

# RELACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DEL ESTILO DE VIDA Y OBESIDAD EN ESTUDIANTES DE NIVEL SUPERIOR EN CELAYA, GUANAJUATO

Barrón Mancera, Katia Michelle (1), Padilla Raygoza, Nicolás (2), Sandoval Salazar, Cuauhtémoc (3)

1 [Licenciatura en Salud Pública, Universidad de Guadalajara] | [katymichelle20@gmail.com]

2 [Departamento de Enfermería y Obstetricia, División de Ciencias de la Salud e Ingenieras, 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] | [cuauhtemocss@gmail.com]

## Resumen

El estilo de vida puede definirse como un patrón de conductas que las personas deciden adoptar entre todas aquellas que se encuentran disponibles en función de su contexto social. La obesidad es la acumulación anormal o 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, para saber si existe una relación entre estas dos variables. El diseño del estudio fue cuantitativo, transversal, observacional, analítico. Se realizó antropometría, se aplicó un cuestionario de percepción de estilo de vida y se calculó  $X^2$  y valor de  $P$ . Se obtuvieron datos de 387 estudiantes registrados en una Universidad Pública. Se encontró asociación estadísticamente significativa entre la percepción de estilo de vida saludable y la ausencia de obesidad ( $X^2 = 5.21$ ,  $P = .02$ ). El 91% de las personas que se percibían con un estilo de vida saludable no presentaban obesidad. Mientras que el 9% de las personas que se percibían con un estilo de vida saludable presentaban obesidad. Esto sugiere que hay una asociación entre el estilo de vida y la obesidad.

## Abstract

Lifestyle can be defined as a pattern of behaviors that people decide to adopt among all those they find available based on their social context. Obesity is the abnormal or excessive accumulation of fat that can be harmful to health. In the present work, the perception of lifestyle in people with obesity and without obesity will be compared to know if there is a relationship between these two variables. The design of the study was a quantitative, transversal, observational, analytical. Anthropometry was performed, a lifestyle perception questionnaire was applied and  $X^2$  and  $P$  value were calculated. Data was obtained from 387 registered students of a Public University. A statistically significant association was found between the perception of a healthy lifestyle and the absence of obesity ( $X^2 = 5.21$ ,  $P = .02$ ). 91% of people perceived healthy lifestyle did not have obesity. While that 9% of people perceived with a healthy lifestyle had obesity. This suggests that there is an association between lifestyle and obesity.

## Palabras Clave

Estilo de vida; obesidad; adultos jóvenes.

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la obesidad como: una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. [1]

La obesidad se ha convertido en un problema relevante de salud pública en México, ya que es un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónico-degenerativas como enfermedades cardiovasculares, diabetes y cáncer. Sus complicaciones representan las principales causas de muerte en nuestro país. [2]

De acuerdo a estudios realizados por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) en el 2017, México ocupa el segundo lugar mundial en obesidad en la población general y el cuarto en obesidad infantil.[3]

La obesidad es una enfermedad crónica que puede desencadenar diversas complicaciones que ponen en peligro la calidad de vida de quienes la padecen. Tiene origen multicausal en el cual participan factores ambientales, genéticos, sociales y de manera sobresaliente los estilos de vida y hábitos alimenticios que siguen las personas. [4]

El estilo de vida puede definirse desde el punto de vista de la sociología, como un patrón de conductas o actividades, que las personas deciden adoptar entre todas aquellas que se encuentran disponibles en función de su contexto social. Dichas conductas están influenciadas por la familia, los amigos, la educación e incluso los medios de comunicación. [5]

Se ha observado que en México, las personas con menor poder adquisitivo son más vulnerables a consumir alimentos altos en grasa, procesados y con mayores cantidades de azúcar. Al contraste de las personas con mayor poder adquisitivo que pueden acceder a alimentos reducidos en grasa, naturales y libres de gluten. [2]

Los malos hábitos alimenticios derivados de una vida cada vez más acelerada, los estilos de vida modernos, los avances tecnológicos, las largas jornadas de trabajo y estudio que contribuyen al sedentarismo son causa del aumento de la prevalencia de obesidad en las poblaciones. [5]

El objetivo de este estudio fue buscar asociación entre la percepción del estilo de vida y obesidad en adultos jóvenes de Celaya, Guanajuato.

## MATERIALES Y MÉTODOS

**Diseño del estudio.** Cuantitativo, transversal, observacional, analítico.

**Universo y sitio del estudio.** Adultos jóvenes de 18 a 49 años de una Universidad Pública en Celaya Guanajuato, México.

**Muestreo.** Se realizó un muestreo aleatorizado simple, teniendo como esquema de muestreo, el listado de los alumnos registrados en nivel superior.

**Selección de participantes.**

**Criterios de inclusión:** Hombres y mujeres de 18 años a 49 años que aceptaron participar, firmando el consentimiento informado.

**Criterios de exclusión:** Que no hayan aceptado participar en el estudio.

**Criterios de eliminación:** Participantes que no hayan completado los instrumentos de evaluación.

**Variables.**

**Sociodemográficas.** Edad, género, estado civil, zona de residencia.

*Independiente.* Percepción del estilo de vida: Es la manera en como un individuo se observa o identifica en distintos aspectos de su vida y le dan un significado. Esto está influenciado por los valores, cultura, estereotipos, vivencias y conocimientos [7]. Será la percepción del estilo de vida medida en puntuación que va de 0-78, a mayor puntaje más saludable. Se resume con media y desviación estándar.

*Dependiente.* Status de sobrepeso. Es una variable categórica dicotómica, es el índice de masa corporal (IMC), categorizada con obesidad (OB)  $IMC \geq 30 \text{ kg/m}^2$  y sin obesidad (OB)  $IMC \leq 29 \text{ kg/m}^2$  [8]. Se resume con frecuencias y porcentajes.

### Instrumento.

Se utilizó el cuestionario de percepción de estilo de vida [9] que tiene una confiabilidad de Kappa 0.9 y 0.89. Para la medición del peso y estatura, para obtener el IMC y poder clasificar a los participantes en obesos y no obesos, se utilizó una báscula digital en arco MEDIDATA SERIES.

### Procedimiento del estudio.

A los participantes se les explico los objetivos del estudio, así como las ventajas y desventajas de 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 [9] y se realizó antropometría.

### Tamaño de la muestra

Asumiendo que el 90% de los que se perciben con estilo de vida saludable, no tengan obesidad y que el 76% de los que se perciben con estilo de vida no saludable tengan obesidad, el tamaño mínimo de la muestra es de 112 con percepción de vida saludable y 112 con percepción de estilo de vida no saludable, con 95% de confianza y 80% de poder (Epidat 4.1, 2014, Xunta de Galicia, OPS, Universidad CES).

### Análisis Estadístico

Se utilizó estadística descriptiva para las variables sociodemográficas, frecuencias y porcentajes para las variables categóricas, media y desviación estándar para las variables cuantitativas.

Para mostrar asociación entre percepción de estilo de vida y obesidad, se calculó prueba de Chi cuadrada y valor de  $P$ , Razón de Momios (RM) e intervalo de confianza al 95%. Para demostrar significancia estadística de los resultados el valor de  $P$  se fijó en .05. El análisis se realizó en STATA 13.0 (Stata Corp., Collage Station, TX, USA).

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La muestra estuvo constituida por 387 adultos jóvenes registrados en una Universidad pública de Celaya.

Predominaron las mujeres (72%), con residencia en zona urbana (78%) y soltero(a) s (95%)(Tabla 1). Se encontró una asociación estadísticamente significativa entre la percepción de estilo de vida saludable y la ausencia de obesidad; El 91% de los estudiantes universitarios que presentaban un  $IMC \leq 29 \text{ kg/m}^2$ , lo cual los clasifica en un status de no obesidad, se percibían con un estilo de vida saludable.

Cecilia MJ, y cols. [10] reportan resultados similares en la autovaloración del estado de salud y la calidad de vida auto percibidos, más de un 90% de los estudiantes universitarios encuestados consideraron tener un estado de salud y una calidad de vida entre bueno/a y excelente, además presentaron IMC dentro de los parámetros considerados normales o saludables.

En contraste con el 9% de los estudiantes que presentaban un  $IMC \geq 30 \text{ kg/m}^2$ , lo cual los clasificaba en un status de obesidad, se percibían con un estilo de vida saludable. Incluso con un IMC de  $55.37 \text{ kg/m}^2$  presentando un status de obesidad tipo III, tenían una percepción de estilo de vida saludable.

Padilla y cols. [11] mencionan que las personas consideran que su estilo de vida, es el adecuado para ellos y no sienten la inquietud o necesidad de cambiarlo, aunque presenten sobrepeso u obesidad e incluso antecedentes familiares de enfermedades crónicas degenerativas como Diabetes tipo 2.

Por otro lado el 24% de los estudiantes que fueron clasificados con obesidad se percibían con un estilo de vida no saludable. Tabla 3.

Matus y cols. [12] reportan que la autoconcepción correcta de la imagen corporal se ha vuelto un tema de interés para diversos investigadores, ya que está asociada con los hábitos alimenticios, los estilos de vida y las medidas preventivas enfocadas al cuidado de la salud. Conocer cómo se perciben las personas con obesidad es un buen comienzo para tomar medidas y estrategias en salud pública que fortalezcan la creciente necesidad de mantener un peso saludable.

## CONCLUSIONES

Se encontró una asociación estadísticamente significativa entre la percepción de estilo de vida saludable y la ausencia de obesidad. Sin embargo, debe investigarse cuales dimensiones del estilo de vida afectan a la obesidad.

## AGRADECIMIENTOS

Agradezco al Programa Delfín y a la Universidad de Guadalajara por el apoyo recibido para realizar este Verano de investigación que fue una experiencia muy enriquecedora tanto personal como profesionalmente. A si mismo agradezco al Dr. Nicolás Padilla Raygoza por su apoyo, dedicación, esfuerzo y amabilidad al orientarme en este artículo. A la Universidad de Guanajuato por abrirme las puertas de su institución para realizar esta estancia y a mi familia por su apoyo incondicional.

## REFERENCIAS

- [1] Organización Mundial de la Salud (2017). Obesidad. Recuperado de <http://www.who.int/topics/obesity/es/>.
- [2] Barroso Camiade, C. (2012). La obesidad, un problema de salud pública. Espacios Públicos, 15(33), 200-215.
- [3] OCDE. Obesity Update (2017). Recuperado de [http://oment.uanl.mx/descarga/obesity-update-2017\\_ocde.pdf](http://oment.uanl.mx/descarga/obesity-update-2017_ocde.pdf).
- [4] Universidad Autónoma de México. (2013). Obesidad en México: Recomendaciones para una política de Estado. México. Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial.
- [5] Guerrero Montoya, L. R, León Salazar, A. R. (2010). Estilo de vida y salud. Educare, 14(48), 13-19.
- [6] 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), 1-8.
- [7] Hernández Sánchez J., Forero Bulla C. M. (2011). Concepciones y percepciones sobre salud, calidad de vida, actividad física en una comunidad académica de salud. Revista Cubana de Enfermería, 27( 2 ), 159-170.
- [8] Organización Mundial de la Salud. (2016). Nota descriptiva N°311, Obesidad y Sobrepeso. Recuperado [http:// de http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/](http://dehttp://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/)
- [9] Baños Benítez, A ., Gallat Magaña, G. (2005) aplicación de cuestionarios healthy Lifestyle to students and teachers of the latina América school of medicine. SC V 004.
- [10] Cecilia MJ, et al. (2017). Estilos de salud y hábitos saludables en estudiantes del Grado en Farmacia. Educ Med. 221, 1-12
- [11] 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.
- [12] Matus Lerma, N. P., Álvarez Gordillo, G. C., Nazar Beutelspacher D.A., Mondragón Ríos, R. (2016). Percepciones de adultos con sobrepeso y obesidad y su influencia en el control de peso en San Cristóbal de Las Casas, Chiapas. Estudios Sociales, 24-25, (47), 380-409.

**Tabla 1. Distribución de variables sociodemográficas categóricas en adultos jóvenes de Celaya, Guanajuato.**

Variable	F	%
<b>Género</b>		
Masculino	107	27.65
Femenino	280	72.35
<b>Residencia</b>		
Urbana	302	78.04
Sub urbana	59	15.25
Rural	26	6.72
<b>Estado civil</b>		
Soltero(a)	365	94.56
Casado(a)	16	4.15
Separado (a)	1	0.26
Unión libre	4	1.04

**Tabla 2. Distribución de variables cuantitativas en adultos jóvenes de Celaya, Guanajuato.**

Variable	Rango	X	D.S.
Edad (años)	17-49	21.42	2.73
Peso(kg)	22-171.2	64.6	15.40
Estatura (mts)	1.17-1.87	1.62	.0863
IMC(Kg/m <sup>2</sup> )	15.01-55.37	24.4	4.481

**Tabla 3. Tabulación de percepción de estilo de vida e índice de masa corporal en adultos jóvenes de Celaya Guanajuato.**

Variable	Índice de Masa Corporal ≤29 kg/m <sup>2</sup>		Índice de Masa Corporal ≥30 kg/m <sup>2</sup>	
	f	%	f	%
<b>Percepción de estilo de vida</b>	<b>X<sup>2</sup>= 5.21 gl 1 P=.02 RM 3.6 IC95% = 1.9 a 9.49</b>			
<b>Saludable</b>	334	91.26	32	8.74
<b>No saludable</b>	16	76.19	5	23.81