UNIDA Salud
health journal
e-ISSN: 2791-2728

Publicación periódica de acceso abierto, financiada y editada por la Universidad de la Integración de las Américas

Artículo Original

Niveles de obesidad y factores determinantes en los estudiantes de medicina

Levels of obesity and determining factors in medical students

Marta Almada de Bernal[1], Laura Jazmín Ledesma Martínez[1], Sara Viera Rodríguez[1], Paula Silva[1], George Lucas Rocha[1]

[1] Universidad de la Integración de las Américas, Facultad de Salud, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.

RESUMEN

El estilo de vida que llevan los estudiantes puede asociarse al incremento en la prevalencia de obesidad, es por ello, que el objetivo de este estudio fue evaluar los factores determinantes con la obesidad en estudiantes de medicina de la Universidad de la Integración de las América filial Ciudad del Este, como así también, conocer los hábitos alimenticios, actividad física y presencia de sedentarismo en la muestra. El proceso metodológico aplicado fue de alcance descriptivo, con un enfoque cuantitativo de corte transversal que ha permitido la aplicación de un cuestionario estructurado cerrado a estudiantes del 6º, 7º y 8º semestres, donde se pudo observar que la mayoría de los encuestados presentan IMC normal el 49,61 % de la muestra evaluada, la prevalencia de obesidad fue del 9,45% y la de sobrepeso de 38,58%, cabe resaltar que el 83,83% mencionaron que si tienen familiares con problemas de sobre peso, obesidad, diabetes, hipertensión o enfermedades cardiovasculares, los datos anteriores reflejan que el índice de obesidad en estudiantes de medicina en el contexto de estudio es bajo, sin embargo, datos como los anteriores sí reflejan una situación de alerta para los familiares, teniendo en cuenta las consecuencias negativas en la salud al padecer obesidad o sobre peso.

Palabras Clave: obesidad, sobrepeso, estudiantes de medicina.

ABSTRACT

The lifestyle that students lead may be associated with the increase in the prevalence of obesity, it is for this reason, that the objective of this study was to evaluate the determinants with obesity in medical students of the University of the Integration of the Americas subsidiary Ciudad del Este, as well as to know the eating habits, physical activity and presence of sedentarism in the sample. The methodological process applied was descriptive in scope, with a quantitative cross-sectional approach that allowed the application of a structured questionnaire closed to students in the 6th grade, 7º and 8º semesters, where it was observed that the majority of respondents presented normal BMI 49.61% of the sample evaluated, the prevalence of obesity was 9.45% and overweight 38.58%, it should be noted that 83,83% mentioned that if they have relatives with problems of overweight, obesity, diabetes, hypertension or cardiovascular diseases, the above data show that the rate of obesity in medical students in the study context is low, however, data such as the above do reflect a situation of alert for family members, taking into account the negative health consequences of obesity or overweight.

Keywords: obesity, overweight, medical students.

Para correspondencia dirigirse a:marthalezme@gmail.com
Recibido: Junio 07, 2022 - Aceptado: Julio 07, 2022.
Conflictos de interes: Ninguna que declarar.

Este es un artículo publicado en Acceso Abierto bajo Licencia Creative Commons CC-BY, que permite el uso sin restricciones, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que se cite debidamente la obra original.

INTRODUCCIÓN

Además de los diversos aspectos que se ha considerado como consecuencia de la pandemia del COVID-19, aquellos que atañen directamente a salud han cobrado especial importancia, razón por la cual la investigación ha considerado necesaria realizar un proceso de alcance descriptivo en el cual se pudiera evidenciar si existía o no un índice alto de sobrepeso y obesidad en los estudiantes que cursaban el 6º, 7º y 8º semestres de la carrera de medicina, teniendo en cuenta que desarrollaban el proceso de clase de manera semi presencial a raíz de los cuidados propios y consideraciones en el contexto de salud.

En lo que respecta a lo anterior se ha considerado que el sobrepeso y la obesidad son enfermedades de las que se han estudiado y descifrado los mecanismos fisiológicos que la ocasionan y las repercusiones que llevan a la morbimortalidad conocida por enfermedades crónicas prevenibles, pero a pesar de eso, sigue sin una adecuada concientización y control social, por la escasa comprensión de todo lo que puede influir en el individuo, en las familias, en las comunidades (1).

Por su parte, otros estudios han evidenciado que el aumento de la obesidad va de la mano de una reducción de la actividad física, un aumento de la inactividad física y una dieta rica en grasas azúcares. Así, el sedentarismo y los hábitos nutricionales parecen representar el principal factor de riesgo en el desarrollo de la obesidad en los estudiantes de medicina (2,3,4).

Riesgos de obesidad en estudiantes de medicina

El exceso de peso y la inactividad física son considerados factores de estilos de vida que afectan la carga global de enfermedad, tal es así que lo anterior es un problema creciente de salud pública, especialmente estudiantes, debido a las cargas horarias y el proceso de estudio, en ocasiones el estudiante no realiza una nutrición adecuada y opta por el sedentarismo (4,5).

En efecto, los cambios en el estilo de vida se han asociado al aumento en la prevalencia de obesidad en estudiantes universitarios, visto las situaciones antes mencionadas, el proceso de subir de peso requiere de un tiempo determinado de desarrollo, que a su paso sugiere, trae consigo las consecuencias negativas para la salud (5,7).

MATERIALES Y METODOS

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, donde participaron 127 estudiantes de ambos géneros con edades comprendidas entre 20 a 50 años pertenecientes a los cursos de sexto, séptimo y octavo semestre de la carrera de Medicina, durante el año, de la Universidad integración de las América, Filial Ciudad del Este, a quienes se les aplico un cuestionario estructurado cerrado previamente validado a través de formulario de Google donde se les realizó los interrogatorios sobre sus IMC, sus antecedentes familiares, hábitos de consumo de frutas, verduras, jugos, bebidas, horas dedicadas a estudiar frente a la computadora, y actividades físicas que realizan por semana. Las variables cuantitativas se expresaron en promedio, y las cualitativas se expresaron como frecuencias absolutas y porcentaje.

RESULTADOS

Se completó la aplicación de encuesta a 127 estudiantes de la carrera de medicina, la edad de los estudiantes presentó un promedio de 29 años, con un rango de 20 a 50 años. Con relación al sexo, el 55,91% de los estudiantes fueron del sexo femenino y 44,09% fueron del sexo masculino. Las características generales de los participantes se muestran en la Tabla 1.

En la tabla 1 se puede observar que la mayoría de los encuestados presentan IMC normal el 49,61 % de la muestra evaluada, de los cuales 28,35% fueron femeninos y 21,26% masculino. La prevalencia de obesidad fue solo del 9,45 y la de sobrepeso de 38,58% de los cuales 21,26% fueron femeninos y 17,32% masculino, no tiene hombres con bajo peso y una pequeña porción de solo el 2,36% de las mujeres tiene bajo peso.

$$\text{Media } (\bar{x}) = \frac{\sum(x * fi)}{n} = \frac{3724}{127} = 29$$

La edad promedio de los estudiantes que participaron en la encuesta es de 29 años.

En la tabla 2 se observa que: de los 127 estudiantes que respondieron la encuesta, el 55,91% son mujeres, que el 29,13% tienen entre 20 y 25 años, sin embargo, de 46 a 50 años estas mujeres tienen el menor porcentaje 0,79%. Entre los hombres, representan el 44,09% del total, la mayoría tiene entre 20 y 25 años 13,39% y el menor porcentaje entre 41 y 45 años 1,57%.

En la tabla 3 se puede observar que el 55,91% son mujeres, el 29,13% son de sexto semestre, seguidamente 17,32% son del séptimo semestre 9,45% del octavo semestre. Entre los hombres, representan el 44,09% del total, el 22,05% son del sexto semestre, seguidamente 15,75% son del séptimo semestre y por último el 6,30% del octavo semestre.

En la tabla 4 se puede observar que la mayoría de los encuestados presentan IMC normal el 49,61 % de la muestra evaluada, es posible notar que los encuestados consumen más frutas y verduras, 14,96% seguidamente se consume más gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, comida rápida llegando a 11,81%. La prevalencia de obesidad fue solo del 9,45 de los cuales consumen de forma equitativa comida rápida, jugos procesados y cervezas llegando así al 3,15% y la de sobrepeso de 38,58% de los cuales consumen más verduras y frutas 7,09% y bebidas procesadas, jugos y cervezas 6,30%, no se observa hombres con bajo peso y una pequeña porción de solo el 2,36% de las mujeres tiene bajo peso.

Tabla 1. Clasificación según el índice de masa corporal de los estudiantes por cada grupo de edad y género, de los universitarios de la carrera de Medicina de la Unida, CDE 2021.

EDAD	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	fi	%	fi	%	n	%
20 a 25	37	29,13%	17	13,39%	54	42,52%
26 a 30	8	6,30%	13	10,24%	21	16,54%
31 a 35	15	11,81%	15	11,81%	30	23,62%
36 a 40	4	3,15%	5	3,94%	9	7,09%
41 a 45	5	3,94%	2	1,57%	7	5,51%
46 a 50	2	1,57%	4	3,15%	6	4,72%
Total	71	55,91%	56	44,09%	127	100,00%
IMC						
Bajo	3	2,36%	0	0,00%	3	2,36%
Normal	36	28,35%	27	21,26%	63	49,61%
Obesidad	5	3,94%	7	5,51%	12	9,45%
Sobre peso	27	21,26%	22	17,32%	49	38,58%
Total	71	55,91%	56	44,09%	127	100,00%

Fuente: Elaboración propia mediante datos obtenidos mediante investigación de campo.

Tabla 2. Promedio de la edad de los encuestados, niveles de obesidad y factores determinantes en los estudiantes de Medicina de la Unida, CDE 2021.

Edad	Frecuencia	Marca de Clase (x)	Producto
20 a 25	54	22,5	1215
26 a 30	21	28	588
31 a 35	30	33	990
36 a 40	9	38	342
41 a 45	7	43	301
46 a 50	6	48	288
Total, General	127		3724

Fuente: Elaboración propia mediante datos obtenidos mediante investigación de campo.

Tabla 3. Frecuencia de los estudiantes por cada semestre y género, de los universitarios de la carrera de Medicina de la Unida, CDE 2021.

Semestre	Género				Total	
	Femenino		Masculino			
	fi	%	fi	%	n	%
Sexto	37	29,13%	28	22,05%	65	51,18%
Séptimo	22	17,32%	20	15,75%	42	33,07%
Octavo	12	9,45%	8	6,30%	20	15,75%
Total	71	55,91%	56	13,39%	127	100,00%

Fuente: Elaboración propia mediante datos obtenidos mediante investigación de campo.

Tabla 4. Clasificación según el índice de masa corporal de los estudiantes por hábitos de consumos de alimentos, jugos y bebidas.

	Consumos de alimentos, jugos y bebidas	Fi	Porcentaje
Bajo	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Frutas y verduras, Panificados	3	2,36%
	Total	3	2,36%
Normal	Comida rápida	2	1,57%
	Comida rápida, Frutas y verduras	2	1,57%
	Comida rápida, Frutas y verduras, Panificados	3	2,36%
	Frutas y verduras	19	14,96%
	Frutas y verduras, Panificados	1	0,79%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas	12	9,45%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Frutas y verduras	2	1,57%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Frutas y verduras, Panificados	15	11,81%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Frutas y verduras	1	0,79%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Frutas y verduras, Panificados	3	2,36%
	Panificados	3	2,36%
	Total	63	49,61%
Obesidad	Comida rápida	1	0,79%
	Comida rápida, Frutas y verduras	1	0,79%
	Frutas y verduras	1	0,79%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas	4	3,15%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Frutas y verduras, Panificados	4	3,15%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Frutas y verduras, Panificados	1	0,79%
	Total	12	9,45%
Sobrepeso	Comida rápida	4	3,15%
	Comida rápida, Frutas y verduras	1	0,79%
	Comida rápida, Frutas y verduras, Panificados	2	1,57%
	Frutas y verduras	9	7,09%
	Frutas y verduras, Panificados	5	3,94%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas	6	4,72%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida	4	3,15%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Frutas y verduras	3	2,36%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Frutas y verduras, Panificados	8	6,30%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Comida rápida, Panificados	3	2,36%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Frutas y verduras	2	1,57%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Frutas y verduras, Panificados	1	0,79%
	Gaseosas, jugos procesados, cervezas y bebidas con cebadas, Panificados	1	0,79%
	Total	49	38,58
	Total, general	127	100,00%

Fuente: Elaboración propia mediante datos obtenidos mediante investigación de campo.

Tabla 5. Frecuencia de IMC por antecedentes familiares con problemas de sobre peso, obesidad, diabetes, hipertensión o enfermedades cardiovasculares de los estudiantes de Medicina de la Universidad UNIDA, CDE 2021.

Familiares con problemas de sobre peso		fi	Porcentaje
Bajo	Si	3	2,36%
	No	0	0%
	No se	0	0%
	Total	3	2,36%
Normal	Si	52	40,94%
	No	11	8,66%
	No se	0	0%
	Total	63	49,61%
Obesidad	Si	10	7,87%
	No	1	0,79%
	No se	1	0,79%
	Total	12	9,45%
Sobre peso	Si	44	34,65%
	No	4	3,15%
	No se	1	0,79%
	Total	49	38,58
Total, general		127	100,00%

Fuente: Elaboración propia mediante datos obtenidos mediante investigación de campo.

Tabla 6. Horas de actividades físicas realizadas en la semana por género, de los Estudiantes de medicina Unida, CDE 2021.

Actividades físicas por semana		fi	Porcentaje
Bajo	No hago	3	2,36%
	Total	3	2,36%
Normal	1 horas	8	6,30%
	2 horas	4	3,15%
	3 horas	6	4,72%
	30 minutos	4	3,15%
	Mas de 3 horas	26	20,47%
	No hago	15	11,81%
	Total	63	49,61%
Obesidad	1 horas	4	3,15%
	2 horas	1	0,79%
	30 minutos	1	0,79%
	No hago	6	4,72%
	Total	12	9,45%
Sobre peso	1 horas	5	3,94%
	2 horas	9	7,09%
	3 horas	2	1,57%
	30 minutos	4	3,15%
	Mas de 3 horas	11	8,66%
	No hago	18	14,17%
	Total	49	38,58
Total, general		127	100,00%

Fuente: Elaboración propia mediante datos obtenidos mediante investigación de campo.

En la tabla 5 se observa que de los 127 estudiantes que respondieron la encuesta, el 83,83% mencionaron que si tienen familiares con problemas de sobre peso, obesidad, diabetes, hipertensión o enfermedades cardiovasculares y solamente 16,17% no tiene familiares con problemas de sobre peso.

En la tabla 6 se puede observar que la mayoría de los encuestados presentan IMC normal el 49,61 % de la muestra evaluada, de los cuales, 20,47% si realizan actividades físicas más de 3hs por semana.

La prevalencia de obesidad fue solo del 9,45 de los cuales cabe resaltar que la mayoría el 4,72% no realizan actividades físicas y la de sobrepeso de 38,58% la mayoría no realizan actividades físicas llegando a 14,17%.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Teniendo en cuenta los datos obtenidos, se ha evidenciado que los participantes del estudio presentan un IMC normal en un porcentaje mayoritario, la prevalencia de consumo de bebidas procesadas es semejante a la cantidad de estudiantes con índice de sobre peso y obesidad, así mismo, los niveles de peso son mayormente normales en hombres y solo una cantidad menor de mujeres presentan bajo peso, los datos anteriores difieren de los expresados en algunos estudios tales como los desarrollados por Torres Roman et. al. (3) y Huaman Carhuas y Bolaños Sotomayor (8), en los cuales la prevalencia de obesidad en la población de estudio era media alta, mientras que el sobre peso era de un rango medio.

Con respecto al proceso de alimentación de la muestra de estudio, el consumo de frutas y verduras es mayor en aquellos estudiantes con IMC normal, en cuanto al consumo de comidas rápidas y bebidas azucaradas y con alcohol, este aspecto se presenta en mayor proporción en los hombres que son parte del porcentaje con sobre peso u obesidad, esta situación no es ajena a lo señalado en otros estudios, en donde uno de los aspectos relevantes de la suba de peso en los individuos es el exceso de consumo de azúcares (4,5,7).

En el caso de la percepción de los estudiantes respecto a los factores que generan sobre peso u obesidad, el género femenino, opino que entre los factores que propician esta situación están la alimentación inadecuada, la falta de actividades físicas, sedentarismo y desequilibrio emocional, en cambio para los hombres el principal factor está centrado en la alimentación inadecuada, esta situación de percepción amerita un estudio profundo para considerarlo un determinante, visto que tanto, el manejo del estilo de vida, como las consideraciones personales sobre la importancia de la actividad física o el consumo de alimentos saludables influyen de manera importante en la salud.

En consecuencia, de lo expuesto, se considera relevante aclarar que la representatividad muestral en relación al escenario de estudio es limitada, sin embargo, datos como los obtenidos en la investigación, son relevantes al ser considerados indicadores para el desarrollo de procesos tales como extensiones universitarias que manejen la alimentación saludable o los riesgos de obesidad como ejes temáticos.

REFERENCIAS

1. Gracia Arnaiz M. La obesidad como enfermedad, la obesidad como problema social: Reflexiones sobre programas para combatir la obesidad. Rev. Fac. Med. (Méx.) [revista en la Internet]. 2011 Jun [citado 2021 Nov 12] ; 54(3): 20-28. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422011000300004&lng=es.

2. Ninatanta Ortiz JA, Núñez Zambrano LA, García Flores SA, Romaní Romaní F. Factores asociados a sobrepeso y obesidad en estudiantes de educación secundaria. Rev Pediatr Aten Primaria [Internet]. 2017 Sep [citado 2021 Nov 12] ; 19(75): 209-221. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322017000400003&lng=es.

3. Torres-Roman JS, Helguero-Santín LM., Bazalar-Palacios J, Avilez JL, Dávila-Hernández CA. Sobrepeso y obesidad en estudiantes de medicina. ¿Un nuevo reto al sistema de salud peruano?. Salud pública Méx [revista en la Internet]. 2017 Jun [citado 2021 Nov 12] ; 59(3): 207-208. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342017000300207&lng=es. https://doi.org/10.21149/8277.

4. Rangel Caballero LG, Rojas Sánchez LZ, Gamboa Delgado EM. Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios colombianos y su asociación con la actividad física. Nutrición Hospitalaria [Internet]. 2015;31(2):629-636. Recuperado de: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309233495012

5. Cambizaca Mora GP, Castañeda Abascal Ramos I, Sanabria G, Morocho Yaguana LA. Factores que predisponen al sobrepeso y obesidad en estudiantes de colegios fiscales del Cantón Loja-Ecuador. Rev haban cienc méd [Internet]. 2016 Abr [citado 2021 Nov 16] ; 15(2): 163-176. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2016000200004&lng=es.

6. Nieto O, Cardona EC., Ramírez D, González MM., Castaño-Osorio JC. Obesidad e inflamación en estudiantes de una universidad pública colombiana. Rev. salud pública [Internet]. 2020 Dec [cited 2022 June 13] ; 22(6): e203. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642020000600203&lng=en. Epub May 25, 2021. https://doi.org/10.15446/rsap.v22n6.71196.

7. Llimaico Noriega MJ, Villamar Vásquez GI, Robles Amaya JL. Prevalencia de la Obesidad y Sobrepeso en Estudiantes, Docentes y Personal Administrativo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNEMI. Revista Ciencia Unemi [Internet]. 2014;7(11):9-18. Recuperado de: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=582663858001

8. Huaman-Carhuas L, Bolaños-Sotomayor N. Sobrepeso, obesidad y actividad física en estudiantes de enfermería pregrado de una universidad privada. Enferm Nefrol [Internet]. 2020 Jun [citado 2022 Jun 13] ; 23(2): 184-190. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2254-28842020000200008&lng=es. Epub 05-Oct-2020. https://dx.doi.org/10.37551/s2254-28842020018.