



Prevalencia de sobrepeso y obesidad y su relación con la actividad física en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional del Nordeste. Periodo 2019-2021

**Daniela Jaqueline Pérez, José Florentino Giménez, Joaquina Cibils Jacobo,
Martina Vignolo, Miguel Eduardo Cibils**

RESUMEN

Introducción: El sobrepeso, la obesidad y el sedentarismo son considerados factores de riesgo para la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles, lo cual genera un problema de salud pública tanto en los países desarrollados como en vías de desarrollo, siendo la población universitaria considerada como grupo vulnerable desde el punto de vista nutricional.

Objetivos: Describir las características antropométricas y su relación con los hábitos de actividad física regular en estudiantes.

Metodología: estudio observacional, de tipo descriptivo y transversal sobre la población de estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional del Nordeste (n=1002), de ambos sexos. Instrumento de recolección de datos: cuestionario validado (Manual de “Universidades Saludables” del Ministerio de Salud de la Nación) adaptada a la plataforma Google Forms (online y autoadministrada). Variables: edad, sexo, año de cursado, peso, talla, IMC, frecuencia semanal de actividad física y cumplimiento de los requerimientos básicos de actividad física (OMS).

Resultados: de las personas evaluadas 69% eran del sexo femenino, con una edad promedio de 20 años. Se encontró sobrepeso en 20% de los participantes y obesidad en 7,9% de los estudiantes. La frecuencia de realización de actividad física fue escasa en el 24,4%, nula en 39,3% de los estudiantes y 36,2% cumplían con los requerimientos básicos de actividad física regular según la OMS. El 42,1% de los que tenían sobrepeso u obesidad no realizaba actividad física regular y el 38,3% de los participantes con normopeso realizaba actividad física regularmente.

Conclusión: Se evidenció una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes que realizaban escasa actividad física o no cumplían con requerimientos mínimos establecidos por la Organización Mundial de la Salud (inactivos físicamente). Se requieren medidas de intervención que estimulen la actividad física en estudiantes, sobre todo en quienes ejercerán como promotores de la salud y ejemplos a seguir por la comunidad