

Relación de factores sociodemográficos con el estado nutricional de estudiantes de Enfermería. Universidad de Panamá, Veraguas, 2023

Relationship of sociodemographic factors with the nutritional status of nursing students. Universidad de Panamá, Veraguas, 2023.

Nellys Muñoz Núñez¹, Reyna Preciado² Jenifer Long³

¹Universidad de Panamá, Facultad de Enfermería, Departamento de Enfermería en Salud Pública, Panamá; nellys.munoz@up.ac.pa; <https://orcid.org/0000-0002-2756-2068>

²Universidad de Panamá, Facultad de Enfermería, Departamento de Salud de Adultos, Panamá; reyna.preciado@up.ac.pa; <https://orcid.org/0000-0001-9653-4709>

³Universidad de Panamá, Facultad de Enfermería, Departamento de Enfermería en Salud Pública, Panamá; jenifer.long@up.ac.pa; <https://orcid.org/0000-0002-6889-2661>

Fecha de recepción: 30 de marzo de 2024

Fecha de aceptación: 12 de mayo de 2024

DOI <https://doi.org/10.48204/j.vian.v8n1.a5226>

Resumen: Los estudiantes universitarios modifican sus estilos de vida como resultado de las exigencias propias de sus carreras, de ahí que el estado nutricional experimenta cambios desfavorables para su salud, pues los predisponen al desarrollo de patologías crónicas. El estudio determinó la relación de factores sociodemográficos con el estado nutricional de estudiantes de Enfermería de la Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Veraguas. Se trató de una investigación descriptiva, correlacional de corte transversal. Se recabó información mediante un instrumento estructurado con preguntas cerradas sobre variables sociodemográficas, además de la medición de peso, talla, cintura y cadera. Los datos se tabularon y analizaron en el programa estadístico SPSS versión 23. Participaron 339 estudiantes; 80.8%, del sexo femenino. En cuanto al estado nutricional, el 44.9% presentó sobrecarga ponderal. De este grupo, 37.1% es del sexo femenino, y 7.1% mostró bajo peso. Con respecto al índice cintura/cadera, 25.6% (87) presentó riesgo cardiovascular alto o muy alto. Por otro lado, los factores sociodemográficos que señalaron significancia con respecto a la variable estado nutricional fueron la edad y el nivel académico; pero es importante anotar que el coeficiente de correlación indica una correlación débil de 0.234 y 0.202, respectivamente. Se concluyó que el comportamiento del estado nutricional de estudiantes de Enfermería es similar al del resto de la población panameña y se necesita la identificación temprana de inadecuados estilos de vida que pudieran influir, a fin de prevenir la ganancia de peso y enfermedades asociadas.

Palabras clave: estado nutricional, educación superior, perfil de salud, condiciones sociales

Abstract: University students modify their lifestyles as a result of the demands of their careers; hence, their nutritional status experiences changes that are unfavorable to their health, predisposing them to the development of chronic pathologies. The study determined the relationship of sociodemographic factors with the nutritional status of Nursing students at the University of Panamá, Regional University Center of Veraguas. It is a descriptive, cross-sectional correlational research. Information was collected with a structured instrument with closed questions on sociodemographic variables plus measurement of weight, height, waist, and hips. The data were tabulated and analyzed using the statistical program SPSS version 23. There were 339 students who participated, of which 80.8% were female. Regarding nutritional status, 44.9% were overweight,

of these, 7.1% were female and 7.1% were underweight. Regarding the waist/hip ratio, 25.6% (87) presented high or very high cardiovascular risk. On the other hand, the sociodemographic factors that indicated significance with respect to the nutritional status variable are age and academic level; but it is important to note that the correlation coefficient indicates a weak correlation of 0.234 and 0.202 respectively. It was concluded that the behavior of the nutritional status of nursing students is similar to that of the rest of the Panamanian population, making it necessary to early identify inadequate lifestyles that could influence the prevention of future weight gain and associated diseases.

Keywords: Nutritional status, higher education, health profile, social conditions.

1. Introducción

El proceso de formación académica en el nivel superior demanda de los jóvenes universitarios dedicación a sus estudios, por lo que en sus estilos de vida realizan modificaciones para lograr sus objetivos y, en muchos casos, la alimentación puede verse afectada por diversos factores, tales como la economía, la disposición de los alimentos, la organización del tiempo y aspectos culturales y demográficos.

En este sentido, la alimentación tiene un papel preponderante para el logro de una vida saludable, y está estrechamente vinculada con los hábitos alimentarios. Numerosos estudios científicos demuestran su influencia en la salud a lo largo de la vida (Álvarez et al., 2017).

Las estadísticas mundiales, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), revelan que, desde 1975, la obesidad y el sobrepeso se han triplicado. Las ubica en cifras epidémicas. El 2016 tuvo cifras alarmantes: más de 1900 millones de adultos tenían sobrepeso y más de 650 millones, obesidad. El sobrepeso y la obesidad estaban en la quinta posición como factores principales de riesgo de defunciones en el mundo. Falleció anualmente un aproximado de 2,8 millones de adultos por esta causa. De igual manera, se le atribuye a la sobrecarga ponderal el 44% de los casos de diabetes, el 23% de los de cardiopatías isquémicas y entre el 7% y el 41% de los casos de algunos tipos de cánceres.

Estos alarmantes datos estadísticos ponen de manifiesto la necesidad e importancia de determinar la realidad nacional y local, con el fin de revisar las estrategias de Salud Pública para el abordaje de esta problemática con fundamentos científicos para la eficacia de cada una de las actividades propuestas, así como la eficiencia de los recursos.

Manzanero et al. (2018), en su estudio Estado nutricional, factores sociodemográficos y de salud en estudiantes de nuevo ingreso a la Universidad Autónoma de Zacatecas,

México, demostraron que los hombres tienen mayor prevalencia de sobrepeso (24,1%) y obesidad (9,2%) que las mujeres ($p < 0,001$). Se encontró una asociación positiva en los resultados de sobrepeso en relación con los hombres en las áreas de Ciencias de la Salud (RM=1,88, IC 95% 1,05-3,35), Ciencias Sociales (RM=1,93, IC 95% 1,06-3,48), Humanidades y Educativas (RM=1,90, IC 95% 1,01-3,53).

Así mismo, Reyes et al. (2020) realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional de los estudiantes de una universidad pública en Barranca, Perú, en una muestra de 261 estudiantes de siete escuelas profesionales. Los resultados reportaron que el 80.4% de los estudiantes universitarios presentaba hábitos alimenticios inadecuados y, de estos, el 52.9%, sobrepeso.

Las altas prevalencias de adultos con sobrepeso y obesidad son una sobrecarga económica para los regentes de la salud y las familias, por lo que las evidencias científicas mencionadas demuestran la existencia de una sobrecarga ponderal entre los estudiantes universitarios, que están preparándose para formar parte de la población económicamente activa del país (Díaz, 2015).

En Panamá, los datos estadísticos de sobrepeso y obesidad son preocupantes, pues evidencian que las personas de 18 años y más presentan 71.7% de exceso de peso, sin mayores diferencias entre sobrepeso y obesidad. Además, en cuanto al predominio según el área de residencia, se encontró un porcentaje muy similar en la urbana, rural e indígena para el sobrepeso; sin embargo, para la obesidad hubo mayor diferencia: en área urbana, 37%, rural, 33,0%, e indígena, 25,8% (Ministerio de Salud [MINSAL] et al., 2019).

Según el Censo de Salud Preventiva del Ministerio de Salud y la Caja de Seguro Social (MINSAL/CSS, 2019), en la población mayor de 40 años, se encontró que el 45% tenía obesidad/sobrepeso; el 38.47%, dislipidemia; el 35.88%, hipertensión arterial, y 14%, diabetes mellitus.

Habría que decir, también, que el segundo informe de Monitoreo Nutricional en las Instalaciones de Salud, del MINSAL (2017) mostró que la población mayor de 18 años presenta 70.6% de exceso de peso, y de esta, el 37,1% tiene sobrepeso y 33,5%, obesidad;

por lo que este monitoreo ha sido incorporado como una de las líneas de acción para dar seguimiento a las Políticas de Salud 2016-2025 de Panamá.

El sobrepeso y la obesidad se encuentran estrechamente relacionados como factores predisponentes para el desarrollo de otras enfermedades no transmisibles, como las cardiovasculares, la diabetes, las nefropatías y las inmunológicas, que, además de causar en el organismo repercusiones biopsicosociales, aumentan el estado mórbido, disminuyen la calidad de vida y producen discapacidad física en las personas (Aguilera et al., 2019).

Para Papalia y Martonel (2021), el estado de salud en la adultez establece las bases del funcionamiento físico de por vida. La salud puede verse afectada por la genética personal, pero los factores conductuales como la alimentación contribuyen de manera significativa a alcanzar el bienestar.

De igual modo, el estado nutricional es una condición de salud corporal, resultante del equilibrio entre las necesidades individuales y la ingesta de nutrientes, que requiere tomar en cuenta diversos factores, como el estilo de vida, la actividad física, la condición socioeconómica y los hábitos alimentarios.

La valoración nutricional de los universitarios es un indicador del estado de salud, determinante en la localización de grupos de riesgo de deficiencias y excesos dietéticos que pueden ser factores de riesgo en muchas de las enfermedades crónicas más prevalentes en la actualidad (Cerna, 2020).

Por consiguiente, existe suficiente evidencia científica que afirma que la sobrecarga ponderal contribuye al desarrollo de enfermedades crónico-degenerativas, cuya alta prevalencia se ve asociada con la obesidad y el estilo de vida de las personas, y se ha estudiado tanto la incidencia de obesidad como los factores de riesgo y problemas emocionales (Yaguachi et al., 2018).

Autores como González et al. (2017) han expresado que la población universitaria es un grupo de personas vulnerables desde el punto de vista nutricional, caracterizado por saltarse comidas de manera frecuente, picar o comer meriendas de tipo chatarra entre horas, tener preferencia por comidas de preparación rápida y consumir alcohol

frecuentemente. Esta etapa del ciclo vital se identifica como el momento en que los estudiantes asumen por primera vez la responsabilidad de su comida.

Es importante señalar que esta época de vida universitaria se cataloga como crítica y decisiva para el desarrollo de hábitos dietéticos fundamentales en la vida futura de estas personas.

2. Materiales y métodos

Se trata de una investigación descriptiva, correlacional de corte transversal. Los participantes del estudio fueron 339 estudiantes (de 409; 330 mujeres y 79 hombres) de la Facultad de Enfermería del Centro Regional Universitario de Veraguas, matriculados en el primer semestre del 2023.

Se recabó información mediante un instrumento estructurado con preguntas cerradas sobre variables sociodemográficas, además de la medición de peso, talla, cintura y cadera. Para el registro de los puntajes obtenidos en talla, peso y circunferencia de cintura/ cadera, así como el cálculo de los niveles del estado nutricional, se atendieron las recomendaciones de la OMS, según la cual el IMC es una medida utilizada y aceptada ampliamente como un predictor de riesgo para el desarrollo o la prevalencia de distintas patologías, que también contribuye para diseñar políticas de salud pública (Suárez y Sánchez, 2018).

En la valoración de las medidas antropométricas, se utilizó para el cálculo del peso en kilogramo una balanza digital portátil marca CAMRY modelo EF 138, que se colocó en una superficie lisa y plana, sin desnivel, previa calibración y verificación de que estaba en cero. Para la medición de la talla, se utilizó un tallímetro marca WelchAllyn, en el cual se colocó al participante recto, haciendo contacto en cinco puntos: cabeza, espalda, glúteos, pantorrillas y talones, manteniendo el abdomen relajado, la cabeza erguida y la mirada hacia el frente.

La circunferencia de la cintura y cadera, según la OMS (2021), es la relación que resulta de dividir el perímetro de la cintura de una persona entre el perímetro de la cadera en centímetros, en donde resultados de 0,71-0,84 son normales para mujeres, y de 0,78-0,94, normales para hombres. La cintura se midió utilizando una cinta métrica flexible,

marca SINGER, en posición de pie, con los brazos extendidos hacia los lados. Con la misma cinta se midió la circunferencia de la cadera rodeando la máxima protrusión de los glúteos a nivel del trocánter mayor del fémur a cada lado, que en general coincide con la sínfisis pubiana (Hernández et al., 2018).

En cuanto el análisis estadístico de las variables sociodemográficas y de las medidas antropométricas, los datos fueron capturados en el programa Excel para Office de Windows® y exportados al paquete estadístico SPSS® versión 23, para el análisis de los resultados obtenidos mediante estadística descriptiva y coeficiente de correlación de Spearman. Hay que mencionar que este estudio guardó las consideraciones éticas nacionales e internacionales que rigen toda investigación científica y fue aprobado por el Comité de Bioética y de la Investigación del Hospital Dr. Luis “chicho” Fábrega, con numeración EC-CBIHRLCHF-2022-1184(Consejo de Organizaciones et al., 2016).

3. Resultados

El estudio contó con la participación de 339 estudiantes de los cuales el 80.8% fueron del sexo femenino. La distribución por grado académicos fue 32.4% que cursan el primer año, 28.3% segundo año, 20.9 % tercer año y 18.3% el último año de la carrera. La edad de los participantes estuvo comprendida entre 17 y 35 años, teniendo como promedio los 20 años. Cabe señalar, que el 96.8% de los estudiantes están en edades de 17 a 25 años

Por otro lado, el 7.1% (24) de la población estudiada se encuentra en bajo peso, y de estos, el 62.5% residen en área rural y siendo el 45.8% estudiantes de primer ingreso, tal como se presenta en la tabla 1. Con respecto al índice cintura/cadera, el 25.6% (87) de la población estudiada presentó riesgo cardiovascular alto o muy alto, de estos el 64% residen en área urbana.

Tabla 1

Evaluación antropométrica del estado nutricional y riesgo cardiovascular según variables sociodemográficas de estudiantes de enfermería, Universidad de Panamá, Veraguas, 2023

Factores sociodemográficos		Estado Nutricional							Riesgo Cardiovascular			
		Total	Bajo peso	Normal	Sobrepeso	Obesidad I	Obesidad II	Obesidad III	Total	Normal	Riesgo Alto	Riesgo muy Alto
Sexo	Hombre	65	4	35	19	5	2	0	65	60	4	1
	Mujer	274	20	128	84	32	6	4	274	192	68	14
Total		339	24	163	103	37	8	4	339	252	72	15
Área de Residencia	Rural	144	15	74	41	12	1	1	144	113	26	5
	Urbana	195	9	89	62	25	7	3	195	139	46	10
Total		339	24	163	103	37	8	4	339	252	72	15
Nivel Académico	1	110	11	59	29	9	1	1	110	95	10	5
	2	96	8	50	28	7	2	1	96	77	17	2
	3	71	3	30	25	10	2	1	71	43	22	6
	4	62	2	24	21	11	3	1	62	37	23	2
Total		339	24	163	103	37	8	4	339	252	72	15
Actividad física	Caminar	177	10	86	56	19	4	2	177	122	46	9
	Correr	28	3	14	10	0	1	0	28	27	1	0
	Nadar	2	1	1	0	0	0	0	2	2	0	0
	Bicicleta	34	2	19	11	2	0	0	34	31	3	0
	Deportes	9	0	4	4	1	0	0	9	8	1	0
	Ninguno otro	73	8	32	14	14	3	2	73	51	17	5
Total		339	24	163	103	37	8	4	339	252	72	15

En cuanto al estado nutricional, el 44.9% presenta una sobrecarga ponderal; de esta población, el 37.1% es de sexo femenino. Además, el 64% del total de estudiantes con sobrecarga ponderal vive en área urbana. Los resultados de la variable actividad física mostraron que 56% de los estudiantes que no realizan ningún tipo de actividad presentan sobrepeso o algún grado de obesidad.

Luego de obtener la evaluación antropométrica del estado nutricional y riesgo cardiovascular, según variables sociodemográficas de estudiantes de enfermería de la Universidad de Panamá, Veraguas, se procedió a realizar las transformaciones correspondientes para medir el grado de asociación de las variables sociodemográficas con el estado nutricional; pero antes de ello, se estableció mediante test de normalidad el tipo de prueba para utilizar.

Como la población objeto de estudio es superior a 50, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov–Smirnov. Arrojó los resultados presentados en la tabla 2.

Tabla 2

Test de normalidad de los factores sociodemográficos y el estado nutricional del estudiante estudiantes de enfermería, Universidad de Panamá, Veraguas, 2023

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Edad	.191	339	.000
Sexo	.495	339	.000
Nivel Académico	.198	339	.000
Área de Residencia	.38	339	.000
IMC	.086	339	.000
ICC	.071	339	.000

Prueba de normalidad

X: Factores sociodemográficos

Y: Estado nutricional del estudiante

Paso 1: Planteamiento de la hipótesis

Ho: Los datos siguen una distribución normal

H1: Los datos no siguen una distribución normal

Paso 2: Nivel de significancia

NC = 0.95

α = 0.05 (margen de error)

Paso 3: Test de normalidad

N > 50 se aplica la prueba de Kolmogorov - Smirnov

Paso 4: Criterio de decisión

Si p - valor < 0.05 se rechaza Ho

Si p – valor es ≥ 0.05 se acepta Ho y se rechaza H1

La prueba de Kolmogorov-Smirnov, por el grado de significancia inferior a 0.05, evidencia que las variables no siguen una distribución normal; por lo tanto, para medir el grado de asociación de las variables se utilizó la prueba de Rho de Spearman.

Tabla 3

Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman según Factores sociodemográficos y estado nutricional de los estudiantes de enfermería, Universidad de Panamá, Veraguas, 2023

Correlaciones (Rho de Spearman)		Edad	Sexo	Nivel Académico	Área de Residencia	Actividad Física	IMC	ICC
Edad	Coefficiente de correlación	1.000	0.072	.729**	.141**	.019	.234**	.243**
	Sig. (bilateral)	.	.188	.000	.009	.728	.000	.000
	N	339	339	339	339	339	339	339
Sexo	Coefficiente de correlación	.072	1.000	.090	.082	-.039	.022	-.312**
	Sig. (bilateral)	.188	.	.099	.133	.470	.691	.000
	N	339	339	339	339	339	339	339
Nivel Académico	Coefficiente de correlación	.729**	.090	1.000	.083	.061	.202**	.222**
	Sig. (bilateral)	.000	.099	.	.127	.261	.000	.000
	N	339	339	339	339	339	339	339
Área de Residencia	Coefficiente de correlación	.141**	.082	.083	1.000	.047	.126*	.093
	Sig. (bilateral)	.009	.133	.127	.	.385	.020	.087
	N	339	339	339	339	339	339	339
Actividad Física	Coefficiente de correlación	.019	-.039	.061	.047	1.000	.021	-.027
	Sig. (bilateral)	.728	.470	.261	.385	.	.699	.620
	N	339	339	339	339	339	339	339
IMC	Coefficiente de correlación	.234**	.022	.202**	.126*	.021	1.000	.458**
	Sig. (bilateral)	.000	.691	.000	.020	.699	.	.000
	N	339	339	339	339	339	339	339
ICC	Coefficiente de correlación	.243**	-.312**	.222**	.093	-.027	.458**	1.000
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.087	.620	.000	.
	N	339	339	339	339	339	339	339

Prueba de Correlación

X: Factores sociodemográficos

Y: Estado nutricional del estudiante

Paso 1: Planteamiento de la hipótesis

Ho: No existe correlación entre las variables "x" e "y"

H1: Existe correlación entre las variables "x" e "y"

Paso 2: Nivel de significancia

NC = 0.95

α = 0.05 (margen de error)

Paso 3: Prueba de correlación

No paramétrica de Spearman

Paso 4: Criterio de decisión

Si p - valor < 0.05 se rechaza Ho

Si p – valor es ≥ 0.05 se acepta Ho y se rechaza H1

Tomando en cuenta los criterios de decisión acerca del p –valor, dentro de los factores sociodemográficos que señalaron significancia con respecto a la variable estado nutricional, son la edad y el nivel académico; pero es importante señalar, que el coeficiente de correlación indica una correlación débil de .234 y .202 respectivamente.

Por otro lado, la edad y el sexo de los estudiantes muestran significancia con el Índice de cintura cadera, que señala riesgo cardiovascular. En la edad el coeficiente de correlación señala una correlación positiva débil; y en el sexo, señala una correlación negativa débil, a menor cantidad de hombres mayor riesgo en la población objeto de estudio.

4. Discusión

Los datos estadísticos indican que el 44.9% de los estudiantes presenta una sobrecarga ponderal, cifra muy parecida al estudio realizado por Obregón et al. (2015), que demuestra una prevalencia de 30 – 50 % de sobrepeso y obesidad en universitarios en Chile. Estudiantes de Enfermería, de Brasil, presentan una prevalencia del 26% para el sobrepeso y del 4,5% para la obesidad I y II (Pires y Mussi, 2016). Así mismo, Vilugrón et al. (2023) indicaron que los estudiantes de una universidad de Valparaíso en Chile presentaron sobrepeso (32,8 %) y obesidad (18,0 %).

Las similitudes en los resultados aludidos demuestran que los estudiantes universitarios presentan una alta tendencia a la obesidad; por consiguiente, los cambios generados en esta etapa de la vida y los hábitos alimenticios deben ser motivo de futuros estudios.

Cabe señalar que el 56% de los participantes que presentaron sobrepeso u obesidad reportaron no realizar ningún tipo de actividad física. En este sentido, Li (2022) expone que existe una correlación significativa entre la actividad física y la alimentación. Aquellos estudiantes que no realizan actividad física se alimentan de manera inadecuada, corroborado por Ávila et al. (2022), quienes señalan en su estudio que los hábitos alimentarios más comunes entre los estudiantes universitarios son el bajo consumo de frutas y verduras (71,93 %), el alto consumo de dulces (57,89 %), saltarse las comidas (45,61 %), el alto consumo de grasas (45,61 %) y el consumo recurrente de comidas rápidas y productos ultra procesados (45,61 %). A pesar de que poseen un alto nivel de

conocimiento, continúan ingiriendo una dieta deficiente (Mardones et al. ,2016), lo que conlleva a un aumento significativo del IMC, que se asocia con factores de riesgos cardiovasculares (Delgado Floody, 2015).

Con respecto al índice cintura/cadera, la tabla 1 muestra que el 25.6% de la población estudiada presentó riesgo cardiovascular alto o muy alto, datos que coinciden con el estudio realizado por Del Alba et al. (2019), quienes demostraron que el 18.2% de los estudiantes de una universidad de Argentina tuvieron circunferencia de cintura superior a los puntos de corte, sin diferencia significativa entre varones y mujeres. De igual manera, Betancourt et al. (2020) sostienen que el 33% de la población de estudio presentaba riesgo cardiovascular, con base en la circunferencia de la cintura, relación estadísticamente significativa entre la conducta alimentaria y el perímetro de cadera ($\rho = .14, p < .01$), IMC ($\rho = .11, p = .03$) y actividad física ($\rho = .24, p < .01$ correlación positiva).

Así mismo, Negro et al. (2018) indican que el riesgo cardiovascular, según cintura/cadera, fue de 9,7% para la población estudiada; mientras que Corvos (2011) concluye en su estudio que el Índice cintura/cadera fue de 0,82 cm para el sexo masculino y 0,73 cm para el grupo femenino, y ubica a los grupos en la zona de bajo riesgo para la salud, de acuerdo con datos normativos de la relación cintura/cadera del manual operativo de la Canadian Standardized Test of Fitness.

Es evidente que los participantes del actual estudio presentaron un porcentaje mayor de riesgo cardiovascular, según índice de cintura/cadera, que los participantes de los trabajos citados.

En consecuencia, tanto la sobrecarga ponderal identificada con el IMC como la obesidad abdominal, por la circunferencia de cintura, son consideradas como predictoras de riesgo para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus, dislipidemias, entre otras, a través de trastornos metabólicos como la resistencia a la insulina (Pajuelo et al., 2019).

5. Conclusiones

Las significancias estadísticas para las variables sociodemográficas edad, nivel académico y sexo, según el IMC y el ICC, mostraron una correlación débil, lo cual hace necesario continuar con estudios que incluyan otras variables que permitan examinar otras posibles causas correlacionadas al estado nutricional.

La vida universitaria ejerce grandes cambios en los estilos de vida de los estudiantes, quienes, por diversas razones, tienden a desmejorar sus hábitos alimenticios, en su mayoría con dietas que predisponen al sobrepeso, tal como se demuestra en el estudio realizado con los de la Licenciatura en Enfermería, donde se demuestra una importante sobrecarga ponderal y riesgo cardiovascular significativo. Si a esto se le suma el sedentarismo, se tendrá estudiantes con predisposición a padecer enfermedades crónicas.

Se hace indispensable la implementación de estrategias que mejoren los estilos de vida de los estudiantes universitarios mediante programas que favorezcan su actividad física y una balanceada nutrición. Los estudiantes de Enfermería no están exceptos de la sobrecarga ponderal asociada a los factores intrínsecos de la vida universitaria.

Referencias Bibliográficas

- Aguilera, C., Labbé, T., Busquets, J., Venegas, P., Neira, C., Valenzuela, Á., Aguilera, C., Labbé, T., Busquets, J., Venegas, P., Neira, C. y Valenzuela, Á. (2019). Obesidad: ¿Factor de riesgo o enfermedad? *Revista médica de Chile*, 147(4), 470-474. <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v147n4/0717-6163-rmc-147-04-0470.pdf>
- Álvarez Ochoa, R. I., Cordero Cordero, G. del R., Vásquez Calle, M. A., Altamirano Cordero, L. C. y Gualpa Lema, M. C. (2017). Hábitos alimentarios, su relación con el estado nutricional en escolares de la ciudad de Azogues. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 21(6), 88-95. <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v21n6/rpr11617.pdf>
- Ávila, F. J. M., Caneda-Bermejo, M. C. y Vivas-Castillo, A. C. (2022). Hábitos alimenticios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura: Dietary habits and health effects among university students. A systematic review. *Psicogente*, 25(47), Article 47. <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4861>
- Cerna Hernández, J. A. (2021). Hábitos alimentarios, estado nutricional y obesidad en estudiantes de la Universidad Le Cordon Bleu, Perú 2020. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3345217>
- Betancourt, M., Vázquez, L., Marchan, M., Cue, C., Curbelo, W. y Mason, A. (2020). Riesgo cardiovascular en estudiantes de medicina del municipio Puerto Padre de Las Tunas *Universidad Médica Pinareña*, 16(3), 1-7. <https://www.redalyc.org/journal/6382/638266621007/html/>

- Consejo de Organizaciones, Internacionales de las Ciencias Médicas y Organización Mundial de la Salud (CIOMS y OMS) (2016). *Pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos Elaboradas por el Consejo de Organizaciones*. https://cioms.ch/wp-content/uploads/2017/12/CIOMS-EthicalGuideline_SP_INTERIOR-FINAL.pdf
- Corvos Hidalgo, C. A., (2011). Porcentaje de grasa e índice cintura-cadera como riesgo de salud en universitarios. *Multiciencias*, 11(3),303-309. <https://www.redalyc.org/pdf/904/90421736011.pdf>
- Del Alba Giménez, L., Degiorgio, L. S., Díaz Zechín, M., Balbi, M. I., Villani, M., Manni, D., Paoletti, D. L., Cova, V. N., Martinelli, M. I., Del Alba Giménez, L., Degiorgio, L. S., Díaz Zechín, M., Balbi, M. I., Villani, M., Manni, D., Paoletti, D. L., Cova, V. N. y Martinelli, M. I. (2019). Factores de riesgo de enfermedad cardiovascular en estudiantes universitarios. *Revista argentina de cardiología*, 87(3), 203-209. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_abstractypid=S1850-37482019000300203yInq=esyInq=isoytInq=es
- Delgado Floody, P. (2015). Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes. *NUTRICION HOSPITALARIA*, 4, 1820-1824. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.32.4.9502>
- Díaz Aguirre, M. (2018). *Caracterización epidemiológica y dimensión cultural de adolescentes de 15 a 19 años de edad con sobrepeso y obesidad del corregimiento de Monagrillo provincia de Herrera, Panamá, 2015*. [Tesis doctoral, Universidad de Panamá]. <http://up-rid.up.ac.pa/1800/1/magali%20diaz.pdf>
- González-Zapata, L., Carreño-Aguirre, C., Estrada, A., Monsalve-Alvarez, J., Alvarez, L. S., González-Zapata, L., Carreño-Aguirre, C., Estrada, A., Monsalve-Alvarez, J. y Alvarez, L. S. (2017). Excess weight body in university students by sociodemographic and lifestyle variables. *Revista chilena de nutrición*, 44(3), 251-261. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182017000300251>
- Hernández Rodríguez, J., Moncada Espinal, O. M. y Domínguez, Y. A. (2018). Utilidad del índice cintura/cadera en la detección del riesgo cardiometabólico en individuos sobrepesos y obesos. *Revista Cubana de Endocrinología*, 29(2), 1-16. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttextypid=S1561-29532018000200007
- Li, J. (2022). Effects of balanced diet associated with sports on the health of obese university students. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29, e2022_0183. https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0183
- Manzanero-Rodríguez, D., Rodríguez Rodríguez, A. M., García-Esquivel, L., Cortez-Solís, J. M., Manzanero-Rodríguez, D., Rodríguez Rodríguez, A. M., García-Esquivel, L. y Cortez-Solís, J. M. (2018). Estado nutricional, factores sociodemográficos y de salud en estudiantes de nuevo ingreso a la UAZ. *Enfermería universitaria*, 15(4), 383-393. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2018.4.545>
- Ministerio de Salud. (2016) Política Nacional de Salud y Lineamientos Estratégicos. https://www.minsa.gob.pa/sites/default/files/transparencia/politicas_de_salud_del_minsa.pdf

- Ministerio de Salud y Caja de Seguro Social [MINSA/CSS]. (2019). Censo de Salud Preventiva. <https://prensa.css.gob.pa/2021/10/28/hipertension-arterial-un-riesgo-padecerla-y-no-saberlo/>
- Ministerio de Salud [MINSA]. (2017). II Monitoreo nutricional de la población que asiste a las instalaciones del MINSA. https://nutricionistaspanama.com/wp-content/uploads/publicaciones/INFORME_MNINUT.pdf
- Negro, E., Gerstner, C., Depetris, R., Barfuss, A., González, M. y Williner, M. R. (2018). Prevalencia de factores de riesgo de enfermedad cardiovascular en estudiantes universitarios de Santa Fe (Argentina). *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 22(2), Article 2. <https://doi.org/10.14306/renhyd.22.2.427>
- Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud [ICGES]. (2023). Sistema de información de la Encuesta Nacional de Salud de Panamá (ENSPA). Panamá: Departamento de Investigación y Evaluación de Tecnología Sanitaria. <https://www.gorgas.gob.pa/wp-content/uploads/external/SIGENSPA/Inicio.htm>
- Obregón, A., Fuentes, J. y Pettinelli, P. (2015). Asociación entre adicción a la comida y estado nutricional en universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 143(5), 589-597. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872015000500006>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021, junio 9). *Obesidad y Sobrepeso*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Pajuelo Ramírez, J., Torres Aparcana, L., Agüero Zamora, R. y Bernui Leo, I. (2019). El sobrepeso, la obesidad y la obesidad abdominal en la población adulta del Perú. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(1), 21-27. <https://doi.org/10.15381/anales.v80i1.15863>
- Papalia, D., Martonell, G, D. E. (2021). *Desarrollo Humano*. 14ª edición. Editorial Mcgraw-Hill.
- Da Silva Pires, C. y Carneiro, F. (2016). Excess weight in nursing junior and senior undergraduate students. *Pesquisa*, 20(4), e20160098. <https://cdn.publisher.gn1.link/eean.edu.br/pdf/1414-8145-ean-20-04-20160098-en.pdf>
- Reyes, S. E., More, J. E. M., y Toledo, L. E. L. (2020). Evaluación nutricional en estudiantes de una universidad pública. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 19(4), 10-15. <https://doi.org/10.29105/respyn19.4-2>
- Yaguachi Alarcón, R. A., Reyes López, M. F., y Poveda Loor, C. L. (2018). Influencia de estilos de vida en el estado nutricional de estudiantes universitarios. *Perspectivas En Nutrición Humana*, 20(2), 145–156. <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v20n2a03>
- Suárez Carmona, W., y Sanchez-Oliver, A. (2018). Índice de masa corporal: Ventajas y desventajas de su uso en la obesidad. *Nutrición clínica en medicina*, XII(3), 128-139. <http://www.aulamedica.es/nutricionclinicamedicina/pdf/5067.pdf>
- Vilugrón F, Cortés M, Valenzuela J, Rojas C, Gutiérrez P. (2023). Obesidad, estigma relacionado con el peso y su asociación con la percepción de la calidad de vida en estudiantes universitarios chilenos. *Nutrición Hospitalaria*, 40(3), 543-550. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.04338>