



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**

**PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN  
ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD SAN  
MARTÍN DE PORRES**

**TESIS**

**PARA OPTAR**

**EL TÍTULO PROFESIONAL DE MÉDICO CIRUJANO**

**PRESENTADO POR**

**RENZO FELIPE GERVASI CAM**

**ASESOR**

**JORGE ALONSO GARCÍA MOSTAJO**

**LIMA - PERÚ**

**2023**



**Reconocimiento  
CC BY**

El autor permite a otros distribuir, mezclar, ajustar y construir a partir de esta obra, incluso con fines comerciales, siempre que sea reconocida la autoría de la creación original.

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**

**PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN ESTUDIANTES  
DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD SAN MARTÍN DE PORRES**

**TESIS**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE MÉDICO CIRUJANO**

**PRESENTADO POR**

**RENZO FELIPE GERVASI CAM**

**ASESOR**

**JORGE ALONSO GARCÍA MOSTAJO**

**LIMA, PERÚ**

**2023**

## **JURADO**

**Presidenta: Dra. EMMA MERCEDES HUAMANI DE LA CRUZ**

**Miembro: Dr. LUIS VICENTE REVILLA TAFUR**

**Miembro: Dr. ERICSON LEONARDO GUTIERREZ INGUNZA**

## **DEDICATORIA**

A todos aquellos que me brindaron una mano y pusieron su fe en mi y, sobre todo, a Dios por brindarme vida y salud, que me permitió seguir adelante frente a las dificultades y me enseñó que la perseverancia siempre trae frutos.

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi familia por siempre brindarme apoyo incondicional en todos los aspectos, a Dios por guiarme por el camino correcto, enseñarme el valor del esfuerzo y que con paciencia y perseverancia se pueden lograr grandes cosas.

A mis docentes por la paciencia y sabiduría brindada durante estos años de carrera.

## ÍNDICE

<b>RESUMEN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vii</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
<b>MATERIAL Y MÉTODOS .....</b>	<b>3</b>
<b>RESULTADOS.....</b>	<b>5</b>
<b>DISCUSIÓN .....</b>	<b>9</b>
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>12</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>13</b>
<b>FUENTES DE INFORMACIÓN.....</b>	<b>14</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>16</b>

## RESUMEN

**Objetivo:** Conocer la prevalencia de obesidad y sobrepeso en alumnos de medicina de la Universidad San Martín de Porres saludables y/o promover estilos de vida saludables.

**Material y métodos:** Estudio descriptivo, observacional, transversal y de enfoque cuantitativo. Se incluyeron 261 estudiantes de la facultad de Medicina Humana de la Universidad San Martín de Porres (sede Lima). El muestreo fue por conveniencia. La técnica para la recolección de datos fue la encuesta a través de un formulario de Google Forms, validada en el estudio “Estilos de vida de los profesionales de salud. Red descentralizada de salud de Gracias, Lempira, Honduras, junio a diciembre.2019.”

**Resultados:** De 261 alumnos que participaron, se halló una frecuencia de sobrepeso de 126 (48%) estudiantes y de obesidad 37 (14%) estudiantes que en conjunto sumaban 163 (62%) estudiantes de la muestra. Además, los varones predominaron en la prevalencia de estas patologías, con un valor absoluto de 64 (50.8%) alumnos para sobrepeso y 22 (59.5%) para obesidad. Los grupos más afectados por estas patologías fueron los alumnos menores de 25 años con 116 (92%) alumnos, los que consumían alcohol con 56 (34%) alumnos, los que tenían un sueño diario mayor a 7 horas con 98 (60%) alumnos y los que se dedicaban menos de tres horas a jugar videojuegos o ver la televisión con 149 (91%) alumnos.

**Conclusiones:** En este estudio se encontró que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es alta en estudiantes de medicina de la Universidad San Martín de Porres. Además, el sexo estuvo asociado a sobrepeso y obesidad.

**Palabras clave:** Estudiantes, sobrepeso, obesidad, sexo.

## ABSTRACT

**Objective:** To know the prevalence of obesity and overweight in healthy medical students of the San Martín de Porres University and/or promote healthy lifestyles.

**Material and methods:** Descriptive, observational, cross-sectional study with a quantitative approach. 261 students from the Faculty of Human Medicine of the San Martín de Porres University (Lima campus) were included. Sampling was for convenience. The technique for data collection was the survey through a Google Forms form, validated in the study "Lifestyles of health professionals. Decentralized health network of Gracias, Lempira, Honduras, June to December, 2019."

**Results:** Of 261 students who participated, a frequency of overweight was found in 126 (48%) students and obesity in 37 (14%) students, which together added up to 163 (62%) students in the sample. In addition, males predominated in the prevalence of these pathologies with an absolute value of 64 (50.8%) students for overweight and 22 (59.5%) for obesity. The groups most affected by these pathologies were students under 25 years of age with 116 (92%) students, those who consumed alcohol with 56 (34%) students, those who had a daily sleep of more than 7 hours with 98 (60%) students and those who spent less than three hours playing video games or watching television with 149 (91%) students.

**Conclusions:** This study found that the prevalence of overweight and obesity is high in medical students at San Martín de Porres University. In addition, sex was associated with overweight and obesity.

**Keywords:** Students, overweight, obesity, sex.

NOMBRE DEL TRABAJO

**PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD SAN MARTÍN DE PORRE**

AUTOR

**RENZO FELIPE GERVAZI CAM**

RECuento DE PALABRAS

**4607 Words**

RECuento DE CARACTERES

**24281 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**25 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**150.0KB**

FECHA DE ENTREGA

**Mar 13, 2023 10:41 AM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Mar 13, 2023 10:41 AM GMT-5**

● **12% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 12% Base de datos de Internet
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Base de datos de trabajos entregados
- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)



Jorge Alonso Garcia Mostajo

ORCID: 0000-0002-8073-0008

DNI: 42091732

## INTRODUCCIÓN

El sobrepeso y la obesidad son patologías muy prevalentes en el mundo, desde 1975 la obesidad se ha casi triplicado (1). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2016, más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales más de 650 millones eran obesos, haciendo de esta enfermedad uno de los principales objetivos a combatir de todos los países (2).

Estos males son definidos según la OMS como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Se pueden diagnosticar mediante diversos métodos pero el más utilizado es mediante el cálculo de índice de masa corporal (IMC). Este es la relación entre el peso y talla de una persona que se calcula dividiendo el peso en kilogramos por el cuadrado de la talla en metros ( $\text{kg/m}^2$ ) (3).

En nuestro país, el sobrepeso y la obesidad son consideradas ya un problema serio de salud pública tanto en niños como en adultos, teniendo que identificar los factores asociados que la condicionan para adoptar medidas preventivas que detengan el incremento de su prevalencia y disminuyan las comorbilidades que estas producen, con el objetivo de ahorrar los recursos nacionales que tendrían que destinarse al tratamiento de las complicaciones y discapacidades resultantes y mejorar la calidad de vida de la población. El ministerio de Salud, siguiendo las recomendaciones de la OMS ha promulgado una política pública para enfrentar esta epidemia, donde se han presentado distintas leyes como la promoción de quioscos y comedores escolares saludables o la promoción de alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes (4).

Los principales riesgos y consecuencias que significa tener un IMC por encima de 25 son principalmente las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, trastornos del aparato locomotor y diversos tipos de cáncer. Los principales factores de riesgo para este desbalance energético son los siguientes: herencia e influencias familiares, ciertas enfermedades y medicamentos, problemas sociales y

económicos, edad, estilo de vida, donde resalta el sedentarismo y la alimentación. Otros factores como el embarazo, la falta de sueño, dejar de fumar, el estrés, el microbioma y los intentos previos de perder peso (5).

En un estudio realizado en la Universidad Peruana de ciencias aplicadas (UPC) sobre la relación existente entre el Estilo de Vida, valorado por el nivel de actividad física y la conducta sedentaria, y el Estado Nutricional valorado mediante una evaluación antropométrica de los estudiantes de Medicina muestra que en una población de 208 estudiantes más del 30% de varones padecen de sobrepeso, 8% de los varones obesidad, 20% de mujeres sobrepeso y 4% obesidad (6). En otro estudio, donde se investigó acerca de la prevalencia de obesidad y sobrepeso cinco facultades de una universidad privada de Lima Norte, dio como resultado que el 30,4% de los estudiantes tenían sobrepeso y 14,7% obesidad de una muestra de 470 estudiantes (7).

Debido a la alta prevalencia e incidencia del sobrepeso y obesidad en la población mundial y específicamente en la comunidad universitaria, sería de suma relevancia realizar una investigación en la Universidad San Martín de Porres.

Cada año podemos observar como se incrementa la prevalencia de sobrepeso y obesidad en el mundo (1), en nuestro país (4) y en la comunidad universitaria (6), esto conlleva a un aumento de morbimortalidad (5) y es importante describir la prevalencia de estas patologías para mostrar el problema en su real dimensión, y que las autoridades le den mayor importancia. Nuestra investigación tuvo como propósito describir las características epidemiológicas, determinar la frecuencia y explorar los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los estudiantes de Medicina Humana en la Universidad San Martín de Porres (USMP) en La Molina, Lima, 2022.

## **MATERIAL Y MÉTODOS**

Se realizó un estudio descriptivo, transversal y de enfoque cuantitativo. La población de estudio fueron los estudiantes de Medicina Humana de la Universidad San Martín de Porres (sede Lima) en el año 2022.

Se consideró un tamaño de la población aproximado de 1800 estudiantes en la USMP, una prevalencia anticipada de 26.4% (6) y una precisión de 5%, para un intervalo de confianza 95%, dando como resultado un tamaño de la muestra de 257 estudiantes cuyo cálculo fue procesado con el programa SPSS.

El tipo de muestreo fue no probabilístico, por conveniencia hasta que se obtuvo la muestra necesaria según el cálculo realizado, al final de la investigación se lograron obtener 261 encuestas procesadas y validadas. Dentro de nuestros criterios de inclusión tomamos en cuenta a aquellos estudiantes que lleven todos los cursos correspondientes al ciclo actual, mayores de 18 años y matriculados en cuarto, quinto y sexto año de la carrera de Medicina Humana de la Universidad San Martín de Porres en el año 2022. Como criterios de exclusión se tomó en cuenta a todos aquellos estudiantes que consuman algún tipo medicamento que pueda influir en el IMC, como por ejemplo corticoides, antiepilépticos, betabloqueadores o esteroides y alumnas embarazadas.

La técnica para la recolección de datos fue la encuesta a través de un formulario de Google Forms, validada en el estudio “Estilos de vida de los profesionales de salud. Red descentralizada de salud de Gracias, Lempira, Honduras, junio a diciembre.2019.” (8) donde se encontraban las variables de interés (Año de estudio, edad, sexo, hábitos nocivos, horas de sueño diarias, actividades de ocio, altura y peso). Se invitó a los estudiantes a participar a través de distintas plataformas digitales, como grupos oficiales de cada promoción de Facebook, Telegram y Whatsapp, se contactó mediante publicaciones y por mensajes privados a los participantes para brindarles las encuestas virtuales, esto se realizó por medio de un enlace donde también se adjuntaba un documento informándoles la finalidad del estudio y el consentimiento informado.

Se utilizó el programa estadístico IBM SPSS Statistics 25 para llevar a cabo los cálculos estadísticos de este estudio. La estadística descriptiva se desarrolló mediante análisis univariados para determinar la frecuencia absoluta y relativa de las variables cuantitativas, y para las numéricas a través de la media con la desviación estandar.

En este estudio la participación fue anónima y voluntaria, no se solicitó algún dato personal a los estudiantes, y se les adjuntó un consentimiento informado mediante el mismo formulario. Este estudio fue aprobado por el Comité de Ética y la Oficina de Grados y Títulos de la facultad de medicina de la USMP.

## RESULTADOS

Del total de 261 estudiantes que participaron, hubo 245 (93%) alumnos con una edad entre 20-25 años y 16 (6%) alumnos con una edad entre 26 a 31 años. El sexo predominante fue el femenino con 149 (57.1%) alumnas, mientras que hubo 142 (42.9%) alumnos masculinos encuestados.

El número de estudiantes que participaron por año fue de 86 (33.0%) alumnos de cuarto año, 88 (33.7%) alumnos de quinto año y 87 (33.3%) de sexto año. Respecto al IMC 98 (37%) estudiantes contaban con un peso normal, mientras que 126 (48%) alumnos presentaban sobrepeso y 37 (14%) alumnos obesidad. En conjunto del total de 261 alumnos, 163 (62%) estudiantes presentaban sobrepeso u obesidad.

En cuanto a los hábitos nocivos, se encontró que 122 (46%) estudiantes no consumen ninguna droga, 41 (16%) consumen tabaco, 78 (30%) alcohol y 20 (8%) otras drogas. Del total de alumnos encuestados, 139 (54%) estudiantes consumen alguna droga. Estas características se pueden consultar en la tabla 1.

Asimismo, se pudo encontrar que la media de horas de sueño diarias fue de  $6.75 \pm 1.06$  y la media de horas diarias a los videojuegos, o a ver televisión fue de  $1.87 \pm 1.35$ . Respecto a las medidas antropométricas, el peso presentó una media de  $70.54 \text{ kg} \pm 13.98$  y la talla  $1.65 \text{ m} \pm 0.08$ . (Tabla 1)

**Tabla 1.** Frecuencia de las características epidemiológicas de los estudiantes encuestados de Medicina Humana de la Universidad San Martín de Porres (sede Lima) en el año 2022 (N=261).

<b>Variables</b>		<b>Total (%)</b>
<b>Edad (años)</b>	20-25	245 (93)
	26-31	16 (6)
<b>Sexo</b>	Femenino	149 (57)
	Masculino	112 (42)

<b>Año de estudio actual</b>	Cuarto	86 (33)
	Quinto	88 (33)
	Sexto	87 (33)
<b>IMC</b>	Peso normal	98 (37)
	Sobrepeso	126 (48)
	Obesidad	37 (14)
<b>Hábitos nocivos</b>	Tabaco	41 (16)
	Alcohol	78 (30)
	Otras drogas	20 (8)
	Ninguno	122 (46)
<b>Horas de sueño diarias</b>		6.75 ± 1.06*
<b>Horas diarias dedicadas a los videojuegos o a ver televisión</b>		1.87 ± 1.35*
<b>Peso (kg)</b>		70.54 ± 13.98*
<b>Talla (m)</b>		1.65 ± 0.08*

\*Media ± desviación estándar

De 163 alumnos que presentaron sobrepeso y obesidad, 126 presentaron sobrepeso y 37 obesidad. De los estudiantes que presentaron sobrepeso, los varones prevalecen con un valor absoluto de 64 (50.8%) alumnos, mientras que las mujeres con un valor absoluto de 62 (49.2%) alumnas. Respecto a la obesidad, hubo 22 (59.5%) varones y 15 mujeres, representando un 40.5%. La edad donde se hallaron mayores casos de obesidad y sobrepeso fue entre los 20 y 25 años, con 116 (92.1%) alumnos con sobrepeso y 34 (91.8%) alumnos con obesidad. Respecto a los años de estudio, estos presentaron valores similares respecto al sobrepeso (33.3%) en los tres años de estudio, sin embargo, en la obesidad el quinto año predominó con 15 (40.5%) alumnos.

Acerca de los hábitos nocivos, se observó que la mayoría de estudiantes que presentaron sobrepeso con 56 (44.4%) que no consumen drogas, no obstante, en estudiantes obesos el hábito nocivo que mas prevalece es el alcohol con 17 (45.9%) alumnos. Referente a las horas de sueño diarias, los estudiantes que duermen entre 2 a 6 horas al día, presentaron menos porcentaje de sobrepeso y obesidad a comparación de aquellos que duermen de 7 a 12 horas, asimismo, prevaleció el sobrepeso y obesidad en los alumnos que se dedican a jugar videojuegos o ver televisión por 1 o 3 horas, o que no hacen estas actividades, que en los estudiantes que las practican por 4 a 13 horas. Estos datos se pueden apreciar en la Tabla 2.

Respecto a la dependencia de los factores asociados a sobrepeso y obesidad se determinó que la única variable que presenta significancia con un valor p menor a 0.05 es el sexo con un valor p de 0.013 para sobrepeso y un valor p de 0.032 para obesidad. Las demás son independientes, ya que mediante la técnica del chi cuadrado se obtuvo un nivel de significancia superior a 0.05 (Tabla 2).

**Tabla 2.** Frecuencia y valor p de sobrepeso y obesidad en estudiantes encuestados de Medicina Humana de la Universidad San Martín de Porres (sede Lima) en el año 2022 (N=261).

<b>Variables</b>		<b>Sobrepeso (%)</b>	<b>Valor p</b>	<b>Obesidad (%)</b>	<b>Valor p</b>
<b>Sexo</b>	<b>Maculino</b>	64 (50.8)	<b>0.013</b>	22 (59.5)	<b>0.032</b>
	<b>Femenino</b>	62 (49.2)		15 (40.5)	
<b>Edad</b>	<b>20-25 años</b>	116 (92.1)	0.79	34 (91.8)	0.333
	<b>26-31 años</b>	10 (7.9)		3 (8.1)	
<b>Año de estudio actual</b>	<b>Cuarto</b>	42 (33.3)	0.989	12 (32.4)	0.6
	<b>Quinto</b>	42 (33.3)		15 (40.5)	
	<b>Sexto</b>	42 (33.3)		10 (27.0)	

<b>Hábitos nocivos</b>	<b>Ninguno</b>	56 (44.4)		15 (40.5)	0.108
	<b>Tabaco</b>	22 (17.5)	0.826	3 (8.1)	
	<b>Alcohol</b>	39 (31.0)		17 (45.9)	
	<b>Otras drogas</b>	9 (7.1)		2 (5.4)	
<b>Horas de sueño diarias</b>	<b>2-6 horas</b>	47 (37.8)		0.234	18 (48.6)
	<b>7-12 horas</b>	79 (62.7)	19 (51.3)		
<b>Horas diarias dedicadas a los videojuegos o ver televisión</b>	<b>0-3 horas</b>	116 (92.0)	0.185	33 (89.1)	0.208
	<b>4-13 horas</b>	10 (7.9)		4 (10.8)	

---

\*P menor a 0.05

## DISCUSIÓN

El presente estudio encontró que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es alta en estudiantes de medicina de la Universidad San Martín de Porres. Se halló que la edad promedio de estudiantes fue de 22.71 años con 1.70 de desviación estándar. El peso promedio de los estudiantes fue de 70.54 con 13.98 de desviación estándar.

Respecto a los parametros usados para evaluar su prevalencia, predominó el sobrepeso con el 48%, asimismo se pudo observar que a menor edad, mayor es el índice de sobrepeso y obesidad. Asimismo en el sexo masculino hay mayor riesgo de que se presenten.

Los resultados obtenidos se asemejan a los resultados reportados en un estudio realizado en Perú en el año 2019 por el Instituto Nacional de Salud (9) donde el sobrepeso y obesidad lograron superar el 60% de prevalencia, y en este estudio superaron el 62%. Esto es alarmante ya que indica que a pesar de que se esperaría que presenten conocimientos sobre nutrición y estilos de vida saludables, los estudiantes continúan teniendo malos hábitos alimentarios.

En contraste con otro estudio también realizado en alumnos universitarios de medicina humana, donde en una población de 208 estudiantes más del 30% de varones padecían de sobrepeso, 8% de los varones obesidad, 20% de mujeres sobrepeso y 4% obesidad (6); los estudiantes del presente estudio igualan esas estadísticas con un 62% de sobrepeso y obesidad, lo que nos indicaría que la necesidad de promover estilos de vida saludables en la comunidad universitaria.

A nivel de Latinoamérica, el 58% de la población sufre de sobrepeso y obesidad. Los países más afectados son Chile, México y Bahamas, siendo las mujeres más afectadas que los hombres (10). De acuerdo con lo mencionado, el actual estudio avala el hecho que el sobrepeso y obesidad se encuentren en más del 50% de la población, sin embargo, tuvo como diferencia que la prevalencia de estas patologías fue mayor en varones que en mujeres, a pesar de tener una población femenina mayor que la masculina.

En referencia a las horas de sueño diarias, horas diarias dedicadas a los videojuegos y hábitos nocivos no se encontró dependencia con las variables de sobrepeso y obesidad, a diferencia del sexo que si presento asociación con estas dos patologías. Esta relación fue analizada también en un estudio de México donde indican que podría aportar nuevas luces al abordaje de la obesidad, debido a la escasez de investigaciones anteriormente presentadas, y que no todo se explica por la ingestión de comida chatarra y el sedentarismo, sino también, por diversos factores sociales y culturales que van de acuerdo a la época, manifestándose en los estilos de vida de la sociedad como por ejemplo, los recientes activismos abocados a la articulación del orgullo gordo, el movimiento de aceptación a la diversidad corporal y la teoría queer (11).

En relación a los hábitos nocivos, encontramos que un 59.5% de estudiantes que presentaban obesidad consumen algún tipo de droga. A pesar que en este estudio no se pudo hallar relación con el sobrepeso y obesidad, un artículo de España que estudió sobre diversos factores causantes de la obesidad y sus posibles consecuencias, indica que el estigma de esta, se asocia a un aumento de malestar psicológico y de problemas de salud mental que incluye síntomas como la depresión y ansiedad, que a su vez, pueden incrementar el consumo de alcohol y otras sustancias nocivas (12).

En un estudio en México donde se revisó la mala calidad de sueño como factor promotor de la obesidad, demostró que hay una relación entre las horas dedicadas al sueño, el desarrollo de enfermedades metabólicas y el aumento del peso. Indican que los adultos que duermen menos de 5 horas por noche muestran una mayor tendencia al sobrepeso y obesidad que aquellos que duermen en promedio 7 horas (13). En discrepancia a lo antes señalado, a pesar de que las horas de sueño no presentaron asociación al sobrepeso y obesidad, la prevalencia de ambas fue mayor en aquellos estudiantes que realizaban entre 7 y 12 horas de sueño, que en aquellos que realizaban de 2 a 6 horas de sueño.

En otro estudio realizado en Pucallpa sobre los estilos de vida saludable y su relación con el estado nutricional de licenciados en enfermería del Hospital Regional de Pucallpa en el 2020, se determinó que el 46.2% de los licenciados

tenían un estilo de vida poco saludable, con respecto a la recreación y los manejos de tiempo libre, la mayoría veía televisión por más de tres horas al día, lo que presentó relación con el aumento de peso de los licenciados (14).

En el actual estudio no se halló relación entre las horas diarias dedicadas a los videojuegos o ver televisión, los estudiantes que dedicaban de 0 a 3 horas presentaron una mayor incidencia de sobrepeso y obesidad que aquellos que indicaron que dedicaban más de 3 horas a los videojuegos o ver la televisión.

Una importante limitación del estudio fue que pudo haber un sesgo de selección, debido al muestreo por conveniencia, que se espera que no haya sido importante. No se podría considerar a la universidad de estudios como una variante sociodemográfica, o extrapolar a otras poblaciones universitarias, por lo que los resultados solo se limitan a la USMP.

## **CONCLUSIONES**

La prevalencia de sobrepeso por autoreporte fue de 48% y la prevalencia de obesidad fue de 14% entre los alumnos de la facultad de medicina humana de la Universidad San Martín de Porres.

Los estudiantes que presentaron mayor edad y eran del sexo femenino, presentaban un menor índice de las patologías estudiadas. Se encontró una asociación con un valor p estadísticamente significativo entre el sobrepeso y obesidad con el sexo.

La edad, el año de estudio actual, los hábitos nocivos, las horas de sueño diarias y las horas diarias dedicadas a los videojuegos o a ver televisión no estuvieron asociadas a la obesidad y el sobrepeso.

## **RECOMENDACIONES**

Realizar investigaciones que puedan brindar mas información acerca de los estilos de vida de los estudiantes universitarios. De este modo se podrán realizar charlas informativas enfocadas acerca de los principales factores de riesgo, que pueden conllevar a padecer de sobrepeso y obesidad y por ende, disminuir la incidencia de enfermedades crónicas.

Invocar a las autoridades a que promuevan campañas de alimentación saludable y de actividad física a través de medios físicos y virtuales que en esta época tienen más receptividad por parte de los alumnos.

Promover el deporte a través de talleres y competencias deportivas entre las distintas facultades y otras universidades.

Brindar acceso a alimentos saludables en las mismas facultades, de bajo costo y alto contenido nutricional.

Dar consejería a los alumnos y sus familiares sobre nutrición, los posibles beneficios de una correcta alimentación, las desventajas y consecuencias que conlleva una mala alimentación.

Repetir estudios con un muestreo probabilístico y con una mayor muestra que permita obtener resultados extrapolables a una población de manera más precisa.

## FUENTES DE INFORMACIÓN

1. Obesidad y sobrepeso [Internet]. [citado 20 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. Malo-Serrano M, Castillo M N, Pajita D D. La obesidad en el mundo. An Fac Med. abril de 2017;78(2):173-8.
3. El índice de masa corporal para adultos | Peso Saludable | DNPAO | CDC [Internet]. 2020 [citado 20 de mayo de 2020]. Disponible en: [https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/adult\\_bmi/index.html](https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/adult_bmi/index.html)
4. Pajuelo-Ramírez J. La obesidad en el Perú. An Fac Med. abril de 2017;78(2):179-85.
5. Obesidad - Síntomas y causas - Mayo Clinic [Internet]. [citado 20 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/obesity/symptoms-causes/syc-20375742>
6. Orellana Acosta K, Urrutia Manyari L. Evaluación del estado nutricional, nivel de actividad física y conducta sedentaria en los estudiantes universitarios de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Univ Peru Cienc Apl UPC [Internet]. julio de 2013 [citado 24 de julio de 2020]; Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/301568>
7. Goyzueta AP, Morales J. Obesidad y sobrepeso en estudiantes de una universidad de Lima Norte. Peruvian J Health Care Glob Health. 28 de junio de 2020;4(1):6-10.
8. t1106.pdf [Internet]. [citado 12 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.unan.edu.ni/12515/1/t1106.pdf>
9. Cerca del 70% de adultos peruanos padecen de obesidad y sobrepeso [Internet]. INSTITUTO NACIONAL DE SALUD. [citado 24 de julio de 2020]. Disponible en: <http://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/cerca-del-70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso>
10. Manuel Moreno G. Definición y clasificación de la obesidad. Rev Médica Clínica Las Condes. 1 de marzo de 2012;23(2):124-8.
11. Tinat K, Núñez Rodríguez M, Tinat K, Núñez Rodríguez M. Obesidad y género: una propuesta de investigación. Inter Discip. abril de 2022;10(26):119-45.
12. Sánchez-Carracedo D. El estigma de la obesidad y su impacto en la salud: una revisión narrativa. Endocrinol Diabetes Nutr. 1 de diciembre de

2022;69(10):868-77.

13. Escobar C, González Guerra E, Velasco-Ramos M, Salgado-Delgado R, Angeles-Castellanos M. La mala calidad de sueño es factor promotor de obesidad. Rev Mex Trastor Aliment. diciembre de 2013;4(2):133-42.

14. Manuela y Davila - PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN .pdf [Internet]. [citado 22 de febrero de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9901/Tesis\\_estilos\\_vida%20saludable\\_relaci%C3%B3n\\_estado%20nutricional\\_Hospital%20Regional%20Pucallpa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9901/Tesis_estilos_vida%20saludable_relaci%C3%B3n_estado%20nutricional_Hospital%20Regional%20Pucallpa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## ANEXOS

### Anexo 1: Instrumento de recolección de datos

Variable	Categorías	Códigos
Edad	Años cumplidos	1 al 100
Sexo	Masculino	0
	Femenino	1
Año de estudio actual	Cuarto	0
	Quinto	1
	Sexto	2
Hábitos nocivos	Ninguno	0
	Otras drogas	1
	Tabaco	2
	Alcohol	3
Horas de sueño diarias	Tiempo en horas dedicado al sueño en 24 horas	0 a 24
Horas diarias dedicadas a los videojuegos o ver televisión	Tiempo en horas dedicado a los videojuegos o ver televisión en 24 horas	0 a 24
Peso	Masa o cantidad de un individuo en kilogramos	0 a 300
Talla	Estatura de una persona en metros	0 a 3

## **Anexo 2: Consentimiento informado**

Estimado alumno/a:

Estamos llevando a cabo un estudio de investigación a fin de conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad. Para este estudio estamos invitando a participar a alumnos de la facultad de medicina de la USMP que sean mayores de 18 años, que se encuentren en cuarto, quinto y sexto año de la carrera de medicina y que lleven todos los cursos correspondientes al ciclo actual. Su participación es voluntaria e incluirá solamente alumnos que deseen participar. Esta investigación ha sido aprobada por el Comité de Ética de la facultad de medicina humana de la universidad San Martín de Porres.

Antes de decidir su participación, por favor tome su tiempo y lea cuidadosamente esta información. Para responder cualquier duda que usted tenga sobre su participación en esta investigación, puede consultarle a través de un correo electrónico a la persona que le envió el link de la encuesta.

La información de este estudio ayudará a tomar futuras decisiones acerca de la organización, horarios o carga académica que realizan sobre sus alumnos, también podría ayudar a los mismos alumnos para que tomen conciencia y sean más organizados con sus horarios y realicen otras actividades para evitar el sobrepeso y la obesidad. Participarán 200 alumnos de cuarto a sexto año de la Universidad San Martín de Porres, mayores de 18 años, que lleven todos los cursos correspondientes al ciclo actual, que no realicen actividad laboral durante el ciclo o que no tengan obesidad y sobrepeso desde antes de ingresar a la carrera de medicina ni que consuman algún tipo medicamento que pueda influir en el IMC.

Todos los datos de la entrevista son confidenciales, sólo tendrán acceso a estos datos el personal que tiene a cargo este estudio. Usted no tendrá el riesgo de que se pueda filtrar su identidad debido a que esta ficha de datos no la consulta. Algunas de las preguntas podrían ser consideradas por usted muy personales, si no desea responder alguna de ellas, no lo haga. Tomar parte en esta investigación no originará ningún costo para usted y sus respuestas solo aparecerán en la ficha virtual que envíe.

Ante cualquier duda o queja usted podrá recurrir al investigador que le entregara el link de la ficha, a los doctores que se encuentran supervisando esta investigación o a las personas encargadas de velar por el derecho de los alumnos. Es importante recalcar que su participación será totalmente voluntaria y usted, en cualquier momento, puede negarse a responder alguna pregunta, o elegir ya no seguir participando en esta investigación.

Sí esta de acuerdo con formar parte de esta estudio, llene la siguiente encuesta virtual.

### **Datos del contacto**

Investigador: Renzo Felipe Gervasi Cam

Número telefónico: 981786152

Correo electrónico: [renzo\\_gervasi@usmp.pe](mailto:renzo_gervasi@usmp.pe)

Datos del Comité Institucional de Ética en Investigación de la FMH.USMP

Presidente Dr. Amador Vargas Guerra

Números telefónicos: 365-2300 anexo 160 - 495 1390 (línea directa)

Correo electrónico: [etica\\_fmh@usmp.pe](mailto:etica_fmh@usmp.pe)

Ubicación: la Av. Alameda Del Corregidor No. 1531 urb. Los Sirius La Molina Lima- Perú.