebral. Además, las condiciones socioeconómicas, psicológicas y culturales tienen un gran papel. Para ilustrar, en varias civilizaciones, la posibilidad de adquirir y tener acceso a alimentos nutritivos puede estar sujeto a restricciones, y los alimentos con un precio económico y sencillo de conseguir pueden ser los más nutritivos (26). Además, el sobrepeso puede influir en la salud psicológica, esto puede ayudar a la baja estima, la depresión y la ansiedad. La obesidad además es posible que reduzca la calidad de vida, limitando la movilidad y la capacidad para llevar a cabo acciones ordinarias

La ascendente popularidad de la obesidad y el sobrepeso es una dificultad para los sistemas de sanidad a nivel mundial. La OMS, resalta la importancia

fundamental de solucionar estas circunstancias a través de métodos de salud pública que promuevan la ingesta saludable de alimentos y mejores hábitos.

Esto comprende prácticas que favorecen el ingreso a alimentos con nutrientes, métodos de educación que amplían el conocimiento sobre la nutrición y el ejercicio, y lugares que promueven y alientan maneras de vivir activas. A nivel individual, es importante promover la autogestión de la salud a través del desarrollo de prácticas alimenticias adecuadas y la incorporación de actividad física en el cotidiano (27).

2.2.1.1. Índice de Masa Corporal (IMC)

Se utiliza para determinar la condición corporal de una persona en comparación a su tamaño y peso. Se creó por el matemático de Bélgica Adolphe Quetelet durante el siglo diecinueve y fue acogido por la OMS como una medida para distinguir el sobrepeso y la obesidad. La OMS dice que, para ser considerados como saludables, los IMCs entre 18.5 y 24.9 están dentro de la normalidad, entre 25 y 29.9 están considerados como sobre peso, y cuando se tiene 30 o más se considera que se tiene obesidad (28).

Pese a que el IMC sea una ayuda para determinar el peligro de tipos de enfermedades relacionadas con el peso de grandes grupos, posee ciertas fallas, no se diferencia entre la grasa y el músculo, esto quiere decir que personas que tienen un alto porcentaje de músculos, como los deportistas, pueden ser valorados de manera errónea como si fueran obesos o bajo peso. Además, no tiene en cuenta la distribución del cuerpo en. La grasa abdominal se relaciona con un mayor peligro en dificultades metabólicas y vasculares en comparación con la grasa ubicada en otras zonas del cuerpo. De modo que, otras variables acostumbran a utilizarse en conjunto con el IMC a fin de tener una mayor precisión en la identificación de riesgos de salud (4).

A pesar de sus dificultades, el IMC continúa siendo una ayuda esencial para la medicina pública y la praxis médica debido a su sencillez y comodidad de uso. De este modo proporciona una sugerencia breve y simple de la condición de nutrición, lo cual le ayudará a los especialistas en salud a notar a individuos que están en peligro de desarrollar dificultades de salud asociadas con el peso y realizar reparaciones tempranas; No obstante estudios e investigaciones de

salud de gran magnitud refieren que el IMC constituye una medida habitual que permite contrastar información de distintas comunidades y zonas (5).

En concordancia, el empleo del IMC ha posibilitado también la identificación de pautas y características en la mayor parte del sobrepeso y de la obesidad a nivel mundial. Esto ha sido fundamental para entender la magnitud del inconveniente y también para idear y ejecutar estrategias de sanidad pública. Para ilustrar, el incremento en la media del IMC a nivel mundial ha sido una señal de alerta debido a la necesidad de atender cuestiones como la alimentación y la actividad física dentro del ámbito poblacional. Los proyectos que incentiven una alimentación con buenos nutrientes y la actividad física regular se basaban en su mayor parte en información de IMC para determinar su capacidad y orientar sus métodos (29).

2.2.2. Factores de Riesgo

La obesidad y el sobrepeso no son enfermedades simples, se refiere que son el resultado de muchos factores diferentes que actúan juntos en interacción con factores genéticos, ambientales, metabólicos y conductuales, por lo tanto las contribuciones de estos factores deben abordarse adecuadamente para lograr estrategias exitosas de prevención y control, la predisposición al sobrepeso y la obesidad está influenciada en gran medida por factores genéticos, numerosos estudios han identificado múltiples genes que afectan la regulación del metabolismo, así como genes que gobiernan tanto el almacenamiento de grasa como el control del apetito, es probable que los factores ambientales y conductuales también desempeñen un papel importante.

De los componentes ambientales, los alimentos poco nutritivos están en la primera posición en términos de posibilidades de acceso y disponibilidad. Los alimentos transformados en gran medida, por ejemplo: panchos, emparedados y pasteles, reemplazan a los alimentos nutritivos en la gran mayoría de las zonas a un bajo precio. Este entorno alimenticio apoya el comer excesivamente calórico, esto ayuda a aumentar de peso. Además, la cantidad de porciones de comida ha aumentado en los últimos años, esto también ha aumentado la temperatura promedio de consumo de calorías.

Otro componente de la conducta fundamental es la falta de actividad física. La existencia actual, caracterizada por la utilización de la tecnología y el asentamiento, ha disminuido enormemente la dosis de actividad física diariamente. La gran mayoría de los seres humanos pasa gran parte de su día sentada, ya sea en su empleo, durante el viaje al empleo o en su casa, esto se traduce en una menor inversión de energía y una predisposición para aumentar de peso. Hay que estimular la actividad física constante para cuidar el peso y evitar la obesidad, porque estar parado es muy riesgoso para la salud.

Las causas socioeconómicas además tienen una influencia en el peligro de obesidad y sobrepeso, personas de menores recursos tienen menores posibilidades de tener acceso a alimentos con nutrientes y a oportunidades para ejercitarse. Además, la ansiedad y las presiones económicas es posible que genere comportamientos alimenticios poco sanos, como la ingesta de alimentos reconfortantes que contienen un elevado número de calorías (21).

Las causas psicológicas, como la angustia, depresión y estrés tienden a estar asociadas con el incremento de peso. El estrés constante es posible que cambie la manera en la que se alimentan y también es posible que se deba a una manera de sobrellevar las emociones desmedidas. Las acciones que tratan la salud mental y dan consejos para lidiar con el estrés son fundamentales para la terapia y la bioseguridad del sobrepeso y la obesidad (30).

Además, las reglas de la cultura acerca de la comida, los hábitos alimenticios de su familia y las expectativas de la sociedad acerca de su aspecto y su peso pueden influir en la conducta de cada uno. Por ejemplo, en ciertas civilizaciones, un cuerpo más grande se considera una señal de bienestar y salud, esto puede afectar las prácticas de peso y alimentación, son componentes conductuales y socioeconómicos. Abordar estos requisitos es una perspectiva multifacética que tome en consideración todas estas consecuencias y promueva transformaciones duraderas del comportamiento y el ambiente (31).

Dentro de los diferentes componentes que hacen parte de la causa de la obesidad se hallan los genéticos, los ambientales y los demográficos. Estos

componentes facilitan el exceso de energía con respecto al gasto de energía, esto es, la obesidad. Un elemento fundamental que hay que tomar en consideración es el sedentarismo, que se promueve por los medios de comunicación televisivos e internet, el cual genera poca o ninguna actividad física y, por ende, un menor gasto de energía. Este suceso es más usual en naciones desarrolladas, donde la utilización de tecnología es mayor (32).

Además, la ingesta habitual de alimentos rápidos es otra razón para preocuparse. La comida rápida se define por su sencillez de preparación y por estar disponible en todo momento, esto la vuelven una alternativa muy popular en la sociedad contemporánea. A pesar de ello, estos alimentos acostumbran a contener una gran cantidad de agregados, azúcar de ingesta veloz, grasa saturada y un alto valor de sodio, además de poseer un valor nutritivo. Este estilo de alimentación no sólo tiene como consecuencia el aumento de peso, sino que además tiene un efecto adverso sobre la salud en general (33)

2.2.2.1. Factores demográficos

La obesidad es un fenómeno mundial que no discrimina por sexo, edad, raza, etnia o grupo socioeconómico, afectando a todos por igual. Esta condición es multifactorial, incluyendo factores genéticos y hereditarios, neuroendocrinos (inflamatorios), metabólicos, psicológicos, ambientales y socioculturales, cada uno contribuyendo al desarrollo de la obesidad. Las etapas infantiles y adolescentes son particularmente críticas, ya que es durante estos períodos cuando se establecen la buena cultura comportamental. Las investigaciones indican que en la infancia es donde se evalúa si tienen una mayor predisposición a continuar siendo obesos en la edad adulta (34). Cuando la obesidad y el sobrepeso se presentan en edades tempranas, aumentan los riesgos de desarrollar niveles más graves de obesidad, además de incrementar la posibilidad de muerte prematura y discapacidades en la etapa adulta (35).

2.2.2.2. Factores Ambientales

2.2.2.2.1. Actividad Física

Se identifican por las contracciones de los músculos esqueléticos, las cuales aumentan la energía por encima del nivel base, la actividad física es una

actividad programada, planificada y repetitiva, tiene como objetivo aumentar la fuerza o mantener los componentes de la salud física, las acciones de los músculos exijan un mayor esfuerzo y, en consecuencia disminuyen la masa grasa. Se cree que la actividad física es la terapia más provechosa para lidiar con el sobrepeso y la obesidad, es fundamental realizar actividad física constante y supervisada para conseguir buenos resultados (36).

2.2.2.2. El Gasto energético

Se estima en función de la media de la tasa metabólica del cuerpo 70%, el efecto caliente de los alimentos 10% y la manera en que se consume energía a causa de la actividad física. La actividad física constituye un pedazo fundamental de la energía gastada por los adultos en forma de calorías, correspondiendo a entre 30% al. En el contexto presente, la falta actividad física e incremento progresivo de la ingesta de calorías son los motivos ambientales más importantes para la obesidad (37).

2.2.2.3. Ingesta de Carbohidratos

La fórmula calórica tiene un excedente energético, compensado en todo el mundo por los hidratos de carbono de la dieta, ya que su aporte de energía es muy rápido. Asimismo, estos suponen el 50-55% de la dieta. Cada gramo de proteína: 4 calorías. La otra parte del metabolismo de los HB se realiza también en forma de almacenamiento en los músculos y el hígado: el glucógeno, que se utiliza sobre todo como reserva en caso de deficiencias (22).

2.2.2.4. Ingesta de Azúcar

Esta costumbre alimenticia implica una incorrecta nutrición que genera el sobrepeso y la obesidad y el peligro de contraer otra clase de enfermedad no transmisible, de los análisis hechos, se deduce una relación de proporcionalidad directa entre la baja de azúcar en los alimentos y la reducción de peso. La OMS aconseja disminuir el porcentaje de consumo de azúcares sencillos por debajo de 10% de la ingesta calórica total, que corresponde al 50%, la sugerencia va en torno a una alimentación de dos mil quinientos kcal para una persona que está sano (24).

2.2.2.2.5. Ingesta de Grasas

Las grasas cumplen funciones importantes en la nutrición, las cuales son objeto de estudio y debate diariamente, no obstante, se sabe con seguridad que está involucrada de manera activa en la transformación de diversas vitaminas, producción de hormonas. La menor cantidad de grasa que se debe consumir en la dieta es del 15% de la totalidad de calorías, los individuos en la menopausia deben consumir el veinte por ciento de su necesidad de energía para atravesar los cambios de hormonas.

2.2.2.2.6. Ingesta de Sodio

Con el fin de reducir y evitar enfermedades del corazón, la OMS ha propuesto que es necesario disminuir la ingesta de Sodio a 2 miligramos y a 5 miligramos de los adultos mayores. La sugerencia se extiende a personas que tienen presión alta o baja, mujeres que están en la etapa de gestación y lactancia, y posee restricciones en individuos que toman sustancias que causen calor o falta de agua. Es importante mencionar que los individuos habitan zonas en donde la causa más alta de fallecimientos es la obesidad (28).

2.2.2.2.7. Sedentarismo

Se entiende por sedentarismo a la carencia o deficiencia de hábitos saludables que involucren actividades físicas a menudo, esto hace que el cuerpo sea susceptible a diversas enfermedades crónicas, de las cuales, la obesidad y las enfermedades del corazón son las más importantes. El asentamiento es hoy en día una problemática fundamental de sanidad pública a nivel mundial debido a las importantes consecuencias sobre la salud que tiene. La OPS ha demostrado que miles de fallecimientos en el Caribe y en América Latina están vinculados con el sedentarismo (38).

Las últimas cuatro décadas, el incremento de la sedentariedad se ha producido como consecuencia de la modernidad. La gran mayoría de los trabajos que se desempeñan en el área de la ciudad promueven el asentamiento ya que se utilizan extensos recursos tecnológicos y de maquinarias que posibilitan las labores, esto reduce la necesidad de moverse y economiza el gasto de

energía. Dentro de las acciones estáticas se encuentran ver televisión, utilizar internet, leer, utilizar un computador y dormir.

La OMS clasifica al sedentarismo dentro de los cuatro principales factores de peligro de fallecimiento, considerando que es la causa 3,2 millones de fallecimientos cada año, lo que representa el 6%. Además, el 60% de personas no ejercitan en sus tiempos libres, esto afecta su bienestar. La OMS propone bajar la magnitud de la inactividad física disminuyendo en un 10% para el 2025.

2.2.2.2.7. Hábitos Alimentarios

La alimentación es importante para la protección de la salud, ya que permite que el cuerpo y sus metabolismos se comporten de manera correcta, de modo que los alimentos que se ingieren se distribuyen y protegen de las enfermedades. Una correcta alimentación ofrece las necesidades del cuerpo, mantiene una estabilidad del peso corporal y previene un número reducido de enfermedades. Los nutrientes de tamaño diminuto y grande hacen diferentes labores dentro del cuerpo y ayudan a sostener la estabilidad de las cifras de hemoglobina (39).

Una alimentación no saludable por sí sola no es la única causa de la obesidad y el sobrepeso; estos disturbios se producen por una mezcla de componentes que interactúan de manera complicada. Hay mucho debate y varios estudios acerca de esta cuestión, que están sujetos a la geografía y al pasado de cada comunidad. Estos componentes tienen componentes sociales, económicos, culturales, biológicos, históricos, ecológicos y políticos, todos ellos contribuyendo a la vez al desarrollo de la obesidad y del sobrepeso.

Los comportamientos alimenticios sanos se identifican por una alimentación compuesta por diversas clases de alimentos que contienen nutrientes, como por ejemplo frutas, verduras, granos, proteínas magras y grasas. La correcta ingesta de nutrientes, como la fibra, las vitaminas y los minerales, es fundamental para que el cuerpo funcione adecuadamente y se evite la enfermedad. A pesar de ello, en varias sociedades contemporáneas, la alimentación se ha visto dañada a causa de ingerir excesivamente alimentos transformados y codiciosos.

2.2.2.3. Factores Genéticos

El término genética proviene del griego "γενεά" (genea), que significa "descendencia". Cuando se habla de genética, se hace referencia a los aspectos hereditarios en los cuales existe una relación cromosómica entre un individuo y sus ancestros y parientes, y se considera un factor predisponente para enfermedades transmitidas a lo largo de las generaciones (40). Estudios han demostrado que existe una relación genética significativa en la predisposición a ciertas enfermedades familiares. El riesgo de obesidad, por ejemplo, es del 27.5% en hombres y del 21.2% en mujeres si uno de sus parientes es obeso. El gen que codifica para la obesidad está localizado en el cromosoma 6, conocido como el "gen ob".

La adopción de buenos hábitos nutricionales debe comenzar en la infancia y adolescencia, ya que los padres tienen una gran responsabilidad y pueden ser una causa significativa de la obesidad en sus hijos. Las madres obesas, por ejemplo, tienden a fomentar un mayor consumo de alimentos en comparación con las madres no obesas, debido a razones como el consentimiento excesivo o sentimientos de culpa, los padres también pueden permitir hábitos que promueven el sedentarismo y malos hábitos alimenticios.

2.2.2.4. Factores Socioeconómicos

Las circunstancias socioeconómicas están íntimamente asociadas con la obesidad. Por ejemplo, la carencia de fondos económicos puede afectar el ingreso a zonas en donde es posible hacer ejercicio, además puede afectar la capacidad de adquirir alimentos con nutrientes necesarios para el cuerpo. La carencia de habilidades para cocinar además es posible que genere obesidad y sobrepeso.

Además, el estrés relacionado a las dificultades económicas, emocionales y sociales se puede ver en indicios como obesidad, depresión y ansiedad, todas estas manifestaciones tienen una relación con el estrés y la obesidad. El estrés puede ser ocasionado o consecuencia de la obesidad. Los componentes

sociales y de marginación pueden intensificar el estrés, y a su vez causar un incremento de la adiposidad de la barriga debido a la actividad excesiva del eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal y su falta de equilibrio.

Además, ciertas medicinas pueden tener efectos colaterales con respecto al peso del cuerpo debido a su influencia sobre la alimentación. El estrés se estima como una variable social que tiene relación con la obesidad a través de procedimientos neurológicos y de glándulas. Es una circunstancia que puede afectar la salud de los individuos, modificando sus metabolismos y aumentando su apetito, esto es posible que genere obesidad.

2.3. Marco Legal

2.3.1. Constitución de la República del Ecuador

Se destacan varios artículos que sustentan la importancia de la salud y la educación en el contexto de la prevención del sobrepeso y la obesidad. El artículo 32 establece que la salud es un derecho que garantiza el acceso a servicios y programas de prevención, atención y protección de la salud integral de las personas. Este precepto se relaciona directamente con la obligación de las instituciones educativas de proporcionar un entorno saludable que prevenga problemas como la obesidad y el sobrepeso en los estudiantes (41).

Asimismo, el artículo 44 reconoce que el Estado garantizará el acceso a una educación de calidad en condiciones saludables, vinculando de manera intrínseca la salud al proceso educativo. El artículo 361, por su parte, menciona que el Estado ejercerá la rectoría del sistema nacional de salud, promoviendo la salud integral en todas las políticas públicas, lo que implica que las acciones educativas también deben integrar la prevención de enfermedades como la obesidad (41).

Finalmente, el artículo 363 establece la responsabilidad del Estado en el control y regulación de la calidad de los servicios de salud, lo que abarca la necesidad de implementar programas preventivos dentro de los entornos educativos para asegurar el bienestar de los estudiantes (41). De esta forma, se refleja que la Constitución respalda a la población estudiantil y le proporciona derechos para una educación saludable.

2.3.2. Ley orgánica de la salud

Esta ley contiene artículos que refuerzan la necesidad de integrar la promoción de la salud en todos los aspectos de la vida cotidiana, incluida la educación. El artículo 4 indica que la salud es un derecho fundamental e integral que debe ser protegido y promovido por el Estado, asegurando que todas las políticas públicas, incluidas las educativas, contribuyan a la prevención de enfermedades como el sobrepeso y la obesidad (42).

En línea con esto, el artículo 7 evidencia que los programas educativos deben incluir contenidos sobre la promoción de hábitos saludables, implicando una responsabilidad de las instituciones educativas en la formación de estudiantes conscientes de la importancia de mantener un estilo de vida saludable. Por otra parte, el artículo 6 enfatiza la corresponsabilidad de todos los actores sociales en la protección de la salud, señalando que tanto el Estado como las instituciones privadas deben trabajar juntos para implementar medidas preventivas efectivas en entornos como las universidades (42).

Finalmente, el artículo 30 establece la necesidad de contar con programas de promoción de la salud que aborden específicamente las enfermedades no transmisibles, como la obesidad, destacando la relevancia de este tipo de estudios en el contexto educativo y el impacto que tienen en la salud, a corto, mediano y largo plazo (42).

2.3.3. Plan de Creación de Oportunidades 2021 - 2025

Aquí se plantean objetivos estratégicos que se vinculan directamente con la importancia de la salud y la educación en el desarrollo del país. Uno de los preceptos fundamentales de este plan es la mejora de la calidad educativa a través de la inclusión de programas que promuevan la salud integral de los estudiantes (43).

Este enfoque se alinea con la necesidad de prevenir el sobrepeso y la obesidad en los estudiantes de enfermería, destacando la importancia de integrar la promoción de estilos de vida saludables en los programas académicos como un componente esencial para asegurar el bienestar de los futuros profesionales de la salud (43).

Otro aspecto relevante del plan es el fomento de políticas públicas que promuevan la prevención de enfermedades y la promoción de la salud en todos los sectores de la sociedad. En este contexto, el estudio sobre la frecuencia de sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería se presenta como una herramienta clave para identificar áreas de intervención y para diseñar estrategias efectivas que aborden estos problemas de salud dentro de las instituciones educativas (43).

CAPÍTULO III

3. Diseño de la investigación

3.1. Tipo de investigación

Nivel: Descriptivo, se podrá observar y describir las características de estudiantes de enfermería sin influir sobre ellos. La investigación descriptiva se centra en detallar aspectos específicos del problema de estudio (44).

Método: Cuantitativo, porque recoge y analiza datos numéricos, permitiendo un análisis objetivo y preciso, este método es sistemático y organizado (45), que precisará ayuda directa para medir la frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de enfermería.

3.2. Diseño de Investigación

Según el Tiempo: Prospectivo, porque se usarán datos actuales o recogidos directamente del sujeto de estudio (46), en este caso son los estudiantes de enfermería.

Según el Período y la Secuencia del Estudio: Transversal, dado que se caracteriza por la recolección de datos en un solo punto en el tiempo, a estudiantes de enfermería durante el semestre b de 2023 (47).

3.3. Población y muestra

Estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en los diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023. La distribución de la población por ciclo es la siguiente:

- **Primer ciclo:** 273 estudiantes
- **Segundo ciclo:** 86 estudiantes
- **Tercer ciclo:** 153 estudiantes
- **Cuarto ciclo:** 55 estudiantes

- **Quinto ciclo:** 93 estudiantes
- **Sexto ciclo:** 43 estudiantes
- **Séptimo ciclo:** 42 estudiantes
- **Octavo ciclo:** 74 estudiantes

La población total es de 819 estudiantes.

Cálculo del Tamaño de la Muestra

Fórmula de la muestra para poblaciones finitas, que permitirá representar estadísticamente a la población sin perder la variabilidad de la misma (48).

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q} \quad +5 \text{ Donde:}$$

- n = Tamaño de la muestra
- N = Tamaño de la población (819)
- Z = Valor crítico de la distribución normal (para un nivel de confianza del 95%, Z = 1.96)
- p = Proporción esperada (0.5, asumiendo máxima variabilidad)
- q = 1 - p (0.5)
- e = Error de estimación (5%, es decir, 0.05)

$$n = \frac{819 \cdot (1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}{(0.05)^2 \cdot (819-1) + (1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}$$

$$n = \frac{786.1056}{3.0154} \approx 260.63$$

$$N \approx 261$$

Distribución Final de la Muestra por Ciclo

- **Primer ciclo:** 87 estudiantes
- **Segundo ciclo:** 29 estudiantes
- **Tercer ciclo:** 47 estudiantes
- **Cuarto ciclo:** 26 estudiantes
- **Quinto ciclo:** 30 estudiantes
- **Sexto ciclo:** 29 estudiantes
- **Séptimo ciclo:** 14 estudiantes
- **Octavo ciclo:** 14 estudiantes

Para el estudio, se procedió a seleccionar 276 individuos.

3.4. Criterios de Inclusión y Exclusión Criterios

de Inclusión:

- Estudiantes de enfermería de todos los ciclos matriculados en el semestre b del año 2023 en la UCSG.
- Estudiantes mayores de edad.
- Estudiantes que participan de manera voluntaria en la investigación, otorgando su consentimiento informado.

Estudiantes que tengan la completa libertad de decisión y capacidad de entendimiento para aceptar o no la investigación.

Criterios de Exclusión:

- Clasificando estudiantes dentro de otros periodos de estudio.
- Estudiantes menores de edad.
- Estudiantes que tienen características médicas que ya existen y que pueden influir en su habilidad de toma de decisión.

Estudiantes que no otorgan la autorización para participar en la investigación y no están informados sobre su consentimiento.

3.5. Procedimientos para la Recolección de Datos

Se desarrollaron instrumentos específicos y se adoptaron procedimientos estandarizados (49):

Técnica: Encuesta

Instrumento: Cuestionario, de autoría propia el cual constó de 16 ítems que buscaron analizar el perfil sociodemográfico (7 ítems), IMC (3 ítems), Hábitos alimenticios y de ejercicio (6 ítems), las escalas fueron en su mayoría nominales y algunas ordinales, se aplicaron de manera virtual por medio de Formularios de Office, la duración aproximada para la contestación de cada cuestionario era de 10 minutos.

3.6. Técnicas de Procesamiento y Análisis de Datos

Se siguieron pasos específicos, utilizando herramientas informáticas:

- Los datos se colocaron en una base de datos creada en Microsoft Excel, la cual fue específicamente concebida para este propósito.

- Se ejecutaron procedimientos de depuración de datos con el fin de cerciorarse de que la información introducida esté completa y sea precisa, quitando repetidos y concretando posibles equivocaciones.

Análisis de Datos:

- **Análisis Descriptivo:** Se ejecutaron análisis de tipo descripción que involucran las características demográficas de la muestra y los grados de obesidad y sobrepeso.
- **Análisis Estadístico:** Se aplicaron métodos estadísticos para determinar las relaciones entre las variables analizadas, utilizando software específico como SPSS versión 29.
- **Tabulación de Datos:** La información fue exhibida en forma de gráficos para que sea más fácil su entendimiento y esté más presentable en el documento final del análisis.

3.7. Procedimientos para garantizar aspectos éticos en las investigaciones con sujetos humanos

Se llevó a cabo respetando los principios éticos fundamentales, asegurando la integridad de los estudiantes (50).

3.8. Operacionalización de variables

Variable General: Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería.

Tabla 1. Operacionalización de variables

Dimensiones	Indicadores	Escala	Técnica / Instrumento
Perfil sociodemográfico	Ciclo	I II III IV V VI VII VIII	Cuestionario
	Sexo	Masculino	

		Femenino	
	Edad	18 – 25 25 – 30 30 – 35 35 - 40	
	Estado civil	Soltero Casado Unión libre Viudo Divorciado	
	Hijos	Si no	
	Labora	Si No	
	Trabaja	Independiente Dependiente	
Índice de Masa Corporal	IMC	Bajo Peso: <18.5 Normal peso: 18.5-24.9 Sobrepeso: 25-29.9 Obesidad grado 1: 30-34.9 Obesidad grado 2: 35-39.9 Obesidad grado 3: ≥ 40	Cuestionario
	Peso	_____	
	Talla	_____	
Hábitos alimenticios	Desayuno	Proteínas Carbohidratos Vitaminas Minerales otros	Cuestionario
	Almuerzo	Proteínas Carbohidratos Vitaminas Minerales otros	
	Merienda	Proteínas Carbohidratos Vitaminas Minerales otros	

	Entre comidas	Si No	
	Caminata	Todos los días	Cuestionario
Hábitos ejercicios		Una vez por semana Dos veces por semana Tres veces por semana No realiza	
	Deportes	Fútbol Básquet Natación Boli Otro Ninguno	

CAPÍTULO IV

4. Presentación y análisis de resultados

Para dar respuesta al primer objetivo específico que consistió en establecer los datos sociodemográficos, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 1. Frecuencia de distribución por edad

	F	FA	FR	Porcentaje
< 18 años	29	29	0.105	11%
18 - 23 años	142	171	0.514	53%
23 - 28 años	71	242	0.257	26%
28 - 33 años	19	251	0.069	7%
33 - 40 años	13	274	0.047	5%
> 40 años	2	276	0.007	1%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se evidencia que el grupo más representativo se encuentra en el rango de 18 a 23 años, abarcando el 53% del total, de modo que la mayoría de los estudiantes inicia su formación profesional en edades tempranas, posiblemente tras una transición directa desde la educación secundaria. Asimismo, un 26% de los estudiantes está en el rango de 23 a 28 años, lo cual sugiere que una porción significativa retoma o ingresa a la carrera después de algunos años, ya sea por haber retrasado su ingreso a la universidad o por cambios en su trayectoria educativa. Por otro lado, el grupo de estudiantes de 40 años el 1%, lo que indica que es muy poco común que personas en este rango etario se inscriban en la carrera, subrayando una clara tendencia hacia la educación en enfermería en edades más jóvenes (34).

Tabla 2. Frecuencia de distribución por sexo

	F	FA	FR	Porcentaje
Femenino	203	203	0.736	74%

Masculino	73	276	0.264	26%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se revela una clara predominancia del género femenino, que constituye el 74% del total, poniendo de manifiesto la histórica tendencia de una mayor participación de mujeres en el campo de la enfermería, lo cual se ha mantenido a lo largo del tiempo. En contraste, solo el 26% de los estudiantes son hombres, lo que indica que, aunque la participación masculina ha incrementado en algunas áreas de la salud, en enfermería sigue siendo considerablemente menor (34).

Tabla 3. Frecuencia de distribución por estado

	civil			
	F	FA	FR	Porcentaje
Soltero	232	232	0.837	84%
Casado	22	254	0.080	8%
Unión libre	19	273	0.069	7%
Divorciado	3	276	0.011	1%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se evidencia una clara predominancia de individuos solteros, que representan el 84% de la totalidad, esta predominancia denota que la gran mayoría de los estudiantes están en una etapa de existencia en la que resaltan su capacitación académica, esto es usual en las edades típicas de la vida universitaria. Por otro lado, únicamente el ocho por ciento de los estudiantes están casadas, y un siete por ciento están en una relación libre, esto denota que una parte menor de los estudiantes combina los estudios con las labores

del hogar. Finalmente, el 1% de los estudiantes están separados, esto denota que son pocos los que han convivido en matrimonio previo (34).

Tabla 4. Tiene hijos

	F	FA	FR	Porcentaje
No	236	236	0.855	86%
Si	40	276	0.145	14%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se muestra que la gran mayoría, un 86%, no tiene hijos, este dato es significativo, ya que permite suponer que la mayoría de los estudiantes pueden dedicar mayor tiempo y concentración a sus estudios sin las responsabilidades adicionales que implica la crianza de hijos.

Por otro lado, el 14% de los estudiantes sí tiene hijos, evidenciando que existe un grupo que enfrenta el desafío de equilibrar sus responsabilidades familiares con la exigencia de su formación académica. Este aspecto es relevante al considerar el enfoque cultural del cuidado de la enfermera a la familia, pues aquellos estudiantes que son padres o madres pueden aportar una perspectiva personal y enriquecedora, y cómo este se refleja en su futura práctica como enfermeros (34).

Tabla 5. Aspecto laboral

Trabaja	F	FA	FR	Porcentaje
No trabaja	166	166	0.601	60%
Si trabaja	110	276	0.399	40%
TOTAL	276	552	1.000	100%
Tipo de trabajo	F	FA	FR	Porcentaje
Independiente	143	143	0.518	52%
Dependiente	133	276	0.482	48%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

El estudio de la apariencia de los estudiantes de enfermería evidencia que el 60% no trabaja, esto les proporciona la posibilidad de concentrarse totalmente en sus estudios, que es un elemento fundamental para el oficio que tienen. Sin embargo, el 40% restante mezcla los estudios con el empleo, esto implica un desafío extra en términos de energía y tiempo. Dentro de los alumnos que laboran, el 52% lo hace de manera independiente, esto puede darles cierto grado de flexibilidad en la administración de sus tiempos, en tanto que el 48% lo hace de manera dependiente, esto puede insinuar posibles dificultades en la combinación del trabajo con los requerimientos de la escuela (4).

Tabla 6. ciclos de estudio

	F	FA	FR	Porcentaje
I	87	87	0.315	32%
II	29	116	0.105	11%
III	47	163	0.170	17%
IV	26	189	0.094	9%
V	30	219	0.109	11%
VI	29	248	0.105	11%
VII	14	262	0.051	5%
VIII	14	276	0.051	5%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se evidencia que el mayor porcentaje se encuentra en el primer mes, con un 32%, esto denota una alta cuenta de nuevos estudiantes que se añaden. En oposición, el tercer periodo representa el 17% de los estudiantes que se inscriben, asimismo se destaca como una agrupación de gran número, esto sugiere una importante atracción luego del primer año de estudios. Por otro

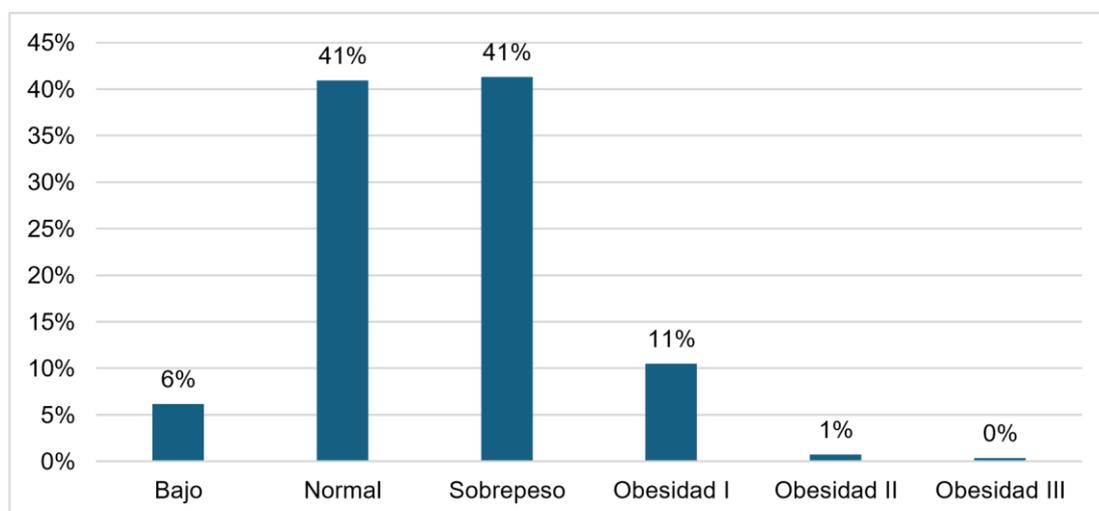
lado, los índices más bajos se hallan en el 7^o y 8^o semestres, con un 5%, esto podría simbolizar la terminación en aumento de la carrera o un número menor de estudiantes que llegan a la etapa final de su formación académica (3). Para dar respuesta al segundo objetivo específico que consistió en clasificar según su IMC, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 7. Índice de masa corporal del estudiante

	F	FA	FR	Porcentaje
Bajo	17	17	0.602	6%
Normal	113	130	0.409	41%
Sobrepeso	114	244	0.413	41%
Obesidad I	29	273	0.105	11%
Obesidad II	2	275	0.007	1%
Obesidad III	1	276	0.004	0%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Figura 1. Índice de masa corporal del estudiante



Fuente: Encuestas.

Análisis.

El estudio del IMC de los estudiantes de enfermería evidencia que los dos grupos que predominan son aquellos que tienen un IMC igual o superior a la

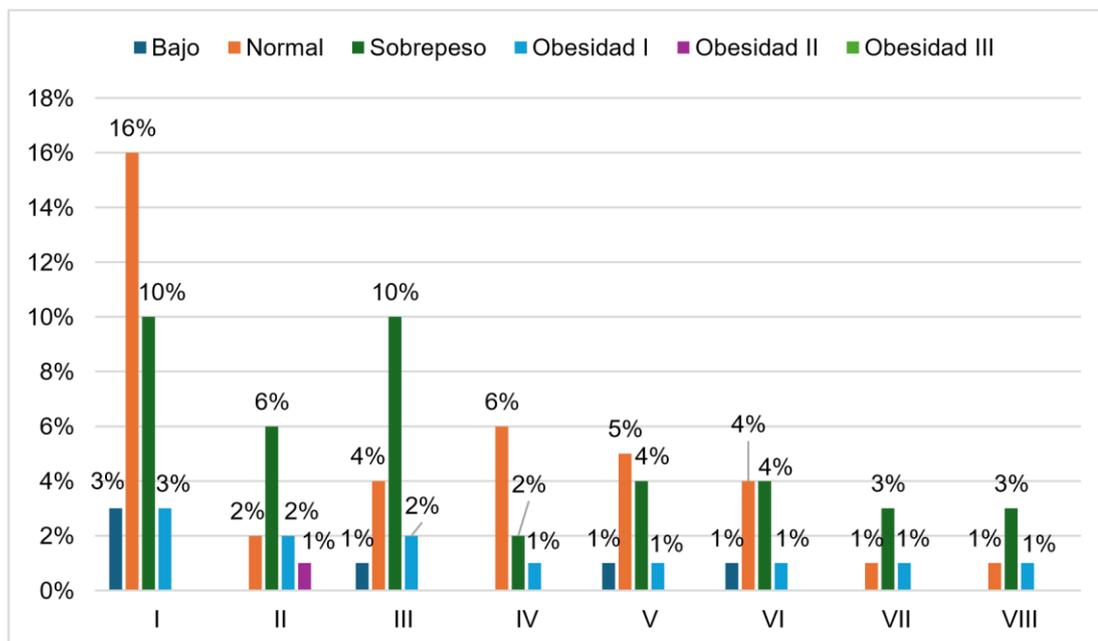
media, que representan el 41% de la población del curso, insinuando que, a pesar de que una parte significativa de los estudiantes tiene un peso saludable, una proporción de problemas iguales se asocia con el sobrepeso (24). Además, únicamente el 0.4% de los estudiantes se encuentran dentro del rango de peso adecuado, esto es, dentro del tipo III de la escala de clasificación de la obesidad.

Tabla 8. Índice de masa corporal de los estudiantes de carrera de ciclo B del año 2023

Ciclo	Bajo	Normal	Sobrepeso	Obesidad I	Obesidad II	Obesidad III
I	8	44	28	8	0	0
II	0	6	17	6	3	0
III	3	11	28	6	0	0
IV	0	17	6	3	0	0
V	3	14	11	3	0	0
VI	3	11	11	3	0	0
VII	0	3	8	3	0	0
VIII	0	3	8	3	0	0
TOTAL	17	109	117	35	3	0

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Figura 2. Índice de masa corporal y ciclos de estudio



Fuente: Encuestas.

Análisis.

Los estudiantes con un IMC normal se concentran en el primer semestre (16%), esto denota que gran parte de los alumnos inician los estudios con un peso normal. No obstante, se evidencia un aumento de peso normal y obesidad en las categorías de sobrepeso y obesidad cuando los estudiantes se mueven hacia arriba en los semestres, particularmente en el segundo (10% de sobrepeso) y en el tercer semestre (10% de sobrepeso y 4% de obesidad I).

Este incremento insinúa que las dificultades académicas y la posible transformación de los comportamientos de vida están teniendo efectos no deseados en la corporeidad de los estudiantes. Además, la presencia de estudiantes que tienen un peso bajo se mantiene en una magnitud baja, resaltando sobre todo en los primeros años de estudio, precisando la instauración de comportamientos sanos que prevengan el aumento de peso además de los casos de peso bajo, en los primeros años de la formación superior (23).

Para dar respuesta al tercer objetivo específico que consistió en indicar los hábitos de los estudiantes con respecto a la alimentación, actividades físicas y consumo de agua, se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 9. Hábitos de ingesta en el desayuno

	F	FA	FR	Porcentaje
Carbohidratos	172	172	0.623	62%
Proteínas	156	328	0.565	57%
Vitaminas	102	430	0.370	37%
Minerales	58	468	0.210	21%
Otros	31	519	0.112	11%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

En el desayuno de los alumnos de enfermería, se evidencia que los dos componentes que se ingieren con mayor frecuencia son los carbohidratos, que representan el 62%, y las proteínas, que equivalen al 57%, manifestando que la gran mayoría de los estudiantes priorizan estos macronutrientes, fundamentales para proveer energía y conservar el hambre durante el día. Sin embargo, únicamente el 11% de los alumnos hace referencia a consumir otros tipos de alimentos, un conjunto que contiene alimentos menos saludables como por ejemplo las frituras y los snacks, esto sugiere la posible existencia de chatarra en el desayuno de algunos alumnos (33).

Tabla 10. en el habito ingesta almuerzo

	F	FA	FR	Porcentaje
Carbohidratos	140	140	0.265	51%
Proteínas	191	331	0.362	69%
Vitaminas	95	426	0.180	34%
Minerales	83	509	0.157	30%
Otros	19	528	0.036	7%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Durante el lunch, se evidencia que los componentes que se encuentran en sus alimentos son el más destacable, con un 69% de ingesta, seguidos por los carbohidratos, que toman el 51%, y se prioriza una alimentación que mezcla

alimentos que brindan energía y que tienen proteínas, esto es importante para sostener un desempeño óptimo durante el día (23). En oposición, el 7% de los estudiantes indica que han consumido "otro" alimentos durante el almuerzo.

Tabla 11. Habito ingesta de la merienda

	F	FA	FR	Porcentaje
Carbohidratos	153	153	0.554	55%
Proteínas	171	324	0.620	62%
Vitaminas	100	424	0.362	36%
Minerales	81	505	0.293	29%
Otros	30	535	0.109	11%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se muestra que las proteínas, con un 62%, y los carbohidratos, con un 55%, son los componentes más consumidos, este patrón indica que los alumnos priorizan alimentos que brindan energía y terminación de la jornada laboral. Además, únicamente el 11% por ciento de los estudiantes añade "otros" alimentos a su comida, esto indica una tendencia preocupante hacia la ingesta de alimentos menos saludables en el momento en que se come. Estos números exhiben una alimentación en la cual, a pesar de que se priorizan los macronutrientes fundamentales, es necesario tener cuidado con la diversidad y calidad de los alimentos ingeridos (31).

Tabla 12. De entre ingesta de alientos de comida

	F	FA	FR	Porcentaje
Sí	216	216	0.783	78%
No	60	276	0.217	22%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se evidencia una amplia mayoría, el 78%, admite consumir alimentos fuera de las comidas principales. Este hábito podría estar relacionado con la necesidad de mantener los niveles de energía a lo largo del día, especialmente en una carrera que puede ser físicamente demandante, aunque este aspecto puede ser contraproducente para la salud del joven, ya que la comida consumida puede ser desproporcionada y puede influir en el aumento de peso, en dependencia de la actividad física que realiza el joven.

Por otra parte, un 22% de los estudiantes no realiza este tipo de ingesta, indicando que un mayor control sobre sus hábitos alimenticios o una preferencia por concentrar su nutrición en las comidas principales. La alta prevalencia de consumo entre comidas sugiere la importancia de promover opciones saludables para estos momentos, evitando que este hábito contribuya a la ingesta de calorías vacías o alimentos de baja calidad nutricional (3).

Tabla 13. Frecuencia con que se realiza caminatas

	F	FA	FR	Porcentaje
No realiza	89	89	0.322	32%
1 vez por semana	40	129	0.145	14%
3 veces por semana	48	177	0.174	17%
Todos los días	99	276	0.359	36%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

La frecuencia de veces que los alumnos de enfermería hacen caminatas es muestra de que el 36% de ellos la realizan diariamente, esto denota una buena condición de actividad física dentro de este grupo.

A pesar de ello, es inquietante que el 32% no hace caminatas, esto puede estar relacionado a una existencia más inactiva y tiene posibles consecuencias nefastas a la salud a largo plazo. También, el 17% de los estudiantes hace caminatas tres veces por semana, en tanto que únicamente el 14 % lo hace una vez por semana, lo que refleja que una parte significativa de los estudiantes mantiene una actividad física moderada pero no diaria (6).

Tabla 14. Qué tipo de deporte practican

	F	FA	FR	Porcentaje
Ecuavóley	6	6	0.022	2%
Básquet	9	15	0.033	3%
Natación	11	26	0.040	4%
Fútbol	25	51	0.091	9%
Otros	105	156	0.384	38%
Ninguno	120	276	0.440	44%
TOTAL	276	552	1.000	100%

Fuente: Encuestas a estudiantes de enfermería de diferentes ciclos durante el semestre B del año 2023.

Análisis.

Se revela que un 44% no hace ningún tipo de actividad deportiva, esto señala una corriente preocupantemente baja en la actividad física. Por otro lado, el 38% de los estudiantes manifiesta que entrena deportes que se consideran "otros", esto es, una diversidad de deportes no tradicionales o menos frecuentes, que no fueron nombrados en la investigación. Dentro de los deportes particulares, el fútbol es el que se practica con mayor frecuencia, al ser un 9%, le siguen la natación con un 4%, el básquet con un 3% y el ecuavóley, que únicamente tiene un 2%, esto evidencia una falta de participación en deportes oficiales y una importante deficiencia de actividad física regular entre los estudiantes.

5. Discusión

En la descripción de los datos sociodemográficos, en su mayoría con un 53%, poseían edades entre 18 a 23 años, esto coincido con lo reportado por Galeano et al. en Colombia, donde también se observó una prevalencia significativa de estudiantes jóvenes en programas de salud, representando un 57% de la muestra. (18)

No obstante, a diferencia de otros estudios que muestran una distribución más amplia en edades mayores, como el de Santa Cruz et al. en Perú, que reportó un 25% de estudiantes en edades superiores a 24 años, esta investigación deja entrever una tendencia hacia una formación en enfermería predominantemente juvenil, de esta forma, la concentración de jóvenes podría

indicar una mayor disposición y capacidad para enfrentar retos académicos, pero también podría limitar la diversidad de experiencias en el entorno educativo. (22)

En relación con la distribución por sexo, el estudio reveló que el 74% de los estudiantes eran mujeres, lo cual coincide con los hallazgos de Souza et al. en Brasil, donde se observó una predominancia femenina en la enfermería con un 80%. Sin embargo, esta continuidad histórica de predominio femenino en la profesión puede estar contribuyendo a perpetuar estereotipos de género, lo que plantea un desafío para la inclusión masculina. Aunque esta tendencia podría considerarse una fortaleza en cuanto a la consistencia en la vocación de cuidado, también pone en manifiesto la necesidad de estrategias que promuevan una mayor diversidad de género en la profesión. (19)

Además, el estudio mostró que el 84% de los estudiantes eran solteros, lo cual refleja lo encontrado por Santa Cruz et al. en Perú, donde la mayoría de los estudiantes también eran solteros, con un 89% de la muestra, aquí se observa un reflejo de la dedicación y el enfoque en los estudios durante esta etapa de la vida, pudiendo beneficiarse en los aspectos catedráticos. (22)

Respecto a la clasificación del alumnado en enfermería según el IMC, el 41% de los estudiantes presentaba sobrepeso, coincidiendo con los resultados de Huaman y Bolaños en Perú, quienes encontraron una prevalencia similar de 42% en su población estudiada. Este hallazgo contrasta con estudios en otras regiones como el de Salazar et al (21). en Colombia, donde el sobrepeso afecta al 25% de los estudiantes, lo que sugiere que factores culturales y ambientales locales podrían estar influyendo en la exacerbación de este problema. No obstante, la cifra observada en este estudio es alarmante y da a conocer la urgencia de intervenciones para abordar esta problemática, dado que se verifica que el IMC va ascendiendo conforme superan los semestres. (4)

Mientras tanto, el análisis de los hábitos alimentarios reveló un consumo significativo de alimentos ricos en carbohidratos y proteínas, pero también de productos menos saludables. Coinciden con Maza et al. en Ecuador, quienes encontraron que el 60% de los estudiantes universitarios consumía alimentos con bajo valor nutricional de manera frecuente. Esta tendencia a consumir

alimentos de bajo valor nutricional, posiblemente impulsada por la conveniencia y la falta de tiempo, destaca la necesidad de una mayor educación nutricional y estrategias que faciliten el acceso a opciones más saludables en los entornos universitarios. (23)

Por otro lado, se evidenció que un 47% de los estudiantes no se ejercitaban ni realizaban ninguna actividad, lo que concuerda con los descubrimientos de Flores et al. en México, donde un 45% reportó niveles bajos de actividad física. Este comportamiento de los estudiantes está entre las cosas más preocupantes, ya que no solo tiene como consecuencia el aumento del IMC, sino que además puede influir de manera negativa. A pesar de que la inactividad física se puede asociar con las exigencias del colegio y con el tiempo limitado. (24)

La correlación en sentido inverso entre el IMC y hábitos saludables, hallada en el presente estudio, concuerda con la reportada por Huamán y Bolaños en Perú, quienes encontraron que el 70% de los estudiantes con IMC elevado tenían baja actividad física. Este patrón que el IMC aumenta, la actividad física disminuye, lo que agrava el problema del sobrepeso y la obesidad. Si bien esta relación es comprensible desde una perspectiva biológica y conductual que motiven a los estudiantes a participar en actividades físicas regulares, rompiendo así el ciclo de sedentarismo y aumento de peso. (21)

Un aspecto destacado del estudio fue la identificación de patrones de consumo de alimentos entre comidas, donde el 78% de los estudiantes admitió consumir snacks fuera de las comidas principales. Este comportamiento, que podría estar vinculado al estrés académico, encuentra un paralelo en los resultados de Souza et al. en Brasil, donde el 66% de los estudiantes reportó nivel de ansiedad alimentaria en sucesos de estrés. (19)

A pesar de los importantes descubrimientos, el análisis tuvo ciertas limitaciones que requerían de la recolección de información a través del auto reporte, esto pudo presentar problemas de sesgo. Finalmente, la perspectiva desde una única institución resta la posibilidad de generalizar los efectos a otras clases de estudiantes.

Al fin y al cabo, entre los provechos del análisis se encuentra la capacidad de hallar de manera específica y apremiante las zonas que requieren ser intervenidas en los comportamientos de los estudiantes de enfermería . La colaboración entre los alumnos y el ingreso directo al público estudiantil fue la clave para que este estudio se desarrollará, dando origen a una base para la elaboración de proyectos universitarios.

6. Conclusiones

En relación con los datos sociodemográficos, el estudio determinó que en su mayoría los estudiantes eran de sexo femenino jóvenes y solteras, confirmando la tendencia predominante en programas de formación en salud, donde se observa una mayor presencia femenina y un perfil etario juvenil, de modo que tienen mayores recursos para enfrentar las demandas académicas intensivas.

En referencia a la Clasificación de IMC de los estudiantes, se detectó una mayor presencia de obesidad y sobrepeso en este grupo, en particular en los estudiantes que se encontraban en los semestres finales, de modo que las causas de aumento de peso asociadas a la vida universitaria y sedentarismo están influenciando el incremento del IMC a lo largo de la formación profesional en enfermería.

En relación con las costumbres alimenticias y de ejercitación, se evidenció un consumo elevado de alimentos de escaso valor nutritivo y una alta tasa de inactividad física. Estos comportamientos se hicieron habituales en cada uno de los semestres y estuvieron vinculados directamente con los índices de masa corporal encontrados en el grupo examinado.

7. Recomendaciones

En función de los datos sociodemográficos observados, se recomienda implementar estrategias que promuevan una mayor inclusión y diversidad en la formación de enfermería, fomentando la participación de estudiantes de diferentes géneros y edades para enriquecer el entorno educativo y profesional.

Dado el elevado índice de sobrepeso y obesidad identificado, es necesario desarrollar programas de intervención nutricional dirigidos a los estudiantes de enfermería, con un enfoque particular en aquellos en semestres más avanzados, donde la prevalencia es mayor.

En vista de los hábitos alimenticios y la inactividad física detectados, se sugiere la creación de campañas educativas y actividades extracurriculares que integren la nutrición balanceada y el ejercicio regular en la rutina diaria de los estudiantes, con el fin de mejorar su bienestar general y reducir los riesgos asociados a estos comportamientos.

8. Referencias

1. OMS. Obesidad y sobrepeso. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2024. Available from: <https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/obesityand-overweight>.
2. American Psychological Association. Estrés en América™ 2020. Estrés en tiempos de COVID-19, Volumen Uno. [Online].; 2021. Available from: <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/report>.
3. CDC. Consejos para una alimentación saludable. Centers for Disease Control and Prevention. [Online].; 2021. Available from: <https://www.cdc.gov/nccdcphp/dnpao/features/healthyeatingtips/indexes.html>.
4. Salazar D, Alzate T, Múnera H, Pastor M. Sobrepeso, obesidad y factores de riesgo: un modelo explicativo para estudiantes de Nutrición y Dietética de una universidad pública de Medellín, Colombia. *Perspectivas en Nutrición Humana*. 2021 Junio; 22(1).
5. Ramos J, Carballeira M. Obesidad y sobrepeso: conceptualización e intervención desde la enfermería en España. *Ene*. 2022 Enero 31; 15(2).
6. Barja S, Pino M, Portela I, Leis R. Evaluación de los hábitos de alimentación y actividad física en escolares gallegos. *Nutrición Hospitalaria*. 2020 Junio; 37(1).
7. Glass , O'Hara , Canham , Cilliers , Dunaway , Fenwick , et al. Craneosinostosis relacionada con ERF: perfil fenotípico y de desarrollo de un nuevo síndrome de craneosinostosis. *Am J Med Genet A*. 2019 Abril; 179(4).
8. OMS. Dieta saludable. [Online].; Organización Mundial de la Salud. Available from: <https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/healthy-diet>.
9. Reiss D, Caplan A. Consideraciones sobre la obligatoriedad de una nueva vacuna contra el Covid-19 en EE. UU. para niños y adultos. *J Law Biosci*. 2020 Junio; 7(1).

10. Pyter , McKim , Husain , Calero , Godbout , Sheridan , et al. Efectos de las heridas dérmicas en la inmunobiología del tumor primario distal en ratones. J Surg Res. 2019 Junio; 9(16).
11. García , Gutiérrez. Índice de masa corporal asociado a imagen corporal y autoestima en adultos jóvenes, UMF 62. Revista mexicana de medicina familiar. 2023 Marzo; 10(1).
12. NIH. ¿Qué son el sobrepeso y la obesidad? National Heart, Lung, and Blood Institute. [Online].; 2022. Available from: <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/sobrepeso-y-obesidad>.
13. NIH. ¿Cuáles son las causas del sobrepeso y la obesidad? National Heart, Lung and Blood Institute. [Online].; 2021. Available from: <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/sobrepeso-y-obesidad/causas>.
14. OPS. La OPS insta a hacer frente a la obesidad, principal causa de enfermedades no transmisibles en las Américas. [Online].; 2023. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/3-3-2023-ops-instahacerfrenteobesidad-principal-causa-enfermedades-no-transmisibles>.
15. INEC. Evolución histórica de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Quito: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, Dirección de Normativas, Estandarización y Calidad Estadística; 2019.
16. Herrera A, Sarmiento. Sobrepeso y obesidad: factores familiares, dietéticos y de actividad física en escolares de una institución educativa de estrato medio-alto en Cali, Colombia. Biomédica. 2022 Mayo; 42(1).
17. Ortiz L, Tapia E, Pérez D. Diagnóstico y tratamiento de la obesidad en adultos mexicanos: cambios entre 2006 y 2018. Archivos Latinoamericanos de Nutrición. 2023 Marzo; 72(3).
18. Galeano V, Martínez E, Burgos R, Meza J. Comportamiento alimentario y actividad física en. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud.. 2023 Abril; 21(1).
19. Souza J, Silva P, Carvalho R, Carolina M, Gonçalves A, Bosi T. Estrés y sobrepeso/obesidad en estudiantes de enfermería. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2019; 27(31).

20. Ugarte D, Palomino C, Palomino J. Influencia del sobrepeso y la obesidad. *Asoc Esp Med Trab.* 2020 Junio; 29(2).
21. Huaman L, Bolaños N. Sobrepeso, obesidad y actividad física en estudiantes de enfermería pregrado de una universidad privada. *Enfermería Nefrológica.* 2020 Octubre; 23(2).
22. Santa Cruz C, Tenorio S, Pérez D, Cabrejo J. Factores Asociados al Exceso de Peso Corporal en Estudiantes Universitarios en Tiempos de Covid-19. *Fac. Med. Hum.* 2023; 23(2).
23. Maza F, Caneda M, Vivas C. Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantres universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. *Psicogente.* 2022.
24. Flores P, Reinoso D, Rosero S. Sobrepeso y obesidad autopercebidos en estudiantes universitarios. *a Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud.* 2023 Junio; 7(13).
25. Guapi F, Morcillo R, Falcones E, Mina J. Prevalencia de sobrepeso y obesidad. Problema de salud en la comunidad universitaria y politécnica ecuatoriana. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. Salud y Vida.* 2023 Enero; 6(12).
26. Valdez E, Solis U, Valdez J. Control del sobrepeso y la obesidad en adultos de Chimborazo, Ecuador. *Revista Cubana de Medicina General Integral.* 2022 Septiembre; 38(3).
27. Quiroga E, Delgado V, Ramos P. Valor diagnóstico de indicadores antropométricos para sobrepeso y obesidad. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición.* 2022; 72(1).
28. Lomaglio D, Marrodán M, Dipierri J, Alfaro E, Bejarano I. Referencias de índice de masa corporal. Precisión diagnóstica con área grasa braquial en escolares argentinos. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición.* 2022 Agosto; 72(1).

29. Shamah T, Campos I, Nasu L, Barrera L, Morales M, Rivera J, et al. Sobrepeso y obesidad en población mexicana en condición de vulnerabilidad. *Salud Pública de México*. 2021 Diciembre.
30. Hidalgo K, Tisalema E, Freire J, Jácome M. Sobrepeso y obesidad en los adolescentes. *Vive Revista de Salud*. 2022; 5(14).
31. Lozano C, Calvo G, Armenta C, Pardo R. La influencia de los grupos sociales en la alimentación de estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*. 2021 Agosto; 11.
32. Lizandra J, Gregori M. Estudio de los hábitos alimentarios, actividad física, nivel socioeconómico y sedentarismo en adolescentes de la ciudad de Valencia. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*. 2022 Enero; 25(2).
33. Marti A, Calvo C, Martínez A. Consumo de alimentos ultraprocesados y obesidad: una revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*. 2021 febrero; 38(1).
34. Anderson C, Verduzco G, Gutiérrez L. Relación entre factores socioeconómicos y obesidad abdominal en adultos mexicanos. *Estudios sociales. Revista de alimentación contemporánea y desarrollo regional*. 2021 Junio; 30(55).
35. Gómez M, Pesantes S, Cáceda G, Pérez C, Hilario J, Leitón Z. Porcentaje de grasa corporal asociado a factores demográficos, clínicos y académicos en estudiantes de una universidad pública. *Revista Salud Uninorte*. 2023 Agosto; 39(2).
36. Reyes H:CY. Beneficios de la actividad física en espacios naturales sobre la salud del adulto mayor. *Ene*. 2021 Enero; 14(2).
37. Zamora J, Laclé M. Estimación del gasto energético y tiempo dedicado a la actividad física en escolares costarricenses con sobrepeso u obesidad por medio del acelerómetro Actiheart. *Población y Salud en Mesoamérica*. 2022 Junio; 19(2).

38. Milione H, Parodi R, Buchaca E, Orellana L, Fortuna M, Coral C, et al. Sedentarismo y riesgo cardiovascular. Medicina (Buenos Aires). 2023 Marzo; 83.
39. Plaza J, Martínez S, Navarro R. Hábitos alimenticios, estilos de vida y riesgos para la salud. Estudio en una población militar. Sanidad Militar. 2023 junio; 78(2).
40. Quintero Y, Bastardo G, Angarita C, Rivas J, Suarez C, Uzcategui A. El estudio de la obesidad desde diversas disciplinas. Múltiples enfoques una misma visión. Revista Venezolana de Endocrinología y Metabolismo. 2021 Abril; 18(3).
41. Constitución de la República del Ecuador. ; 2008.
42. Ley Orgánica de Salud. ; 2006.
43. Plan de Creación de Oportunidades 2021-2025. ; 2021.
44. Castañeda M. La científicidad de metodologías cuantitativa, cualitativa y emergentes. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria. 2022; 16(1).
45. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta: McGraw-Hill Interamericana Editores; 2023.
46. Barbosa-Moreno A, Mar-Orozco C, Molar-Orozco J. Metodología de la investigación. Métodos y técnicas: Patria Educación; 2020.
47. Echevarría P. Investigación en metodología y lenguajes enfermeros: Elsevier Health Sciences; 2020.
48. Guevara G, Verdesoto A, Castro N. Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación acción). RECIMUNDO. 2020; 4(3): p. 163-173.
49. Niño-Rojas V. Metodología de la investigación. Diseño, ejecución e informe. Segunda ed.: Ediciones de la U; 2021.

50. Zacarías H, Supo J. Metodología de la investigación científica para las Ciencias de la Salud y las Ciencias Sociales: Amazon Digital Services LLC - Kdp; 2020.
51. Mora M, Duque G, Villagran F, Otzen T. Mora, M.; Duque. International Journal of Morphology. 2022; 40(5).

Anexos

Anexo 1. Autorización de la UCSG



Guayaquil, 13 de Junio del 2024

Srta. Deisy Cabezas Ordoñez
Srta. Jannet Salazar Salazar
Estudiantes de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil



De mis consideraciones:

Reciban un cordial saludo de parte de la Dirección de la Carrera de Enfermería, a la vez les comunico, que su tema de trabajo de titulación, "**Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la carrera de enfermería matriculados en el semestre b/2023**" ha sido aprobado por la Comisión Académica de la Carrera, la tutora asignada es la Lic. Olga Muñoz Roca.

CARRERAS:
Medicina
Odontología
Enfermería
Nutrición, Dietética y
Estética
Terapia Física

Me despido deseándoles éxito en la realización de su trabajo de titulación.

Atentamente,

Telf.: 3804600
Ext. 1801-1802
www.ucsg.edu.ec
Apartado 09-01-4671
Guayaquil-Ecuador



Lda. Ángela Mendoza Vincés
Directora de la Carrera de Enfermería
Universidad Católica de Santiago de Guayaquil

cc. Archivo

Anexo 2. Formulario de encuesta

13:26 M ...

Forms Frecuencia de so... - Guardado v ? D

Plantillas

00

Sección 1

Socio Demográfico

1. Escoja el nivel al que pertenece ...

- I
- II
- III
- IV
- V
- VI
- VII
- VIII

Preguntas ▶ Respuestas 277

13:26 M ...

Forms Frecuencia de so... - Guardado v ? D

Plantillas

00

NO

6. Labora ...

- Sí
- No

7. ¿De que forma trabaja? ...

- Independientemente
- Dependiente

13:26 M ...

Forms Frecuencia de so... - Guardado v ? D

Plantillas

00

Sección 2

Datos Personales

2. ¿Cuál es su sexo? ...

- Masculino
- Femenino

13:26 M ...

Forms Frecuencia de so... - Guardado v ? D

Plantillas

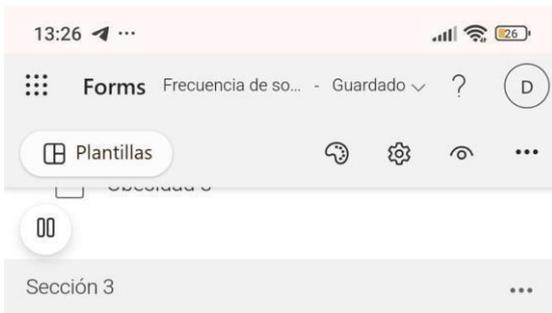
00

4. Estado Civil ...

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Union Libre
- Divorciado

5. ¿Tienes Hijos? ...

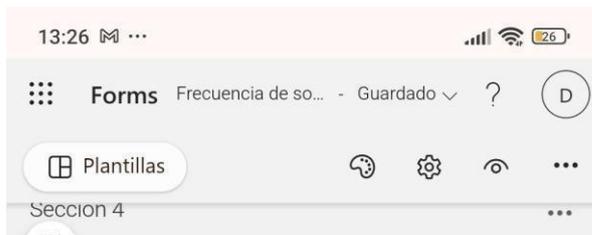
- Sí
- No



Hábitos Alimenticios

9. Generalmente ¿Qué ingieres en el desayuno? ...

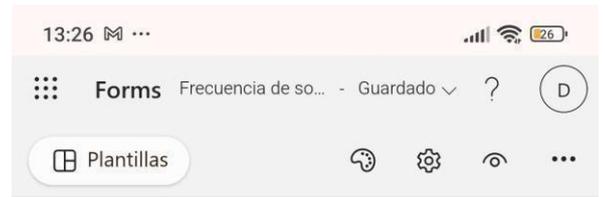
- Próteinas
- Carbohidratos
- Vitaminas
- Minerales
- Otros



Hábitos de Ejercitación

13. ¿Con que frecuencia realizas caminatas? ...

- Todos los días
- 3 veces por semana
- No realiza
- 1 ves por semana



11. Generalmente ¿Qué ingieres en el almuerzo? ...

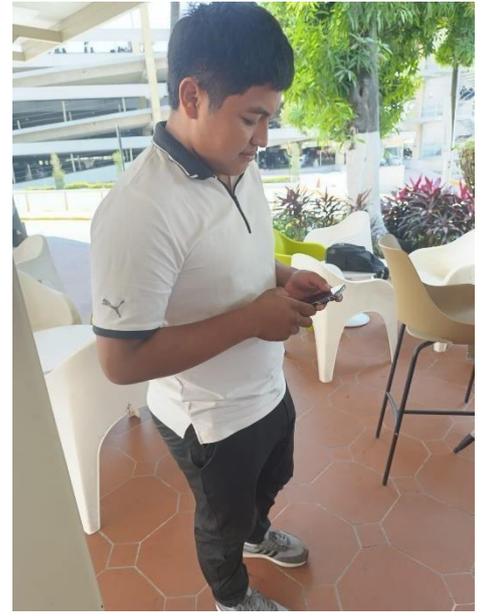
- Próteinas
- Carbohidratos
- Vitaminas
- Minerales
- Otros

14. ¿Qué tipo de deportes practicas? ...

- Futbol
- Básquet
- Natación
- Ecuaboli
- Otro
- Ninguno

+ Agregar nuevo







Presidencia
de la República
del Ecuador



Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Cabezas Ordoñez, Deisy Linner**, con C.C: # 0954245403 autor/a del trabajo de titulación: **Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la Carrera de Enfermería matriculados en el semestre b/2023** previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, **02 de 09 de 2024**

f. _____

Deisy Linner Cabezas Ordoñez
Nombre: **Cabezas Ordoñez, Deisy Linner**
C.C: **0954245403**



**Presidencia
de la República
del Ecuador**



**Plan Nacional
de Ciencia, Tecnología,
Innovación y Saberes**



DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, **Salazar Salazar, Nelly Janeth**, con C.C: # 0914367396 autor/a del trabajo de titulación: **Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la Carrera de Enfermería matriculados en el semestre b/2023** previo a la obtención del título de **Licenciada en Enfermería** en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tienen las instituciones de educación superior, de conformidad con el Artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la SENESCYT a tener una copia del referido trabajo de titulación, con el propósito de generar un repositorio que democratice la información, respetando las políticas de propiedad intelectual vigentes.

Guayaquil, **02** de **09** de **2024**

f

Nombre: **Salazar Salazar, Nelly Janeth**

C.C: **0914367396**



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE TITULACIÓN

TEMA Y SUBTEMA:	Frecuencia de obesidad y sobrepeso en los estudiantes de la Carrera de Enfermería matriculados en el semestre b/2023.		
AUTOR(ES)	Cabezas Ordoñez, Deisy Linner Nelly Janeth Salazar Salazar		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES)	Lcda., Olga Argentina Muñoz Roca		
INSTITUCIÓN:	Universidad Católica de Santiago de Guayaquil		
FACULTAD:	Ciencias de la Salud		
CARRERA:	Enfermería		
TÍTULO OBTENIDO:	Licenciadas en Enfermería		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	02 días de septiembre del 2024	No. DE PÁGINAS:	51
ÁREAS TEMÁTICAS:	Salud pública, Estadística, Enfermería, Ciencias de la Salud, Estilos de vida		
PALABRAS CLAVES/KEYWORDS:	Conducta alimentaria, estilo de vida, estudiantes de enfermería, fenómenos metabólicos, obesidad, sobrepeso.		
RESUMEN.	<p>Introducción: Las alteraciones metabólicas como el sobrepeso y obesidad afectan cada vez a más personas y surgen en circunstancias de sedentarismo y alteraciones en el estilo de vida, como se da el caso con los estudiantes universitarios. Objetivo: Determinar la frecuencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de enfermería matriculados en el semestre A del año 2024. Metodología: Descriptiva, cuantitativa, prospectivo, transversal. Muestra: 276 estudiantes de primer a octavo semestre de la carrera de enfermería. Resultados: La mayoría de los estudiantes de enfermería, un 53%, tenían entre 18 y 23 años, con un 74% de participantes mujeres. El 41% de los estudiantes presentó sobrepeso y un 47% no realizaba actividad física regular. Además, se observó un consumo significativo de alimentos ricos en carbohidratos y productos menos saludables, con un 78% de estudiantes admitiendo consumir snacks fuera de las comidas principales. La relación inversa entre el IMC y la actividad física fue consistente, indicando que, a mayor IMC, menor es la actividad física. Conclusión: El estudio revela una significativa prevalencia de sobrepeso y obesidad, acompañada de malos hábitos alimenticios y baja actividad física, sugiriendo la necesidad de intervenciones en la población estudiada.</p>		
	<input checked="" type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: +593-4-0995629988-0982757515	E-mail: deisy.cabezas@cu.ucsg.edu.ec nellysalazar@cu.ucsg.edu.ec	
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN (COORDINADOR DEL PROCESO UTE)::	Nombre: Lcda. Holguín Jiménez, Martha Lorena, Mgs		
	Teléfono: +593- 993142597		
	E-mail: martha.holguin01@cu.ucsg.edu.ec		
SECCIÓN PARA USO DE BIBLIOTECA			
Nº. DE REGISTRO (en base a datos):			
Nº. DE CLASIFICACIÓN:			
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):			