



Factores de riesgo que desencadenan el sobrepeso y obesidad en adolescentes de tercer grado del turno matutino de la escuela secundaria Oficial n°108

Laura Arisne Córdova Carballar ¹

1 Centro Universitario UAEM Amecameca. arualcorc05@hotmail.com

Introducción: La prevalencia de obesidad durante la adolescencia se ha incrementado en México, pudiendo explicarse por un decremento en la actividad física, malos hábitos alimentarios y factores psicoemocionales. **Objetivo:** Investigar los factores de riesgo que conducen al desarrollo de la obesidad en adolescentes. **Metodología:** Estudio de tipo descriptivo transversal prospectivo que se realizó en la Escuela Secundaria oficial no. 108, Amecameca. Valoró a 22 mujeres y 11 hombres entre 14 y 15 años, se les aplicó una cédula de evaluación antropométrica de la cual se obtuvo el peso y la talla de los estudiantes, se calculó el IMC; a los estudiantes diagnosticados con sobrepeso y obesidad se les realizó una entrevista basada en el recordatorio de 24 hrs y frecuencia de consumo de alimentos además, se aplicaron dos cuestionarios que evaluaron actividad física y conductas alimenticias en situaciones psicoemocionales. **Resultados:** Se encontró que tanto en alumnos con sobrepeso, y obesidad, la ingesta semanal de grasas y cereales es significativa: 18% en consumo de grasas y 19% en cereales para alumnos con sobrepeso, y 25% en consumo de grasas y cereales para alumnos que presentaron obesidad, se observó que el consumo de verduras y frutas fue deficiente dando como resultado que el consumo semanal fue de 8% en verduras y frutas para alumnos con sobrepeso, y un 7% en frutas y verduras para los alumnos con obesidad. El sedentarismo fue significativo, 56% de los alumnos con sobrepeso son sedentarios y 44% realiza actividad física leve; los alumnos con obesidad 67% eran sedentarios y 33% presentaban actividad física leve. **Conclusiones:** Dentro de la muestra de 33 estudiantes se encontró que los riesgos con mayor prevalencia que desencadenan el sobrepeso y la obesidad son el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios. **Palabras clave:** adolescentes, obesidad, sedentarismo.