

FACTORES DE RIESGO PREVALENTES EN SOBREPESO Y OBESIDAD EN LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA

JESSICA JÚAREZ LEMUS, Patricia Delgado Jacobo, Raquel del Socorro Guillén Riebeling

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, Campus I, UNAM, Av. Guelatao No. 66, Col. Ejército de Oriente, Deleg. Iztapalapa, C.P. 09230, Ciudad de México. , jessicajuarezlemus@gmail.com

Introducción.

En la actualidad el sobrepeso y la obesidad son un problema a nivel mundial, se considera que tienen una etiología multifactorial, por lo que se evidencia la necesidad de estudiar un gran número de factores que inciden en su aparición, enmarcados en aspectos endógenos propios del organismo como lo son la herencia y la genética y exógenos producto del medio ambiente, los estilos de vida y el contexto sociocultural. La siguiente investigación se enfocó en describir cuáles son los factores de riesgo prevalentes para el desarrollo de sobrepeso y obesidad en la población universitaria.

Metodología.

Se realizó un estudio observacional, descriptivo, de corte transversal en la población universitaria. Se estudió un colectivo de 180 individuos de 18 a 77 años, que fueron seleccionados para constituir una muestra representativa de la población universitaria. El instrumento fue diseñado por la investigadora para obtener datos personales, antecedentes heredofamiliares, antecedentes personales patológicos, antecedentes psicológicos, alimentación, actividad física y antropometría.

Resultados.

En la población estudiada se presentó un Índice de Masa Corporal, de sobrepeso y obesidad de 62.5%. El sobrepeso y la obesidad grado I se presentaron en mayor proporción en el sexo masculino, mientras que la obesidad grado II tuvo prevalencia en mujeres. El factor de riesgo cardiovascular fue mayor en las mujeres, mientras que en el riesgo metabólico, tanto mujeres como hombres obtuvieron un mismo porcentaje. Los eventos psicológicos como el estrés, los exámenes académicos, la ansiedad y los conflictos influyen en el aumento de la ingesta de alimentos de tipo no saludables, como comida chatarra y comida rápida. La mayoría de la población universitaria percibe su alimentación como moderadamente saludable. El sedentarismo aún sigue predominando en la población universitaria, sin embargo las personas que realizan ejercicio o deporte dedican el tiempo mínimo necesario recomendado.

Conclusiones.

Más de la mitad de la población universitaria en estudio presentó sobrepeso y obesidad. Los factores de riesgo prevalentes son el tener una carga genética por vía materna con sobrepeso y obesidad, cursar por situaciones psicológicas como el estrés, una alimentación poco saludable y una vida sedentaria.

Palabras Clave.

ESTADO NUTRICIONAL, universitarios, Estilo de vida, sedentarismo.

Referencias.

Chel, G.L., Castellanos, R.A., Lorenzini, R., Betancour, A.D. & Segura, C.M. , Estado nutricional en relación con el estilo de vida de estudiantes universitarios mexicanos (2015) Consultado el 19 de Abril de 2018, de <http://www.aulamedica.es/nh/pdf/8872.pdf>