

**SERVICIO DEPARTAMENTAL DE SALUD PANDO  
UNIVERSIDAD AMAZÓNICA DE PANDO CARRERA  
ENFERMERIA**



**MONOGRAFIA S.S.R.O**

**“FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DEL SOBREPESO Y LA  
OBESIDAD EN LA POBLACION DE 18 A 60 AÑOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE  
SALUD DE VILLA ROJAS EN EL PERIODO DE ABRIL A JUNIO DE LA GESTION  
2021”**

**AUTORA**

**INT. ENFERMERIA: MAURA SÁNCHEZ CÁRDENAS**

**DOCENTE S.S.R.O. U.A.P:**

**Lic. Ercilia Llanos Fajardo**

**COBIJA –BOLIVIA –**

**2021**

## ACTA DE DEFENSA

Quienes suscriben, miembros del Jurado: Del SEDES Pando y Carrera de Enfermería UAP.

En fecha: ..... se evalúa el Trabajo de Investigación del Servicio Social Rural Obligatorio S.S. R.O.

<b>PRESENTADO POR:</b>	MAURA SANCHEZ CARDENAS
<b>TEMA DE TRABAJO</b>	FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD EN LA POBLACION DE 18 A 60 AÑOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD DE VILLA ROJAS EN EL PERIODO DE ABRIL A JUNIO DE LA GESTION 2021

Dejando constancia de lo siguiente:

1. Una vez leído el trabajo por los miembros del Jurado, el aspirante lo expuso mediante un resumen oral de su contenido, luego de lo cual respondió a las preguntas que le fueron formuladas por el Jurado.
2. Finalizada la discusión del Trabajo de Investigación, el Jurado deliberó y decidió

Aprobar		Reprobar	
---------	--	----------	--

Habiendo obtenido las siguientes Notas:

NOTA DE DEFENSA AL	100%	
PROMEDIO TOTAL AL	30 %	

Es dado en la Ciudad de Cobija del Departamento de Pando a los ..... días del mes de ..... del año.....

### Firmas Tribunal

.....

.....

## **DEDICATORIA**

*En primer lugar, dedicarle y agradecerle a Dios, por darme vida, fuerza, sabiduría e inteligencia para realizar todo lo que se nos ha presentado en el transcurso de este camino, sin dejar de pedirles más que sus bendiciones abundantes y su ayuda en los momentos difíciles y en todo momento.*

*También dedico este trabajo a mi padre, madre y mi, esposo por el apoyo constante y de mucha fortaleza en todo momento.*

## **AGRADECIMIENTO**

*Quiero expresar mi gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre mi vida y a toda mi familia por estar siempre presentes.*

*Agradezco a mi madre Ubaldina Cárdenas, por estar dispuesta a acompañarme cada larga y agotadora noche de estudio, a mi padre Humberto Sánchez, por desear y anhelar lo mejor para mí, gracias por cada consejo y por cada una de sus palabras que me guiaron durante mi vida.*

*De igual manera mis agradecimientos a la Universidad Amazónica de Pando, a toda la Carrera de Enfermería, a mis docentes en especial, quienes con la enseñanza de sus valiosos conocimientos hicieron que pueda crecer día a día como profesional, gracias por su paciencia, dedicación, apoyo incondicional.*

*Finalmente quiero expresar mi más grande y sincero agradecimiento a mi esposo, el cual fue el principal apoyo incondicional durante todo este proceso.*

## RESUMEN

En el mundo actual en el cual vivimos, en una sociedad influenciada por lo cultural, termina repercutiendo en la formación de los estilos de vida, los cuales determinan entre otros factores, en profundos cambios en especial el de los hábitos alimenticios dignos de tratar desde la epidemiología.

**Objetivo,** Determinar los Factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población de 18 a 60 años que acuden al Puesto de Salud de Villa Rojas del Municipio de Porvenir en el periodo del mes de abril a junio de la Gestión 2021.

**Diseño metodológico,** descriptivo, porque busca especificar las características de procesos que se sometan a análisis.

**Resultados,** de acuerdo a los estudios realizados en el presente documento, indica que los factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población de 18 a 60 años que acuden al Puesto de Salud de Villa Rojas del Municipio de Porvenir en el periodo del mes de abril a junio de la Gestión 2021, es la falta de actividad física, la malnutrición y los antecedentes familiares en casa de sobre peso y obesidad, en la cual, de toda la población de estudio, el 100% tiene conocimiento sobre el sobrepeso y la obesidad. Así mismo, de toda la población encuestada, el 57% realiza la caminata, el 20% juega futbol y básquet y el 23% no realiza ningún deporte.

**Conclusiones,** las personas con sobrepeso tienen una mayor probabilidad de padecer diversos problemas médicos como diabetes, asma, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.

La evaluación de obesidad utiliza una cifra llamada IMC (índice de masa corporal) para averiguar si usted tiene sobrepeso u obesidad. Tener sobrepeso significa tener un peso corporal excesivo. Aunque no es tan grave como la obesidad, también puede causar problemas de salud graves.

En el caso de los hábitos alimenticios, según la encuesta realizada a la población de estudio se pudo observar que el 43% come tres comidas y dos refrigerios, seguido de 30% tres comidas sin

refrigerio y un 27% tres comidas y tres refrigerios, de la cual el consumo de verdura y frutas de la población de estudio según la encuesta se pudo observar que 53% indica que todos los días consumen verduras y frutas, seguido de un 40% que solo consume verduras y frutas una sola vez en la semana y un 7% indica que nunca consumen, en lo cual nos indica que hay una malnutrición en la mayoría de la población en estudio que conlleva a tener sobre peso y obesidad.

## RESUME

In today's world in which we live, in a society influenced by culture, it ends up having an impact on the formation of lifestyles, which determine, among other factors, profound changes, especially that of eating habits worthy of treating from the epidemiology

**Objective**, Determine the Factors that influence the Development of Overweight and Obesity in the population aged 18 to 60 who attend the Villa Rojas Health Post in the Municipality of Porvenir in the period from April to June of Management 2021

**Methodological**, descriptive design, because it seeks to specify the characteristics of processes that are subject to analysis

**Results**, according to the studies carried out in this document, indicate that the factors that influence the Development of Overweight and Obesity in the population aged 18 to 60 who attend the Villa Rojas Health Post of the Municipality of Porvenir in the period from April to June of Management 2021, is the lack of physical activity, malnutrition and family history at home of overweight and obesity, in which, of the entire study population, 100% have knowledge about overweight and obesity. Likewise, of the entire population surveyed, 57% walk, 20% play soccer and basketball, and 23% do not play any sport

**Conclusions**, overweight people are more likely to suffer from various medical problems such as diabetes, asthma, hypertension and cardiovascular diseases

Obesity screening uses a number called BMI (body mass index) to find out if you are overweight or obese. Being overweight means having excessive body weight. Although it is not as serious as obesity, it can also cause serious health problems

In the case of eating habits, according to the survey carried out on the study population, it was observed that 43% eat three meals and two snacks, followed by 30% three meals without snacks and 27% three meals and three snacks, of which the consumption of vegetables and fruits of the

study population according to the survey it was observed that 53% indicate that they consume vegetables and fruits every day, followed by 40% who only consume vegetables and fruits once a week and 7% indicate that they never consume, which indicates that there is malnutrition in the majority of the population under study that leads to being overweight and obese

## ÍNDICE GENERAL

	<b>Pág.</b>
<i>DEDICATORIA</i> .....	III
<i>AGRADECIMIENTO</i> .....	IV
RESUMEN .....	V
RESUME .....	VII
1 INTRODUCCIÓN .....	13
1.1 Planteamiento del problema .....	13
1.2 Pregunta de investigación .....	14
1.3 Delimitación del estudio .....	14
1.3.1 Delimitación del tema de estudio .....	14
1.3.2 Delimitación espacial del trabajo .....	14
1.3.3 Delimitación temporal del trabajo .....	14
1.4 Formulación de los objetivos .....	14
1.4.1 Objetivo general .....	14
1.4.2 Objetivos específicos .....	14
1.5 JUSTIFICACIÓN .....	15
2 MARCO TEÓRICO.....	17
2.1 Antecedentes .....	17
2.1.1 A nivel mundial .....	17
2.1.2 A nivel nacional .....	17
2.1.3 A nivel departamental .....	17
2.1.4 A nivel municipal.....	18
2.2 Bases legales .....	18
2.3 Bases teóricos.....	19
2.3.1 Sobrepeso.....	19
2.3.2 Obesidad .....	19
2.3.3 Índice De Masa Corporal .....	19
2.3.4 Historia Natural Del Sobrepeso Y La Obesidad .....	20
2.3.5 Factores De Riesgo en la obesidad y el sobre peso .....	21
2.3.5.1 Factores Modificables .....	21

2.3.5.2	Factores No Modificables .....	23
2.3.5.3	Cómo prevenir la obesidad y sobre peso.....	23
3	MARCO METODOLÓGICO .....	24
3.1	Tipo de investigación .....	24
3.2	Población y muestra .....	24
3.2.1	Población de estudio.....	24
3.2.2	Muestra .....	24
3.3	Criterio de selección .....	24
3.3.1	Criterio de inclusión .....	24
3.3.2	Criterio de exclusión .....	24
3.4	Técnica e instrumento de recolección de datos.....	25
3.4.1	Técnica.....	25
3.4.2	Instrumento.....	25
3.5	Lugar de estudio .....	25
4	RESULTADOS Y ANÁLISIS .....	26
5	CONCLUSIONES .....	36
6	RECOMENDACIONES .....	38
7	BIBLIOGRAFÍA .....	39
8	ANEXO 1.....	41
8.1	Aspectos administrativos .....	41
8.2	Recursos humanos .....	41
8.3	Recursos necesarios .....	41
8.4	Cronograma de actividades .....	42
9	ANEXO 2.....	43
9.1	Instrumento de entrevista .....	43
10	ANEXOS 3 .....	45

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<i>Tabla N° 1 Sexo De La Poblacion En Estudio De Comunidad Villa Rojas .....</i>	26
<i>Tabla N° 2 Edad De La Poblacion En De Estudio De La Comunidad Villa Rojas .....</i>	27
<i>Tabla N° 3 Nivel De Educacion De La Poblacion En Estudio De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	28
<i>Tabla N° 4 Conocimiento Del Sobrepeso Y Obesidad De La Poblacion De Comunidad De Villa Rojas .....</i>	29
<i>Tabla N° 5 I.M.C. De La Poblacion De Estudio De Comunidad Villa Rojas .....</i>	30
<i>Tabla N° 6 Factores De Riesgo Para El Sobrepeso Y La Obesidad De La Poblacion De Villa Rojas .....</i>	31
<i>Tabla N° 7 Cantidad De Ensaladas, Verduras Y Frutas Que Consumeen Su Dia La Poblacion De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	32
<i>Tabla N° 8 Cantidad De Alimentos Que Consumme Al Dia La Poblacion De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	33
<i>Tabla N° 9 Realiza Algun Deporte La Poblacion De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	34
<i>Tabla N° 10 El Personal De Salud Realiza Las Ferias Educativas Relacionada Al Tema De Sobrepeso Y Obesidad En La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	35

## ÍNDICE DE GRAFICOS

	<b>Pág.</b>
<i>Grafico N° 1 Sexo De La Poblacion En Estudio De Comunidad Villa Rojas .....</i>	26
<i>Grafico N° 2 Edad De La Poblacion En De Estudio De La Comunidad Villa Rojas .....</i>	27
<i>Grafico N° 3 Nivel De Educacion De La Poblacion En Estudio De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	28
<i>Grafico N° 4 Conocimiento Del Sobrepeso Y Obesidad De La Poblacion De Comunidad De Villa Rojas .....</i>	29
<i>Grafico N° 5 I.M.C. De La Poblacion De Estudio De Comunidad Villa Rojas .....</i>	30
<i>Grafico N° 6 Factores De Riesgo Para El Sobrepeso Y La Obesidad De La Poblacion De Villa Rojas.....</i>	31
<i>Grafico N° 7 Cantidad De Ensaladas, Verduras Y Frutas Que Consume En Su Dia La Poblacion De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	32
<i>Grafico N° 8 Cantidad De Alimentos Que Consume Al Dia La Poblacion De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	33
<i>Grafico N° 9 Realiza Algun Deporte La Poblacion De La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	34
<i>Grafico N° 10 El Personal De Salud Realiza Las Ferias Educativas Relacionada Al Tema De Sobrepeso Y Obesidad En La Comunidad De Villa Rojas .....</i>	35

## **1 INTRODUCCIÓN**

En el mundo actual en el cual vivimos, vinculado por el consumismo y por una sociedad influenciada por lo cultural, termina repercutiendo en la formación de los estilos de vida, los cuales determinan entre otros factores, en profundos cambios, en especial el de los hábitos alimenticios. (CEPAL , 2014)

El sobrepeso y la obesidad es uno de los mayores problemas de salud pública, que ha pasado de ser una condición que repercute en la salud, a una condición de enfermedad pandémica. Según las estimaciones de la OMS, para los próximos años existirán aproximadamente 2.300 millones de adultos con sobrepeso y más de 700 millones con obesidad, los datos de que se dispone parecen indicar que su incidencia va en aumento. (OMS/OPS, 2018).

Estas cifras mencionadas con anterioridad que presenta una tendencia creciente no han disminuido en todo el mundo. Las estadísticas muestran asociación entre la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles, aumentando el riesgo de contraer diabetes, cáncer, trastornos cardiovasculares como la hipertensión arterial y los accidentes cerebrovasculares, todas situadas entre las primeras causas de mortalidad en el mundo. (OMS/OPS, 2018). Por todo lo dicho anteriormente el propósito del presente trabajo de investigación es determinar los factores que influyen en el desarrollo del sobrepeso y obesidad en la población adulta de la Comunidad de Villa Rojas, de forma tal que permita obtener una óptica clara de la situación y así intervenir a través de una mirada multidisciplinaria con acciones de salud y nutrición.

### ***1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA***

En la actualidad los niños, jóvenes y adultos son afectados por la malnutrición, por exceso como una epidemia global donde los estilos de vida, los hábitos alimentarios no saludables y la falta de actividad física profundizan más esta situación, la misma se encuentra entre los principales factores de riesgo en la incidencia de Enfermedades Crónicas No Transmisibles.

El sobrepeso y la obesidad es un problema de salud pública porque aumentan el riesgo de diabetes y de enfermedades cardiovasculares, de la misma forma también ciertos tipos de cáncer de tal manera que se ha convertido en la segunda causa de mortalidad prematura y evitable, después del tabaco.

La obesidad es considerada como una pandemia crónica, compleja y multifactorial, que tiene su origen en una interacción genética y ambiental. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la

define como una enfermedad, identificada como la primera patología crónica no transmisible de curso epidémico, global y progresivo, caracterizado por la acumulación excesiva de tejido graso que puede afectar la salud e integridad. (OMS/OPS, 2018)

## **1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿Cuáles son los Factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población de 18 a 60 años que acuden al Puesto de Salud de Villa Rojas del Municipio de Porvenir en el periodo de abril a junio de la Gestión 2021?

## **1.3 DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO**

### **1.3.1 Delimitación del tema de estudio**

Factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población de 18 a 60 años.

### **1.3.2 Delimitación espacial del trabajo**

Puesto de Salud de Villa Rojas del municipio de Porvenir

### **1.3.3 Delimitación temporal del trabajo**

Abril a Junio de la Gestión 2021

## **1.4 FORMULACIÓN DE LOS OBJETIVOS**

### **1.4.1 Objetivo general**

Determinar los Factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población de 18 a 60 años que acuden al Puesto de Salud de Villa Rojas del Municipio de Porvenir en el periodo de abril a Junio de la Gestión 2021.

### **1.4.2 Objetivos específicos**

- Establecer los factores sociodemográficos de la población en estudio como ser: sexo, edad y grado de instrucción.
- Identificar el conocimiento que tiene la población de estudio sobre el sobrepeso y obesidad.
- Obtener el estado nutricional de la población adulta de 18 a 60 años, a través de la toma de medidas antropométricas e índice de masa corporal (IMC).
- Determinar los principales factores de riesgos controlables en los pacientes en estudio.

- Contrastar si el personal de salud realiza ferias de concientización sobre el sobrepeso y obesidad.

## 1.5 JUSTIFICACIÓN

Es importante descubrir sus principales causas, los factores que influyen, el entorno, la sociedad, la familia, los aportes positivos y negativos de la tecnología, la influencia o no del aspecto financiero de cada familia.

Es importante hablar del problema Porque de la obesidad y el sobre peso derivan muchas enfermedades crónicas como la diabetes mellitus y la hipertensión.

Es relevante mencionar sobre la temática de la obesidad y el sobre peso ya que se han convertido en problema nacional de salud por la incidencia de casos que se registran a diario en todos los centros de salud del país.

Los índices de sobrepeso y obesidad a nivel nacional de 35,2% son preocupantes, el porcentaje citado se desglosa así: un 21,9% está con sobrepeso; 11,1% con obesidad y 2,2% con obesidad severa. Los porcentajes mayores de prevalencia de sobrepeso y obesidad están en el área urbana (39,3%) respecto a la rural (26,7%). Tarija (45,6%), Santa Cruz (44,9%), Pando (41,2%) y Cochabamba (34,7%) son los departamentos con mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad al superar la media nacional (33,6%). En contraparte, Potosí (19,1%) es la región con menor prevalencia de malnutrición por exceso. (CIDES-UMSA-UNICEF, 2020).

Encontrar las causas y sus consecuencias puede ayudar a determinar o establecer si los tratamientos o seguimientos de cada persona son efectivos, porque no y en que podría favorecer a la familia realizar esta investigación.

Se pretende con este estudio, educar a la familia y pueda vivir en un ambiente saludable, que le permita desarrollar actividades recreativas, deportivas, hábitos sanos alimenticios, dado que consideramos que la obesidad perjudica en todos los aspectos mencionados y con el tiempo pueda causar complicaciones en la salud.

Se espera que los resultados de la presente investigación sean de utilidad para contribuir a establecer políticas de salud para enfrentar las enfermedades crónicas no transmisibles que afecta a la población, plasmados en programas y proyectos conducentes a incrementar los conocimientos y practicas alimentario nutricionales y conductuales, teniendo en cuenta las necesidades nutricionales básicas, el acceso real a los alimentos que la componen, hábitos alimentarios predominantes y los factores asociados modificables en sí que se mencionan en el presente estudio.

## 2 MARCO TEÓRICO

### 2.1 ANTECEDENTES

#### 2.1.1 A nivel mundial

*Casi el 30% de la población mundial es obesa o sufre sobrepeso, según un nuevo estudio que también indica cuáles son los 10 países donde estos problemas tienen más incidencia.*

Estados Unidos tiene la mayor proporción de personas obesas en el mundo, un 13%, mientras que China y la India juntas representan el 15% de población obesa del planeta. Los datos del estudio están divididos por diferencias en el tamaño de la población y por edades.

Además según el estudio la prevalencia de niños y adolescentes con sobrepeso u obesidad aumentó en casi el 50% respecto de 1980. En 2013, más del 22% de las niñas y casi el 24% de los niños que viven en países desarrollados sufrían sobrepeso u obesidad.

"La obesidad es un problema que afecta a personas de todas las edades y niveles económicos en todo el mundo", comentó Murray. Se considera que una persona tiene sobrepeso si su índice de masa corporal (IMC) —una medida que muestra la relación entre el peso y la talla de un individuo— es igual o superior a 25, mientras que un IMC equivalente o superior a 30 es sinónimo de obesidad. ([HTTPS://OBSERVATEPERU.INS.GOB.PE/NOTICIAS/130-REVELAN-LOS-10-PAISES-CON-MAYORES-INDICES-DE-OBESIDAD-Y-SOBREPESO](https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/130-revelan-los-10-paises-con-mayores-indices-de-obesidad-y-sobrepeso)).

#### 2.1.2 A nivel nacional

Los datos más recientes del Ministerio de Salud del Estado Plurinacional de **Bolivia** afirman que, debido al elevado consumo de comida chatarra y a un mayor sedentarismo, la tasa de sobrepeso y **obesidad** a nivel nacional es de 21,9% está con sobrepeso; 11,1% con **obesidad** y 2,2% con **obesidad** severa. (*CIDES-UMSA*, octubre de 2020).

#### 2.1.3 A nivel departamental

En el departamento de Pando los porcentajes mayores de prevalencia de sobrepeso y obesidad es de (41.2%); El sobrepeso afecta más al sexo femenino (23,0%), en varones es 21,2%, mientras que la obesidad aqueja más a los varones (12,6%) que a las mujeres (9,8%).(UNICEF-Bolivia, 2020).

#### **2.1.4 A nivel municipal**

La Comunidad Villa Rojas cuenta con una población total de 1596 habitantes, de los cuales el 29% tiene sobrepeso, afectando más al sexo femenino. (PS VILLA ROJAS).

## **2.2 BASES LEGALES**

El artículo 16 de la constitución política del estado, determina que toda persona tiene derecho al agua y a la alimentación; y el estado tiene la obligación de garantizar la seguridad alimentaria, a través de una alimentación sana, adecuada y suficiente para toda la población.

El Saber Alimentarse para Vivir Bien es un proceso descolonizador y se ejerce cuando los Estados y pueblos pueden alcanzar el derecho a la alimentación en el marco de la soberanía y seguridad alimentaria recuperando la pluralidad jurídica, económica, social, cultural y política, así como las capacidades, condiciones y equilibrios materiales y espirituales, familiares y comunitarios para la producción, acceso y consumo de una alimentación adecuada o a los medios para obtenerla en el marco de la soberanía alimentaria.

Esto supone considerar a la alimentación como uno de los aspectos centrales para alcanzar el Vivir Bien, que significa Vivir Bien con uno mismo, con los demás y en armonía con la Madre Tierra garantizando el acceso y disfrute de los bienes materiales y de la realización efectiva, subjetiva, intelectual y espiritual de las personas y colectividades, en armonía con la Madre Tierra y en comunidad entre los seres humanos. El Saber Alimentarse para Vivir Bien constituye una propuesta para descolonizar la reflexión sobre la alimentación que ha estado basada en reflexiones legales (derecho humano a la alimentación), técnicas (seguridad alimentaria) y políticas (soberanía alimentaria) (*DECRETO SUPREMO N° 2167*)

De este modo, el Saber Alimentarse para Vivir Bien de acuerdo a lo dispuesto por la Ley N° 300 Marco de la Madre Tierra y Desarrollo Integral para Vivir Bien, asume como prioridades los siguientes aspectos: el acceso a la tierra y territorio con agua y buena producción; el manejo y el control de los riesgos ambientales, climáticos y la contaminación; la producción, transformación y comercialización de una diversidad de productos ecológicos y orgánicos; acceso a la alimentación y salud en familia y en comunidad revalorizando y fortaleciendo los saberes locales y conocimientos ancestrales y colectivos y la educación para la alimentación; un crecimiento sano de las personas. (*LEY N° 300 MARCO DE LA MADRE TIERRA Y DESARROLLO INTEGRAL PARA VIVIR BIEN*).

## **2.3 BASES TEÓRICOS**

### **2.3.1 Sobrepeso**

Se la define como el aumento de peso corporal en relación a la talla que está dada por un patrón. Un exceso de peso no siempre indica un exceso de grasa, así ésta sea la causa más común, ya que puede ser resultado de exceso de masa ósea, o músculo (hipertrofia muscular) o acumulación de lípidos por diversos problemas. El sobrepeso se caracteriza principalmente por tener una cantidad moderada de exceso de grasa corporal, identificando que la persona tenga un peso mayor para su altura mediante la técnica antropométrica, pero que no está considerada como obesidad. Esta condición excede al estándar de la población, es decir cada vez es más evidente la prevalencia de sobrepeso. (BASULTO, 2016).

### **2.3.2 Obesidad**

Según la Organización Mundial de la Salud, es la acumulación anormal o excesiva de grasa, es considerada como un síndrome de carácter multifactorial por la malnutrición por exceso producto de la acumulación excesiva de tejido adiposo con relación al porcentaje ideal de acuerdo a la edad, sexo y talla del individuo. (OMS, 2012) La obesidad forma parte del síndrome metabólico, y es un factor de riesgo conocido, es decir, es un indicador de predisposición a varias enfermedades, particularmente enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, apnea del sueño, ictus y osteoartritis, así como para algunas formas de cáncer, padecimientos dermatológicos y gastrointestinales. (BARRIOS, 2017)

Es caracterizada principalmente por tener un exceso de grasa corporal que afecta la salud de modo perjudicial, identificando que una persona tenga un peso considerablemente mayor que los estándares o patrón aceptados para la altura provista.

### **2.3.3 Índice De Masa Corporal**

El IMC es una medida de asociación entre el peso en kilogramos y dividido para la talla en metros al cuadrado de un individuo. Ideado por el estadístico y antropometrista Belga L. A. J. Quetelet, también se conoce como índice de Quetelet. El índice de masa corporal es un método simple y ampliamente usado para estimar la proporción de grasa corporal. (BACALLAO, 2000) La OMS (Organización Mundial de la Salud) establece una definición comúnmente en uso con los siguientes valores, acordados en 1997, publicados en 2000 y ajustados en el 2010.

### Clasificación del Índice de Masa Corporal según la Organización Mundial de la Salud

Valores de IMC	Clasificación	Riesgo de comorbilidad perímetro cintura (H; M) <102/88	Perímetro cintura (H; M) >102/88
< 18,5	Bajo peso		
18,5 - 24,9	Normo	peso Bajo	Incrementado
25,0 - 29,9	Sobrepeso	Incrementado	Moderado
30,0 - 34,9	Obesidad clase I	Moderado	Alto
35,0 - 39,9	Obesidad clase II	Alto	Muy Alto
40,0 o mayor	Obesidad clase III	Muy Alto	Extremadamente Alto

IMC de 35,0 o mayor en la presencia de al menos una u otra morbilidad significativa es también clasificada como obesidad mórbida.

Las enfermedades relacionadas y las complicaciones de la obesidad están entre ellas: Cardiovasculares; Hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca, enfermedad vascular cerebral o arterial periférica. Diabetes mellitus, resistencia a la insulina y síndrome metabólico, dislipemia, gota. Digestivas; Litiasis biliar, esteatosis hepática, reflujo gastroesofágico, pancreatitis. Respiratorias; Apnea del sueño, aumento incidencia de asma. Reumáticas; Osteoartrosis (coxofemoral, femorotibial, tobillo y columna). Cáncer; Esófago, colon, recto, vesícula biliar, próstata, útero, ovarios, páncreas, endometrio, riñón, mama, leucemia. Ginecológicas; Metrorragia, amenorrea, infertilidad. Trastornos salud mental; Depresión, demencia. Afecciones cutáneas; Linfedema, celulitis. Otras alteraciones; Sedentarismo, tabaquismo, incontinencia de estrés. (MINISTERIO DE SALUD, 2010).

#### ***2.3.4 Historia Natural Del Sobrepeso Y La Obesidad***

La historia natural es la secuencia de acontecimientos que ocurren en el organismo humano entre la acción secuencial de las causas componentes (cada uno de los hechos o condiciones que forman parte de una causa suficiente; grupo mínimo de hechos y condiciones que inevitablemente producen la enfermedad) hasta que se desarrolla la enfermedad y ocurre el desenlace (curación, cronicidad o muerte). La obesidad es considerada como un síndrome multifactorial, y como tal,

se corresponde con un trastorno orgánico y funcional que obliga a una modificación de la manera de vivir del individuo y que es probable que persista durante mucho tiempo. En base a esto, es difícil definir los periodos de inducción, latencia y expresión como tales. (DURAN, 2015).

### ***2.3.5 Factores De Riesgo en la obesidad y el sobre peso***

Se define como factor de riesgo a aquello que incrementa su probabilidad de adquirir una enfermedad o condición. Un factor de riesgo es cualquier característica o circunstancia detectable en individuos o grupos, asociada con una mayor probabilidad de padecer, desarrollar o estar especialmente expuesto a experimentar un daño a la salud. Los factores de riesgo pueden ser causas o indicadores, pero su importancia radica en que son observables o identificables antes de la ocurrencia del hecho que predicen, gracias al enfoque metodológico que se sigue.

Existen múltiples factores que influyen para el desarrollo del sobrepeso y obesidad, que en esta oportunidad la categorizaremos en modificables y no modificables entre ellas están:

#### ***2.3.5.1 Factores Modificables***

Hábitos alimentarios: Los hábitos alimentarios son el producto de la interacción entre la cultura y el medio ambiente, los cuales se van transmitiendo de una generación a otra. Son aquellas prácticas que el individuo realiza respondiendo a esas mismas presiones culturales y sociales de la sociedad en la que se encuentra, así selecciona, consume y utiliza porciones del conjunto de alimentos disponibles.

Actividad física: Se define a la actividad física como cualquier movimiento del cuerpo producido por los músculos esqueléticos que resulte en la pérdida de energía; Entre ellas tenemos la actividad ligera, moderada e intensa. El sedentarismo se define como la realización de actividad física durante menos de 20 minutos y menos de tres veces por semana durante el último trimestre. Es importante lograr la individualización en el momento de definir este marcador de riesgo, y tener en cuenta la sistematicidad con que la persona ha realizado ejercicios físicos con anterioridad.

Habito de fumar y tabaquismo; Se define hábito como costumbre adquirida por repetición (se puede automatizar). En el fumador regular se desarrolla una adicción progresiva a la nicotina que dificulta marcadamente o impide la cesación del consumo, de manera que ya no se trata de un hábito sino de una enfermedad adictiva, denominada tabaquismo. La OMS define al tabaquismo como una enfermedad adictiva crónica que evoluciona con recaídas. Fumador es la persona que ha

fumado por lo menos un cigarrillo en los últimos 6 meses. Dentro de este grupo se puede diferenciar: Fumador Diario; Es la persona que ha fumado por lo menos un cigarrillo al día, durante los últimos 6 meses. Fumador Ocasional; Es la persona que ha fumado menos de un cigarrillo al día; asimismo se lo debe considerar como fumador. Fumador Pasivo; Es la persona que no fuma, pero que respira el humo de tabaco ajeno o humo de segunda mano o humo de tabaco ambiental. Ex Fumador; Es la persona que habiendo sido fumador se ha mantenido en abstinencia al menos por los últimos 6 meses. No Fumador; Es la persona que nunca ha fumado o ha fumado menos de 100 cigarrillos en toda su vida. Dejar de fumar puede producir aumento de peso por medio de diferentes mecanismos. (HADID, 2010)

Consumo de bebidas alcohólicas; Es un término que se utiliza desde hace muchos años y de significado variado. El Comité de Expertos de la OMS refiere al consumo crónico o periódico de alcohol, caracterizados por la imposibilidad de controlar la ingesta, frecuentes episodios de intoxicación y la falta de preocupación con respecto al alcohol, a pesar de sus consecuencias adversas. A continuación, se presenta diferentes tipos de bebedores, según el consumo y la frecuencia: Bebedor abstemio. Si nunca toma alcohol o sólo lo hace muy de vez en cuando, en circunstancias sumamente especiales y jamás se ha emborrachado. Si suele consumir entre una y dos veces al año, sin beber más de una copa por ocasión. Bebedor moderado o social. Si no bebes más de tres copas por ocasión y generalmente lo haces en ocasiones sociales, sin llegar a emborracharse, no tiene problemas con la forma de beber, el único objetivo es convivir, divertirse y pasarla bien sin exponerse a situaciones de riesgo como combinar alcohol y volante. Bebedor excesivo o problema. Es cuando se bebe en cantidades importantes que casi siempre le llevan a estar borracho, ocasionándole problemas individuales, familiares, escolares, laborales o sociales. Se tiene tolerancia al alcohol, por lo que necesita consumir más para llegar a emborracharse; en esta fase aún no desarrolla dependencia o adicción, sin embargo se ve involucrado en riñas, peleas o accidentes. Alcohólico. Se considera cuando experimenta incapacidad para abstenerse al alcohol y para controlar la cantidad y la frecuencia en que se bebe, puede sentir que hay dependencia física a esta sustancia. El consumo de alcohol especialmente cerveza contiene calorías vacías y sustancias que aumentan de peso a la persona.

Horas de Sueño: El término sueño designa a la jornada de reposo de un organismo vivo. El sueño se caracteriza por ser un estado en el cual hay muy poca actividad fisiológica (presión sanguínea, respiración y latidos del corazón) y muy baja respuesta a los estímulos externos.

(NAVARRO, 2015).

### ***2.3.5.2 Factores No Modificables***

Edad; Es el tiempo que ha vivido una persona u otro ser vivo contando desde su nacimiento, con la edad, el organismo no puede quemar energía con la misma rapidez y no necesita la misma cantidad de calorías para mantener estable el peso. Por eso la gente que come de la misma manera y realiza las mismas actividades antes de los 20 años de edad, tiende a aumentar de peso a partir del mismo. La incidencia del sobrepeso y obesidad se duplica a más de la mitad entre las edades de 20 a 55 años de edad, sin embargo esto puede estar relacionado con la disminución de la tasa metabólica basal (TMB) y los niveles de actividad física.

Género; generalmente los hombres tienen una tasa metabólica basal más alta que las mujeres. Esto es debido principalmente por poseer masa muscular en mayores proporciones los hombres necesitan más energía. (BACALLAO, 2000).

### ***2.3.5.3 ¿Cómo prevenir la obesidad y el sobre peso?***

**Algunas recomendaciones son:**

1. Limitar el consumo de alimentos que sean ricos en azúcares y grasas. ...
2. Comer varias veces al día fruta y verdura, así como legumbres, cereales integrales y frutos secos.
3. Realizar actividad física frecuente: unos 60 minutos por día para los jóvenes y 150 minutos semanales para los adultos.

## **3 MARCO METODOLÓGICO**

### ***3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN***

Tipo de estudio, descriptivo, de corte transversal.

**Descriptivo**, porque busca especificar las características de procesos que se sometan a análisis.

**De corte transversal**, denominado también transeccional, ya que los datos se recopilan en un momento único, es decir que contempla los 3 meses de práctica en el área comunitaria.

## **3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA**

### **3.2.1 Población total de estudio entre 18 a 60 años de edad.**

El universo de estudio de los factores que influyen en el sobrepeso y la obesidad fue de 30 personas de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 18 a 60 años que residen en la Comunidad Villa Rojas y que asisten al Puesto de Salud.

### **3.2.2 Muestra**

Para la muestra se trabajó con 30 personas de ambos sexos, 13 hombres y 17 mujeres de la Comunidad Villa Rojas que asisten al Puesto de Salud; confiando en los criterios de selección.

## **3.3 CRITERIO DE SELECCIÓN**

### **3.3.1 Criterio de inclusión**

- Adultos varones y mujeres que residen en la comunidad de Villa Rojas, comprendidos entre las edades de 18 a 60 años que dieron su consentimiento para la realización del estudio.
- Personas que acepten participar del estudio.

### **3.3.2 Criterio de exclusión**

- Personas que no quisieron participar del estudio
- Mujeres en estado de gestación
- Personas que están de tránsito o de visita en la vivienda seleccionada.

## **3.4 TÉCNICA E INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **3.4.1 Técnica**

En el presente estudio se empleó el diseño metodológico descriptivo a través de la técnica de la entrevista para obtener información sobre los Factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población.

### **3.4.2 Instrumento**

Los instrumentos que se emplearon en el presente estudio de investigación fueron elaborados por la investigadora y son los siguientes:

Cuestionario: Consta de 10 preguntas sobre los Factores que influyen en el Desarrollo del Sobrepeso y la Obesidad en la población.

Observación: Permite la observación directa de fenómeno tal y como suceden en sus escenarios naturales, permite estudiar la acción humana a través de la manifestación de los comportamientos, que permite al investigador la autonomía respecto de otros instrumentos de recolección de datos.

### ***3.5 Lugar de Estudio***

Los datos realizados para el presente documentos fueron recabados de las personas de la comunidad Villa Rojas que asiste al Puesto de Salud del mismo nombre.

#### 4. RESULTADOS Y ANÁLISIS

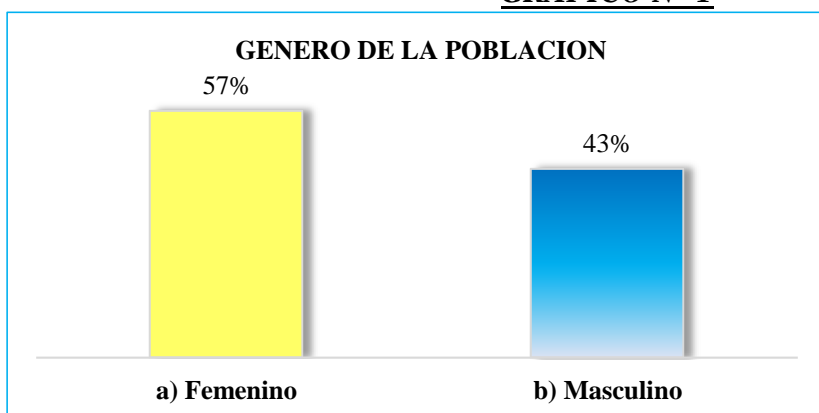
**TABLA N° 1**

**SEXO DE LA POBACION EN ESTUDIO DE COMUNIDAD VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
Femenino	17	57%
Masculino	13	43%
TOTAL	30	100%

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 1**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Según la entrevista realizada a la población de estudio de la Comunidad Villa Rojas que asisten a centro de salud, se observa la prevalencia de sexo femenino con el 57% y un 43% son de sexo masculino.

**TABLA N° 2**

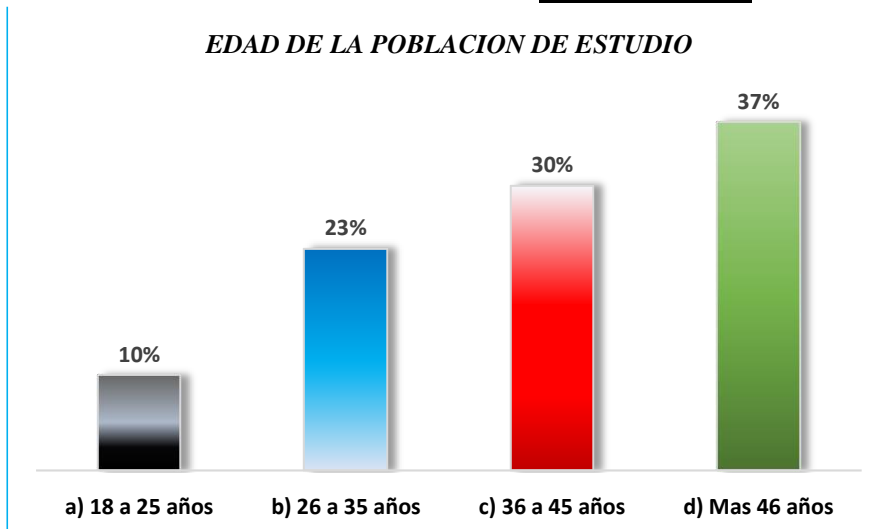
**EDAD DE LA POBLACION DE ESTUDIO DE LA COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
18 a 25 años	3	10%
26 a 35 años	7	23%
36 a 45 años	9	30%
Mas de 46 años	11	37%
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

*Fuente:*

*Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 2**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Se puede apreciar que las edades que predominan en las personas que participaron de la entrevista son: personas con más de 46 años con el 37%, seguido personas con edades de 36 a 45 años con el 30%, personas de 26 a 35 años con el 23% y de 18 a 25 años con el 10%.

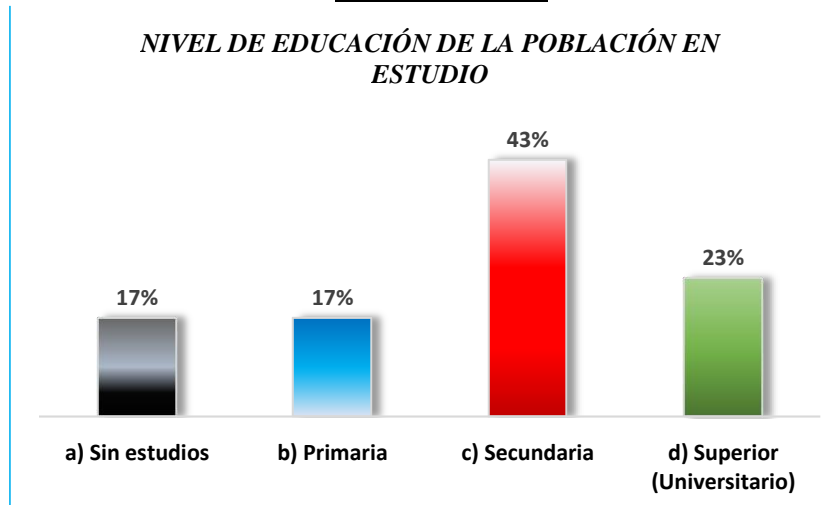
**TABLA N° 3**

**NIVEL DE EDUCACION DE LA POBLACION EN ESTUDIO DE LA COMUNIDAD  
DE VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
Ninguno	5	17%
Primaria	5	17%
Secundaria	13	43%
Nivel superior (universitario)	7	23%
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 3**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Como se puede ver en la gráfica hay una tendencia en la población en estudio que el 43% alcanzó el nivel secundario completo, el 23% cuenta con estudios superiores (universitarios), el 17% cursó el nivel primario y el otro 17% es sin estudios.

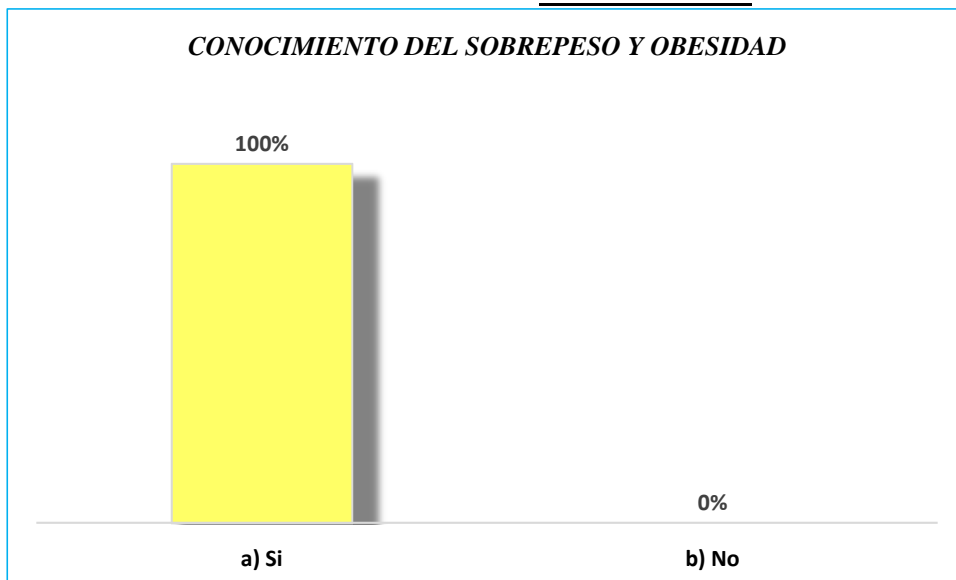
**TABLA N° 4**

**CONOCIMIENTO DEL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LA POBLACION DE  
COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**

<b>VARIABLES</b>	<b>N°</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Si</b>	30	100%
<b>No</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	30	100%

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 4**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** De toda la población de estudio de la comunidad de Villa Rojas el 100% tiene un buen nivel de conocimiento sobre el sobrepeso y la obesidad.

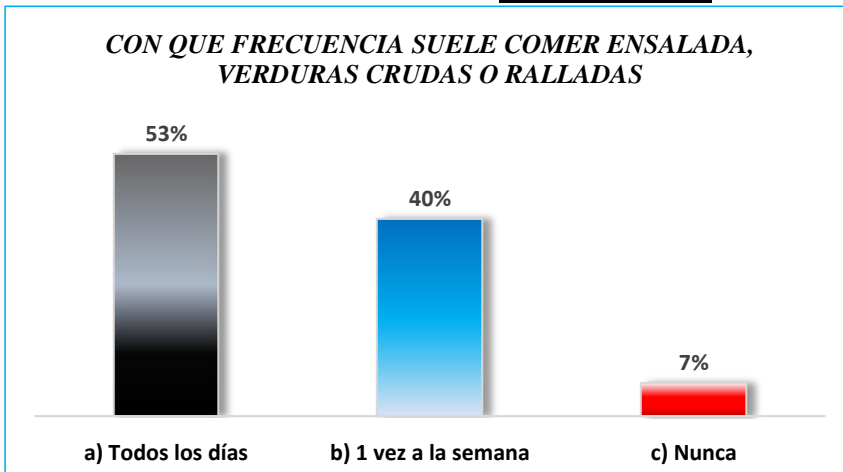
**TABLA N° 5**

**CANTIDAD DE ENSALADAS, VERDURAS Y FRUTAS QUE CONSUMEN EN SU DIA LA POBLACION DE LA COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
Todos los días de la semana	16	53%
Alguna vez por semana	12	40%
Casi nunca	2	7%
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 5**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Frecuencia del consumo de verdura y frutas de la población de estudio según la encuesta se pudo observar que 53% indica que todos los días consumen verduras y frutas, seguido de un 40% que solo consume verduras y frutas una sola vez en la semana y un 7% indica que nunca consumen .

**TABLA N° 6**

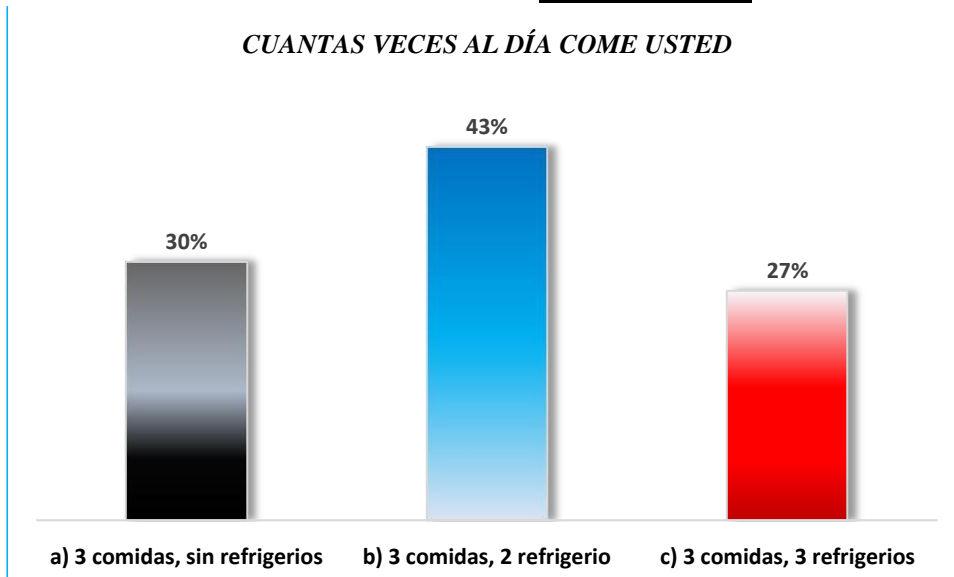
**CANTIDAD DE ALIMENTOS QUE CONSUME AL DIA LA POBLACION DE LA  
COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
3 comidas, sin refrigerios	9	30%
3 comidas, 2 refrigerios	13	43%
3 comidas, 3 refrigerios	8	23%
TOTAL	30	100%

*Fuente:*

*Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 6**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Según la encuesta realizada a la población de estudio se pudo observar que el 43% come tres comidas y dos refrigerios, seguido de 30% tres comidas sin refrigerio y un 27% tres comidas y tres refrigerios.

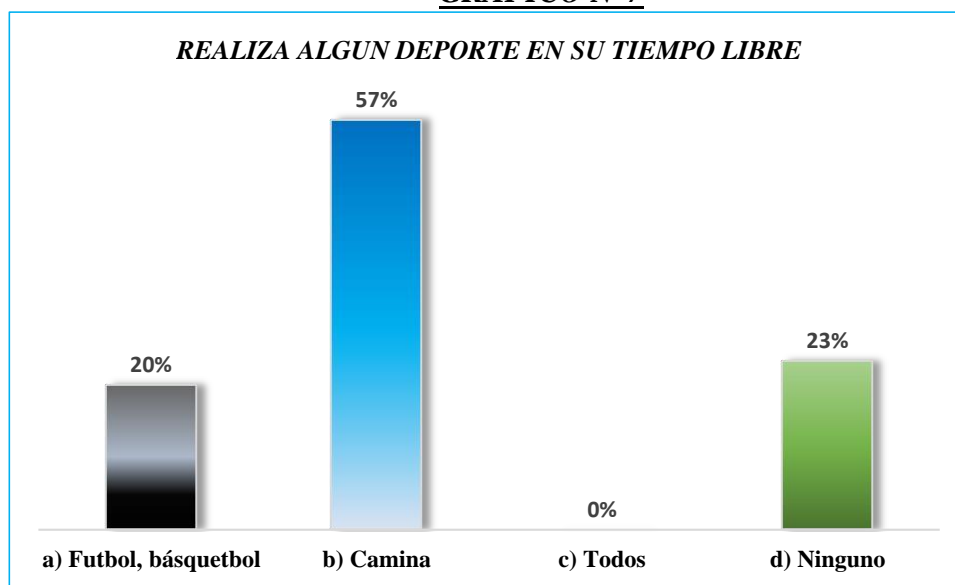
**TABLA N° 7**

**REALIZA ALGUN DEPORTE LA POBLACION DE LA COMUNIDAD DE VILLA**

<b><u>ROJAS</u></b>		
<b>VARIABLES</b>	<b>N°</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Futbol, basquetbol</b>	6	20%
<b>Caminata</b>	17	57%
<b>Todos</b>	0	0%
<b>Ninguno</b>	7	23%
<b>TOTAL</b>	30	100%

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N°7**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** La población de estudio refiere que realiza algún deporte como ser el 57% realiza la caminata, seguido de 23% indica que no realiza ningún ejercicio y un 20% juega futbol y basquetbol.

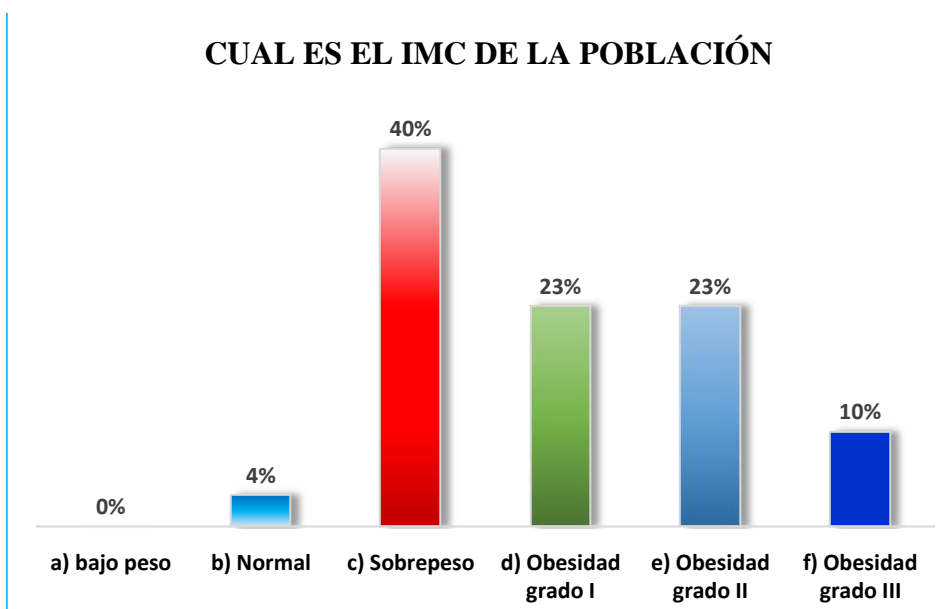
**TABLA N° 8**

**I.M.C. DE LA POBACION DE ESTUDIO EN LA COMUNIDAD VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
Bajo peso	0	0%
Normal	1	4%
Sobrepeso	12	40%
Obesidad I	7	23%
Obesidad II	7	23%
Obesidad III	3	10%
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 8**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Del 100% de la población de estudio, el 40% presentó sobrepeso, el 23% presentó obesidad tipo I, el 23% presentó obesidad tipo II, el 10% presentó obesidad tipo III; el 4% presento peso normal.

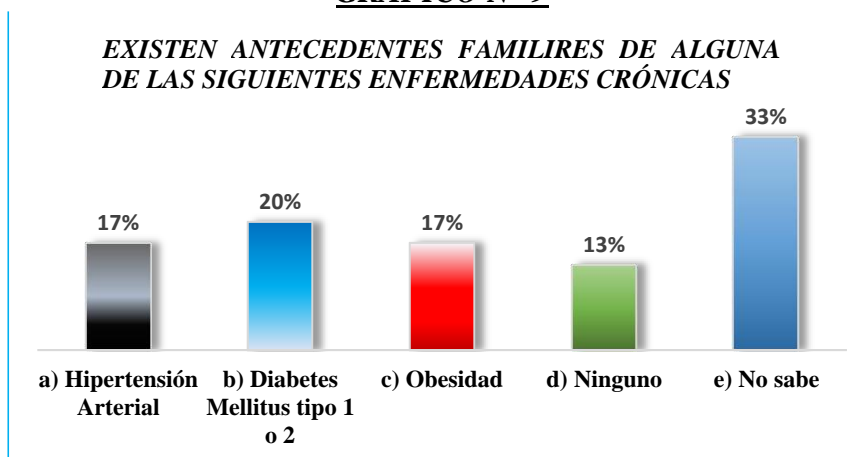
**TABLA N° 9**

**FACTORES DE RIESGO PARA EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD DE LA POBLACION DE VILLA ROJAS ( antecedentes familiares)**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
Hipertensión arterial	5	17%
Diabetes mellitus tipo 1 o 2	6	20%
obesidad	5	17%
Ninguno	4	13%
No conoce	10	33%
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 9**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** Uno de los factores del apareamiento de la obesidad tiene que ver con antecedentes familiares junto con el factor genético predominantemente, pero además a estos factores el 33% no sabe de los factores familiares, el 20 % indica la diabetes como antecedente familiar seguido de un 17% hipertensión arterial, 17% tienen antecedentes de obesidad y un 13% indica que no tiene ningún antecedente familiar.

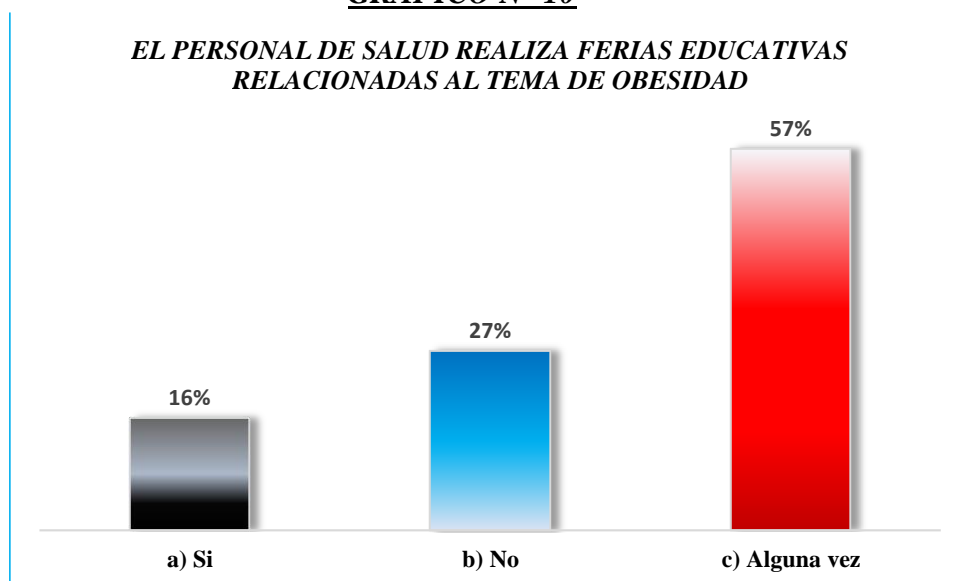
**TABLA N° 10**

**EL PERSONAL DE SALUD REALIZA LAS FERIAS EDUCATIVAS RELACIONADA AL TEMA DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN LA COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**

VARIABLES	N°	PORCENTAJE
SI	5	16%
No	8	27%
Alguna vez	17	57%
TOTAL	30	100%

*Fuente: Formulario de entrevista*

**GRAFICO N° 10**



*Fuente: Datos de encuesta*

**INTERPRETACIÓN:** En la gráfica se puede observar que el 57% indica que el personal de salud realiza ferias algunas veces, el 27% indican no realizan ninguna feria y un 16% refiere que si realizan ferian en la Comunidad Villa Rojas.

## 5 CONCLUSIONES

El presente estudio tuvo como propósito determinar los factores asociados al sobrepeso y obesidad de las personas de 18 a 60 años de la Comunidad Vila Rojas de la gestión 2021. El análisis de los resultados permitió establecer las siguientes conclusiones de relevancia:

- En las características personales de la población en estudio fueron: el género, predominantemente fue el femenino con el 57% ya que aparentemente tienen un riesgo incrementado a sufrir un alto riesgo de sobrepeso y obesidad, así mismo el porcentaje de las edades con un 37%. Se estima que el riesgo de presentar sobrepeso y obesidad fue mayor según aumentaba la edad, llegando a ser superior en el grupo de 46-60 años que en el de 18-29 años. En el nivel de educación se pudo observar el 43% son de nivel secundario de la población de estudio de la comunidad Villa Rojas.
- En el nivel de conocimiento se puede observar que el 100% tiene un buen conocimiento sobre los riesgos del sobrepeso y obesidad, en la comunidad de villa rojas.
- En relación al IMC en la población de estudio, el 40% presentó sobrepeso, el 23% presentó obesidad tipo I, el 23% presentó obesidad tipo II, el 10% presentó obesidad tipo III; el 4% presento peso normal.
- En el caso de los hábitos alimenticios, según la encuesta realizada a la población de estudio se pudo observar que el 43% come tres comidas y dos refrigerios, seguido de 30% tres comidas sin refrigerio y un 27% tres comidas y tres refrigerios, de la cual el consumo de verdura y frutas de la población de estudio según la encuesta se pudo observar que 53% indica que todos los días consumen verduras y frutas, seguido de un 40% que solo consume verduras y frutas una sola vez en la semana y un 7% indica que nunca consumen, en lo cual nos indica que hay una malnutrición en la mayoría de la población en estudio que conlleva a tener sobre peso y obesidad.
- De acuerdo al estudio el 33% no conoce los factores de riesgo y un 20% si tiene diabetes con antecedentes familiares. De acuerdo a la frecuencia de consumo de alimentos aparentemente más de la mitad de la población consume las verduras crudas de forma diaria y frutas diario, lo que nos refiere que existe un aporte bueno de vitaminas, minerales y fibra

a la dieta, el 43% consume los tres alimentos y dos refrigerios al día lo cual es adecuado fue superior en las personas con hábitos alimentarios saludable. En cuanto a la actividad física según la entrevista el 57% realiza la caminata en sus tiempos libres y un 23% no realiza ninguna actividad física.

- Según la encuesta a la población de la Comunidad Villa Rojas el 57% indica que solo algunas veces realizan ferias educativas de salud.

## **6 RECOMENDACIONES**

- Se recomienda a las autoridades de Salud e instituciones involucradas impulsar otros estudios de aproximación de la situación nutricional de la población, de manera que a partir de estos datos se puedan construir indicadores que se relacionen con los factores asociados para el control del sobrepeso y obesidad en la población, los cuales son básicos para la determinación de estrategias para prevenir las denominadas enfermedades crónicas no transmisibles.
- Realizar diagnósticos en la población vulnerable e identificar problemas nutricionales, sobre presencia de riesgo a enfermedades endocrino metabólicas e implementar estrategias de salud y nutrición, impartida a la población para que pueda constituirse en un factor de alto alcance y de impacto positivo en el estado nutricional.
- La concientización se puede hacer a través de charlas informativas y talleres no solo en el área de salud, hospitales o centros de salud sino llevarlo a ámbitos escolares, comunitarios y en espacios recreativos al aire libre.
- El personal de salud debe educar los padres de familia con respecto a la nutrición de sus hijos y familia, resaltando la importancia de la preparación de alimentos saludables, que se ha visto es un factor protector de desarrollar sobrepeso/obesidad en la población de la Comunidad.
- Capacitar a la población en general mediante ferias de salud sobre los hábitos alimenticios adecuados para el consumo cotidiano, la importancia de fomentar el hábito al deporte y su beneficio a largo plazo. Además se les debe de informar sobre los riesgos de salud que conlleva el padecimiento de sobrepeso y la obesidad.
- Particularmente queda pendiente realizar el mismo estudio para niños de 10 a 18 años para identificar si existen patrones diferenciales y quizá proyectar una trayectoria que nos permita identificar otros factores que pueda coadyuvar a diseñar una política de salud pública sobre el sobre peso y obesidad en nuestra región

## 7 BIBLIOGRAFÍA

- BACALLAO, P. (2000). .La obesidad en la pobreza: un nuevo reto para la Salud Pública;. *Organización Panamericana de la Salud, Oficina Sanitaria Panamericana Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud*; WASHINGTON: Publicación Científica No 576).
- BARRIOS, P. (2017). Sobrepeso, obesidad, hábitos alimentarios, actividad física y uso del tiempo libre en escolares de Corrientes. ARGENTINA.
- BASULTO, B. G. (2016). Recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia para la prevención del sobrepeso y la obesidad en adultos . *REVISTA ESPAÑOLA OBESIDAD EN ADULTOS*. ESPAÑA .
- CEPAL . (2014). COMISION ECONOMICA PARA AMERICA LATINA Y CARIBE. *PANORAMA SOCIAL DE AMERICA LATINA*. SANTIAGO , CHILE.
- DIRECCION DE ALIMENTACION Y NUTRICION. (2015). SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICION DE LA COMUNIDAD. SANTIAGO , CHILE.
- DURAN, P. (2015). Transición epidemiológica nutricional o el "efecto mariposa" . .
- HADID, M. (2010). Hábitos de alimentación, actividad física, tabaquismo y consumo de alcohol en adolescentes escolarizados de la provincia y el conurbano bonaerense. *PEDIATRIA*. ARGENTINA.
- INE. (2010). ENCUESTA NACIONAL DE DEMOGRAFIA Y SALUD. *ANUARIO ESTADISTICO* . BOLIVIA.
- MINISTERIO DE SALUD. (2010). División de Epidemiología. 1ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles. BOLIVIA.
- MINISTERIO DE SALUD. (2014). Bases Técnicas de las Guías Alimentarias para la población alimentaria. *PUBLICACION 342*. BOLIVIA.
- NAVARRO, L. (2015). Guía de nutrición de la familia. – Dirección de Nutrición y Protección del Consumidor.
- NOGALES, M. (2019). Seguridad alimentaria en Bolivia: del dicho al hecho y cuánto trecho. *Sabores, saberes. Comunicación y conocimientos en la cultura alimentaria* . LA PAZ, BOLIVIA.

- OMS. (2012). *Obesidad: un reto sanitario de nuestra Civilización*, Monografías Humanitas,. *ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD*.
- OMS/OPS. (2018). *CONOCIMIENTOS ACTUALES SOBRE NUTRICION. PUBLICACION CIENTIFICA. SEXTA EDICION*.
- (<https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/130-revelan-los-10-paises-con-mayores-indices-deobesidad-y-sobrepeso>)
- (CIDES-UMSA, octubre de 2020)
- (P.S. VILLA ROJAS
- (LEY N° 300 marco de la madre tierra y desarrollo integral para vivir bien).
- (*Constitución Política del Estado, Art. 16*)
- <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

## 8 ANEXO 1

### 8.1 ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

La recolección de datos se realizó en el Puesto de Salud Villa Rojas, para lo cual se pedirá autorización del director Médico del Puesto de Salud Villa Rojas

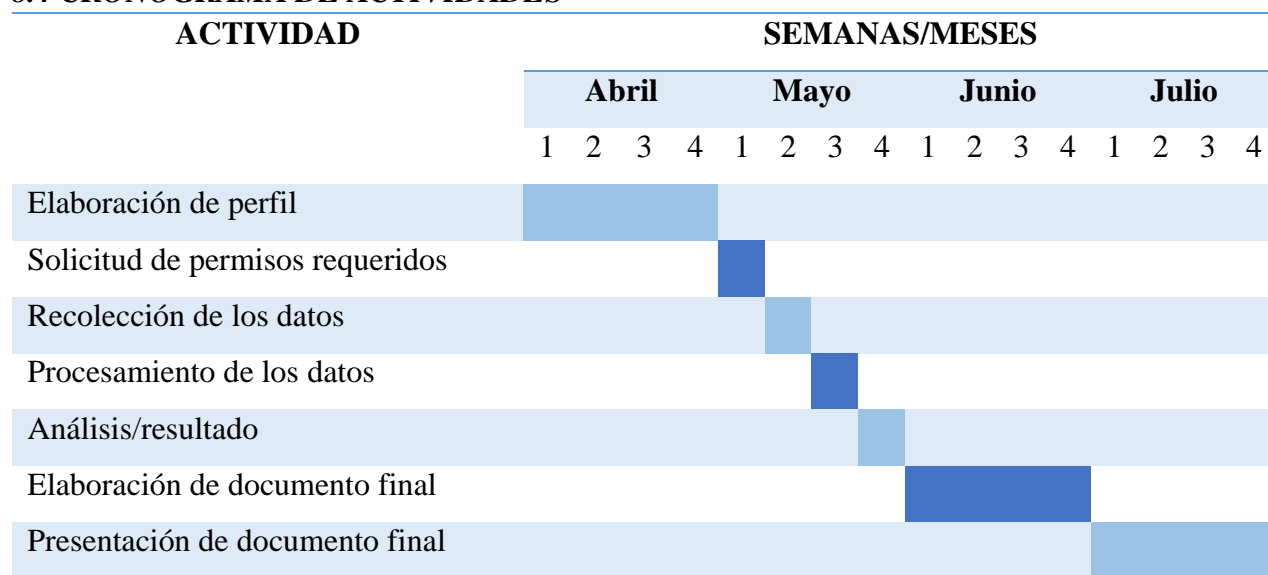
### 8.2 RECURSOS HUMANOS

Interna de la carrera de enfermería de la “Universidad Amazónica de Pando” UAP

### 8.3 RECURSOS NECESARIOS

MATERIAL	CANTIDAD	COSTO/BS
Fotocopias	150 hojas	60
Impresiones	200 hojas	150
Internet	20 horas	100
Hoja bon	1 resma	40
Bolígrafos	10 unidades	20
Lápices	10 unidades	5
Regla	Un estuche geométrico	15
Calculadora	1 unidad	15
Anillado	3 unidad	30
Empastado	4 unidades	400
	<b>TOTAL</b>	<b>1235 bs</b>

#### 8.4 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



## 9 ANEXO 2

### 9.1 Instrumento de entrevista

#### **FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD EN LA POBLACION MAYORES DE 18 AÑOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD DE VILLA ROJAS.**

##### **Datos generales**

**Peso:..... Talla: .....IMC:**

##### **1. Genero**

- a) Femenino
- b) Masculino

##### **2. Edad**

- a) 18 a 25 años
- b) 26 a 35 años
- c) 36 a 45 años
- d) Mas 46 años

##### **3. Nivel de educación de la Población en Estudio**

- a) Sin estudios
- b) Primaria
- c) Secundaria
- d) Superior (Universitario)

##### **4. La obesidad es la acumulación anormal o excesiva de grasa**

- a) Si
- b) No

##### **5 ¿Cuál es el IMC de la población?**

- a) bajo peso
- b) Normal
- c) Sobrepeso
- d) Obesidad grado I
- e) Obesidad grado II

f) Obesidad grado III

**6 ¿Existen antecedentes familiares de alguna de las siguientes enfermedades crónicas:** a) Hipertensión Arterial

b) Diabetes Mellitus tipo 1 o 2

c) Obesidad

d) Ninguno

e) No sabe

**7 ¿Cuántas veces al día come usted?**

a) 3 comidas, sin refrigerios

b) 3 comidas, 2 refrigerio

c) 3 comidas, 3 refrigerios

**8 ¿Con que frecuencia suele comer ensalada, verduras crudas o ralladas?**

a) Todos los días

b) 1 vez a la semana

c) Nunca

**9 ¿Realiza algún deporte en su tiempo libre?** a) Futbol, básquetbol

b) Camina

c) Todos

d) Ninguno

**10. El personal de salud realiza ferias educativas relacionadas al tema de obesidad**

a) Si

b) No

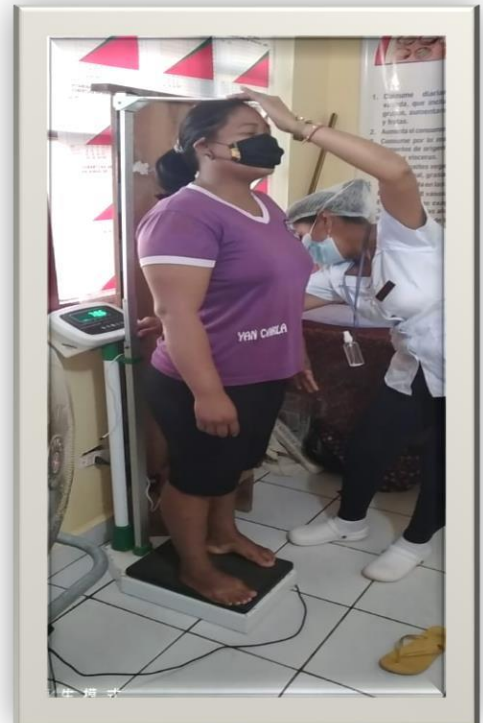
c) Alguna vez

10 ANEXOS 3

**ENCUESTA A LA POBLACION DE ESTUDIO DE LA COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**



**ENCUESTA A LA POBLACION DE ESTUDIO DE LA COMUNIDAD DE VILLA ROJAS**



*PUESTO DE SALUD VILLA ROJAS i7*

