

Obesidad y sobrepeso en estudiantes de una universidad de Lima Norte

Obesity and overweight among students of a university of North Lima

Ana Paula Goyzueta ^{1,a} Juan Morales ^{1,b,c}

¹ Universidad de Ciencias y Humanidades

^a Bachiller en Enfermería

^b Médico Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria

^c Doctor en Medicina

Información del artículo

Citar como: Goyzueta AP & Morales J. Obesidad y sobrepeso en estudiantes de una universidad de Lima Norte. *Health Care & Global Health*.2020;4(1):6-10. doi: 10.22258/hgh.2020.41.67

Autor correspondiente

Ana Paula Goyzueta
Email: apgoyzueta@gmail.com
Dirección: Av. Universitaria N° 5175,
Los Olivos, Lima 39.

Historial del artículo

Recibido: 09/05/2020
Aprobado: 11/06/2020
En línea: 27/06/2020

Financiamiento

Autofinanciado

Conflictos de interés

Declaran no tener conflictos de interés.

Resumen

Objetivos: Determinar la frecuencia de sobrepeso y obesidad en los estudiantes de una universidad de Lima Norte. **Materiales y métodos:** Estudio descriptivo transversal. Participaron 470 estudiantes de cinco facultades de una universidad privada de Lima Norte. Para la evaluación del sobrepeso y obesidad se utilizó el Índice de Masa Corporal. **Resultados:** Del total de participantes, el 56,4% (n=265) tenían 20 años o menos, el 72,1% (n=339) eran mujeres, el 44,3% (n=208) eran estudiantes de educación, 23,4% (n=110) de enfermería y en menor proporción estudiantes de ingeniería, administración y contabilidad. De la muestra, el 30,4% (n=143) de los estudiantes tenían sobrepeso y 14,7% (n=69) obesidad. **Conclusiones:** Existe una alta proporción de estudiantes universitarios con exceso de peso, por lo que requiere implementar o reforzar las medidas de prevención y promoción de los estilos saludables.

Palabras clave: Sobrepeso; Obesidad; Estudiantes; Perú (Fuente: DeCS, BIREME)

Abstract

Objectives: To determine the frequency of overweight and obesity among students of a university of North of Lima. **Materials and methods:** Cross-sectional descriptive study. A total of 470 students from five faculties of a private university of North of Lima participated. For the evaluation of overweight and obesity, the Body Mass Index was used. **Results:** Of the total participants, 56.4% (n = 265) were 20 years old or younger, 72.1% (n = 339) were women, 44.3% (n = 208) were education students, 23.4% (n = 110) of nursing and in a lower percentage student of the faculties of engineering, administration and accounting. Of the sample, 30.4% (n = 143) of the students were overweight and 14.7% (n = 69) were obese. **Conclusions:** There is a high proportion of university students with excess weight, which is why it is necessary to implement or reinforce prevention and promotion measures for healthy styles.

Keywords: Overweight; Obesity; Students; Peru (Source: MeSH, NLM).



Introducción

A nivel mundial, la obesidad se ha triplicado desde 1975, en el 2016 el 39% (1,900 millones) de personas mayores de 18 años tenían sobrepeso y el 13% (650 millones) obesidad⁽¹⁾. Uno de cada cinco adultos es obeso en los países de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico); las tasas de sobrepeso y obesidad han crecido rápidamente en Inglaterra, México y los Estados Unidos desde la década de 1990 y el nivel de obesidad proyectada al 2030 son 35%, 39% y 47% de la población, respectivamente⁽²⁾.

El aumento del sobrepeso puede atribuirse a alteraciones significativas en los hábitos alimenticios y el nivel de actividad física, los efectos genéticos directos e indirectos, las interacciones genético-ambientales y los determinantes sociales de la salud⁽³⁾⁽⁴⁾⁽⁵⁾. El sobrepeso está asociado con varias enfermedades importantes; la susceptibilidad de la diabetes es 80 veces mayor entre los adultos obesos que los no obesos, la enfermedad coronaria aumenta de 2 a 3 veces más en los adultos obesos; los adultos obesos tienen un 40% más de probabilidades de morir de cáncer que los no obesos, además de otros problemas como la osteoartritis, daño emocional y psicológico, mayor costo de atención médica⁽⁶⁾, disminución de la calidad de vida⁽⁷⁾, y aumento del riesgo de deterioro en el funcionamiento cognitivo⁽⁸⁾.

En Perú, el 58% de la población de 15 años a más tiene sobrepeso⁽⁹⁾, y a nivel nacional existe más de 1,3 millones de estudiantes universitarios⁽¹⁰⁾. Los estudiantes universitarios, generalmente jóvenes, a menudo son sanos y las enfermedades y los factores de riesgo pueden pasar desapercibidos o minimizado, identificar oportunamente puede tener utilidad para mejorar las actividades de promoción y prevención en la comunidad universitaria. Por lo expuesto, el estudio tiene como objetivo determinar la frecuencia de sobrepeso y obesidad entre los estudiantes de una universidad privada ubicada al Norte de Lima.

Materiales y métodos

Diseño

Es un estudio observacional, descriptivo retrospectivo. Se realizó el análisis de los estudiantes matriculados en el primer ciclo, periodo académico 2019-I en la Universidad de Ciencias y Humanidades (UCH).

Población y muestra

La población estuvo constituida por 478 estudiantes matriculados en el primer ciclo académico en una de las cinco escuelas académicas profesionales de la UCH. Los datos se tomaron de la ficha médica de los estudiantes evaluados en el centro médico de la universidad. La muestra fue censal, considerando los siguientes criterios: Registro de la escuela académica profesional, sexo, edad,

estado civil, ocupación, tipo de seguro de salud, turno de estudio, peso y talla. Ochos estudiantes fueron excluidos por presentar datos incompletos.

Variables de estudio

Obesidad y sobrepeso: Evaluado por el índice de masa corporal (IMC), que resulta del cociente entre el peso en kilogramos y el cuadrado de la talla en metros. Basados en los criterios de la OMS, se consideró bajo peso (IMC<18,50), rango normal (18,50-24,99), sobrepeso (25-29,99) y obesidad (IMC ≥30)⁽¹¹⁾.

Procedimientos

Los datos se obtuvieron de la ficha médica de los estudiantes. La medición del peso se realizó con una balanza mecánica de plataforma SECA® calibrada, con una resolución de 100 gramos y una capacidad de 220Kg peso. Para la medición de la talla se utilizó un tallímetro de madera. Los procedimientos de medición y el registro de los datos fueron realizados por profesionales de enfermería.

Análisis estadístico:

Los datos se ingresaron en una matriz, las variables numéricas como el peso y estatura sirvieron para determinar el IMC, para el caso de la edad, se estimó la edad promedio de los participantes. Las variables cualitativas se distribuyeron en una tabla de frecuencias. Para el análisis bivariado, se utilizó el estadístico Chi cuadrado, considerando valores de $p < 0,05$ como significativos. El procesamiento de los datos se realizó con el programa IBM SPSS versión 23.

Aspectos éticos:

Se tomó en cuenta los principios éticos de la Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial⁽¹²⁾, asegurando la confidencialidad de los datos.

Resultados

Participaron 470 estudiantes de ambos sexos, con una edad media de 22,03 años (DE=6,75; Rango: 15 a 57), de los cuales el 56,4% (n=265) eran menores de 21 años, 72,1% (n=339) eran mujeres, 84,9% (n=399) solteros, 24,7% (n=116) eran estudiantes y trabajadores. El 33,2% (n=156) de los participantes tenía Seguro Integral de Salud (SIS), el 23,6% (n=111) tenía seguro social (EsSalud) y el 37% (n=174) de los estudiantes no tenía seguro. Las dos áreas académicas con el mayor número de estudiantes fueron educación y enfermería con 44,3% (n=208) y 23,4% (n=110), respectivamente, y el 64,9% (n=305) eran del turno de mañana. Según el índice de masa corporal, el 30,04% (n=143) de los estudiantes tenía sobrepeso y el 14,7% (n=69) obesidad (Tabla 1).

La mayor proporción de sobrepeso y obesidad se observó en estudiantes menores de 21 años ($p < 0,001$), en los solteros ($p = 0,010$), en los que su ocupación fue solo estudiante ($p = 0,004$), en estudiantes de la facultad de educación ($p = 0,002$), y entre aquellos que estudian en el turno de la mañana ($p < 0,001$) (Tabla2).

Tabla 1. Características sociodemográficas e índice de masa corporal de los estudiantes universitarios.

Características Sociodemográficas	n	%
Total	470	100,0
Edad		
≤ 20	265	56,4
21 a 25	100	21,3
26 a 30	47	10,0
31 a 35	38	8,1
>35	20	4,3
Sexo		
Femenino	339	72,1
Masculino	131	27,9
Estado civil		
Soltero	399	84,9
Casado	34	7,2
Conviviente	22	4,7
Separado	4	0,9
Sin datos	11	2,3
Ocupación		
Solo estudiante	354	75,3
Estudiante y trabajador	116	24,7
Seguro de salud		
Seguro Integral de Salud (SIS)	156	33,2
Seguro social (EsSalud)	111	23,6
Sin seguro	174	37,0
Privado	18	3,8
Seguro militar/policial (FFAA/PNP)	9	1,9
Sin datos	2	0,4
Facultad		
Educación	208	44,3
Enfermería	110	23,4
Ingeniería	74	15,7
Administración	53	11,3
Contabilidad	25	5,3
Turno		
Mañana	305	64,9
Noche	165	35,1
Índice de masa corporal		
Normal	235	50,0
Sobrepeso	143	30,4
Obesidad	69	14,7
Bajo peso	23	4,9

Discusión

En el presente estudio, el 45% de los estudiantes presentaron exceso de peso (30,4% con sobrepeso y 14,7% con obesidad). Los factores asociados con el exceso de peso en los estudiantes fueron la edad menor de 21 años, estado civil soltero, estudiantes que no trabajan, estudiantes de educación y pertenecientes al turno mañana.

La proporción de exceso de peso fue menor que la población peruana de 15 años y más, que corresponde a 58% de exceso de peso, 37% de sobrepeso y un 21% de obesidad, según el reporte del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) ⁽⁹⁾.

Los estudios indican que el IMC en los estudiantes universitarios es significativamente mayor al final del último año (media: 24,84, DE: 4,46) en comparación con el comienzo del primer año (media: 23,59, DE: 4,01), lo que indica que hay un aumento de peso durante la universidad ⁽¹³⁾. En un metaanálisis de estudios en los Estados Unidos, Canadá, el Reino Unido y Bélgica, se encontró un aumento de peso significativo en estudiantes universitarios; el aumento de peso promedio fue de 1,4 kg (IC 95%: 1,15 a 1,57) durante 6 semanas a ocho meses; el 60,9% ganó peso durante el primer año y aumentó 3,38 Kg (IC del 95%: 2,84 a 3,92), además uno de cada 10 estudiantes ganó al menos 6,8 Kg ⁽¹⁴⁾.

Se reportan un conjunto de condiciones asociadas con el exceso de peso en los estudiantes universitarios. En Chile, entre los estudiantes universitarios de Talca, los factores asociados al exceso de peso fueron el sexo masculino (OR: 2,16 [IC 95%: 1,17- 4,01], p= 0,014), el bajo nivel de actividad física (OR: 2,13 [IC 95%: 1,10-4,14], p=0,026) y el hábito de fumar (OR: 2,09 [IC 95%: 1,05-4,14], p= 0,036) ⁽¹⁵⁾. El exceso de peso, también es atribuido al estrés, al consumo de alcohol y a la dieta poco saludable ⁽¹⁴⁾.

Aunque la proporción de exceso de peso en el presente estudio es menor que la población peruana de 15 años y más, la proporción de estudiantes con sobrepeso es alta, lo que equivale a decir que uno de cada dos estudiantes universitarios tiene exceso de peso. Por otro lado, los estudios indican que los años de permanencia en la universidad generan un aumento de peso significativo ⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾, esto puede aumentar la proporción de estudiantes con exceso de peso en el futuro cercano. Los hallazgos presentados deben considerarse como una oportunidad dentro de la comunidad universitaria para la implementación de medidas de promoción y prevención de la salud, desde el comienzo de la carrera universitaria y dirigida a todos los estudiantes, independientemente de la escuela académica profesional a la que pertenezcan.

Dentro de las limitaciones del estudio, se puede considerar la fuente secundaria de los datos, porque una parte de los datos de la historia clínica, especialmente los datos sociodemográficos, fue registrada por los propios estudiantes; sin embargo, los datos correspondientes a las medidas antropométricas fueron tomados y registrados por los profesionales de enfermería del centro médico universitario.

Conclusiones

Entre los nuevos estudiantes universitarios, una alta proporción presentan exceso de peso, por lo que se deben implementar o fortalecer las medidas de prevención y promoción de la salud.

Tabla 2. Exceso de peso según las características sociodemográficas de los estudiantes universitarios

Características Sociodemográficas	Bajo peso		Normal		Sobrepeso		Obesidad		p- valor
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Total	23	100	235	100	143	100	69	100	
Edad (años)									
≤ 20	16	69,6	163	69,4	59	41,3	27	39,1	<0,001
21 a 25	6	26,1	44	18,7	31	21,7	19	27,5	
26 a 30	0	0	14	6	21	14,7	12	17,4	
31 a 35	1	4,3	10	4,3	23	16,1	4	5,8	
>35	0	0	4	1,7	9	6,3	7	10,1	
Sexo									
Femenino	16	69,6	168	71,5	103	72	52	75,4	0,923
Masculino	7	30,4	67	28,5	40	28	17	24,6	
Estado civil									
Soltero	21	91,3	213	90,6	108	75,5	57	82,6	0,010
Casado	2	8,7	7	3	19	13,3	6	8,7	
Conviviente	0	0	10	4,3	10	7	2	2,9	
Separado	0	0	0	0	2	1,4	2	2,9	
Sin datos	0	0	5	2,1	4	2,8	2	2,9	
Ocupación									
Solo estudiante	19	82,6	192	81,7	95	66,4	48	69,6	0,004
Estudiante y trabajador	4	17,4	43	18,3	48	33,6	21	30,4	
Seguro de salud									
Seguro del estado (SIS)	5	21,7	79	33,6	43	30,1	29	42	0,424
Seguro social (EsSalud)	5	21,7	48	20,4	42	29,4	16	23,2	
Fuerzas armadas y policía	0	0	2	0,9	5	3,5	2	2,9	
Privado	1	4,3	11	4,7	4	2,8	2	2,9	
Sin seguro	12	52,2	94	40	48	33,6	20	29	
Sin datos	0	0	1	0,4	1	0,7	0	0	
Facultad									
Educación	10	43,5	89	37,9	69	48,3	40	58	0,002
Enfermería	4	17,4	55	23,4	35	24,5	16	23,2	
Ingeniería	2	8,7	36	15,3	28	19,6	8	11,6	
Administración	6	26,1	37	15,7	7	4,9	3	4,3	
Contabilidad	1	4,3	18	7,7	4	2,8	2	2,9	
Turno									
Mañana	18	78,3	174	74	76	53,1	37	53,6	<0,001
Noche	5	21,7	61	26	67	46,9	32	46,4	

Referencias bibliográficas

- World Health Organization. Obesity and Overweight. 2018. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. [Accessed: 05-Mar-2019].
- OECD. Obesity Update 2017. Disponible en <https://www.oecd.org/els/health-systems/Obesity-Update-2017.pdf>
- Bhurosy T, Jeewon R. Overweight and obesity epidemic in developing countries: A problem with diet, physical activity, or socioeconomic status? *Sci World J.* 2014;2014.
- Arroyo-johnson C, Mincey KD. Obesity epidemiology trends by race/ethnicity, gender, and education: National Health Interview Survey. *Gastroenterol Clin North Am.* 2016;45(4):571–9.
- Schwartz MW, Seeley RJ, Zeltser LM, Drewnowski A, Ravussin E, Redman LM, et al. Obesity Pathogenesis: An Endocrine Society Scientific Statement. *Endocr Rev.* 2017;38(4):267–96.
- Agha M, Agha R. The rising prevalence of obesity: part A: impact on public health. *Int J Surg Oncol.* 2017;2(7):e17.

7. Hruby A, Manson JE, Malik VS, Rimm EB, Sun Q, Willett WC, et al. Determinants and Consequences of Obesity. *Am J Public Health*. 2016;106(9):1656–62.
8. Dye L, Boyle NB, Champ C, Lawton C. The relationship between obesity and cognitive health and decline. *Proc Nutr Soc*. 2017;76(04):443–54.
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2017. ENDES. 2018. Disponible en: https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1526/index.html
10. Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. Estadísticas de Universidades por Programa de Estudio. 2019. Disponible en: <https://www.sunedu.gov.pe/sibe/>
11. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Vol. 894, World Health Organization technical report series. Geneva, Switzerland; 2000. Disponible en: https://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/
12. Asociación Médica Mundial. La Declaración de Helsinki. Principios éticos para la investigaciones médicas en seres humanos. Disponible en: <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
13. Pope L, Hansen D, Harvey J. Examining the Weight Trajectory of College Students. *J Nutr Educ Behav*. 2017;49(2):137-141.e1.
14. Vadeboncoeur C, Townsend N, Foster C. A meta-analysis of weight gain in first year university students: Is freshman 15 a myth? *BMC Obes*. 2015;2(1):1–9.
15. Concha-Cisternas Y, Guzmán -Muñoz E, Valdéz-Badilla P, Lira-Cea C, Petermann F, Celis-Morales C. Factores de riesgo asociados a bajo nivel de actividad física y exceso de peso corporal en estudiantes universitarios. *Rev Med Chile*. 2018;146:840–9.