

# COMPARACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DEL ESTILO DE VIDA EN PERSONAS CON Y SIN SOBREPESO U OBESIDAD EN ADULTOS JÓVENES.

Vázquez Camacho, Yesenia Esmeralda (1), Padilla Raygoza, Nicolás (2), Sandoval Salazar, Cuauhtémoc (3)

1 [Licenciatura en Nutrición, Universidad de Occidente] | [yessenia\_01@hotmail.com]

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

3 [Departamento de Enfermería y Obstetricia, División Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato] | [cuauhtemocss@gmail.com]

## Resumen

El estilo de vida hace referencia a los comportamientos habituales y cotidianos que caracterizan el modo de vida de un individuo. El estilo de vida no saludable y los malos hábitos nutricionales contribuyen a la aparición de sobrepeso y obesidad, enfermedades que se han convertido en un problema de salud pública en varios países, alcanzando tasas de epidemia a nivel mundial, el objetivo fue comparar la percepción del estilo de vida que tienen los adultos jóvenes con o sin sobrepeso u obesidad. El estudio fue transversal, cuantitativo, observacional y analítico. Se hizo muestreo probabilístico aleatorio simple, resultando que, en una muestra de 274 personas, 166 tienen peso adecuado y 108 sobrepeso u obesidad, las mujeres predominan en ambos casos, con 78.92% en peso adecuado y 66.67% en sobrepeso u obesidad. No se encontró asociación entre la percepción de estilo de vida de personas con o sin sobrepeso u obesidad.

## Abstract

The lifestyle refers to the usual and everyday behaviors that characterize the way of life of an individual. The unhealthy lifestyle and poor nutritional habits contribute to the appearance of overweight and obesity, diseases that have become a public health problem in several countries, achieving epidemic rates worldwide, the objective was the perception of the lifestyle that young adolescent have with or without overweight or obesity. The study was transversal, quantitative, observational and analytical. A simple random sample was obtained, with a sample of 274 people, 166 being of adequate weight and 108 being overweight or obese, women predominated in both cases, with 78.92% in adequate weight and 66.67% in overweight or obesity. There was no association between the perception of the lifestyle of people with or without overweight or obesity.

### Palabras Clave

Sobrepeso; Obesidad; Percepción de estilo de vida.

## INTRODUCCIÓN

Por estilo de vida se entiende “la manera general de vivir, basada en la interacción entre las condiciones de vida, en un sentido más amplio, y las pautas individuales de conducta, determinada por factores socioculturales y características individuales” [1]

El estilo de vida hace referencia, principalmente, a los comportamientos habituales y cotidianos que caracterizan el modo de vida de un individuo y que suelen ser permanentes en el tiempo. [2]

El estilo de vida no saludable que es modificable por la conducta, como el sedentarismo y los malos hábitos nutricionales contribuyen a la aparición de sobrepeso corporal y obesidad, que constituye un factor de riesgo para la aparición de enfermedades crónicas como la diabetes mellitus, la cardiopatía isquémica y el cáncer. [3]

La problemática internacional en torno al tema del sobrepeso y la obesidad ha obligado a la comunidad científica a explorar a todos niveles –epidemiológico, clínico, molecular– las explicaciones sobre su etiología y las opciones tanto profilácticas como terapéuticas para su atención. [4]

El sobrepeso y la obesidad se han convertido en un problema de salud pública en varios países, incluido México, alcanzando tasas de epidemia a nivel mundial y que preocupa seriamente a las autoridades sanitarias. [5]

La obesidad tiene su origen en una interacción genética y ambiental, siendo más importante la parte ambiental o conductual, que se establece por un desequilibrio entre la ingesta (malos hábitos nutricionales) y el gasto energético (sedentarismo). [3]

Sin duda, los factores mayormente relacionados con el sobrepeso y la obesidad son los de orden nutricional, para los que se han identificado asociaciones tanto a nivel de nutrimentos como de alimentos, así como de patrones de alimentación y de conductas alimentarias. [4]

En México, las cifras de obesidad y sobrepeso se han incrementado hasta un 50% en los últimos diez años; alrededor del 31% de las mujeres en

edad reproductiva tienen sobrepeso y el 22%, obesidad. [6]

Un IMC elevado es un importante factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, como las siguientes:

- Las enfermedades cardiovasculares (principalmente las cardiopatías y los accidentes cerebrovasculares), que fueron la principal causa de muertes en 2012
- La diabetes.
- Los trastornos del aparato locomotor.
- Algunos cánceres [7]

El objetivo fue comparar la percepción del estilo de vida que tienen los adultos jóvenes con o sin sobrepeso u obesidad.

## MATERIALES Y MÉTODOS

**Diseño del estudio.** Transversal, cuantitativo, observacional, analítico.

**Sitio y universo del estudio.** Universidad pública en Celaya, Gto., con 1910 estudiantes registrados en nivel superior.

**Muestreo.** Se realizó muestreo probabilístico aleatorio simple con números aleatorios, utilizando como esquema de muestreo el listado de estudiantes.

**Selección de la población del estudio.**

**Criterios de conclusión.** Hombres y mujeres de 18 o más años, registrados como estudiantes de nivel superior en una universidad pública en Celaya, Gto., que han aceptado participar firmando el consentimiento informado.

**Criterios de exclusión.** Que no han 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 estilo de vida [8] y se realizó antropometría.

### Variables.

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

**Independiente.** Percepción de estilo de vida, es una variable dicotómica; son los hábitos en cuanto a actividad física, alimentación, tabaquismo, consumo de alcohol; su escala de medición es saludable de 40 a 78 puntos y no saludable de 0 a 39 puntos [8]; se resumirá con frecuencias y porcentajes.

**Dependiente.** Sobrepeso/obesidad, es una variable categórica dicotómica; es la masa corporal medida por el IMC en kg/m<sup>2</sup>; su escala de medición es adecuado (IMC 18 a 24.9 kg/m<sup>2</sup>), sobrepeso (IMC  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup>) y obesidad (IMC  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>) [7]; se resume con frecuencias y porcentajes.

### Tamaño de muestra.

Esperando que el 20% del grupo expuesto (con antecedentes de diabetes tipo 2), tengan estilo de vida no saludable, y que en el grupo no expuesta 30%, el tamaño mínimo de muestra es de 313 con antecedentes heredofamiliares de diabetes y 313 sin antecedentes de la misma patología, con 95% de precisión y 80% de poder (Eplnfo 3.5.1, 2008, CDC, Atlanta, GA, EUA).

### Análisis propuesto.

Para la descripción de variables se utilizó la estadística descriptiva con medias y desviaciones estándar para variables cuantitativas y frecuencias y porcentajes para variables categóricas. Se calculó la prueba de Chi cuadrada y valor de p para buscar asociación entre las variables. En todos los casos el valor de p se fijó en 0.05 para demostrar significancia estadística de los resultados. El análisis se realizó en STATA 13.0® (Stata Corp., College Station, TX, EUA).

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De la muestra obtenida de 274 personas, y, como se puede observar en la tabla 1, en donde de una muestra de 166 que mantienen un peso adecuado,

las prevalencias más altas corresponden al género femenino con un 78.92%, y de igual manera de la muestra obtenida de 108 personas que tienen sobrepeso u obesidad, las prevalencias más altas también corresponden al género femenino con un 66.67%. En cuanto a los datos sobre residencia, se obtuvo que las prevalencias más altas corresponden a aquellas personas que residen en una zona urbana con un porcentaje de 77.71 para los de peso adecuado y 73.15% para aquellos que tienen sobrepeso u obesidad. Acerca del estado civil, los solteros predominan ya sea teniendo un peso adecuado, así como sobrepeso u obesidad.

Como puede observarse en la tabla 2, el rango de edad fue ligeramente mayor en personas que presentan sobrepeso u obesidad, de igual manera sucedió en la variable de peso, estatura y el índice de masa corporal.

No se encontró asociación entre la percepción de estilo de vida de personas con o sin sobrepeso u obesidad, según aparece en la tabla 3.

El objetivo del estudio fue comparar la percepción del estilo de vida que tienen los adultos jóvenes con o sin sobrepeso u obesidad.

Según investigaciones, el sobrepeso y la obesidad se han convertido en un problema de salud pública en varios países, alcanzando tasas de epidemia a nivel mundial. [5]

La presente investigación aporta información acerca de un estudio realizado a 274 personas, en el cual se observó que la prevalencia de peso adecuado es más elevada en mujeres que en hombres, con un porcentaje de 78.92, así como de igual manera la prevalencia de sobrepeso y obesidad es más elevada en el género femenino, con un porcentaje de 66.67.

En comparación con este trabajo, en el realizado por la revista Investigación y educación en enfermería se aprecia que la obesidad es más alta en hombres que en mujeres. [6]

## CONCLUSIONES

Se encontró que no existe asociación entre categoría de sobrepeso/obesidad y percepción de estilo de vida.

## AGRADECIMIENTOS

Me permito agradecerle al programa Delfín por haberme aceptado para hacer verano científico.

Resalto el agradecimiento al Dr. Nicolás Padilla Raygoza por sus enseñanzas y asesoría para poder llevar a cabo este trabajo.

Agradezco de igual manera a mis padres por el apoyo brindado.

## REFERENCIAS

[1] Pardo-Torres, M. P., & Núñez-Gómez, N. A. (2008). Estilo de vida y salud en la mujer adulta joven. *Aquichan*, 8(2), 266-284.

[2] Lema Soto, L. F., Salazar Torres, I. C., Varela Arévalo, M. T., Tamayo Cardona, J. A., Rubio Sarria, A., & Botero Polanco, A. (2009). Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. *Pensamiento Psicológico*, 5(12), 71-87.

[3] Quirantes Moreno, A. J., López Ramírez, M., Hernández Meléndez, E., & Pérez Sánchez, A. (2009). Estilo de vida, desarrollo científico-técnico y obesidad. *Revista Cubana de Salud Pública*. 35(3).

[4] Haa-Navarro, K., 2016. Sobrepeso y obesidad. *Órgano Oficial de la Academia Nacional de Medicina de México*, AC, 152(1), 45-9.

[5] Velasco González, O. H., & Echavarría Almeida, S. (2011). Sobrepeso y obesidad. *Vidsupra* 3(2), 7-11.

[6] Magallanes Monreal, M., Gallegos Cabriales, E. C., Carrillo Cervantes, A. L., Sifuentes Leura, D., & Olvera Blanco, M. A. (2010). Sobrepeso, obesidad y dislipidemias en población universitaria del noreste de México. *Investigación y Educación en Enfermería*, 28(1), 101-107.

[7] Organización Mundial de la Salud (2016). Obesidad y sobrepeso. Recuperado el 28 de Junio de 2017, disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>.

[8] Baños Benítez, A., Gallat-Magaña, G. application of questionnaire healthy style to students and teacher of Latin American School of medicine 2005, SCV004.

**Tabla 1 Distribución de variables sociodemográficas categóricas por grupo.**

Variables	IMC < 25 Kg/m <sup>2</sup>		IMC ≥ 25 Kg/m <sup>2</sup>	
	f	%	f	%
Género				
Masculino	35	21.08	36	33.33
Femenino	131	78.92	72	66.67
Residencia				
Urbano	129	77.71	79	73.15
Suburbano	26	15.66	22	20.37
Rural	11	6.63	7	6.48
Estado civil				
Soltero	161	96.99	97	90.65
Casado	1	0.60	9	8.41
Separado	1	0.60	0	0
Unión libre	3	1.81	1	0.93

IMC: Índice de masa corporal

**Tabla 2 Distribución de variables sociodemográficas cuantitativas por grupo.**

Variable	IMC < 25 Kg/m <sup>2</sup>	IMC ≥ 25 Kg/m <sup>2</sup>
Edad (años)		
Rango	17 a 40	2 a 49
Media	21.00	21.31
D. S.	2.44	3.85
Peso (Kg)		
Rango	38.7 a 75.9	52.8 a 171.2
Media	56.23	77.44
D. S.	7.38	17.24
Estatura (m)		
Rango	1.46 a 1.82	1.44 a 1.87
Media	1.61	1.63
D. S.	.08	.087
IMC (Kg/m <sup>2</sup> )		
Rango	15.01 a 24.96	25.02 a 55.37
Media	21.73	28.93
D. S.	1.97	4.21

IMC: Índice de masa corporal.

D.S.: Desviación estándar.

**Tabla 3 Tabulación de categoría de sobrepeso/obesidad con percepción de estilo de vida.**

Variable	Percepción de estilo de vida			
	Saludable		No saludable	
	f	%	f	%
Categoría de sobrepeso/obesidad				
<25 Kg/m <sup>2</sup>	159	95.78	7	4.22
≥ 25 Kg/m <sup>2</sup>	99	91.67	9	8.33

$X^2= 2.02$  gl  $p=0.16$