



▣ INCIDENCIA DE SOBREPESO, OBESIDAD Y ACTIVIDAD FÍSICA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS ▣

Semiramis Alamillo Mendoza¹, Lizbeth Cariño Calvo¹, Manuel González del Carmen¹, Alfredo Eliud García Montalvo¹ y Olga Lidia Valenzuela Limón.¹

¹ Universidad Veracruzana. semmiita@hotmail.com

La Organización Mundial de la Salud considera al sobrepeso y obesidad como una pandemia, se estima que a nivel mundial existen alrededor de 1900 millones de personas con este tipo de enfermedades no transmisibles, en México de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud y nutrición del año 2016 se encontró una prevalencia en mujeres y hombres de 72.5%.

El sobrepeso y obesidad son factores de riesgo asociado a otras comorbilidades lo que provoca un deterioro en la calidad de vida de los pacientes a largo plazo, dando por resultado una alta mortalidad ya que en nuestro país se reportan alrededor de 170 mil muertes por año como consecuencia del mal control de las patologías. Cambiar los hábitos alimenticios, realizar ejercicio diario (20 min) reduce el Índice de masa corporal y por ende el desarrollo de las complicaciones.

Evaluar la incidencia de sobrepeso y obesidad con la actividad física en jóvenes universitarios.

De los 167 jóvenes participantes, se obtuvieron sus valores antropométricos y se en base a su IMC se clasificaron como normales, con sobrepeso y obesidad, se relacionó esta clasificación con el sexo y actividad física.

Del total de los participantes el 56% fueron mujeres y el 44% hombres de los cuales los hombres tienen mayor sobrepeso y obesidad (45%) comparado con las mujeres (37%), además se observó que solamente el 10% realiza alguna actividad física.

Existe una alta incidencia de sobrepeso y obesidad (40%), en jóvenes de 18 a 21 años, en donde se observa que la inactividad física está presente en un 90%, aunque esta variable no fue un factor determinante en el sobrepeso y obesidad sin embargo se propone evaluar los hábitos alimenticios y la influencia de factores genéticos asociado a esta patología.