

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y
DIETETICA



Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales del
Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024

Tesis

Para optar el título profesional de licenciado en Nutrición y Dietética

Autores:

Br. Timana Carrera Jairo Joel

Br. Rodríguez Bances Elva Fransheska

Tumbes-Perú

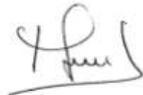
2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y
DIETETICA

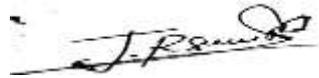


Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales
del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024

Tesis aprobada en forma y estilo

Mg. Barrueto Gallegos Miguel Francisco (presidente): 

Mg. Zapata Boyer Angie Balbina (secretaria): 

Mg. Silva Rodríguez José Miguel (Vocal): 

Tumbes, Perú
2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y
DIETETICA



Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales
del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su
contenido y forma

Br. Timana Carrera Jairo Joel:

Br. Rodríguez Bances Elva Fransheska:

Mg. Silva Rodríguez José Miguel(Asesor):

Tumbes, Perú

2024



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
Licenciada
Resolución del Consejo Directivo N° 155-2019-SUNEDU/CD
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Tumbes – Perú

ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los 16 días del mes octubre del dos mil veinticuatro, siendo las 15 horas 00 minutos, en la modalidad presencial: Laboratorio de Bromatología, se reunieron el jurado calificador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, designado RESOLUCION DECANAL N° 0134- 2024UNTUMBES – FCS, Mg. Miguel Francisco Barrueto Gallegos (Presidente), Mg. Angie Balbina Zapata Boyer (Secretaría) y Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez (Vocal). Reconociendo en la misma resolución, al Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez como asesor, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada "Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024", para optar el Título Profesional de Licenciados en Nutrición y Dietética, presentada por los bachilleres:

BR. RODRIGUEZ BANCES ELVA FRANSHESKA
BR. TIMANA CARRERA JAIRO JOEL

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte del sustentante y después de la deliberación, el jurado según el artículo N° 65 del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la **BR. RODRIGUEZ BANCES ELVA FRANSHESKA: APROBADA**, con calificativo: BUENO. y al **BR. TIMANA CARRERA JAIRO JOEL: APROBADO** con calificativo: BUENO

En consecuencia, quedan **APTOS** para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional de Licenciados en Nutrición y Dietética, de conformidad con lo estipulado en la ley universitaria N° 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 16 Horas 00 minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, en forma presencial, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 16 de octubre del 2024.

Mg. Miguel Francisco Barrueto Gallegos
DNI N° 44031631
ORCID N° 0009-0003-5755-9358
(Presidente)

Mg. Angie Balbina Zapata Boyer
DNI N° 71717660
ORCID N° 0000-0003-4319-4658
(Secretaría)

Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez
DNI N° 42474683
ORCID N° 0000-0002-9629-0131
(Asesor)

cc.
Jurado (03)
Asesor
Interesado
Archivo (Decanato)
MPMO/Decano

Factores asociados al
sobrepeso y obesidad de los
profesionales del Sentro de
Salud de Andrés Araujo Moran.
Tumbes 2023
por JAIRO TIMANA

Fecha de entrega: 03-oct-2023 10:05p.m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega: 2182903957
Nombre del archivo: sobrepeso_y_obesidad_TURNITING_1.docx (199.24K)
Total de palabras: 6089
Total de caracteres: 33702



Factores asociados al sobrepeso y obesidad de los profesionales del Sentro de Salud de Andrés Araujo Moran. Tumbes 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%	23%	3%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	8%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	repositorio.unesum.edu.ec Fuente de Internet	2%
4	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	2%
6	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	revistas.uis.edu.co Fuente de Internet	1%
8	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	1%

9	repositorio.upse.edu.ec Fuente de Internet	1 %
10	repositorio.utn.edu.ec Fuente de Internet	1 %
11	riaa.uaem.mx Fuente de Internet	1 %
12	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	www.itzonamaya.edu.mx Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	<1 %
17	cienciadeenfermeria.blogspot.com Fuente de Internet	<1 %



Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo

CERTIFICACIÓN DE ASESORÍA

Yo, Mg. José Miguel Silva Rodríguez

Docente nombrado adscrito a la Escuela Académico Profesional de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, Facultad de Ciencias de la Salud, Departamento Académico de Nutrición y Dietética.

Certifica, que:

El proyecto de tesis **“Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales del Centro de Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.”**

presentado por las estudiantes en Nutrición dietética: Rodríguez Bances, Elva Fransheska y Timana Carrera, Jairo Joel, ha sido asesorado y revisado por mi persona, por tanto, se autoriza su presentación e inscripción a la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Tumbes, para la revisión, conformidad y aprobación correspondiente

Tumbes, octubre del 2024.



Mg. José Miguel Silva Rodríguez

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

Las suscritas por, Rodríguez Bances Elva Fransheska, identificada con DNI N° 78011736, y Timana Carrera Jairo Joel, con DNI N° 75954287, ambos estudiantes de la Escuela Profesional Nutrición y Dietética, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, autoras de la tesis titulada **“Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales del Centro de Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.”**. Nos emparamos de la Ley N°27444, Ley de procedimientos administrativos Generales. Declaramos bajo juramento lo siguiente:

1. El proyecto de investigación propuesto es creación propia de la autora.
2. Se utilizó la norma internacional de citados y referencias para la bibliografía respetando las fuentes consultadas con el propósito de ilustrar y comparar, y respeto de esta manera lo citado por los diversos autores.
3. El proyecto no ha sido plagiado, y es realizado totalmente por la autora con la conducción y asesoramiento docente.
4. El estudio propuesto no tiene es un auto plagio; es decir, no tiene publicaciones previas ni presentado para algún certamen académico.
5. Los datos que se expondrán en los resultados serán reales, sin ningún grado de falsedad, duplicado o copia, por lo tanto, las conclusiones que se arriben en el informe serán de gran aporte a la realidad actual.

Finalmente, de detectarse falsedad en la presente declaratoria se asumirán las derivaciones de estos actos, acatando cualquier sanción impuesta por las instancias competentes de la Universidad Nacional de Tumbes.

Tumbes, octubre del 2024.

Rodríguez Bances, Elva Fransheska
DNI: 78011736

Timana Carrera, Jairo Joel
DNI N° 75954287

DEDICATORIA

Con mucha gratitud a mis padres por ser mi motor y motivo para nunca rendirme, por su apoyo incondicional a lo largo de este arduo camino, por sus sabios consejos que me permitieron alcanzar mis metas

A mi familia por apoyarme y siempre darme ánimos.

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por permitirme estar redactando este trabajo, después de culminar una carrera tan sacrificada como es nutrición y dietética; por guiarme en cada paso durante estos 5 años de arduo trabajo y por darme las fuerzas necesarias para nunca rendirme a pesar de los obstáculos que se me presentaron en el camino.

Agradezco a mis padres por brindarme la oportunidad de estudiar en esta universidad, por brindarme su tiempo y atención cuando más lo necesitaba, por darme siempre ánimos para no rendirme y por guiarme para siempre estar en el camino correcto.

ÍNDICE GENERAL

Resumen	XV
Abstract.....	XVI
I. INTRODUCCIÓN.....	17
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA.....	23
2.1. Bases teóricas.....	23
2.2. Antecedentes.....	28
III. MATERIALES Y METODOS.....	31
3.1. Tipo de investigación.....	31
3.2. Diseño de investigación.....	31
3.3. Formulación de hipótesis.....	31
3.4. Variables.....	32
3.5. Población, muestra y muestreo.....	32
3.6. Criterios de selección.....	32
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	32
3.8. Validez y confiabilidad del instrumento.....	33
3.9. Técnica para la recolección de datos.....	34
3.10. Plan de procesamiento y análisis estadístico.....	34
3.11. Aspectos éticos.....	34
IV. RESULTADOS Y DISCUSION	36
4.1. Resultados.....	36
4.2. Discusión.....	41
V. CONCLUSIONES.....	46
VI. RECOMENDACIONES.....	47
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	48
VIII. ANEXOS.....	52

INDICE DE TABLAS

Tabla N° 01. Sobrepeso y obesidad del personal del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran.....	36
Tabla N° 02. Determinar la relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024.....	37
Tabla N° 03. Determinar cómo se asocia el factor actividad física con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.....	38
Tabla N° 04. Determinar cómo se asocia el factor hábitos alimenticios con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.....	39
Tabla N° 05. Determinar cómo se asocia el factor horas laborales dieta con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.....	40

INDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 Cuestionario sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad.....	52
ANEXO 2 Instrumento para evaluar el sobre peso y obesidad Indicadores antropométricos (Variable sobrepeso – obesidad).....	55
ANEXO 3. Consentimiento informado del personal de salud.....	56
ANEXO 4. Validación del instrumento.....	57
ANEXO 5. Confiabilidad del instrumento.....	60
ANEXO 6. Permiso para la ejecución del proyecto de tesis.....	61
ANEXO 7. Operacionalización de las variable.....	62
ANEXO 8. Evidencia fotográficas.....	63

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024, se trabajó con una muestra de 61 trabajadores del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, la técnica utilizada fue la encuesta y como instrumento el cuestionario. La metodología de la investigación fue de tipo correlacional, cuantitativa, de corte transversal y de diseño no experimental. Entre los resultados más relevantes mostraron que el 57% de los trabajadores de salud presentaron sobrepeso el 25% normal y el 18% presentaron obesidad, con respecto al factor de actividad física se puede determinar que el mayor número de trabajadores que laboran en el centro de salud de Andrés Araujo Moran, poseen un IMC elevado por lo que han desarrollado sobrepeso u obesidad, con respecto al factor de hábitos alimentarios, el personal del Centro de Salud Andrés Araujo Moran que indica tener hábitos alimenticios inadecuados 85%, el 49% presenta sobrepeso y con respecto al factor de horas laborales el personal que trabaja entre 10 a 12 horas (34%), el 23% presentó sobrepeso y el 7% obesidad, se llegó a la conclusión que existe relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024; factores relacionados a la actividad física, a los hábitos alimenticios y las horas laboradas.

Palabras claves: Factores asociados, sobrepeso y obesidad

ABSTRACT

The main objective of this research was to determine the relationship between the factors associated with overweight and obesity in the workers of the Andrés Araujo Moran Health Center, Tumbes, 2024, we worked with a sample of 61 workers of the Andrés Araujo Moran Health Center, the technique used was the survey and the questionnaire as an instrument. The research methodology was correlational, quantitative, cross-sectional and non-experimental in design. Among the most relevant results showed that 57% of the health workers were overweight, 25% normal and 18% were obese, with respect to the physical activity factor as it is associated with the physical activity factor, it can be determined that the largest number of workers who work in the Andrés Araujo Morán health center, they have a high BMI so they have developed overweight or obesity, with respect to the factor of eating habits, the staff of the Andrés Araujo Moran Health Center who indicates having inadequate eating habits 85%, 49% are overweight and with respect to the factor of working hours the staff who works between 10 and 12 hours (34%), 23% were overweight and 7% obese, it was concluded that there is a relationship between the factors associated with overweight and obesity in the workers of the Andrés Araujo Moran health center, Tumbes, 2024; Factors related to physical activity, eating habits and hours worked.

Keywords: Associated factors, overweight and obesity

I. INTRODUCCIÓN

Desde hace 30 años la obesidad alrededor del mundo se ha duplicado, en las zonas urbanas de los países cuyos ingresos son bajos, medianos e incluso altos, 41 millones de niños con aproximadamente cinco años tienen sobrepeso u obesidad, un 39% de personas adultas tienen sobrepeso y 13% son obesos, señala la Organización Mundial de la Salud (OMS), En caso de que las cifras continúen presentándose de ese modo, como resultado se estima que para el año 2025 los índices de obesidad prevalecerán en un 18% en el sexo masculino y 21% en el femenino¹.

El desbalance entre la energía consumida y la gastada dan como resultado la obesidad, donde intervienen diversos factores, genéticos y personales Dentro de ello existen factores que relacionan el sobrepeso y la obesidad, llevar un estilo de vida inadecuado, ingerir comida rápida que generalmente es hipercalórica, el consumo de azúcares y grasas, bocaditos dulces y salados, la poca ingesta de frutas y vegetales, la propaganda televisiva, aparatos electrónicos¹, y el movilizarse en transporte ha contribuido a aumentar el sedentarismo y ha disminuido la actividad física en la gente más aún en adultos. El peso excesivo se va imponiendo periódicamente, inicia a edades muy cortas y aumenta en la adultez a causa de ingerir calorías en exceso y gastarlas mediante el ejercicio o rutinas que involucren actividades físicas, es así que algunos estudios puntualizan que la obesidad aumenta con la edad, por lo que es más prevalente en los adultos, más aún en mujeres y se incrementa en los más pobre²

Durante los años 1980 y 2008 el promedio de IMC por década ha aumentado 0.4 kg/m² en varones y 0.5 Kg/m² en mujeres, lo que revela que la obesidad siempre tiende al incremento. En el caso de América Latina, por cada década el aumento fue de 0,6 kg /m² en el sexo masculino y 1,4 kg / m² en el femenino². Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS) predice que, si esta tendencia persiste,

para 2030, más del 40% de la población mundial tendrá sobrepeso y más de una quinta parte de ella será obesa. En nuestro país la información respecto a obesidad la brinda la Evaluación Nutricional del Poblador Peruano (ENPPE 1975) donde revelan que la obesidad en aquel tiempo para la población adulta fue de 24,9% de sobrepeso y 9% de obesidad, donde las mujeres eran las más afectadas (25,8% y 10,9%) en relación a los hombres (23% y 5,2%), respectivamente³.

Según Fabio da Silva Gomes, quien es asesor regional en nutrición y actividad física de la OPS, las enfermedades no transmisibles representan la causa principal de muerte en América, estas equivalen al 80% de las muertes en esta región, sin embargo, la tercera parte de estas son prevenibles; El mejorar la salud, bienestar y el combatir la carga creciente de ENT depende del logro que se obtenga al detener el aumento de obesidad.⁴

Antonio Castillo indicó que La obesidad (tanto sobrepeso como obesidad) afecta a siete de cada diez peruanos, lo que es una tendencia preocupante dado que ahora también afecta a los niños. Así mismo, el Ministerio de Salud informa que la obesidad es un factor que contribuye al 85% de las muertes por COVID-19, detallo también que hay factores que están vinculados al aumento del sobrepeso y obesidad, uno es la inadecuada alimentación y el otro la poca actividad física. Adicional a ello según ENDES en el año 2020 el 39.9% de personas con más de 15 años presenta al menos un factor de riesgo ya sea obesidad, diabetes mellitus o hipertensión arterial.⁵

Durante la niñez las personas adoptan ciertos hábitos alimenticios que ya en la edad adulta suelen ser difíciles de cambiar, esto por creencias, rutinas u otros, por otro lado, existen ciertos compuestos adictivos en los alimentos como el azúcar, grasas, etc. Estos tienen bajo aporte nutricional, por lo que al ser consumidos en exceso provocan enfermedades metabólicas crónicas². En el 2018 en México la encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) mostro que el sobrepeso y la obesidad en adultos, llegó a un 73% en hombres y un 76,8% en mujeres.⁶

Gracias al creciente avance de la industria y la tecnología gran parte de los procesos productivos están sujetos a maquinas, lo cual disminuye diariamente el uso de energía al pasar los años, esto según la OMS quien además señala que, como consecuencia de lo anterior, existen entre 2 mil millones de adultos con sobrepeso de los cuales un tercio tienen obesidad, estimando en promedio por cada trabajador 100 calorías disminuidas por día, sumado a cambios de estilos de vida, costumbres nocivas y creencias mentales. En consideración a las consecuencias que se producen, se resumen en inconvenientes en el trabajo cotidiano, convirtiéndose en más complejos o graves en aquellos empleos con mayor tensión llegando a lograr mayor número de desempleos.

La OMS, manifestó que la obesidad aumenta notablemente la probabilidad de tener hipertensión, diabetes o alguna otra enfermedad no trasmisible, esto se encuentra directamente relacionado a la grasa abdominal que se forma en esta parte del cuerpo lo cual nace con el incremento de peso y que con el pasar del tiempo se localiza en el mismo en forma de grasa visceral; la organización mundial de la salud también menciona que los IMC en adultos han aumentado de 25 kg/m² a 28,8% e incluso hasta 36.9% en varones y de 29.8 a 38.0% en mujeres desde el año 1980 al 2013; para lo cual se considera importante disminuir esta epidemia tomando acciones en los hábitos alimenticios.⁷

Actualmente y desde 1980 el aumento de peso y la obesidad van incrementando notoriamente a nivel mundial, las estadísticas muestran que el año 2013 más de 42 millones de niños con menos de cinco años de edad tienen sobrepeso, lo que se elevó un 14% en mujeres y 10% hombres de dieciocho años respectivamente, esto durante el 2014; a nivel mundial aumento en un 10%, En el año 1995 se elevó a 15.3% y en el 2015 se incrementó a 26.9% la prevalencia en adultos de USA, en el año 2019 se plantea que se ha triplicado el porcentaje en aquellos países en desarrollo, en Europa específicamente se logró incrementar durante las dos últimas décadas².

Desde los años 1975 la tasa de obesidad ha aumentado tres veces su número y quintuplicado en niños y adolescentes, la obesidad y sobrepeso han llegado a alcanzar cifras pandémicas; no existe distinción de género, edad o grupo social. América y el mundo se ven afectados por esta enfermedad.⁷

Para el año 2035 es muy probable que más de 4.000 millones de personas a nivel mundial sufran de sobrepeso y obesidad, es decir el 51% de la población global, esto comparado a los 2.600 millones del año 2020, además de cada cuatro personas una presentará obesidad, según señala el Atlas mundial de obesidad 2023. La organización Nuffield Trust, en octubre del 2022 publicó en Inglaterra un estudio donde se analiza la relación del sobrepeso y obesidad en función de diferentes factores: bajos ingresos, falta de trabajo, pobreza, etc. además, el sobrepeso y la obesidad, así como las enfermedades no transmisibles asociadas a ello, pueden evitarse hasta cierto punto reduciendo el consumo excesivo en la ingesta de azúcares, grasas, sal, alimentos procesados y reemplazándolos por frutas, verduras, legumbres, cereales, entre otros; estos cambios alimenticios deben incorporarse dentro de las políticas globales o a modo individual.⁸

Para combatir la obesidad mundial se debe tener en consideración su etiología multifactorial, las consecuencias que genera en la salud de la persona y el elevado costo que genera económicamente al mundo, por lo cual determinar la relación de esta enfermedad y los factores que la originan contribuirá a proponer estrategias y mecanismos debidamente adecuados que permitan combatirla⁴.

Científicamente la literatura muestra diversos factores que determinan la obesidad, uno de ellos es aquel que integra el sistema social en el que viven o se desarrollan las personas factores ambientales, aquellos que influyen en el estilo de vida y aumentan la posibilidad de desarrollar obesidad, etc.; por ello es fundamental estudiar dichos factores en los profesionales del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.

En base a la realidad expuesta anteriormente se formuló la siguiente interrogante ¿Cuáles son los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales de la salud del centro de salud de Andres Araujo Moran, Tumbes 2024?.

En tal sentido, la investigación desde lo teórico justifico su importancia, dado que se planteó nuevas fuentes de investigación que ayudaron a entender la realidad sobre el problema encontrado, de igual manera se propuso nuevos conocimientos metodológicos y técnicas, las cuales ayudaron a priorizar la atención en los trabajadores de los centros de salud, especialmente en el ámbito nutricional, fue de relevancia en la utilizad práctica, los resultados obtenidos de carácter científico servirán como material de referencia para el desarrollo de políticas y estrategias nacionales utilizando herramientas adecuadas para los profesionales de la salud, se utilizó un instrumento en el cual se aplicó en los profesionales de salud el cual ayudo a validar el modelo de abordaje comunitario para la reducción del sobrepeso y la obesidad en el grupo de estudio.

La investigación se justificó metodológicamente en estudios que evidencian la influencia del nivel de conocimientos alimentarios sobre el diagnóstico nutricional en los trabajadores del centro de salud con sobrepeso y obesidad, lo cual se recolecto datos mediante criterios específicos, obteniendo resultados claros y precisos sobre la problemática encontrada; es por ello que, se utilizó un instrumento adaptado a la población Tumbesina, el cual posteriormente servirá de ayuda para futuras investigaciones relacionadas con las variantes de estudio.

Por otro lado, se justificó la relevancia social del estudio de investigación permitirá conocer los diversos factores que se asocian con el sobrepeso y obesidad lo cual ayudar a tener un mejor panorama sobre esta realidad para poder mejorar los estilos de vida y reducir la morbimortalidad entre los profesionales sanitarios. Además, las evaluaciones nutricionales pueden proporcionar información relevante para la gestión de la salud en las intervenciones en los centros de salud

La investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024, así mismo como objetivo específicos se planteó determinar cómo se asocia el factor actividad física con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024, determinar cómo se asocia el factor hábitos alimenticios con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024 y determinar cómo se asocia el factor horas laborales dieta con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.

II. REVISION DE LA LITERATURA

Bases Teóricas

Según la definición de la OMS, a diferencia de la obesidad, el sobrepeso es un déficit o acumulación extremadamente excesiva de grasa, que tiene las mismas características de almacenamiento que la grasa saturada en el organismo adicionalmente puede obstruir las arterias, es decir es una enfermedad estratificada y sin fronteras.⁹

Esto se relaciona con el índice de masa corporal (IMC), que ahora está disponible a nivel mundial en cualquier rango numérico porque la fórmula es muy sencilla de aplicar, una forma sencilla de medir el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para detectar el sobrepeso y la obesidad en la adolescencia y la edad adulta, la cual se calcula dividiendo el peso en kilogramos de la persona por la altura en metros al cuadrado (kg/m^2)¹⁰.

La vida y salud de una persona puede estar en riesgo sin que esta pueda notarlo debido a los problemas ocasionados por el sobrepeso, El sobrepeso y la obesidad se deben principalmente a un desequilibrio energético entre las calorías consumidas y quemadas. La exportación de alimentos con alto contenido proteico ha sido una estrategia utilizada en Europa para fomentar una alimentación saludable, pero ha sido imposible conseguir el apoyo necesario para convertirla en un hábito, ya que el hogar es donde todo comienza y el apoyo de los padres es una necesidad para el éxito, sin embargo estos no contribuyen en educar a sus hijos con una alimentación saludable, desde que son menores de edad hasta cuando llegan a la adolescencia y empiezan a ganar dinero, solo consumen comida rápida o conservas conocidas por ser fáciles de preparar y consumir.¹¹

Se consideran sobrepeso y obesidad a los diferentes niveles de exceso de peso y musculoesquelético que conllevan un aumento de la grasa corporal. No son considerados "problemas cosméticos"; Dado que la obesidad es una enfermedad crónica, requiere atención médica, pues la enfermedad impide que el cuerpo

funcione plenamente, desarrollándose otras enfermedades como diabetes, hipertensión, colesterol, enfermedad cerebrovascular, artrosis, enfermedades sistémicas, endocrinas, ovarios poliquísticos e infertilidad, embarazo de alto riesgo, problemas de salud mental y varios tipos de cáncer; además de verse afectados otros órganos vitales del cuerpo causando muchos más problemas de salud lo cual tiene un impacto tan significativo que su diagnóstico y tratamiento son cruciales.¹²

Una persona que tiene sobrepeso es mucho más propensa adquirir otras enfermedades; es bien sabido que toda enfermedad causa efectos negativos sobre la salud, las esperanzas de vida y el costo de la atención de las mismas, sin embargo una solución a esto puede ser el estricto control del peso corporal conforme el paso del tiempo lo cual merece una disciplina y esfuerzo contante ya que se debe saber que y cuanto ingerir, controlando la cantidades de kilocalorías que entren al organismo, adicionando también actividades físicas que se realicen con frecuencia. Mas del 50% de las personas mayores y 20% de niños se ven afectados por la obesidad, lo que representa un problema, por ello toda decisión que se tome en este ámbito tanto para prevenir o controlar dicha enfermedad afecta la salud propia.¹³

El ejercicio es una de las mejores formas de prevenir y tratar las consecuencias que genera la obesidad, pues contextualmente esta enfermedad no es un problema estético sino más bien una grave condición; en el caso del más del 50% de personas adultas obesas, es posible mejorar su condición mediante la prevención de niveles excesivamente graves (en caso lo haya), tratando cada uno de los casos dentro del sistema sanitario. Existen diversas causas que desencadenan y determinan el aumento de peso a nivel mundial, una de las principales es cuando las ccalorías ingeridas son superior a lo que el cuerpo consume en estado de reposo o a través del consumo calórico al realizar distintas actividades físicas, hay gran cantidad de casos donde las proporciones de obesidad mórbida son causadas por mayor ingesta calórica, asociadas por generalmente al sedentarismo, la genética y el ambiente también cuentan en la persona como parte de las

situaciones que causan ansiedad y actitudes compulsivas de alimentación desequilibrada que ocasionan obesidad.¹⁴

Cabe señalar que, en los enfoques para disminuir el sobrepeso y la obesidad, un entorno y una comunidad de apoyo son importantes para influir en la toma de decisión de una persona, como una de las opciones más simples se encuentran los aspectos de nutrición sana y deporte, para estar más sanos y con ello prevenir el sobrepeso y la obesidad; considerando que una nutrición adecuada es necesaria para contrarrestar la obesidad infantil, atendiendo lo genético, los periodos críticos en el ciclo vital de la obesidad. En el año 2017, en la asamblea Mundial de la Salud en Turín, se inició un plan que permite a los estados desarrollar instrucciones que ayudan a continuar con las políticas centradas en los pobladores y las pruebas de que la obesidad es tratable, será eficaz con la responsabilidad de las personas.

En el frente legal, gobiernos como Italia, España y Rusia han desarrollado medidas contra la obesidad para cumplir con los compromisos asumidos por los jefes de gobierno desde enero de 2010. El Plan de Acción Mundial permitirá alcanzar nueve objetivos mundiales en materia de enfermedades no transmisibles para 2025, además de una reducción considerable de mortalidad prematura en más del 20 % y mantener los niveles mundiales de obesidad por debajo de los niveles del 2010, los cuales se establecieron en la Declaración de política de la Organización Mundial de la Salud, sin embargo, no cambian desde setiembre del 2011, la Declaración alienta a implementar las estrategias de la OMS sobre Dieta, Actividad Física y Salud, incluida la adopción de leyes y regulaciones que alienten a todos a comer saludablemente y hacer más ejercicio.

Para lograr una pérdida de peso a largo plazo, se debe modificar los hábitos alimenticios, así como actividades deportivas (30 minutos por día, mínimo) disminuyendo de ese modo las actividades pasivas. El 80 por ciento de los niños y adolescentes que presentan obesidad mantienen su peso hasta la ser adultos y múltiples factores genéticos, ambientales o de baja energía pueden contribuir a

dicha enfermedad, debido a que crecieron en hogares que prohibían el consumo de alimentos ricos en proteínas porque requerían mucho tiempo de preparación y cocción, un estudio de 300 jóvenes de una universidad sueca reveló que la obesidad es un hábito genético.¹⁵

Incluso en ausencia de factores de riesgo adicionales, la obesidad en sí misma aumenta la probabilidad de desarrollar enfermedades cardiovasculares, además de perjudicar órganos vitales como el corazón y vasos sanguíneos. El incremento de peso indudablemente puede favorecer la aparición de cálculos biliares, así como la presión sobre los músculos, las articulaciones y los huesos; el problema de la obesidad trasciende las fronteras nacionales, raciales y de género. La Organización Mundial de la Salud tomó nota de la situación y señaló en un comunicado que la obesidad infantil está aumentando, esto debido a los malos hábitos alimentarios provocados por un desequilibrio entre los alimentos ricos en proteínas y las ventas de comida chatarra sin precedentes, lo cual produjo un aumento notorio en los últimos 50 años.¹⁶

La creciente urbanización, el transporte moderno y la mayor automatización de las tareas laborales, que fomentan estilos de vida sedentarios y niveles más bajos de actividad física, son factores adicionales en este contexto, Un desequilibrio energético general en el patrón de ingesta de energía del cuerpo entre las calorías consumidas y las calorías quemadas es la principal causa del sobrepeso y la obesidad. Generalmente, las personas comen alimentos bajos en vitaminas, minerales y otros oligoelementos, sin embargo, ingieren aquellos ricos en grasas, sal y azúcares, bajo esta premisa los adolescentes en edad escolar siempre encontrarán en su despensa productos altamente calóricos que habitualmente son productos envasados con alto contenido de sodio y conservantes¹⁷

Medir la grasa corporal con precisión es difícil y costoso, se han utilizado muchos métodos para medirla, uno de los métodos es medir los pliegues subcutáneos en diferentes zonas (bíceps, tríceps, subescapular y supraescapular).

Desafortunadamente, tiene una variabilidad Inter observador considerable y es complicado usarla en individuos obesos cuyos pliegues cutáneos grandes.¹⁸

Las directrices del equipo ECTPTA establecen que el síndrome metabólico se caracteriza por una circunferencia de cintura superior a 88 cm para las mujeres y 102 cm para los hombres (ATP III). Utilizando el perímetro de cintura se establecieron los siguientes puntos de corte: El nivel de alarma y el nivel en el que debe iniciarse el tratamiento.¹⁹ Según estudios, el riesgo de una enfermedad vascular metabólica y neoplásica incrementa con el sobrepeso o la obesidad. Se sabe que los hombres son más sensibles, mientras que las mujeres están sujetas a una mayor presión social para mantener su peso.²⁰

Esta clínicamente comprobado que un apersona debe ingerir como máximo 2300ml de sodio diario, sin embargo, debido a las altas jornadas laborales, el escaso tiempo, las personas consumen a diario productos ricos en sodio y conservantes. Por otro lado, es mucho más probable que el sexo femenino sea más obesas que los hombres, además pueden ganar mayor peso en edades entre 40 y 50 años, se vuelven sedentarias y específicamente aumentan su peso zonas como muslos, brazos, tórax y caderas.²¹

Se debe tener en cuenta la edad de cada paciente, los factores de riesgo cardiovascular, las comorbilidades y la capacidad funcional a la hora de determinar cuánta actividad física se debe realizar, puesto que es recomendable un gasto semanal de 2.500 calorías, las demandas de los programas académicos y los centros de salud obligan a los profesionales de la salud a trabajar muchas horas y largos turnos, lo que, aunado a sus niveles de estrés, puede contribuir al desarrollo de afecciones como la obesidad; Según las investigaciones, los empleados que trabajan en turnos impredecibles tienen más probabilidades de tener sobrepeso, y aquellos que ya tienen sobrepeso tienden a ser menos productivos.²²

Antecedentes

Internacionales

Pimentel M., estudió en el año 2022 los “Factores laborales asociados al sobrepeso y obesidad en adultos jóvenes” en Querétaro - México, presentando como objetivo general determinar los factores laborales asociados a sobrepeso y obesidad en adultos jóvenes. El tipo de investigación se basó en un estudio observacional, analítico y de corte transversal, la población estuvo conformada por 3 272 pacientes adultos, con una muestra de 266 pacientes entre hombres y mujeres; los instrumentos utilizados fueron el cuestionario y el índice de masa corporal. Los resultados arrojaron que, identificaron como factores asociados al sobrepeso/obesidad la jornada mayor a 50 horas semanales, la rotación de turno, el turno nocturno y el estrés laboral moderado y alto.²³

Ramos V. et al, 2021, estudio la pre-valencia y los factores asociados a la obesidad y el sobrepeso en docentes de una universidad pública del departamento del Cauca, se aplicó metodología cuantitativa, de corte transversal; 256 docentes conformaron la muestra, Los resultados muestran que el 47,7% tienen sobrepeso; 49,6% consumen bebidas alcohólicas, el 18,4% presentó alto riesgo de enfermedad cardiovascular y 48,4% corren riesgo de presentar síndrome metabólico. Los varones tienen mayor predisposición de tener sobrepeso comparado con las docentes mujeres. Mientras que los docentes que ingieren tres comidas, tienen un 69% menos riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares. En conclusión, los varones, son más propensos a tener obesidad o sobrepeso y adquirir una enfermedad cardiovascular comparado con las mujeres.²⁴

Guevara S., realizaron una investigación el año 2021 en Ecuador, teniendo como objetivo: Determinar los factores asociados al sobrepeso y obesidad del personal de enfermería y su influencia con el desempeño laboral en el Hospital Delfina Torres de Concha de Esmeraldas 2020 - 2021. Metodología se aplicó un enfoque cuantitativo no experimental y métodos estadístico, dando como resultado que el 54% del personal de enfermería donde predomina el sobrepeso son mujeres, mientras que un 23.6% presenta Obesidad Grado I. En el caso de los varones el

6.7% presenta sobrepeso y un 3.3% Obesidad Grado I. Así mismo se evidencio que no existe respecto al sobrepeso y obesidad relacionado al desempeño de funciones del personal de enfermería.²⁵

Nacionales

Bodero Z., el año 2020, ejecuto en Piura, un trabajo de investigación donde busco describir la relación entre los factores asociados con el sobrepeso y la obesidad en el personal de enfermería del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes, Piura, 2020. Metodología cuantitativa, tipo básica, correlacional, asociativa; diseño no experimental, como técnica la encuesta, muestra conformada por 55 enfermeros. Los resultados mostraron que los factores asociados no se relacionan con el sobrepeso y obesidad, factor actividad física, ni con el factor hábitos alimenticios y tampoco con el factor asociado horas laborales. De igual modo se determino que mayor horas laboradas mayor sobrepeso y obesidad, aquellos trabajadores que laboran <10 horas el 12.7% presentó sobrepeso y el 3.6% obesidad; el personal que trabaja entre 10 a 12 horas el 21.8% presentó sobrepeso y el 5.5% obesidad y del personal que labora más de 12 horas el 21.8% tiene sobrepeso y el 5.5% obesidad.²⁶

De otro lado, Palacios R. 2023; en Trujillo, El objetivo general fue determinar los factores asociados al sobrepeso y la obesidad en los profesionales salud de la Clínica Robles, Chimbote, el estudio fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel correlacional. Conformaron la población 80 profesionales de salud, como técnica se aplico la encuesta y el instrumento fue el cuestionario. El estudio concluyo que en los profesionales de salud los factores asociados no se relacionan con el sobrepeso y obesidad; mientras que el indicador antropométrico más resaltante es Obesidad con un 56.4% lo que indica que la mayoría de los colaboradores padecen de este problema, mientras que un 30.6% está con sobrepeso y un 13% goza de un peso equilibrado.²⁷

Enriquez J. el 2023, en Huancayo realizo una investigación donde el objetivo fue determinar los factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de

Medicina Humana de la Universidad Peruana Los Andes en Huancayo 2023. Estudio analítico y transversal, la muestra estuvo conformada por 494 estudiantes, se evaluaron factores socio demográficos y dimensiones de estilo de vida, el estado de peso se determinó con el Índice de Masa Corporal (IMC). Los resultados mostraron que el grupo etario de mayor frecuencia fue 20 a 23 años; el género más frecuente fue el femenino, por otro lado los factores asociados al sobrepeso, estadística mente fueron: edad, género, el factor asociado a obesidad fue: edad donde se encontró un 67% con un peso normal, 26.92% con sobrepeso y 2.83% obesidad. Se concluyó que existe relación entre la edad, el género masculino, el sexto año académico con el sobrepeso, y la edad con la obesidad.²⁸

Definición de términos

El sobrepeso está definido como aquella condición anatómica para personas con índice de masa corporal (IMC) de 25 a 29,9 kg/m², Clasificación basada en el grado de IMC, Clase I: IMC 25 – 26,9 kg/m², Clase II: (antes de la obesidad) IMC 27 – 29,9 kg/m².²⁴

Una patología crónica y no infecciosa, puede ser definida como obesidad, se caracteriza por una acumulación excesiva de tejido adiposo patológico, que provoca aumento de peso. Sin embargo, un aumento en la masa muscular, también conocida como masa corporal magra, no se considera una condición de sobrepeso u obesidad, el término "aumento de peso" se utiliza para referirse a la masa grasa en lugar de todo el aumento de peso.²⁵

La obesidad se refiere a una condición en la que hay demasiado tejido adiposo en el cuerpo, por lo que el consumo de calorías excede el consumo de energía, Por consiguiente, la obesidad no es definida por subir de peso, sino por el tamaño de uno de sus componentes: el tejido adiposo, es considerado un exceso de grasa cuando ésta significa un riesgo para la salud.²⁶

III. MATERIALES Y METODOS

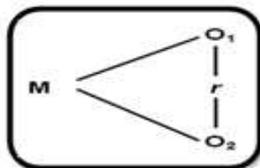
3.1. Tipo de investigación

La investigación se realizó con de enfoque cuantitativo no experimental. porque para la obtención de los resultados se utilizó procesos estadísticos donde se emplearon valores numéricos. Descriptivo, debido a que se describieron las características de la muestra en estudio; fue prospectivo porque los datos a recopilar se realizaron en tiempo futuro

3.2. Diseño De Investigación

Es no experimental porque no se manipuló las variables, solo se observó en su estado natural; y de corte transversal; porque la información a recopilar se realizó en un solo corte del tiempo; lo que implicó en un solo momento..

Esquema:



Dónde:

M = Muestra.

O1 = Factores asociados

O2 = Sobrepeso y obesidad

r = Relación de las variables de estudio.

3.3. Formulación de la hipótesis

Hi = Existe relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran; Tumbes 2024

Ho = No existe relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran; Tumbes 2024

3.4. Variables

Variable 1:

Factores asociados

Variable 2:

Sobrepeso y obesidad

3.5. Población Y Muestra

Para el presente estudio la población y la muestra estará conformada por 61 trabajadores de salud del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran.

3.6. Criterios De Selección

Criterios de inclusión

Personal de salud que se encuentre laborando en el Centro de Salud de Andrés Araujo Moran.

Personal de salud que acepte participar y firmar el consentimiento informado

Criterios de exclusión

Personal de salud que se encuentren de vacaciones

Personal de salud que no acepte participar ni firmar el consentimiento informado

3.7. Técnicas E Instrumentos De Recolección De Datos

La técnica a utilizar para la presente investigación será la encuesta para el recojo de la información de la primera variable factores asociados, la cual nos permitirá recolectar información necesaria y precisa, mientras que la segunda variable sobrepeso y obesidad usará como técnica la observación y como instrumento la

ficha antropométrica para la valoración nutricional del profesional de salud en estudio.

Instrumentos:

El instrumento que se utilizó para el presente estudio en lo que respecta a la primera variable será el cuestionario, el cual consiste en una serie de interrogantes relacionadas con la variable o variables a medir³¹.

El modelo de cuestionario que se utilizó es elaborado por los autores con base y revisión de otros instrumentos, el cual tuvo como objetivo la recolección de toda la información de la primera variable de estudio factores asociados.

El instrumento estuvo conformado por 27 preguntas de opción múltiple, se consideró las preguntas por dimensiones, dimensión actividad física 2 preguntas, dimensión hábitos alimentarios 22 preguntas dimensión de horas laborables 3 preguntas (anexo 1)

Así mismo, para el sobrepeso y la obesidad el instrumento que se utilizó será una ficha de registro de medidas antropométricas, en donde se registraron los resultados de talla, peso, índice de masa corporal y circunferencia abdominal que posteriormente serán comparados con los valores establecidos en la guía técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta (MINSAs). (Anexo 02)

3.8. Validación y confiabilidad del instrumento

El instrumento será sometido a la validez de contenido a través del juicio de expertos; siendo el instrumento válido en su constructo teórico y metodológico. (anexo 04), además, el análisis de confiabilidad describe que el instrumento es confiable para su aplicación teniendo un coeficiente de alfa de Cronbach 0.812 (anexo 05)

3.9. Técnica para la recolección de datos

Para obtener los datos para la investigación se realizaron los siguientes procesos:

- Autorización y permiso del jefe del establecimiento de Salud de Andrés Araujo Moran.
- Se coordinó con los profesionales de salud para la aplicación de encuestas
- Para la valoración del estado nutricional de los profesionales de salud, se procederá a intervenir previa firma del consentimiento informado.
- Se recopiló la información y se registró en una base de datos manteniendo la confidencialidad.
- Se asignó un identificador (ID) a cada registro a fin de mantener la confidencialidad de los datos.

3.10. Plan de procesamiento y análisis de datos

Una vez obtenidos los datos se realizó un proceso de crítica y codificación a través de una base elaborada en la hoja de cálculo del programa SPSS statistics 23. Después se organizarán y se presentarán en tablas y gráficos estadísticos, de acuerdo a la escala de medición de la variable. El análisis de datos se realizó mediante los procedimientos y métodos de la estadística inferencial Rho Spearman para verificar el nivel de relación entre las variables. Se utilizaron procedimientos o pruebas estadísticas de independencia por medio de las paramétricas y no paramétricas en relación a la naturaleza de las variables y el objetivo de la investigación.

3.11. Aspectos éticos

En consideración a los distintos aspectos éticos de la investigación, estuvieron basados en el artículo 7, respecto a la protección a la persona donde se debe respetar la dignidad, identidad, diversidad y la libertad de la persona por el cual se garantizará y respetará el bienestar de la unidad en investigación, evitando vulnerar sus intereses y bienestar; el artículo 8 donde las autoridades, los investigadores, los estudiantes y el personal administrativo de la UNTUMBES realizan actividades

de investigación con las personas procurando evitar todo riesgo o daño que pudiera ocasionarse con la investigación, brindando un trato justo a cada unidad investigada

IV. RESULTADOS Y DISCUSION

4.1. Resultados

Tabla N° 01. Sobrepeso y obesidad del personal del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran.

Escala	N°	%
Normal	15	25%
Sobrepeso	35	57%
Obesidad	11	18%
Total	61	100%

Fuente: Ficha de recolección

Interpretación

Los resultados de tabla 1, nos deja apreciar que del 100% del personal del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, el 57% tiene la categoría de sobrepeso, seguido por un 25% normal y el 18% se ubica en la categoría de obesidad.

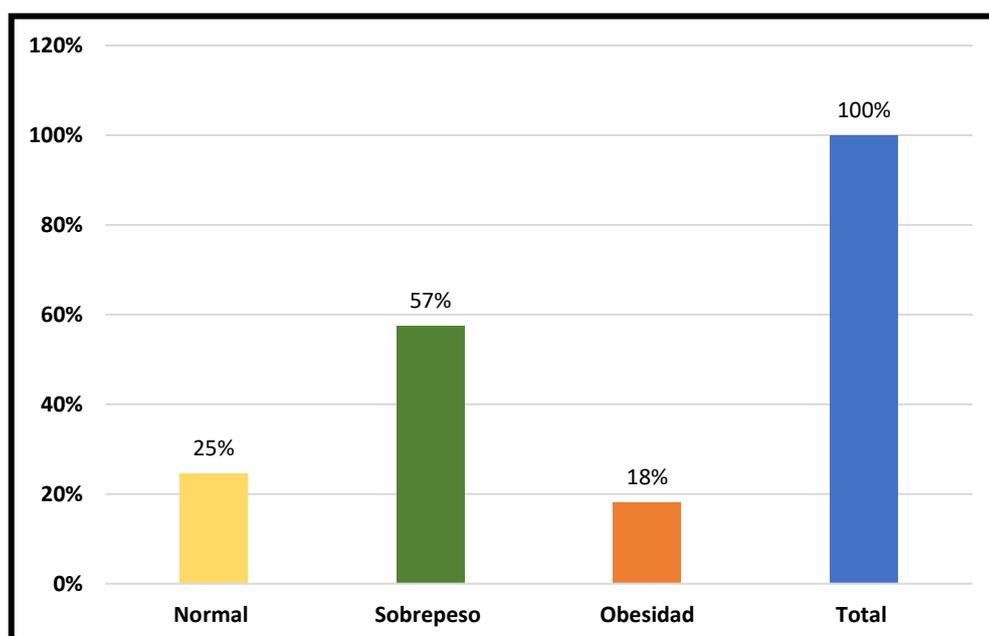


Tabla N° 02. Determinar la relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024

	Valor	Df	Significación asintótica bilateral
Chi-Cuadrado de Pearson	33,366 ^a	2	,000
Razón de verosimilitud	22,272	2	,000
Asociación lineal por lineal	25,417	1	,000
N de casos válidos	61		

Fuente: Cuestionario

De acuerdo con la tabla 2, se puede evidenciar que la prueba de Chi-cuadrado de Pearson presentó un valor 33,366^a y una significancia de 0,000. Estos valores indican una relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio, por ende, se aprueba la hipótesis planteada, es decir, que existe relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.

Tabla N° 03. Determinar cómo se asocia el factor actividad física con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.

		IMC				
		NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD	TOTAL	
Actividad	NO	Nº	12	29	7	48
		%	20%	48%	11%	79%
Física	SI	Nº	3	6	4	13
		%	5%	10%	7%	21%
TOTAL		Nº	15	35	11	61
		%	25%	57%	18%	100

Fuente: Cuestionario

Interpretación:

En la tabla 3 aprecian los resultados referidos al factor actividad física con el índice de masa corporal en el personal del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran; es así que el personal que indica no tener actividad física representa el 79%, presenta sobrepeso el 48%, presenta obesidad el 20 % y el 20% presenta peso normal. Por otro lado, los que señalaron que si realizan actividad física representan el 21% del total, 10% del personal posee sobrepeso, 7% obesidad. Finalmente, el mayor número de trabajadores que laboran en el centro de salud de Andrés Araujo Moran, poseen IMC elevado por lo que han desarrollado sobrepeso u obesidad.

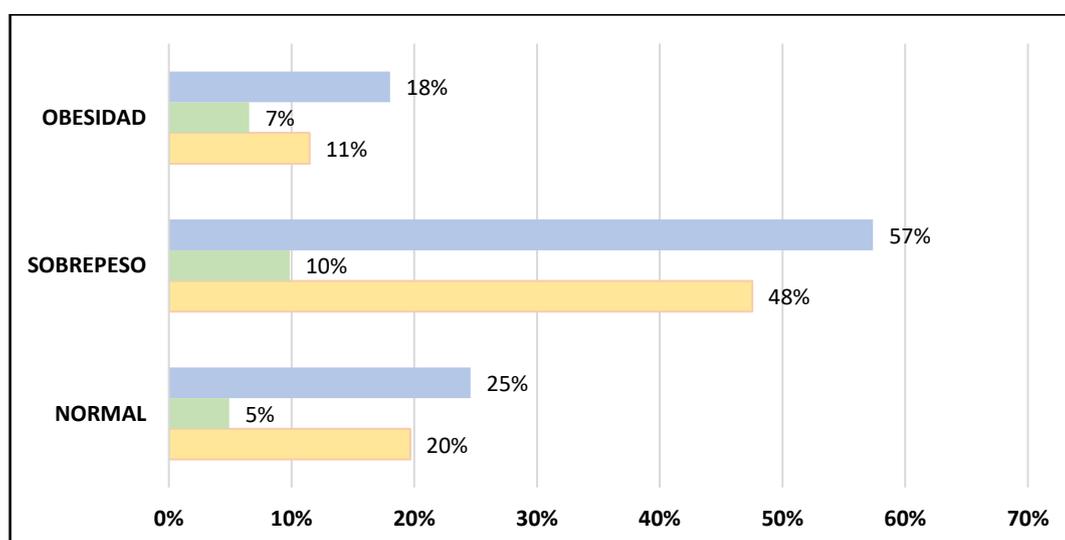


Tabla N° 04. Determinar cómo se asocia el factor hábitos alimenticios con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.

		IMC				
			NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD	TOTAL
Hábitos Alimentarios	INADECUADOS	Nº	12	30	10	52
		%	20%	49%	16%	85%
Hábitos Alimentarios	ADECUADOS	Nº	3	7	1	11
		%	5%	11%	2%	18%
TOTAL		Nº	15	35	11	61
		%	25%	57%	18%	100

Fuente: Cuestionario

Interpretación

Lo que podemos observar dentro de la tabla 4 sobre los resultados referidos al factor hábitos alimenticios con el sobrepeso y obesidad, el personal del Centro de Salud Andrés Araujo Moran que indica tener hábitos alimenticios inadecuados 85%, el 49% presenta sobrepeso, el 10% obesidad y el 20% tiene peso normal. En cuanto a los que señalaron que tienen hábitos alimenticios adecuados el 18% el 11% presenta sobrepeso, el 5% tiene condición de normal y sólo el 2% tiene obesidad.

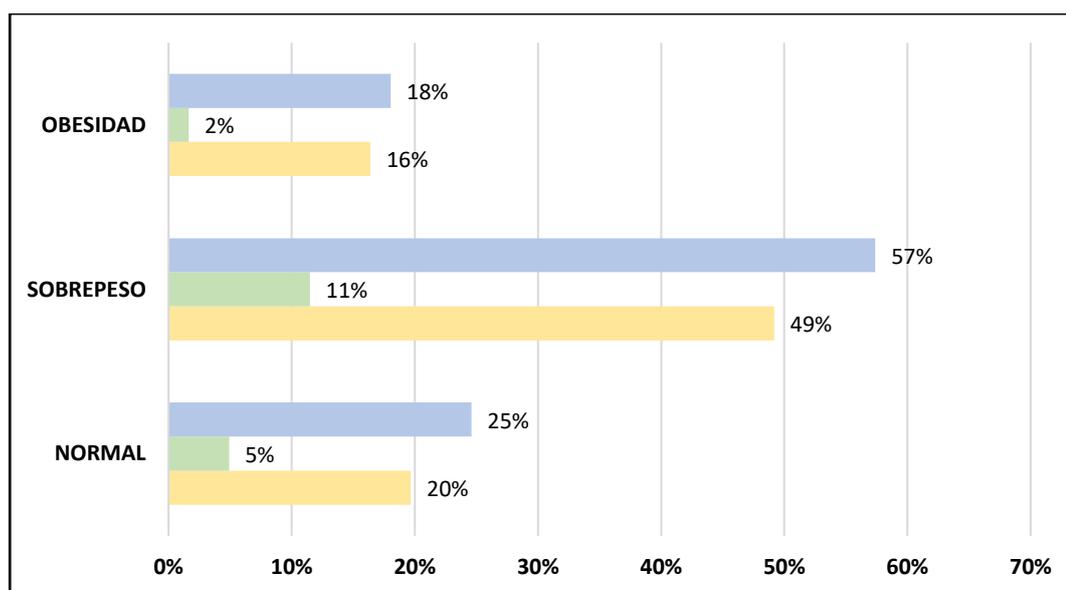


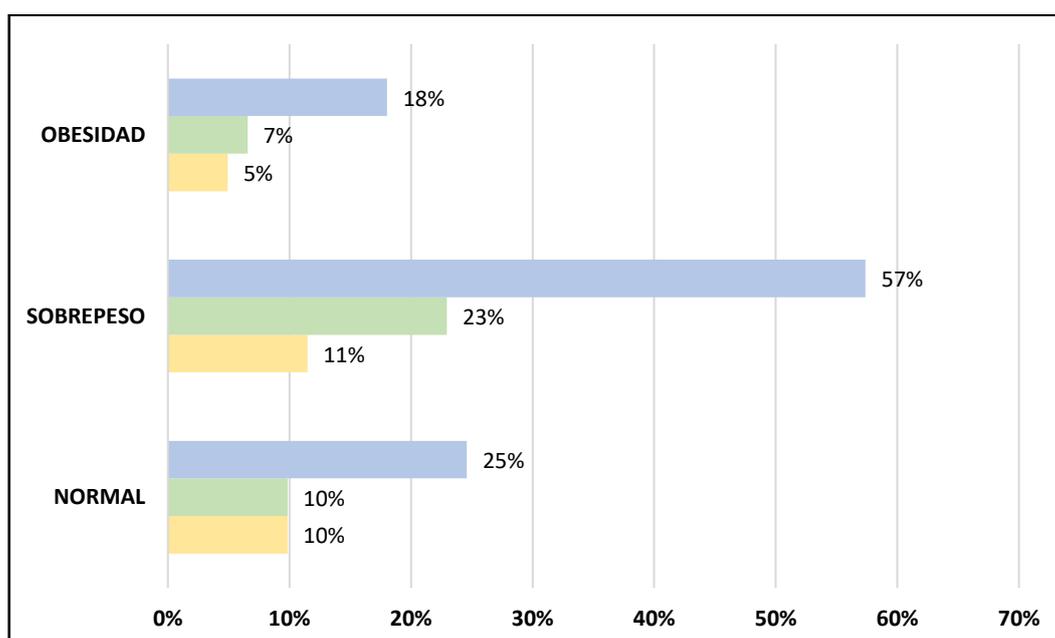
Tabla N° 05. Determinar cómo se asocia el factor horas laborales dieta con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024.

			IMC			
			NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD	TOTAL
Horas laborables	< 10 horas	Nº	6	7	3	16
		%	10%	11%	5%	26%
	Entre 10 a 12 horas	Nº	3	14	4	21
		%	5%	23%	7%	34%
	> 12 horas	Nº	6	14	4	24
		%	10%	23%	7%	39%
TOTAL		Nº	15	35	11	61
		%	25%	57%	18%	100

Fuente: Cuestionario

Interpretación:

En la tabla 5 es posible apreciar que el personal del centro de salud de Andrés Araujo Moran ha indicado trabajar < 10 horas (25.5%) sólo el 11.0% presentó sobrepeso y el 5% obesidad; el personal que trabaja entre 10 a 12 horas (34%), el 23% presentó sobrepeso y el 7% obesidad y del personal que labora más de 12 horas (39%) se encontró que el 23% tiene sobrepeso y el 7% obesidad.



4.2. DISCUSIÓN

En el ámbito de la salud pública, el sobrepeso y la obesidad se han convertido en temas de creciente relevancia debido a sus efectos negativos en la salud general. Este problema también afecta al personal de salud, que tiene la responsabilidad de promover el bienestar en la comunidad. En el Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, en el departamento de Tumbes, se ha observado un aumento preocupante en los casos de sobrepeso y obesidad entre sus profesionales.

Diversos factores podrían estar influyendo en esta tendencia, incluyendo jornadas laborales extensas, niveles elevados de estrés, y hábitos alimenticios desordenados. Además, el entorno de trabajo y las condiciones específicas del centro de salud podrían estar desempeñando un papel importante en la salud física y mental de estos profesionales. Identificar los factores que contribuyen al sobrepeso y la obesidad en este grupo es crucial para desarrollar estrategias que fomenten un estilo de vida más saludable. En esta discusión, examinaremos los elementos que inciden en el sobrepeso y la obesidad entre el personal del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, abarcando aspectos como el entorno laboral, el estilo de vida, y las políticas de la institución. Comprender estos factores es fundamental para implementar intervenciones efectivas que mejoren la salud de los profesionales y, a su vez, la calidad del cuidado que brindan a la comunidad.

En el presente estudio se buscó evaluar la relación existente entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad, para ello se realizó un análisis de las variables obesidad y sobrepeso; se obtuvo como resultado que del 100% del personal de salud, el mayor porcentaje se encuentra con sobrepeso lo que representa a un 57% de personal, esto puede relacionarse a los distintos factores en estudio como: actividad física, hábitos alimenticios u horas de trabajo del personal de salud que labora en el centro de salud de Andrés Araujo Moran, seguidamente se observa que un 25% del personal se encuentra dentro de los rangos normales de peso y del total de la muestra solo un 18% se ubica en la categoría de obesidad, cifras que resultan realmente preocupantes, más aun tratándose de personal de salud.

Los resultados obtenidos respecto a obesidad, son similares a los realizados por Ramos V. et al, el año 2021 quien, en su estudio de prevalencia y los factores asociados a la obesidad y el sobrepeso en docentes de una universidad pública del departamento del Cauca, obtuvo que el 47,7% tienen sobrepeso; de ello los varones tienen mayor predisposición de tener sobrepeso comparado con las docentes mujeres, así mismo uno de los factores asociados son las bebidas alcohólicas 49,6% consumen estas bebidas, En conclusión, los varones, son más propensos a tener obesidad o sobrepeso y adquirir una enfermedad cardiovascular comparado con las mujeres.²⁴

Lo antes señalado es totalmente discutible con los resultados obtenidos por Palacios R. 2023; quien busco determinar los factores asociados al sobrepeso y la obesidad en los profesionales salud de la Clínica Robles, en la ciudad de Chimbote. En este estudio resulto que el indicador antropométrico más resaltante es Obesidad con un 56.4% lo que indica que la mayoría de los colaboradores padecen de este problema, mientras que un 30.6% está con sobrepeso y un 13% goza de un peso equilibrado.

Respecto a los resultados relacionados a los factores asociados al sobrepeso y obesidad del personal del centro de Salud de Andrés Araujo Moran, de acuerdo a los resultados obtenidos en la tabla 2, la prueba chi cuadrado de Pearson es de 33,366 y tiene una significancia de 0,000. Lo que indica la existencia de una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Es decir existe relación entre los factores asociados, el sobrepeso y la obesidad; es importante considerar que dentro de dichos factores se encuentra: la actividad física lo que involucra la frecuencia con que realiza una actividad, los hábitos alimenticios lo que se encuentra relacionado al tipo de alimentos que se ingieren diariamente y en que cantidades; finalmente el tercer factor involucrado son las horas que labora el personal de salud, pudiendo ser < 10 horas diarias, entre 10 y < 12 diarias o más de >12 diarias.

Sin embargo, existen estudios donde se ha demostrado que no hay relación entre los factores asociados al peso y la obesidad, como el de Boderó Z., quien, en el año 2020 realizó una investigación que buscaba describir la relación existente entre los factores asociados con el sobrepeso y la obesidad en el

personal de enfermería del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes, Piura, 2020. En este caso los resultados mostraron que los factores asociados no se relacionan con el sobrepeso y obesidad, por ende, las variables en estudio no guardan relación significativa. Es así que el factor actividad física, hábitos alimenticios y el factor asociado horas laborales no se relacionan con la obesidad y sobrepeso),²⁶

Por otro lado, Palacios R. 2023; busco determinar los factores asociados al sobrepeso y la obesidad en los profesionales salud de la Clínica Robles, en la ciudad de Chimbote, se realizó la correlación con la prueba Chi2 no paramétrica del estadístico Pearson de nivel $p=0.690 >0.05$, lo que le permitió rechazar la hipótesis alternativa y aceptar la hipótesis nula, logrando concluir que en los profesionales de salud los factores asociados no se relacionan con el sobrepeso y obesidad, es decir el factor asociado no se asoció con el sobrepeso y la obesidad entre los profesionales de la salud al 95% de nivel de confianza²⁷

En la tabla 3 se aprecian los resultados referidos al factor actividad física con el índice de masa corporal en el personal del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran; es así que el personal que indica no tener actividad física representa el 79%, de dicho porcentaje el 48% presenta sobrepeso, un 11% presenta obesidad y finalmente el 20% tiene un peso normal. Por otro lado, los que señalaron que si realizan actividad física son un 21% del total de la muestra, de este porcentaje 10% posee sobrepeso y un 7% posee obesidad. En este sentido Se logra evidenciar que aquellas personas que realizan actividad física son aquellas que poseen un menor IMC, por ende, son menos propensas a desarrollar sobre peso u obesidad.

Los resultados obtenidos son validados con los de Palacios R. 2023; quien demostró que el 74.5% de profesionales de salud de la clínica Robles no realiza ninguna actividad física lo que representa un factor importante que determina el estado de salud de los profesionales, es notable que aquellas personas poseen índices elevados de sobrepeso (4.8%), lo que determina también un alto índice de masa corporal. Valores obtenidos en el estudio denominado “factores asociados al sobrepeso y la obesidad en los profesionales salud de la Clínica Robles, en la ciudad de Chimbote”

En relación a los resultados analizados para la dimensión hábitos alimenticios, en la tabla N° 04. Se logra evidenciar que el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024 es inadecuado. Definitivamente se ha demostrado que en su mayoría el 85% del personal no posee hábitos alimenticios adecuados, dentro de este porcentaje existe un 49% del personal con sobrepeso, lo cual se relaciona con el índice de masa corporal, lo que quiere decir que a mayor sobrepeso, IMC más elevados; En conclusión, tener hábitos alimenticios inadecuados conlleva a porcentajes elevados de IMC, representados en las dimensiones de obesidad 16% y el sobrepeso.

En un estudio relacionado a “factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Peruana Los Andes en Huancayo 2023” realizado por Enriquez J. el año 2023”, evaluó diversos factores socio demográficos y dimensiones de estilo de vida donde el estado de peso se determinó con el Índice de Masa Corporal (IMC), dentro de la dimensión estilo de vida se logró evaluar la “nutrición” relacionada al tipo de alimentos consumidos o hábitos alimenticios de los estudiantes; lo que permite relacionarlo a su vez con los datos obtenidos en el presente estudio realizado actualmente. Enrique J. tuvo muestras representadas por 331, 133 y 14 estudiantes; obteniendo un mayor porcentaje con clasificación de no saludable para la dimensión nutrición, normopeso (55.29%), con sobrepeso (58.65%) y con obesidad (78.57%); lo que hace referencia al bajo estado nutricional generado por malos hábitos alimenticios que posee cada estudiante.²⁸

Finalmente, dentro del estudio se buscó determinar cómo se asocia el factor horas laborales dieta con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024. Tal como se evidencia en la tabla N°05 el personal que labora < 10 horas representa el 25.5% del total de la muestra, de ellos sólo el 11.0% presentó sobrepeso y el 5% obesidad; el personal de salud que labora entre 10 a 12 horas se encuentra representado por el 34%, de este valor el 23% presentó sobrepeso y el 7% obesidad, por otro lado, aquel personal que labora más de 12 horas equivale al 39% del total, donde el

23% tiene sobrepeso y el 7% obesidad. En conclusión, se puede señalar que los trabajadores que laboran más de 12 horas ocupan el mayor porcentaje 39%, así mismo se determina que existe relación entre el número de horas trabajadas y el IMC; encontrándose que a mayor número de horas laboradas mayor sobrepeso y obesidad.

Estos resultados obtenidos se asemejan a los de Pimentel M., el año 2022 en Querétaro - México, donde en su estudio busco determinar los factores laborales asociados a sobrepeso y obesidad en adultos jóvenes; donde obtuvo que la jornada mayor a 50 horas semanales, la rotación de turno, el turno nocturno y el estrés laboral moderado y alto son factores preponderantes que influyen en el sobrepeso/obesidad en conclusión las horas laboradas de 50 o más a la semana, es un factor asociado al sobrepeso y la obesidad en población económicamente activa entre 20 y 40 años. En conclusión, existe relación entre las variables en estudio.

V. CONCLUSIONES

- Se logro determinar que existe relación entre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024.
- Se ha evidenciado que existe relación entre la actividad física con el índice de masa corporal del personal; es decir a menor actividad física mayor IMC.
- El factor hábitos alimenticios se relaciona con el índice de masa corporal de manera directa, es decir aquellos profesionales del Centro Salud que tienen malos hábitos alimenticios poseen un mayor IMC.
- Se logro determinar que el factor horas laborales dieta con el índice de masa corporal en los profesionales del Centro Salud se relacionan directamente, es decir a mayor cantidad de horas laboradas mayor IMC.

VI. RECOMENDACIONES

- Se recomienda implementar programas de actividad física regular para desarrollar e incentivar la participación en programas de ejercicio físico dentro y fuera del horario laboral. Esto podría incluir pausas activas durante la jornada, acceso a instalaciones deportivas o convenios con gimnasios, y la organización de actividades deportivas grupales.
- Los establecimientos de salud deben promover hábitos alimenticios saludables implementando talleres y programas de educación nutricional que se enfoquen en la importancia de una alimentación balanceada y saludable.
- Se debe coordinar con la Dirección Regional de Salud (DIRESA) para la revisión y ajuste de horarios laborales evaluando la posibilidad de reducir las jornadas laborales excesivamente largas o introducir turnos rotativos que permitan un equilibrio entre el trabajo y el descanso, considerando la implementación de políticas de horas laborales flexibles que promuevan el bienestar físico y mental del personal
- Los establecimientos de salud a través del personal capacitado en sobrepeso y obesidad deberían crear un sistema de seguimiento periódico del estado físico y nutricional de los trabajadores, con asesoría personalizada de profesionales de la salud, como nutricionistas y entrenadores físicos.
- Desarrollar campañas internas y externas donde se articule con los gobiernos regionales y locales para que sensibilicen al personal sobre la importancia de mantener un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal. Esto podría incluir la promoción de actividades de relajación y bienestar, como la meditación, yoga, y el establecimiento de límites claros entre las responsabilidades laborales y el tiempo personal.
- Revisar y mejorar las condiciones de trabajo en el centro de salud para reducir el estrés y la fatiga. Esto puede incluir la creación de espacios de descanso adecuados, asegurar un ambiente de trabajo cómodo y fomentar prácticas laborales que reduzcan el agotamiento físico y mental.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Tarqui-Mamani Et al. Análisis de la tendencia del sobrepeso y obesidad en la población peruana. *Dieta Rev Esp Nutr Hum* [Internet]. Junio de 2017 [citado 17 de septiembre de 2023] ; 21(2): 137-147. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452017000200006&lng=es. <https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.21.2.312>
2. Ninatanta Ortiz JA, Núñez Zambrano LA, García Flores SA, Romani Romani F. Factores asociados a sobrepeso y obesidad en estudiantes de educación secundaria. *Rev Pediatr Aten Primaria* [Internet]. 2017 Sep [citado 2024 Mayo 02] ; 19(75): 209-221. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322017000400003&lng=es.
3. Hernández-Corona Et al. Hábitos Alimentares Asociados al Sobrepeso E Obesidad en Adultos Mexicanos: Una Revisión Integrativa. *Cienc. enferm.* [Internet]. 2021 [citado 2023 Sep 17] ; 27: 7. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532021000100302&lng=es. Epub 12-Jun-2021. <http://dx.doi.org/10.29393/ce27-7hadh60007>.
4. Pajuelo Ramírez Et al. Overweight, obesity and abdominal obesity in the adult population of Peru. *An. Fac. med.* [Internet]. 2019 Ene [citado 2023 Sep 17] ; 80(1): 21-27. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832019000100004&lng=es. <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v80i1.15863>
5. OPS, 2023 articulo insta a hacer frente a la obesidad, principal causa de enfermedades no transmisibles en las Américas <https://www.paho.org/es/noticias/3-3-2023-ops-insta-hacer-frente-obesidad-principal-causa-enfermedades-no-transmisibles>
6. PEREZ FERNANDEZ, Jhon Bryan. Principales factores asociados al sobrepeso y obesidad en niños menores de 5 años: análisis secundario de la ENDES (2022). 2024. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/8509>

7. OMS 2016 <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> [fecha de acceso 25 de mayo de 2023].
Instituto Nacional de Salud (INS), 2023 Art. Día Mundial de la alimentación, <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/en-el-dia-mundial-de-la-obesidad>
8. WHO_NMH_NVI_15.1_spa.pdf [Internet]. (citado el 25 de mayo de 2023). http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/149296/1/WHO_NMH_NVI_15.1_spa.pdf
9. FAO/OPS 2017 https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=12911:overweight-affects-half-population-latin-america-caribbean-except-haiti&Itemid=1926&lang=es [fecha de acceso 25 de mayo del 2023].
10. Obesidad y la Economía de la Prevención - OECD [Internet]. Oecd.org. [citado el 3 de septiembre de 2022]. Disponible en: <https://www.oecd.org/centrodemexico/medios/obesidadylaekonomiasdela-prevencion>
11. Vera S. Hábitos alimentarios y prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población adulta de Ecuador. Tesis de Grado. Milagro: Universidad Estatal de Milagro, Facultad Ciencias de la Salud; 2018
12. Lecube A, Monereo S, Rubio M, Martínez P, Martí A, Salvador J, et al. Prevention, diagnosis, and treatment of obesity. 2016 position statement of the Spanish Society for the Study of Obesity. Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición. 2016.
13. Debayle M. Moi. [Online].; 2016 [cited 2019 febrero 13. Available from: <https://www.revistamoi.com/salud/tipos-de-sobrepeso/>.
14. Campos M. Sobrepeso, Obesidad y Síndrome metabólico. Elementos 98. 2015 Junio; 22(35-41)
15. Kumar V, Abbas A, Aster J. Patología Humana. Novena edición ed. Barcelona: Elsevier; 2013.
16. Borjas M, Loaiza L, Vásquez R, Campoverde P, Arias K, Chávez E. Obesity, eating habits and physical activity in secondary school students. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas. 2017;(15).
17. Suárez W, Sánchez A, González J. Fisiopatología de la obesidad: Perspectiva actual. Revista chilena de nutrición. 2017; 44(3).
18. Goldman L, Schafer A. Tratado de Medicina Interna. 24th ed. Barcelona: Elsevier Saunders; 2013.

19. Marrodán M, Martínez J, González M, López N, Cabañas M, Prado C. Precisión diagnóstica del índice cintura-talla para la identificación del sobrepeso y de la obesidad infantil. *Medicina Clinica*. 2013 Abril; 140(296 - 301).
20. Garcia A, Creu E. Obesity as a risk factor, its determinants and treatment. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 2016 Julio - Septiembre; 32(3).
21. Baque Mero Jonathan David(2019).Factores asociados al sobrepeso y obesidad en losadultosmayoresdel centro diurno del buen vivir “Divino Niño”.Jipijapa.UNESUM.Facultad de Ciencias de la Salud.73pg
22. KAUFER-HORWITZ, Martha; PÉREZ HERNÁNDEZ, Juan Fernando.2022 La obesidad: aspectos fisiopatológicos y clínicos. *Inter disciplina*, vol. 10, no 26, p. 147-175. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-57052022000100147
23. Pimentel Araujo M. Factores laborales asociados a sobrepeso y obesidad en adultos jóvenes [Tesis para optar el Título de Médico Especialista en Medicina Familiar]. Querétaro, México: Pontificia Universidad Autónoma de Querétaro; 2022. Disponible en ng.uaq.mx/handle/123456789/3549
24. Ramos-Valencia OA, Buitron-Gonzalez Y, Aristizábal-Grisales JC, Villaquiran-Hurtado AF. Prevalencia y factores asociados a sobrepeso y obesidad en docentes de una universidad pública de Popayán-Colombia en 2021. *MÉD.UIS*.2023;36(1):21-34.DOI:<https://doi.org/10.18273/revmed.v36n1-202300>
25. Guevara Santacruz SM. Factores asociados al sobrepeso y obesidad del personal de enfermería y su influencia con el desempeño laboral en el hospital del sur Esmeraldas [Tesis de pregrado en Internet]. ; 2021 [cited 28 Sept. 2023]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/11814>
26. Borrero Zeta, Aldo Yancarlo, 2020, Factores asociados al sobrepeso y obesidad de los profesionales de la salud del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes, Piura, 2020, <https://hdl.handle.net/20.500.12692/48799>
27. Palacios Ramirez, Jennyfer Esthefany,2023, Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales de salud de la Clínica Robles,

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/114741>

28. Enriquez Jurado, M. (2023). Factores asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de medicina de una Universidad Privada 2023. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5899>
29. Escribano, J. et al. Guía de actuación en situaciones de sobrepeso. 2nd ed. Madrid: Pixel Creación y Producción Gráfica, S.L.; 2009.
30. Mamondi, V. Tesis magistral Sobrepeso-Obesidad y Calidad de Vida relacionada con la salud en niños y adolescentes escolarizados de la ciudad de Bahía Blanca, Córdoba: Universidad Nacional de Córdoba. 2011
31. Roque N. Estado nutricional y su relación con el nivel de conocimiento sobre alimentación saludable en adultos con diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2, comité vecinal parque N°5 urbanización Villa del Norte, Los Olivos -2020 [Tesis de Pregrado en Internet]. Perú: Universidad César Vallejo; 2020 [citado 12 de septiembre del 2022]. 64 p. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/57019>

VIII. ANEXOS

ANEXO 1

CUESTIONARIO SOBRE LOS FACTORES ASOCIADOS AL SOBREPESO Y OBESIDAD

Estimado (a) colaborador Es grato dirigirme a usted, para hacerle llegar el presente cuestionario, que tienen por finalidad obtener información sobre los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales de Salud del Establecimiento Andrés Araujo Moran. Es necesario dar a conocer esta encuesta es anónimo y los resultados que se obtengan serán de uso exclusivo para la investigación.

Parte 1: INSTRUCCIONES: Marca con una (x) la alternativa que más se acerque a su opinión, de acuerdo a lo indicado, es importante que sus respuestas sean totalmente honestas.

ACTIVIDAD FISICA

1	¿Realiza actividad física moderada (Que lo hace sentir acalorado y ligeramente sin aliento) como caminar enérgicamente, bajar y subir escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, realizar actividades domésticas?	SI	DURACION
		NO	FRECUENCIA
2	¿Realiza actividad física intensa (que lo deja sin aliento y le produce transpiración profusa), como correr, bajar, subir escaleras, bailar a un ritmo intenso, jugar futbol u otro deporte?	SI	DURACION:
		NO	FRECUENCIA

HABITOS ALIMENTARIOS

		SI	NO
3	¿Desayuna todos los días?		
4	¿Consume los cinco tiempos de comida todos los días (desayuno, media mañana, almuerzo, media tarde y cena)?		
5	¿Consume variedad de carnes todos los días?		
6	¿Consume lácteos todos los días (leche, queso, yogur)?		

7	¿Consume lácteos descremados?		
8	¿Consume vegetales (menos tubérculos) todos los días?		
9	¿Consume dos platos de vegetales a diario?		
10	¿Consume una fruta todos los días?		
11	¿Consume café todos los días?		
12	¿Consume snacks (papas fritas, chizitos, etc) o frituras más de 4 veces por semana?		
13	¿Consume embutidos (hot-dog, jamonada, etc) todos los días?		
14	¿Consume golosinas más de dos veces por semana?		
15	¿Consume galletitas dulces o productos de panadería (tortas, pasteles, etc) todos los días?		
16	¿Consume gaseosas, frugos, pulp, etc) todos los días?		
17	¿Consume bebidas alcohólicas?		
18	¿Consume más de 10 cucharaditas de azúcar todos los días?		
19	¿Agrega sal a las comidas antes de probarlas?		
20	¿Consume más de un plato de cereal (arroz, fideos, pastas, legumbres, papa) todos los días?		
21	¿Consume pizza, hamburguesa o empanada más de dos veces por semana?		
22	¿Consume más de 4 panes todos los días?		
23	¿El agua es su principal bebida?		
24	¿Consume más de 2 litros de agua todos los días?		

HORAS LABORABLES DIARIAS

		SI	NO
25	Labora < 10 horas diarias		
26	Labora entre 10 y < 12 diarias.		
27	Labora más de >12 diarias.		

ANEXO 2

Instrumento para evaluar el sobre peso y obesidad Indicadores antropométricos
(Variable sobrepeso – obesidad)

Datos antropométricos	Dato	Observación
PESO ACTUAL (KG)		
ESTATURA (CM)		
IMC		
CIRCUNFERENCIA DE CINTURA (cm)		
RESULTADOS		
NORMAL		
SOBREPESO		
OBESIDAD		

ANEXO 3.

CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL PERSONAL DE SALUD

Tumbes: ___/___/___

Yo _____, identificado con DNI _____; acepto participar libremente en la aplicación del cuestionario titulado: Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2023. previa orientación por parte del investigador, acepto participar de la evaluación nutricional, comprendiendo además que puedo retirarme en cualquier etapa de la investigación y no sentirme obligado(a) a responder las preguntas del cuestionario.

Para mayor conformidad firmo el presente consentimiento

ANEXO 4

VALIDACION DEL INSTRUMENTO

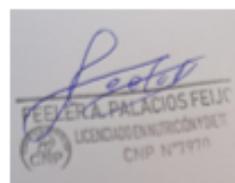
VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. Datos Generales

1. Apellidos y nombres: Feeler Aldahir Palacios Feijoo
2. Título del proyecto: Factores asociados al sobrepeso y obesidad de los profesionales del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran. Tumbes 2024
3. Autor del instrumento: Jairo Joel Timana Carrera y Elva Fransheska Rodríguez Bances

II. Aspectos De Validación

DIMENSIONES	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Buena 41- 60%	Muy buena 61-80%	Excelente 81-100%
1. Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado					X
2. objetividad	Esta expresado en conductas observables					X
3. Actualidad	Adecuado al avance la ciencia					X
4. Organizacion	Existe una organización lógica					X
5. Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y claridad					X
6. Intencionalidad	Adecuado para mejora y las actitudes respecto a la conservación del medio ambiente					X
7. Consistencia	Basado en aspecto teóricos – científicos de la tecnología educativa				X	
8. Coherencia	Entre los índices, indicadores y las dimensiones					X
9. Metodologia	La estrategia responde al propósito del diagnostico					X



Firma del experto informante

DNI: 72453662

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. Datos Generales

1. Apellidos y nombres: Luis Miguel Buendía Cruz
2. Título del proyecto: Factores asociados al sobrepeso y obesidad de los profesionales del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran. Tumbes 2024
3. Autor del instrumento: Jairo Joel Timana Carrera y Elva Fransheska Rodríguez Bances

II. Aspectos De Validación

DIMENSIONES	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Buena 41- 60%	Muy buena 61-80%	Excelente 81-100%
1. Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado					X
2. objetividad	Esta expresado en conductas observables					X
3. Actualidad	Adecuado al avance la ciencia					X
4. Organizacion	Existe una organización lógica					X
5. Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y claridad					X
6. Intencionalidad	Adecuado para mejora y las actitudes respecto a la conservación del medio ambiente				X	
7. Consistencia	Basado en aspecto teóricos – científicos de la tecnología educativa					X
8. Coherencia	Entre los índices, indicadores y las dimensiones					X
9. Metodología	La estrategia responde al propósito del diagnostico					X



LUIS M. BUENDIA CRUZ
LICENCIADO EN EDUCACIÓN
CNP. Nº 7157

Firma del experto informante

DNI: 71579867

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. Datos Generales

1. Apellidos y nombres: Tania Pérez Lavalle
2. Título del proyecto: Factores asociados al sobrepeso y obesidad de los profesionales del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran. Tumbes 2024
3. Autor del instrumento: Jairo Joel Timana Carrera y Elva Fransheska Rodríguez Bances

II. Aspectos De Validación

DIMENSIONES	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Buena 41- 60%	Muy buena 61-80%	Excelente 81-100%
1. Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado					X
2. objetividad	Esta expresado en conductas observables					X
3. Actualidad	Adecuado al avance la ciencia					X
4. Organizacion	Existe una organización lógica					X
5. Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y claridad					X
6. Intencionalidad	Adecuado para mejora y las actitudes respecto a la conservación del medio ambiente					X
7. Consistencia	Basado en aspecto teóricos – científicos de la tecnología educativa					X
8. Coherencia	Entre los índices, indicadores y las dimensiones				X	
9. Metodología	La estrategia responde al propósito del diagnostico					X



TANIA L. PÉREZ LAVALLE
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
 MINISTERIO DE EDUCACIÓN
 CNP 17761

Firma del experto informante

DNI: 74311801

ANEXO 5 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,812	27

Resumen del procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Mediante la aplicación de la prueba piloto se realizó la prueba estadística de alfa de Cronbach, teniendo como resultado un nivel bueno de fiabilidad representado con un coeficiente alfa de 0.812

ANEXO 6

Permiso para la ejecución del proyecto de tesis

'Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho'

SOLICITUD: EJECUCION DE PROYECTO DE TESIS

CENTRO DE SALUD ANDRES ARAUJO MORAN – TUMBES

Dirigido:
Jefa: Johanna M. Macas Benites

Título del proyecto:
"Factores asociados al sobrepeso y obesidad en los profesionales del Centro de Salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes 2024"

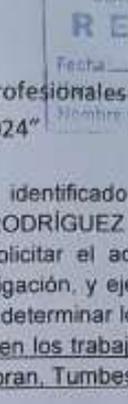
Gobierno Regional Tumbes
Dirección Regional de Salud
CLAS Andrés Araujo Moran
RECIBIDO
Fecha: 22.04.24
Nombre y Firma: 

JAIRO JOEL TIMANA CARRERA, identificado con DNI: 75954287, ELVA FRANSHESKA RODRÍGUEZ BANCES, identificado con DNI: 78011736, solicitar el acceso a la recolección de datos para su investigación, y ejecución de proyecto la cual tiene como objetivo determinar los factores asociados al sobrepeso y obesidad en los trabajadores del centro de salud de Andrés Araujo Moran, Tumbes, 2024 me dirijo a Ud. respetuosamente

OTRO SI DIGO: Solicitamos el apoyo de su judicatura, por medio de los participantes, a través del proyecto a realizar alguna duda, realizando preguntas, de las cuales podrán hacerlas en cualquier momento durante su participación, razones que podrían ser incómodas por el tema de ejecución de proyecto, esperando el apoyo correspondiente, donde podrán retirarse cuando ellos lo consideren permitentes

POR TANTO: Este proyecto será estrictamente confidencial respetando el anonimato de los personajes que se realizaran en dichas entrevistas o ejecución del proyecto lo que la ley indique

Tumbes 22 de abril del 2024


Bachiller: Jairo J. Timana Carrera
DNI: 75954287


Bachiller: Elva Fransheska Rodríguez Bances
DNI: 78011736

ANEXO 7

Operacionalización De Las Variable

Variable de Estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de dimensión
Factores asociados	Estos son los elementos que pueden regular la situación, ser la causa del desarrollo o transformación de eventos y provocar enfermedades	Los factores que pueden regular directamente el estado de salud de los profesionales del Centro de Salud Andrés Araujo Morán son la dieta, la actividad física y los hábitos alimentarios.	Actividad Física Hábitos alimenticios Horas laborales	Gasto de energía adicional Ejercicio Practicar deporte Plan alimentario Requerimiento nutricional Horario Jornada ordinaria	Nominal
Sobrepeso y obesidad	Se considera una acumulación de grasa que excede los límites normales o ha recaído en exceso, lo que puede perjudicar la salud del individuo, considerando la valoración antropométrica de la persona	Es acumulo grasa fuera de la normalidad o que ha recaído en el exceso de grasa en los profesionales de salud de Andrés Araujo moran ello se evalúa a través del índice de masa corporal	Índice de masa corporal (IMC)	Peso Talla	Nominal

ANEXO 8
Evidencias fotográficas

