

Año 29 No. 106, 2024
abril-junio



Año 29 No. 106, 2024
abril-junio

Revista Venezolana de Gerencia



UNIVERSIDAD DEL ZULIA (LUZ)
Facultad de Ciencias Económicas y Sociales
Centro de Estudios de la Empresa

ISSN 1315-9984

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons
Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.
http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/deed.es_ES

Como citar: Peña, A. A., Guerra, J. E., Sánchez, W., y Torres, F. R. (2024). Gestión de programas de atención a la salud: Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de medicina en México. *Revista Venezolana De Gerencia*, 29(106), 793-803. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.29.106.21>

Universidad del Zulia (LUZ)
Revista Venezolana de Gerencia (RVG)
Año 29 No. 106, 2024, 793-803
abril-junio
ISSN 1315-9984 / e-ISSN 2477-9423



Gestión de programas de atención a la salud: Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de medicina en México

Peña Maldonado Alma Alicia*
Guerra Cárdenas, José Eugenio**
Sánchez Márquez, Wilberto***
Torres Violante, Francisco Rafael****

Resumen

El sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios de medicina han emergido como preocupaciones de salud pública, reflejando una tendencia global hacia un aumento de estos problemas en la población joven, este fenómeno se atribuye a una combinación de factores, incluyendo la carga académica intensiva, el estrés asociado con la formación médica y cambios en los hábitos alimentarios durante la vida universitaria. El sobrepeso y la obesidad son problemas de salud que han alcanzado proporciones alarmantes en México en las últimas décadas, convirtiéndose en un problema de salud pública de gran magnitud, estas condiciones no solo afectan a adultos, sino también a niños y adolescentes, generando un impacto significativo en la calidad de vida y aumentando el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. El objetivo de la investigación fue identificar la frecuencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de pregrado. La metodología trató de un estudio de cohorte descriptivo, analítico y transversal en el que

Recibido: 05.12.23

Aceptado: 24.02.24

* Doctor en Desarrollo Educativo. Docente investigador y Candidato SNI de la Facultad de Medicina de Tampico "Dr. Alberto Romo Caballero" de la Universidad Autónoma de Tamaulipas, Tampico, Tamaulipas, México. Correo electrónico: almapena@docentes.uat.edu.mx ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9770-9259>.

** Especialista en Ginecología y Obstetricia. Docente investigador de la Facultad de Medicina de Tampico "Dr. Alberto Romo Caballero" de la Universidad Autónoma de Tamaulipas, Tampico, Tamaulipas, México. Correo electrónico: jguerra@docentes.uat.edu.mx. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9495-024X>

*** Doctor en Desarrollo Educativo. Docente investigador y SNI Nivel de la Facultad de Medicina de Tampico "Dr. Alberto Romo Caballero" Universidad Autónoma de Tamaulipas, México. Correo electrónico: wsanchez@docentes.uat.edu.mx. ORCID: 0000-0003-1078-5721.

**** Especialista en Cirugía General. Profesor de Horario Libre de la Facultad de Medicina de Tampico "Dr. Alberto Romo Caballero" Universidad Autónoma de Tamaulipas, México. Correo electrónico: ftorres@docentes.uat.edu.mx. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-7068-4344>

se recopilaron datos mediante la valoración de la composición corporal (talla, peso, índice de masa corporal) aplicada a 159 pasantes de servicio social de medicina para obtener los datos de peso, talla, índice de masa corporal, circunferencia de cintura y cadera. Los resultados revelan que el 48.9% de la población estudiantil tiene sobrepeso u obesidad, predominando en el sexo femenino. Se concluye que es crucial generar conciencia acerca de este fenómeno y promover hábitos de vida saludables en los universitarios a través de programas de atención a la salud establecidos como parte de su vida universitaria.

Palabras clave: sobrepeso; obesidad; índice de masa corporal; programas de atención; universitarios.

Management of health care programs: Overweight and obesity in university medical students in Mexico

Abstract

Overweight and obesity in university medical students have emerged as public health concerns, reflecting a global trend towards an increase in these problems in the young population; this phenomenon is attributed to a combination of factors, including intensive academic load, stress associated with medical training and changes in eating habits during university life. Overweight and obesity are health problems that have reached alarming proportions in Mexico in recent decades, becoming a major public health problem. These conditions not only affect adults, but also children and adolescents, generating an impact significant in the quality of life and increasing the risk of chronic diseases such as type 2 diabetes, cardiovascular diseases and certain types of cancer. The objective of the research was to identify the frequency of overweight and obesity in undergraduate university students. The methodology involved a descriptive, analytical and cross-sectional cohort study in which data were collected through the assessment of body composition (height, weight, body mass index) applied to 159 medical social service interns to obtain data on weight, height, body mass index, waist and hip circumference. The results reveal that 48.9% of the student population is overweight or obese, predominantly female. It is concluded that it is crucial to raise awareness about this phenomenon and promote healthy lifestyle habits in university students through health care programs established as part of their university life.

Keywords: overweight; obesity; body mass index; attention programs; university students.

1. Introducción

La lucha contra el sobrepeso y la obesidad se ha convertido en un imperativo global en el ámbito de la salud pública, enfrentando a gobiernos, instituciones de salud, comunidades e individuos a un desafío cada vez más apremiante, este fenómeno, que una vez fue considerado un problema exclusivo de los países desarrollados, ahora afecta a todas las regiones del mundo, independientemente de su nivel de desarrollo económico (Arenas, 2019). El cambio en los estilos de vida, impulsado por la urbanización, la globalización, los cambios en los patrones alimentarios y la disminución de la actividad física, ha contribuido en gran medida al aumento alarmante de las tasas de sobrepeso y obesidad a nivel mundial, estos cambios se han traducido en una prevalencia sin precedentes de estas condiciones, tanto en países industrializados como en aquellos en desarrollo, afectando a personas de todas las edades, géneros y grupos socioeconómicos (Cárdenas & Tomalá, 2021).

Las consecuencias de esta epidemia de sobrepeso y obesidad son vastas y abarcan desde complicaciones de salud individual, como enfermedades crónicas, discapacidades y disminución de la calidad de vida, hasta implicaciones socioeconómicas más amplias, como un aumento en los costos de atención médica, pérdida de productividad laboral y una carga significativa en los sistemas de salud pública (Liceaga & Rodríguez, 2020).

En este contexto, los programas de atención a la salud del sobrepeso y la obesidad emergen como una respuesta fundamental para abordar este desafío multifacético, los cuales no solo se centran en la prevención y

el tratamiento de estas condiciones, sino que también buscan abordar las causas subyacentes y los determinantes sociales, económicos y ambientales que las perpetúan (Covarrubias, 2022).

Desde intervenciones a nivel comunitario que promueven estilos de vida saludables y entornos propicios para la actividad física, hasta políticas gubernamentales que regulan la comercialización de alimentos poco saludables y promueven la accesibilidad a opciones alimentarias nutritivas, los programas de atención a la salud del sobrepeso y la obesidad abarcan una amplia gama de estrategias y enfoques (Orozco & Grisales, 2020).

Comprender el panorama global de la obesidad y el sobrepeso, así como la diversidad de factores que influyen en su aparición y persistencia, se vuelve fundamental para diseñar e implementar programas efectivos y sostenibles que puedan revertir esta tendencia preocupante y promover la salud y el bienestar de las poblaciones en todo el mundo (Joutex & Yela, 2019). De allí, el objetivo de la investigación fue identificar la frecuencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de pregrado.

2. Gestión de los programas de atención a la salud, sobrepeso y obesidad

La gestión de programas de atención a la salud del sobrepeso y la obesidad es un aspecto fundamental y estratégico en el ámbito de la salud pública, ya que deben basarse en la calidad y en la preparación de los actores involucrados (Cervantes et al, 2023), dada la creciente prevalencia de estas condiciones a nivel mundial y sus

consecuencias para la salud individual y colectiva, en las últimas décadas, el sobrepeso y la obesidad han alcanzado proporciones epidémicas, convirtiéndose en uno de los principales desafíos de salud pública del siglo XXI (Covarrubias, 2022).

Estos problemas de salud están asociados con una serie de complicaciones graves, que incluyen enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, trastornos musculoesqueléticos y ciertos tipos de cáncer, entre otros, además, el sobrepeso y la obesidad pueden afectar significativamente la calidad de vida de las personas, así como aumentar la carga económica en los sistemas de salud y sociedades en general (Gómez, 2023).

La gestión efectiva de los programas de atención a la salud del sobrepeso y la obesidad requiere un enfoque integral y multidisciplinario que aborde no solo los aspectos médicos, sino también los factores sociales, económicos y ambientales que contribuyen a estas condiciones, esto implica la colaboración entre diversos actores, como profesionales de la salud, instituciones gubernamentales, organizaciones no gubernamentales, la industria alimentaria, comunidades locales e individuos, todos trabajando en conjunto para implementar estrategias preventivas y de intervención (Herrera & Estada, 2023).

Los programas de gestión del sobrepeso y la obesidad suelen incluir una variedad de componentes, como educación nutricional, promoción de la actividad física, intervenciones en el entorno escolar y laboral, políticas de regulación de la publicidad de alimentos, acceso a alimentos saludables y

tratamiento médico individualizado cuando sea necesario, además, es fundamental abordar las desigualdades sociales y económicas que pueden influir en los hábitos alimenticios y los estilos de vida poco saludables, garantizando así que los programas sean equitativos y accesibles para todas las personas (Hidalgo, Castro & Gamboa, 2023).

El sobrepeso y la obesidad son fenómenos de salud pública que han experimentado un aumento significativo en las últimas décadas, constituyendo una preocupación global debido a sus implicaciones para la salud y el bienestar de la población, este fenómeno no excluye a un grupo específico: los estudiantes universitarios, quienes, inmersos en una fase crítica de transición hacia la vida adulta, se enfrentan a desafíos particulares relacionados con su salud, especialmente aquellos que están dedicados a la formación en el campo de la medicina (Biermayr-Jenzano, 2020). La literatura científica muestra que la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los estudiantes universitarios es motivo de creciente preocupación; esta población, a menudo caracterizada por cambios significativos en el estilo de vida y en los patrones alimentarios, presenta un riesgo elevado de desarrollar hábitos poco saludables (Loja e Izquierdo, 2023).

Estudios previos han destacado que los estudiantes universitarios, incluyendo a aquellos inmersos en programas de medicina, pueden experimentar cambios en la composición corporal y en los hábitos alimentarios, contribuyendo al aumento de peso no deseado (Fernández, 2022). La salud de los estudiantes universitarios, y específicamente de aquellos dedicados a la formación médica, ha sido objeto de creciente preocupación debido al aumento global de las tasas de sobrepeso

y obesidad; esta tendencia no solo afecta la calidad de vida individual, sino que también plantea desafíos significativos para la futura práctica médica y la capacidad de estos profesionales para abogar efectivamente por la salud en sus comunidades (Méndez et al, 2023).

La transición a la vida universitaria marca un período crítico en el desarrollo de hábitos de salud, y los estudiantes de medicina no son ajenos a esta transformación (Dávila, 2023); numerosos estudios han documentado un aumento en las tasas de sobrepeso y obesidad entre estudiantes universitarios, atribuido a cambios en la rutina diaria, patrones de alimentación no saludables y niveles insuficientes de actividad física, sin embargo, la población de estudiantes de medicina, a pesar de su conocimiento sobre la importancia de la salud, no está exenta de este fenómeno (Cruz & Gomes, 2020).

Existen diversos factores están asociados al aumento de peso en estudiantes universitarios de medicina, entre los que se encuentran la carga académica intensa y el estrés relacionado con la formación médica, los cuales pueden influir en los patrones de alimentación y en la actividad física, además, la independencia ganada durante los años universitarios puede llevar a elecciones dietéticas menos saludables y a la adopción de comportamientos sedentarios; también los factores socioeconómicos pueden desempeñar un papel significativo, ya que el acceso a alimentos nutritivos y la participación en actividades físicas a menudo dependen de recursos financieros (Puello et al, 2023).

La evaluación del sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios de medicina implica no solo la medición de índices de masa corporal (IMC)

sino también la consideración de otros indicadores antropométricos y de composición corporal, además, el sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios de medicina no solo tienen implicaciones para la salud actual, sino que también pueden influir en la futura práctica médica, ya que los futuros médicos que experimentan problemas de salud relacionados con el peso pueden enfrentar desafíos adicionales en la promoción de la salud, ya que se espera que sirvan como modelos a seguir para sus pacientes, además, el riesgo aumentado de enfermedades crónicas asociadas con el sobrepeso y la obesidad puede impactar negativamente la calidad de vida y la longevidad (Bravo et al, 2021).

3. Consideraciones metodológicas

Es un estudio de cohorte con un diseño descriptivo, analítico y transversal. La población está conformada por 180 pasantes de la carrera de Médico Cirujano que realizaron su servicio social en el período comprendido de agosto de 2021 a julio de 2022, de acuerdo a la información suministrada por el Responsable de Servicio Social de la institución. En cuanto a la selección de la muestra, se trabajó aleatoriamente con 159 pasantes, quienes aceptaron voluntariamente participar. Para la recolección de información se realizó la valoración de la composición corporal. Estas mediciones se hicieron con ropa ligera y sin calzado, todas ellas realizadas en el consultorio médico de la facultad.

Los datos obtenidos de los alumnos que participaron en el estudio fueron capturados en una hoja de recolección electrónica de

Excel de Microsoft Office 365 para versión de Windows, ordenándose congruentemente identificando a cada paciente con sus variables obtenidas. Se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 24.0, para el análisis de los resultados, organizando las variables de la manera antes propuesta, a través de estadística descriptiva: media aritmética y desviación estándar, frecuencias y porcentajes.

Para la aplicación del estudio se registró el protocolo en el área de investigación de la facultad, siendo aprobado por el Comité de Investigación y el Comité de Ética en Investigación de la institución. Se garantizó la colaboración y disposición de los participantes en la investigación se cumplieron los siguientes criterios éticos en la misma: 1) todos los participantes firmaron un consentimiento antes de completar los instrumentos; 2) los participantes podían retirarse en cualquier momento; 3) a todos

los participantes se les dio a conocer el propósito de la investigación y 4) hubo protección de los datos personales de todos los participantes acorde con la Ley Mexicana de Protección de Datos Personales.

4. Frecuencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de pregrado

Se estudió una muestra de 159 alumnos, donde 101 alumnos (63.5%) pertenecen al género femenino y 58 alumnos (36.5%) al masculino. El promedio de edad poblacional es de 22.8 años (DE 0.815). En cuanto a las medidas antropométricas de talla y peso, el promedio poblacional fue de 1.65 m (DE 8.50) y 69.96 kg (DE 17.08) respectivamente. Los hombres presentaron mayor peso en comparación con las mujeres, como se muestra en la tabla 1.

Tabla 1
Estadística descriptiva, edad, talla y peso por género

Género	Edad	Talla	Peso
Femenino	22.84 (DE 0.78)	1.61 (DE 5.86)	65.57 (DE 15.67)
Masculino	22.90 (DE 0.87)	1.73 (DE 6.12)	77.59 (DE 16.86)

Los resultados de la composición corporal obtuvieron un promedio de 23.28 (DE 10.93). Los porcentajes

mínimos se presentaron en los hombres (3.7) y los más elevados en mujeres (66.5), como se muestra en la tabla 2.

Tabla 2
Composición corporal por género

Género	Porcentaje de Grasa	Masa Grasa	Masa Magra
Femenino	35.82 (DE 7.39)	24.36 (DE 10.51)	22.44 (DE 3.95)
Masculino	25.02 (DR 8.25)	21.41 (DE 11.47)	32.45 (DE 5.36)

La media población de IMC fue de 25.37 (DE 5.28) con un mínimo 13.8 y un máximo 47.7, las mujeres presentaron una media de 25.07 (DE 5.49) y la media de IMC de los hombres fue de 25.90 (DE 4.88). al utilizar la clasificación de la NOM 043 de IMC el 8.30% presentó algún

grado de delgadez, 42.8% normalidad, 32.7% sobrepeso (19.5% de las mujeres y 13.2 de los hombres) y 16.4% presentó algún grado de obesidad (8.80% de las mujeres y 7.60% de los hombres) como se muestra en la tabla 3.

Tabla 3
Porcentaje de índice de masa corporal por género

IMC (kg/m ³)	General	Femenino	Masculino
Delgadez severa	2 (1.2%)	1 (0.6%)	1 (0.6%)
Delgadez modera	2 (1.2%)	1 (0.6%)	1 (0.6%)
Delgadez leve	9 (5.8)%	7 (4.6)%	2 (1.2)%
Normal	68 (42.9%)	47 (29.7%)	21 (13.2)%
Sobrepeso	52 (32.7%)	31 (19.5)%	21 (13.2)%
Obesidad Grado I	20 (12.6%)	10 (6.3)%	10 (6.3)%
Obesidad Grado II	4 (2.4%)	2 (1.2%)	2 (1.2%)
Obesidad Grado III	2 (1.2%)	2 (1.2%)	0 (0.0%)

Por último, el 0.6% de la población presenta un porcentaje de grasa no saludable (muy bajo), el 72.2% aceptable (bajo o alto) y el 27.2% presenta un exceso de grasa (obesidad). El 13.9% de

las mujeres y el 13.2% de los hombres presentan exceso de grasa, solo el 1.7% de los hombres presentan un porcentaje de grasa bajo. En la tabla 4 se muestra la clasificación del porcentaje de grasa.

Tabla 4
Clasificación del porcentaje de grasa por género

% Grasa	General	Femenino	Masculino
No saludable	1 (0.6%)	0 (0.0%)	1 (0.6%)
Aceptable bajo	77 (48.3%)	57 (35.8%)	20 (12.5%)
Aceptable alto	38 (23.9%)	22 (13.9%)	16 (10.0%)
No saludable (obesidad)	43 (27.2%)	22 (13.9%)	21 (13.3%)

Como resultado de lo anterior, es importante considerar la implementación de estrategias efectivas en una universidad de medicina para abordar el sobrepeso y la obesidad entre los estudiantes es crucial para promover

un entorno académico y de bienestar integral. Es prioritario desarrollar campañas de concientización sobre los riesgos asociados con el sobrepeso y la obesidad, así como la importancia de adoptar hábitos de vida saludables,

además de integrar educación nutricional en el currículo académico para mejorar la comprensión de los estudiantes sobre la dieta, la nutrición y la importancia del equilibrio calórico.

También se puede mejorar y promover el acceso gratuito o a bajo costo a instalaciones deportivas en el campus, ofrecer una variedad de actividades físicas y deportes que se adapten a diferentes niveles de condición física e intereses. Por ello, se pueden establecer servicios de asesoramiento nutricional y salud mental para abordar las causas subyacentes del sobrepeso y la obesidad, incluyendo la alimentación emocional y el estrés, así como integrar profesionales de la salud mental y nutricionistas en los servicios de atención estudiantil.

Colaborar con proveedores de alimentos en el campus para ofrecer opciones más saludables en los comedores y establecer políticas que fomenten la disponibilidad de alimentos nutritivos, promover la información nutricional en los menús y opciones de porciones más saludables, explorar la posibilidad de incorporar actividades físicas en el entorno de aprendizaje, como clases de yoga, sesiones de ejercicios cortos durante las pausas y caminatas grupales, fomentar la adopción de hábitos saludables mediante el ejemplo y la participación activa de los profesores y personal académico también son buenas estrategias institucionales.

Financiar y promover investigaciones sobre la relación entre el entorno académico y la salud de los estudiantes, identificando factores de riesgo específicos y estrategias efectivas de intervención, utilizar los resultados de la investigación para informar y mejorar continuamente las políticas y programas de bienestar, establecer grupos de

apoyo y comunidades que reúnan a estudiantes con intereses comunes en la salud y el bienestar, fomentar la participación activa de los estudiantes en la planificación y ejecución de iniciativas de bienestar son estrategias que cuando se implementan de manera integral y sostenible, pueden contribuir a la creación de un entorno universitario que apoye la salud y el bienestar de los estudiantes, abordando el sobrepeso y la obesidad desde diversas perspectivas.

5. Conclusiones

Durante las últimas décadas, las investigaciones han mostrado un creciente interés en los temas relacionados con el porcentaje de grasa y el aumento de peso entre los universitarios. Se ha observado que, aproximadamente entre el 75% y el 80% de las personas, experimentan un incremento en su peso en algún momento de sus vidas; además, se estima que alrededor del 20% al 25% de los individuos desarrollan sobrepeso antes de cumplir los 20 años de edad. Según un estudio realizado por Champagne (2022), aproximadamente la mitad de las personas desarrollarán sobrepeso después de esa etapa.

La transición de la preparatoria a la universidad se considera un período crítico en términos de ganancia de peso, ya que suele ser más pronunciada en comparación con otros momentos.

La información recopilada revela que el aumento de peso durante los años universitarios es una tendencia común, y varios estudios sugieren que podría estar asociado con un mayor riesgo de sobrepeso y obesidad. Es fundamental crear conciencia sobre este fenómeno y fomentar hábitos de vida saludables entre los estudiantes universitarios, con

el fin de prevenir el aumento de peso no deseado y promover su bienestar general.

Los hábitos alimenticios en universitarios son un tema de creciente preocupación debido a los cambios en el estilo de vida y la disponibilidad de opciones alimenticias poco saludables, la falta de tiempo y conveniencia es un factor determinante, la intensidad de sus horarios académicos y extracurriculares puede llevarlos a optar por comidas rápidas y alimentos procesados que son rápidos de adquirir y consumir; sin embargo, suelen ser bajas en nutrientes y altas en grasas, azúcares y sodio, lo que puede tener un impacto negativo en su salud a largo plazo.

Otro punto importante es la falta de educación nutricional, ya que muchos estudiantes ingresan a la universidad sin el conocimiento adecuado sobre cómo llevar una dieta equilibrada y saludable, por lo que esta falta de educación puede llevarlos a tomar decisiones alimenticias poco informadas, lo que contribuye a hábitos poco saludables.

El estrés y las emociones también juegan un papel significativo en los hábitos alimenticios de los universitarios, el ambiente académico puede ser estresante y algunos estudiantes recurren a la comida como una forma de hacer frente a la presión; comer en exceso o elegir alimentos reconfortantes poco saludables puede convertirse en una forma de afrontar el estrés, lo que puede tener efectos negativos en su bienestar físico y mental. Es fundamental abordar estos problemas y fomentar hábitos alimenticios más saludables entre los universitarios, en donde las instituciones educativas pueden desempeñar un papel clave al proporcionar opciones de comidas más nutritivas en los comedores universitarios y al ofrecer

programas de educación nutricional para los estudiantes; además, es importante concienciar a los estudiantes sobre la importancia de llevar una dieta equilibrada y cómo hacerlo incluso con un horario ocupado.

Los hábitos alimenticios en universitarios representan un desafío importante para la salud y el bienestar de esta población, se requiere un esfuerzo conjunto por parte de las instituciones educativas, los estudiantes y la sociedad en general para fomentar un entorno que promueva elecciones alimenticias más saludables. Al hacerlo, podemos ayudar a los estudiantes universitarios a llevar una vida más equilibrada y saludable durante su tiempo en la universidad y más allá.

Referencias bibliográficas

- Arenas, J. L. G. D. (2019). *Temas selectos de salud pública*. UNAM, Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial.
- Bailey, C. P., Sharma, S., Economos, C. D., Hennessy, E., Simon, C., & Hatfield, D. P. (2020). College campuses' influence on student weight and related behaviours: A review of observational and intervention research. *Obesity Science & Practice*, 6(6), 694-707. <https://doi.org/10.1002/osp4.445>
- Biermayr-Jenzano, P. (2020). *Obesidad y género: Enfoque de género y salud alimentaria nutricional en América Latina* (Vol. 8). Intl Food Policy Res Inst.
- Bravo, S. E., Castillo, A. A., Izquierdo, D. C., & Rodas, P. A. (2021). Hábitos alimenticios, nocivos y rendimiento académico en estudiantes universitarios en tiempos de Covid-19. *Vive Revista de Salud*, 4(12), 225-238. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v4i12.122>

- Caballero, C. E. (2019). *Estado nutricional y su relación con los hábitos alimentarios en los estudiantes de Medicina del VII ciclo de la Universidad Privada de Tacna, periodo 2017*. [Universidad Privada de Tacna]. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/1312>
- Cárdenas, L. D., & Tomalá, A. M. (2021). *Comportamiento alimentario y estilos de vida durante la pandemia por COVID-19*. [Universidad Estatal de Milagro UNEMI]. <https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/5469>
- Cervantes-López, M. J., Llanes-Castillo, A., Rivera-García, G. E., & Montes de Oca Rojas, Y. (2023). Gestión estratégica de la calidad para la mejora educativa en México. *Revista Venezolana De Gerencia*, 28(10), 1298-1312. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.e10.26>
- Champagne, C. M. (2022). Nutritional status: An overview of methods for assessment. *Nutrition Guide for Physicians and Related Healthcare Professions*. Springer Nature.
- Covarrubias, O. M. (2022). Problemas complejos y políticas públicas: el caso de la epidemia de obesidad en Mexico. *Gestión y Análisis de Políticas Públicas*, (28), 81–98. <https://doi.org/10.24965/gapp.v28.10886>
- Cruz, N., & Gomes, R. E. (2020). Alimentación y Salud en Mujeres Universitarias. <https://repositorio.unicach.mx/handle/20.500.12753/4374>
- Dávila, E. A. (2023). Trastornos alimenticios durante la pandemia en adultos jóvenes de América Latina.
- Fernández Varela, M. M. (2022). *Evaluación de la efectividad de un programa de actividad física universitario* [Doctoral dissertation, Análise e intervención psicosocioeducativa].
- Gómez Solano, L. M. (2023). Hábitos alimentarios de los pacientes con obesidad y diabetes mellitus tipo 2 de la ESE Centro materno infantil de Sabanalarga 2023.
- Gorniak, S. L., Meng, H., & Pollonini, L. (2022). Correlation between subcutaneous adipose tissue of the head and body mass index: Implications for functional neuroimaging. *Human Movement Science*, 85, 102997. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2022.102997>
- Herrera, I. J. P., & Estrada, J. L. M. (2023). Prevalencia y Factores Asociados a Sobrepeso y Obesidad en Adultos de una Unidad de Medicina Familiar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 8701-8732. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9520
- Hidalgo, L. Y. B., Castro, M. J. C., & Gamboa, Y. L. (2023). Gestión del cuidado para la prevención de la obesidad en adolescentes del recinto sabanillas: Management of care for the prevention of obesity in adolescents of the Sabanillas campus. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2988-3001. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.810>
- Joutex, J. J., & Yela, Z. C. (2019). *Hábitos alimentarios y su influencia en el sobrepeso y obesidad en escolares del Centro de Salud Alfredo Baquerizo Moreno del Cantón Jujan, Guayas del periodo mayo-septiembre 2019*. [Universidad Técnica de Babahoyo]. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/7008>
- Liceaga, R. I., & Rodríguez, C. P. (2020). El alimento como tecnología, obesidad y cambio climático.

- Argumentos. Estudios críticos De La Sociedad*, 1(92), 157–180. <https://doi.org/10.24275/uamxoc-dcsh/argumentos/202092-07>
- Loja, S. P. C., & Izquierdo, P. E. V. (2023). Relación entre la ingesta de alimentos ultra procesados y la prevalencia de la obesidad. *Salud ConCiencia*, 2(2), e44-e44. <https://doi.org/10.55204/scc.v2i2.e44>
- Méndez, N., Arias, A. F., Bejarano, J. D., Pérez, D. F., & Rodríguez, K. S. (2023). *Índice de masa corporal y su relación con factores de riesgo en estudiantes universitarios de Iberoamérica una revisión bibliográfica*. [Unidad Central del Valle del Cauca]. <https://repositorio.uceva.edu.co/handle/20.500.12993/3937>
- Orozco Osorio, J., & Grisales Bedoya, S. (2020). *Programa interdisciplinar con enfoque de promoción de la salud, para el empoderamiento de estilos de vida saludable en población estudiantil con sobrepeso y obesidad de la Universidad de Antioquia*. [Repositorio Institucional Universidad de Antioquia]. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/33703>
- Palmer, K., Bscheiden, A., & Stroebele-Benschop, N. (2021). Changes in lifestyle, diet, and body weight during the first COVID 19 'lockdown' in a student sample. *Appetite*, 167, 105638.
- Puello, A., Gómez, D., García, V., Rodelo, L. Á., & Bello, A. M. (2023). *Efectos de la actividad física sobre el estrés y su relación con el rendimiento académico en el programa académico de medicina en una universidad de Cartagena-Bolívar*. [Corporación Universitaria Rafael Núñez].
- Reuter, P. R., Forster, B. L., & Brister, S. R. (2021). The influence of eating habits on the academic performance of university students. *Journal of American College Health*, 69(8), 921-927. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1715986>