

RELACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DEL ESTILO DE VIDA CON SOBREPESO/OBESIDAD EN ADULTOS JÓVENES CON ANTECEDENTES FAMILIARES DE DIABETES MELLITUS TIPO 2

López Gómez, Brenda Luz (1), Padilla Raygoza, Nicolás (2), Delgado Sandoval, Silvia del Carmen (3)

¹ [Licenciatura en Médico Cirujano, Universidad Juárez Autónoma de Tabasco] | [brenda_lg24@hotmail.com]

² [Departamento de Enfermería y Obstetricia, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya Salvatierra Universidad de Guanajuato] | [raygosan@ugto.mx]

³ [Departamento de Enfermería y Obstetricia, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya Salvatierra Universidad de Guanajuato] | [sdelgado@ugto.mx]

Resumen

El estilo de vida es un conjunto de conductas que se van desarrollando a lo largo de la vida del ser humano, la obesidad se define como una acumulación excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. En el presente trabajo se comparará la percepción de estilo de vida en personas con obesidad y sin ella pero que al mismo tiempo presentan antecedentes familiares de diabetes mellitus tipo 2 para poder encontrar la relación entre estos importantes temas. El diseño del estudio fue un diseño cuantitativo, transversal, observacional, analítico. Se realizó antropometría, percepción de estilo de vida y se calculando X^2 , valor de p. Se encuestó a 137 adultos jóvenes de los cuales no se encontró asociación entre la percepción de estilo de vida con sobrepeso/obesidad ($X^2 = 0.002$ y $p=0.96$). 57% de las personas que se perciben con estilo de vida no saludable, no tenían sobrepeso u obesidad, el 42% de las personas con percepción de estilo de vida saludable tenían sobrepeso u obesidad. Esto nos indica que la percepción del estilo de vida está influenciada por cuestiones culturales y sociales.

Abstract

Lifestyle is a set of behaviors that are developed during the life of the human, obesity is defined as an excessive accumulation of fat that can be harmful to health. In this paper, we will compare the perception of lifestyle in people with and without obesity, who, at the same time, have a family history of type 2 diabetes mellitus to find the relationship between these two important issues. The study design was a quantitative, transverse, observational, analytical design. We performed anthropometry, perception of lifestyle by calculating X^2 , and p. 137 young adults were surveyed, whom no association was found between the perception of overweight / obesity ($X^2 = 0.002$ and $p = 0.96$). 57% of people perceived as unhealthy lifestyles were not overweight or obese, 42% of people with a healthy lifestyle perception were overweight or obese. We can clearly see that the perception of the lifestyle is influenced by cultural and social issues.

Palabras Clave

Percepción de estilo de vida; Sobrepeso; Obesidad; Diabetes mellitus tipo 2.

INTRODUCCIÓN

El estilo de vida es un conjunto de conductas que se van desarrollando a lo largo de la vida del ser humano a causa de la influencia de diversos ámbitos como lo son la familia, amigos y medios de comunicación, las cuales se expresan en la vida diaria del ser humano y por lo tanto caracterizan la manera de vivir y de ser de toda persona. [1]

Un problema muy grande en nuestra sociedad es que se ha ido creando a lo largo de los tiempos por diversas influencias un estilo de vida no saludable, esto gracias a los medios de comunicación, a algunos avances tecnológicos que van haciendo cada día más dependientes de estos a las personas. [2]

También el mismo medio ambiente es uno de estos factores ya que en algunos lugares hace más frío que en otros lo que propicia que las personas no quieran realizar ninguna actividad física y empiecen a ingerir comidas con alto nivel calórico. [1]

En México se ha observado que muchos adultos jóvenes ingieren alimentos no recomendables para el consumo diario y esto va combinado con poca actividad física o sedentarismo lo que proporciona desarrollar obesidad. [3]

México ocupa el segundo lugar de los países con mayor índice de obesidad en su población con el 30%, en los últimos años el porcentaje de obesidad ha aumentado tanto en hombres como en mujeres, en mujeres paso de 71.9 a 73% y en hombres actualmente el porcentaje es de 69.4%. [4]

La obesidad es un gran problema de salud. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS): se define como una acumulación excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. [5]

Esta tiene su origen en la integración genética y ambiental, pero la parte ambiental o el estilo de vida es la más importante. [2] Un factor ambiental es el ya mencionado estilo de vida no saludable ya que conlleva a presentar obesidad como se ha dicho en párrafos anteriores.

Según la OMS: “La diabetes tipo 2 tiene su origen en la incapacidad del cuerpo para utilizar la

insulina, lo que a menudo es consecuencia del exceso de peso o la inactividad física”. [6]

Al presentar antecedentes de diabetes mellitus tipo 2 lo más recomendable es llevar un estilo de vida saludable, pero esto cada vez es más difícil por lo que se ha mencionado en párrafos anteriores.

En el presente trabajo se comparará el estilo de vida en personas con obesidad y sin ella pero que al mismo tiempo presentan antecedentes familiares de diabetes mellitus tipo 2 para poder encontrar la relación entre estos importantes temas.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño del estudio. Fue un diseño cuantitativo, transversal, observacional, analítico,

Sitio y Universo del estudio. Universidad pública en Celaya, Guanajuato, México, con 1910 estudiantes de nivel superior registrados.

Muestreo. Se realizó un muestreo aleatorio simple con números aleatorios de los alumnos registrados en nivel superior.

Selección de participantes

Criterios de inclusión. Hombres y mujeres de 18 o más años de edad con antecedentes familiares de primer grado de antecedentes de diabetes tipo 2 que aceptaron participar firmando el consentimiento informado.

Criterios de exclusión. Que no hayan aceptado participar.

Procedimientos del estudio

A los sujetos participantes se les explicó los objetivos del estudio, así como las ventajas y desventajas por participar. Se les solicitó firmar el consentimiento informado. Después de hacerlo, se procedió a aplicar la encuesta de identificación, el cuestionario de percepción de estilo de vida [7] y se realizó antropometría.

Variables

Sociodemográficas. Edad, género, estado civil, peso, estatura, índice de masa corporal.

Independiente. Percepción de estilo de vida: es como se observan las personas en bienestar físico actual y adaptación psicológica. [8] El estilo de vida saludable es el rol que tienen las personas en la conservación de la salud o en la aparición de la enfermedad, será percepción de estilo de vida en puntuación que va de 0-78 a mayor puntaje más saludable. [7]

Dependiente. Status de sobrepeso/obesidad. Es una variable categórica dicotómica; es el índice de masa corporal, categorizado en sobrepeso/obesidad (SPOB) y sin SPOB; se mide con SPOB con IMC ≥ 25 kg/m², sin SPOB con IMC < 25 kg/m²; [9] se resume con frecuencias y porcentajes.

Tamaño de muestra

Asumiendo que los que tienen estilo de vida saludable no tengan obesidad en el 80% y que los que tienen estilo de vida no saludable solamente 20% no sean obesos el tamaño mínimo de muestra es de 13 en cada grupo con 95% de precisión, 80% de poder, epidat 7.0, 2013 CDC Atlanta GA, USA.

Análisis propuesto

Para la descripción de variables se utilizará la estadística descriptiva con medias y desviaciones estándar para variables cuantitativas y frecuencias y porcentajes para variables categóricas. Para probar hipótesis se calculó χ^2 y valor de p. En todos los casos el valor de p se fijó en 0.05. El análisis estadístico se realizó en Stata 13.0® (Stata Corp., College Station, TX, EUA).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para el grupo de edad los promedios son similares para las personas con índice de masa corporal menor y mayor a 25kg/m², el promedio de peso se encuentra elevado (7.66%) para los que tienen un índice de masa corporal igual o mayor a 25kg/m², la estatura fue ligeramente mayor (1.64) para las personas con un índice de masa corporal ≥ 25 kg/m², el porcentaje de índice de masa corporal fue mayor (28.95%) para las personas con índice de masa corporal ≥ 25 kg/m². Como se explica en la tabla 1.

Se observa que predominaron las mujeres residentes de zonas urbanas y solteras en ambos índices de masa corporal (Tabla 2).

No se encontró asociación significativa entre estilo de vida y categoría de índice de masa corporal; se encontró que el 42% de los que se percibían con un estilo de vida saludable presentaban obesidad, y solo el 41% de los que se consideraban como no saludables tenían obesidad, como se explica en la tabla 3.

Según la OMS [10] la prevalencia de diabetes se da en lugares de ingresos medianos o bajos, lo cual no concuerda con los hallazgos observados en este artículo ya que 102 personas encuestadas habitan en zonas rurales.

El 42% de las personas con índice de masa corporal ≥ 25 kg/m² tienen aparentemente una percepción de estilo de vida saludable, y solo el 41% presentan estilo de vida no saludable. Paz et al. [11] reportan resultados similares, el 95% de los participantes con sobrepeso / obesidad se percibían como sanos, a pesar del diagnóstico de diabetes y de sobrepeso / obesidad, lo que puede explicar que las personas tienen una percepción inadecuada de que es en sí un verdadero estilo de vida saludable.

Padilla et al. [12] reportan que las personas piensan que su estilo de vida es el adecuado y por lo tanto no sienten la necesidad de cambiarlo aunque presenten obesidad o sobrepeso, añadiéndole los antecedentes familiares de diabetes mellitus tipo 2, lo que puede explicar por que las personas a pesar de tener un IMC igual o mayor a 25kg/m² tienen un aparente estilo de vida saludable.

Meda Lara et al. [4] menciona que la mayoría de las personas se sienten satisfechos con su aspecto físico lo que indica que a pesar de presentar obesidad o antecedentes de diabetes tipo 2 no les importa continuar con su estilo de vida ya que no tienen ninguna necesidad u obligación de cambiar sus hábitos.

CONCLUSIONES

No se encontró asociación entre la percepción de estilo de vida con sobrepeso/obesidad. Esto nos indica que la percepción del estilo de vida está

influenciada por cuestiones culturales y sociales. Es posible que las personas respondan lo que ya saben que es saludable, pero que en realidad no lo ejecutan.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco al Programa Delfín y a la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco por haber hecho posible realizar mi verano fuera de Tabasco y por otorgarme una beca para mi estancia en Celaya Guanajuato, al Doctor Nicolás Padilla Raygoza por tener el tiempo, dedicación y paciencia para orientarme en la realización de este artículo. A la Universidad de Guanajuato por permitirme realizar mis trabajos en sus instalaciones, y a mi familia porque siempre están brindándome el apoyo que necesito.

REFERENCIAS

- [1] Portal OCW-UM. (2017). Estilo de vida. Recuperado de http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/contenidos/estilo_de_vida.html
- [2] Quirante Moreno, A. J., López Ramírez, M., Hernández Meléndez, E & Pérez Sánchez, A. (2008). Estilo de vida, desarrollo científico-técnico y obesidad. *Revista Cubana de Salud Pública*, 35,
- [3] Fuentes, M. L., (2016). México social: la epidemia de Obesidad. *Excelsior*, 5.
- [4] Meda Lara, R., De Santos Ávila, F., Lara García, B., Verdugo Lucero, J., Palomera Chávez, A & Valares Sierra, D. (2008). Evaluación de la percepción de calidad de vida y el estilo de vida en estudiantes desde el contexto de las Universidades Promotoras de la Salud. *Revista de Educación y Desarrollo*, 5-16.
- [5] Organización Mundial de la Salud. (2017). Obesidad. Recuperado de <http://www.who.int/topics/obesity/es/>
- [6] Organización Mundial de la Salud. (2017). Diabetes. Recuperado de http://www.who.int/topics/diabetes_mellitus/es/
- [7] Baños Benitez, A., Gallat-Magaña, G. application of questionnaire healthy style to students and teacher of the Latin American school of medicine 2005. Sc v004.
- [8] Medina López, O. M., Díaz Pinzón, A.D., Barrientos Gonzales, E & Peña Martínez, D. E. (2009). Percepción de salud y su efecto en pacientes con diabetes. *Universidad Nacional de Colombia*, 27, 13-18.
- [9] Organización Mundial de la Salud. (2016). Nota descriptiva N°311, Obesidad y Sobrepeso. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
- [10] Organización Mundial de la Salud. (2016). Nota descriptiva, Diabetes. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/es/>
- [11] Paz Salinas, K. C., Padilla Raygoza, N., Delgado Sandoval, S. C., Olvera Villanueva, G & Ruiz Paloalto, L. (2015). Do People with Type 2 Diabetes Think They are Unhealthy? A Cross-Sectional Study in Celaya, Mexico. *Central Asian Journal of Global Health*, 4, 1.
- [12] Padilla Raygoza, N., Paz Salinas, K. C., Delgado Sandoval, S., Olvera Villanueva, G., Jorda Jinez, M & Beltran Campos V. (2017). Association of Self-perception Lifestyle with Overweight / Obesity among People with a Family History of Type 2 Diabetes: A Cross Sectional Study. *International Journal of TROPICAL DISEASE & Health*, 3, 1-7.

Tabla 1 Distribución de variable sociodemográfica categóricas en adultos jóvenes de Celaya, Guanajuato.

Variable	Índice de Masa Corporal <25kg/m ²	Índice de Masa Corporal ≥25kg/m ²
Edad (años)		
Rango	17 a 51	2 a 49
Media	21.49	21.36
Desviación estándar	4.00	4.80
Peso (Kg)		
Rango	41.8 a 77.2	55.45 a 171.2
Media	56.88	79.66
Desviación estándar	7.86	18.00
Estatura (Mts)		
Rango	1.46 a 1.79	1.45 a 1.85
Media	1.60	1.64
Desviación estándar	.08	.09
Índice de Masa Corporal (kg/m²)		
Rango	17.83 a 24.98	25.02 a 55.37
Media	22.01	28.95
Desviación estándar	1.89	4.73

Tabla 2 Distribución de variable sociodemográfica categóricas en adultos jóvenes de Celaya, Guanajuato.

Variable	Índice de Masa Corporal <25kg/m ²		Índice de Masa Corporal ≥ 25 kg/m ²	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Género:				
Masculino	10	12.66	23	39.66
Femenino	69	87.34	35	60.34
Residencia:				
Urbana	63	79.75	39	67.24
Suburbana	12	15.19	11	18.97
Rural	4	5.06	7	12.07
Estado civil:				
Soltero	75	94.94	52	91.23
Casado	3	3.80	4	7.02
Unión libre	1	1.27	1	1.75

Tabla 3 Tabulación de estilo de vida con índice de masa corporal en adultos jóvenes de Celaya Guanajuato

Variable	Índice de Masa Corporal <25kg/m ² f %	Índice de Masa Corporal ≥ 25Kg/m ² f %
Categoría de estilo de vida	X²= 0.002gl1 P=0.96	
Saludable	72 57.60	53 42.40
No saludable	7 58.33	5 41.67