

Estudio observacional de Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad en estudiantes asistentes al evento del Día Mundial de la Alimentación (2017)

Karla Fernández-Quiroga^{a*}, Vanessa López-Morán^{ab}, Omar González-Santiago^a

^aFacultad de Ciencias Químicas, Av. Universidad s/n Ciudad Universitaria, San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México

*karlaalejandra_fer@hotmail.com

^bFacultad de Salud Pública y Nutrición, Av. Dr. Eduardo Aguirre Pequeño y Yuriria Col. Mitras Centro, Monterrey, Nuevo León, México

Palabras clave: IMC, sobrepeso, obesidad, estudiantes.

Introducción

El sobrepeso y la obesidad son condiciones que se definen como una acumulación excesiva de tejido adiposo en el organismo y que puede causar problemas a la salud [1]. Actualmente el 70% de la población adulta en México padece de sobrepeso, mientras que el 34% de las mujeres y el 25% de los hombres padecen obesidad. Con estas estadísticas, México ocupa actualmente el 2do lugar a nivel mundial de sobrepeso y obesidad. Para su diagnóstico se utiliza el Índice de Masa Corporal (IMC) el cual consiste en una fórmula que implica una relación entre el peso en kilogramos y la talla en metros al cuadrado. Si el resultado es de 25 a 29.9 se considera sobrepeso, de 30- 34.9 obesidad tipo 1, de 35 a 39.9 obesidad tipo 2 y ≥ 40 obesidad tipo 3.

Las causas del sobrepeso y obesidad son multifactoriales. Los factores ambientales principales involucran el tipo de dieta, hábitos, costumbres, nivel socioeconómico y actividad física. Dentro de la vida universitaria específicamente se encuentran el hecho de comer frecuentemente fuera de casa, poca disponibilidad de alimentos saludables en la calle, disminución del uso de transporte alterno por falta de espacios acondicionados e inseguridad, entre otros [3].

El sobrepeso y la obesidad traen consigo un gran número de consecuencias que actualmente son las primeras causas de muerte en el mundo como enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, problemas respiratorios y actualmente se está investigando su relación con el cáncer. Todas estas problemas a la salud implican un incremento en los gastos de los sistemas de salud para combatirlos [4].

Parte experimental

Se realizó un evento con motivo del Día Mundial de la Alimentación en la Facultad de Ciencias Químicas de la UANL en Octubre del 2017, donde estudiantes de la misma facultad de las 5 carreras participaron de manera voluntaria para tomarles medidas antropométricas, siendo éstas el peso y la talla para determinar el índice de masa corporal. Los resultados se dividieron por género y diagnóstico de IMC, con los cuales se obtuvieron porcentajes y promedios según correspondía.

Resultados y discusión

Se obtuvo un total de 216 voluntarios de los cuales 45.8% eran hombres y 54.8% mujeres donde el promedio de edad fue de 18.5 y 18.8 años respectivamente. Del total de resultados obtenidos, el IMC promedio fue de 23.98 kg/m² de los cuales el 8.8% de los estudiantes obtuvieron un IMC menor a 18.5 kg/m², 58.8% un IMC de 18.5-24.9 kg/m², 22.2% un IMC ≥ 25 -29.9 kg/m² y 10.2% un IMC ≥ 30 . De esta manera, en resumen, se considera que un 22.2% de los estudiantes se diagnostica con sobrepeso y un 10.2% con obesidad.

En general, el 36.4% de los hombres y el 29.1% de las mujeres se encontraban diagnosticados con sobrepeso u obesidad. Esto abarcó el 32.4% del total de voluntarios, es decir, la tercera parte de la población estudiantil de la Facultad de Ciencias Químicas se encuentra dentro de los rangos considerados en exceso de peso según su IMC.

Conclusiones

La prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios está presente en un tercio de esta población, de tal manera que si no disminuye su peso corporal y por ende su IMC, tienen el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial y problemas respiratorios.

Agradecimientos

A los estudiantes de la materia de nutrición del semestre Agosto- Diciembre 2017 por llevar a cabo la recopilación de datos y toma de muestras antropométricas.

Referencias

- Organización Mundial de la Salud. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/> (consultado el 20 de marzo de 2018)
- Dávila, T. J.; González, I. J.; Barrera, C. A. Méd. del IMSS. **2015**, 53, 241-249.
- León, S. R.; Jiménez, C. B.; López, M. A.; Barrera, G. K. Enseñ. Invest. en Psico. **2013**, 18, 95-110.
- Magallanes, M. M.; Gallegos, C. E.; Carrillo, C. A.; Sifuentes, L. D.; Olvera, B. M. Inv. y Edu. Enfermería. **2001**, 28, 101-107.