



## OBESIDAD Y HÁBITOS ALIMENTICIOS

JUÁREZ TORRES, ALEJANDRA 1. LÓPEZ GARCÍA, CRISTINA 2.

1 FACULTAD DE MEDICINA, UPAEP. 2 FACULTAD DE MEDICINA UPAEP.

*Alejandra.juarez@upaep.edu.com*

### INTRODUCCIÓN

La obesidad hoy en día es una enfermedad muy grave y cada vez aumenta su prevalencia, México tiene segundo lugar en obesidad adulta con un 32.4% y se prevé que para el año 2030 aumente hasta un 39% [1] Una de las principales causas de la obesidad es los malos hábitos alimenticios que se han generado a través de los años con los establecimientos de comida rápida que están al alcance de cualquier lugar. Ser estudiante de una licenciatura muchas veces conlleva a pasar demasiado tiempo en la universidad, tener que mudarse y por lo tanto descuidar la alimentación adquiriendo fácilmente malos hábitos alimenticios, lo cual puede generar obesidad [2]

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Es evidente que el sobrepeso y la obesidad son un problema social que pone en riesgo la salud de toda persona con tendencias de mala alimentación. En América se observa al menos un 47% de prevalencia de población que tiene hábitos alimentarios inadecuados y sigue aumentando [3], este puede desarrollarse desde temprana edad debido a su contexto familiar, pero también puede deberse a situaciones estresantes como lo es en el caso de los estudiantes universitarios. ¿Cómo se relacionan los hábitos alimenticios con la obesidad en los estudiantes de medicina?

### OBJETIVO

Estimar la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los estudiantes de Medicina. Identificar los hábitos alimenticios de los mismos estudiantes. Analizar cómo influyen los hábitos alimenticios en la obesidad.



## MATERIAL Y MÉTODOS

Es un estudio observacional, descriptivo de tipo transversal y prospectivo, en el que se aplicará un cuestionario de 18 ítems con una escala tipo Likert a 116 estudiantes de octavo semestre de la Facultad de Medicina para identificar sus hábitos alimenticios, adicional se interrogará sobre datos personales como edad, peso, talla; para calcular el índice de masa corporal (IMC). La información se vaciará en Microsoft Excel para los análisis estadísticos.

## ASPECTOS BIOÉTICOS

Toda la información recolectada se manejará de manera ética, y únicamente con fines de investigación, respetando aspectos éticos como individualidad y confidencialidad.

**Alcances y Limitaciones.** Esta investigación busca relacionar los hábitos alimenticios con la presencia de obesidad y se realizará solamente con estudiantes de octavo semestre.

**Palabras Clave:** Alimentación, hábitos, obesidad.

## REFERENCIAS

- [1] Ruiz-Martínez, E. Álvarez-Martínez, I. Ruiz-Jaramillo, M. Hábitos de alimentación en niños con sobrepeso y obesidad. *Pediatría de México*. [Internet] 2012 [Consultado 07 febrero 2019] Vol. 14 núm. 3. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/conapeme/pm-2012/pm123f.pdf>.
- [2] Pérez, A., Bencomo, M. Hábitos Alimenticios de los Estudiantes Universitarios. Universidad de Carabobo facultad de educación departamento de orientación de grado. [Internet] (2015) [Consultado 14 febrero 2019] Disponible en: <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/3027/10521.pdf?sequence=3>
- [3] OMS. Obesidad. Organización Mundial de la Salud. [Internet] [Consultado 07 febrero 2019] Disponible en: <https://www.who.int/topics/obesity/es/>