



**UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS FACULTAD DE POSTGRADO  
MAESTRÍA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**ANSIEDAD COMO FACTOR ASOCIADO A LA OBESIDAD EN PAÍSES  
LATINOAMERICANOS**

**ANXIETY AS A FACTOR ASSOCIATED WITH OBESITY IN LATIN AMERICAN  
COUNTRIES**

**AUTORA**

**ZULEMA CAMILA SARMIENTO BERMEO**

**Febrero 2023**



**UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS FACULTAD DE POSTGRADO  
MAESTRÍA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**ANSIEDAD COMO FACTOR ASOCIADO A LA OBESIDAD EN PAISES  
LATINOAMERICANOS**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PRESENTADO EN CONFORMIDAD CON LOS  
REQUISITOS ESTABLECIDOS PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE  
MAGISTER EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**PROFESOR GUÍA**

**AUTORA**

**ZULEMA SARMIENTO BERMEO**

**Febrero 2023**

## **DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA**

"Declaro haber dirigido el trabajo, Ansiedad como Factor asociado a la Obesidad en Países Latinoamericanos, a través de reuniones periódicas con el estudiante Zulema Camila Sarmiento Bermeo, en el trimestre de noviembre a enero del 2023, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

Dra. Ivette Valcarcel

## **DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR**

"Declaro haber revisado este trabajo, Ansiedad como Factor asociado a la Obesidad en Países Latinoamericanos, de Zulema Camila Sarmiento Bermeo, en el semestre en el trimestre de noviembre a enero del 2023, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación".

Dra. Ivette Vacarcel

## **DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE**

“Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.”

Sarmiento Bermeo Zulema Camila

CI. 0104194725

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a Dios por que ha bendecido cada etapa de mi vida y a las personas que participaron en la realización de este proyecto motivándome para cumplir esta meta y no dejarme vencer por las adversidades en el transcurso de este sueño

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo de investigación va dedicado a mi hija Camila y mi hermana que son mi apoyo incondicional, mi motor para seguir, siempre inspirándome para seguir y no caer a pesar de los momentos difíciles, y poder alcanzar mis metas.

## RESUMEN

La Organización Mundial de la Salud la declarado que el exceso de peso (sobrepeso + obesidad) en la población latinoamericana va en aumento y son muchos los estudios que relacionan esta afectación con la el trasorno de ansiedad. El objetivo de esta revision narrativa fue resumir los estudios científicos sobre la ansiedad como factor de riesgo de la obesidad en países latinoamericanos. La metodología empleada fue análisis documental, con enfoque de descripción general y de carácter descriptivo. La búsqueda de la información se llevó a cabo mediante una selección inicial que se realiza con base en los resúmenes y títulos de la información disponible, identificándolos artículos potencialmente elegibles en las distintas bases de datos CAB Abstracts, MEDLINE, Global Health LibraryPsycINFO, ScienceDirect, Scopus y SciELO Citation Index Scielo, empleando la metodología PRISMA. La población estuvo conformada por los documentos registrados bajo el formato de artículos/libros consultados, siendo un total de 50 documentos, de los cuales se seleccionaron a través de criterios, quedando conformad por un total de 10 documentos. Los resultados dejan en evidencia una relación entre la obesidad y la ansiedad demostrada en las investigaciones encontradas en Latinoamérica. Se concluye que: se amerita una urgente intervención por parte de los responsables del cuidado de la salud de los pobladores, a fin de minimizar esta silente enfermedad que cada vez más se presenta en mayor número de latinoamericanos y, es de mayor relevancia en la población infantil.

**Palabras claves:** ansiedad, obesidad, sobrepeso.

## ABSTRACT



The World Health Organization has declared that excess weight (overweight + obesity) in the Latin American population is increasing and there are many studies that relate this affectation to anxiety disorder. The objective of this narrative review was to summarize the scientific studies on anxiety as a risk factor for obesity in Latin American countries. The methodology used was documentary analysis, with a general description and descriptive approach. The search for information was carried out through an initial selection based on the abstracts and titles of the available information, identifying potentially eligible articles in the different CAB Abstracts, MEDLINE, Global Health Library PsycINFO, ScienceDirect, Scopus databases. and SciELO Citation Index Scielo, using the PRISMA methodology. The population was made up of the documents registered under the format of articles/books consulted, with a total of 50 documents, of which they were selected through criteria, being made up of a total of 10 documents. The results show a relationship between obesity and anxiety demonstrated in research found in Latin America. It is concluded that: an urgent intervention is warranted by those responsible for the health care of the inhabitants, in order to minimize this silent disease that increasingly occurs in a greater number of Latin Americans and is of greater relevance in the population. childish.

**Keywords:** anxiety, obesity, excess weight.

## Tabla de contenido

<i>DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA .....</i>	<i>3</i>
<i>DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR.....</i>	<i>4</i>
<i>DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE .....</i>	<i>5</i>
<i>AGRADECIMIENTOS .....</i>	<i>6</i>
<i>DEDICATORIA .....</i>	<i>7</i>
<i>RESUMEN .....</i>	<i>8</i>
<i>Antecedentes.....</i>	<i>16</i>
<i>Objetivos específicos.....</i>	<i>18</i>
<i>Marco metodológico.....</i>	<i>19</i>
<i>Instrumento de recolección de datos .....</i>	<i>19</i>
<i>1. Determinar los criterios de inclusión .....</i>	<i>20</i>
<i>2. Determinar los criterios de exclusión .....</i>	<i>20</i>
<i>Resultados.....</i>	<i>21</i>
<i>Conclusiones.....</i>	<i>28</i>
<i>Recomendaciones.....</i>	<i>29</i>
<i>Referencias.....</i>	<i>30</i>

## Introducción

Los hábitos saludables deben constituirse en estándares de comportamiento constantes en los ciudadanos de todas las edades, debido a la sustancial contribución que proporcionan para el mantenimiento óptimo del estado de salud físico, mental y emocional. Esto se puede lograr a través de la incorporación en la cotidianidad de una dieta nutritiva en calidad y cantidad, prácticas de actividades físicas, hidratación adecuada, descanso apropiado y un buen manejo del estrés.

Sobre la base de estos señalamientos, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) definen el buen estilo de vida saludable como, “aquel en el que se mantiene una armonía y equilibrio en la dieta alimentaria, actividad o ejercicio físico, manejo del estrés, recreación (sobre todo al aire libre) descanso, higiene, buenas relaciones interpersonales y, con el entorno entre otras” (OPS & OMS, 2016, pág. 8). En este reconocimiento cualquier esfuerzo que se realice por alcanzar en todo momento la salud plena y la calidad de vida de todas las personas debe convertirse en el norte de las políticas públicas del país, de la región latinoamericana y aún el ámbito mundial para que tenga el máximo impacto.

Como se aprecia las posibilidades de mantener un estado saludable aumentan considerablemente cuando se observan concienzudamente las buenas costumbres ilustradas en líneas anteriores y en particular, aquellas que tiene que ver con la buena alimentación, el manejo del estrés y de la ansiedad, dado que en los últimos tiempos, se ha puesto de manifiesto la relación que hay entre el sobrepeso, la obesidad y la ansiedad que ponen en riesgo el equilibrio biopsicosocial de las personas que la padecen. Al respecto, subrayan (Díaz, Arredondo, Pelcastre , & Hufty, 2017) un paciente en estado de ansiedad tiende a ingerir mayores cantidades de comida, esto genera un aumento del índice de masa corporal (IMC), que incide en la presencia de enfermedades psicológicas y metabólicas que incrementan los índices de morbimortalidad.

La etiología de la obesidad es multifactorial, según (Weschenfelder, Bentley, & Himmerich, 2018) una de las principales causas de su manifestación es la

alteración en los hábitos alimentarios que condicionan cambios en el aspecto corporal y psicológico, esto propicia que el paciente presente trastornos metabólicos y alteraciones de la conducta. En otro aporte (Ortega E. , 2018) enuncia como problemas psicopatológicos considerados factores causales de la obesidad, la ansiedad, depresión, baja autoestima entre otros. Estiman también (Kim, Kim, & Song, 2020), la obesidad es un problema mundial caracterizado por la acumulación excesiva de grasa corporal, está relacionada con enfermedades cardiometabólicas, como hipertensión, diabetes mellitus, dislipidemia y enfermedades cardiovasculares (ECV).

Estudios de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) mencionan, la obesidad como un problema global, que en las últimas décadas ha venido aumentando considerablemente en la región de América Latina, las cifras estiman que alcanza a uno de cada cuatro adultos para totalizar 106 millones de personas (ONU, 2021). En cuanto al sobrepeso infantil, se ubica en 2 puntos por encima del promedio mundial. Por subregiones, América del Sur registra la mayor prevalencia de sobrepeso infantil, con 8,2%, seguida por el Caribe con 6,6% y Mesoamérica con 6,3% (ONU, 2021). En sentido similar, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) reveló que cada año se suman 3,6 millones de personas obesas en América Latina y el Caribe. Es decir, uno de cada cuatro habitantes se convierte en obeso, año a año (FAO, 2019). El mencionado organismo, también detalló que el sobrepeso afecta al 7,3 por ciento (3,9 millones) de los niños y niñas menores de cinco años, una cifra que supera el promedio mundial de 5,6 por ciento (FAO, 2019).

La literatura consultada da cuenta de una importante implicación entre la ansiedad y los trastornos de alimentación de personas con obesidad, de ahí surge el interés de realizar la presente indagación como forma de aportar información que ponga de relieve la importancia de abordar el estudio de estos factores que afectan de manera importante la salud de los pobladores de países Latinoamericanos, en tal sentido, emergieron las siguientes preguntas de investigación: ¿Se considera a la ansiedad como factor asociado a la obesidad en países Latinoamericanos? ¿Cuál es la incidencia de la ansiedad como factor asociado a la obesidad en países latinoamericanos?, para dar respuesta

interrogantes planteadas se tomó como base el análisis de estudios científicos sobre la ansiedad como factor asociado a la obesidad en estudios realizados en países latinoamericanos, además de identificar la ansiedad como factor asociado a la obesidad en estudios realizados en países latinoamericanos, describiendo la presencia del trastorno de ansiedad en la población muestreada en estudios realizados en países latinoamericanos.

### **Conceptualizaciones**

El sobrepeso y la obesidad en la población se ha convertido en uno de los problemas de salud pública mundial, con efectos graves en el siglo XXI (Amiri & Behnezhad, 2019). Actualmente en Latinoamérica y el Caribe la obesidad representa el 58% de los habitantes es decir 360 millones de personas (Organización Panamericana de la Salud , 2021). La obesidad afecta de manera desproporcionada a las mujeres con un 10 % más que la de los hombres.

### **Obesidad acercamiento conceptual**

La obesidad puede definirse como un desbalance entre las calorías ingeridas y las calorías gastadas, llevando a un depósito anormal o excesivo de grasa corporal (Luppino, de Wit LM, Stijnen, Cuijpers, & Penninx, 2010) . Existen múltiples factores que influyen como son las hormonas, diversos neurotransmisores (neuropéptido Y, serotonina, corticotrofina y la colecistokinina), elementos ambientales, estilos de vida y una inadecuada educación, puede definirse también como una enfermedad crónica (Castillo, y otros, 2019).

Hoy en día, la evidencia señala que los niños y jóvenes realizan menos actividad física, ya que prefieren entretenerse por medio de la tecnología, lo cual no implica gasto energético y lleva a un estado considerable de sedentarismo, el cual a nivel mundial desafortunadamente va en aumento. En el mundo, el problema de la inactividad física o sedentarismo tiene una alta prevalencia.

La prevalencia de la obesidad va en aumento en países tanto desarrollados como en vías de desarrollo. Especialmente en aquellos donde se han experimentado transformaciones socioeconómicas y demográficas drásticas en las últimas décadas, que se han caracterizado por un proceso creciente de

industrialización y una rápida urbanización, llevando a un cambio en los patrones alimentarios y en la actividad física, ejemplo de ello es América Latina. Se estima que en muchos países uno de cada diez niños es obeso al llegar a los 10 años. El manejo de la obesidad sigue siendo un reto, y representa uno de los problemas más difíciles de abordar en la práctica clínica. Se requiere de compromiso tanto del paciente como de sus familiares. El papel de los padres es fundamental en el desarrollo de esta enfermedad durante la infancia, ya que los niños aprenden por imitación y los hábitos que se establecen en la niñez tienden a mantenerse en la edad adulta (Hernández J. , 2018).

La obesidad puede definirse como un desbalance entre las calorías ingeridas y las calorías gastadas, llevando a un depósito anormal o excesivo de grasa corporal (Luppino, de Wit LM, Stijnen, Cuijpers, & Penninx, 2010) . Existen múltiples factores que influyen como son las hormonas, diversos neurotransmisores (neuropéptido Y, serotonina, corticotrofina y la colecistokinina), elementos ambientales, estilos de vida y una inadecuada educación, puede definirse también como una enfermedad crónica (Castillo, y otros, 2019).

### **Ansiedad conceptualizaciones y epidemiología**

La ansiedad es considerada por algunos autores, como un estado emocional transitorio, se caracteriza por la presencia de emociones, sentimientos de tensión y aprensión subjetiva y sobre todo el aumento de la actividad del sistema nervioso autónomo (Aguilar, Blanco, Villarreal, Vargas, Galicia, & Martínez, 2018)

La ansiedad relacionada con la obesidad, está siendo constituida como uno de los principales problemas, factor-efecto, de salud pública a nivel mundial, siendo la alteración de la conducta alimentaria en el individuo, el factor palpable para desequilibrar el estado de salud de una persona (Alarcón, Joza, & Macías, La ansiedad y su relación con la conducta alimentaria en personas con obesidad. , 2019). Mientras que subraya que esta condición compromete la calidad de vida y agrava el pronóstico de salud general y reduce la expectativa de vida de quienes la padecen. El sobrepeso y la obesidad son causa de una mayor ingesta de calorías en relación con las calorías quemadas, este exceso de calorías es almacenado por el cuerpo en forma de grasas (Organización Panamericana de

la Salud , 2021) La obesidad y sobrepeso no solo son enfermedades que conllevan graves problemas de salud física, sino que también se relacionan con problemas psicológicos que, en la mayoría de los casos, a los pacientes se les salen de las manos y no saben cómo controlarlo. Como lo es el sentimiento de frustración, falta de motivación, depresión y ansiedad entre otros (Ortega E. , 2018) La obesidad trae consigo no solo riesgos biológicos sino también de índole psicológico, como disminución de la autoestima, estigmatización y fracaso escolar, a menudo tienen una pobre imagen de sí mismos y expresan sensaciones de inferioridad y rechazo, además de diversas alteraciones del comportamiento como depresiones y ansiedad.

### **La ansiedad y el sobrepeso**

La (Organización Mundial de la Salud, 2016), en el primer trimestre del año 2016, señaló en un informe, que los niveles de obesidad para América Latina el Caribe sobrepasaran las expectativas para el 2020 en lugar de reducirse, expresando factores multifactoriales: “La decadencia de los valores familiares asociados a la aparición de las nuevas tecnologías han producido un incremento en la inestabilidad psicológica de los habitantes en general, pero especialmente en los adolescentes. El exceso y mal uso de herramientas tecnológicas, han producido una especie de síndrome ansioso en los habitantes, que influye en la manera de pensar, ver y sentir el mundo. Es menester saber que nuestro cuerpo acata las órdenes que provienen de nuestro cerebro y el cerebro es el aparato receptor de ondas mentales que tienen repercusión directa en nuestro soma. Y por defecto, en la forma de alimentarnos.” (Organización Mundial de la Salud, 2016).

La relación que existe entre peso corporal y desórdenes mentales, es un tema que en la actualidad se lo tiene muy claro y definido (Nogueira, Ferreira, Siqueir, & Aquino, 2021) . El diagnóstico de sobrepeso y obesidad se puede determinar mediante el cálculo del índice de masa corporal (IMC); para diagnosticar la presencia de ansiedad existen diversos instrumentos, uno de los cuales es el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (stai); la valoración simultánea de estos padecimientos es de suma importancia, ya que se ha observado que posterior a una crisis de ansiedad, hay un incremento en el IMC que puede propiciar sobrepeso y obesidad (Gay, Jiménez, García, & Zempoalteca, 2020).

## **Antecedentes.**

Estudios de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) mencionan, la obesidad como un problema global, que en las últimas décadas ha venido aumentando considerablemente en la región de América Latina, las cifras estiman que alcanza a uno de cada cuatro adultos para totalizar 106 millones de personas (ONU, 2021). En cuanto al sobrepeso infantil, se ubica en 2 puntos por encima del promedio mundial. Por subregiones, América del Sur registra la mayor prevalencia de sobrepeso infantil, con 8,2%, seguida por el Caribe con 6,6% y Mesoamérica con 6,3% (ONU, 2021).

En sentido similar, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) reveló que cada año se suman 3,6 millones de personas obesas en América Latina y el Caribe. Es decir, uno de cada cuatro habitantes se convierte en obeso, año a año (FAO, 2019). El mencionado organismo, también detalló que el sobrepeso afecta al 7,3 por ciento (3,9 millones) de los niños y niñas menores de cinco años, una cifra que supera el promedio mundial de 5,6 por ciento (FAO, 2019).

La literatura consultada da cuenta de una importante implicación entre la ansiedad y los trastornos de alimentación de personas con obesidad, de ahí surge el interés de realizar la presente indagación como forma de aportar información que ponga de relieve la importancia de abordar el estudio de estos factores que afectan de manera importante la salud de los pobladores de países Latinoamericanos.

Es importante considerar que un nuevo informe de Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que Ecuador es el undécimo país con más casos de depresión y el décimo por casos de desórdenes de ansiedad en Latinoamérica. La OMS ha informado que en relación a los desórdenes de ansiedad han incrementado en un 14,9 por ciento, respecto al 2005. Actualmente se estima que el 3,6 por ciento de la población mundial los padecía en 2015 Según ha indicado esta patología se da más en las mujeres (4,6 por ciento) que en los hombres (2,6 por ciento). En la región de las Américas se estima que el 7,7 por



ciento de las mujeres padece ansiedad mientras que los hombres en un 3,6 por ciento (Edición Médica , 2023). En este sentido, la misma OMS ha señalado que Brasil es el país de Latinoamérica que más casos de desórdenes de ansiedad, tiene un 9,3 por ciento; le sigue Paraguay con 7,6; Chile con 6,5; Uruguay con 6,4; Argentina con 6,3; Cuba con 6,1; Colombia con 5,8; Perú y República Dominicana con 5,7; Ecuador con 5,6; Bolivia con 5,4; Costa Rica y El Salvador con 4,6; Nicaragua y Panamá con 4,5; Venezuela con 4,4; Honduras con 4,3; Guatemala con 4,2 y México con 3,6.

**Objetivo general**

Analizar los estudios científicos sobre la ansiedad como factor asociado a la obesidad en estudios realizados en países latinoamericanos.

**Objetivos específicos**

- Identificar los efectos de la obesidad.
- Describir a la ansiedad como factor asociado a la obesidad

## **Marco metodológico**

Este estudio se definió como una revisión sistemática, de acuerdo con la declaración de elementos de información de preferencia para revisiones Sistemáticas y Metaanálisis (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses, PRISMA (Olivia Remes, Carol Brayne, Rianne van der Linde & Louise Lafortune, 2016), se realizó una búsqueda extensa de citas electrónicas y manuales utilizando el método Prisma para identificar revisiones relevantes. Con enfoque cualitativo, donde se trabajó en la búsqueda de información del análisis de las variables estudiadas y de esta forma dar respuesta a los objetivos planteado. Se trabajó en momentos: la primera se desarrolló una estrategia de búsqueda utilizando las palabras claves o descriptores de la ciencia de la salud, la segunda se analizó el contenido de cada trabajo aplicando los criterios de inclusión y exclusión. Y se concluyó con la presentación narrativa de los conceptos claves.

### **Estrategia de búsqueda**

Para elaborar la estrategia, en primer lugar se identificaron los artículos en una búsqueda preliminar, donde se especificó los descriptores de las ciencias de la salud en los diferentes buscadores: **Scielo y Google Académico**, utilizando la combinación de los operadores booleanos AND y OR, las palabras utilizadas fueron Desc “ansiedad”, “obesidad”, “sobrepeso “y los MeSH “anxiety”, “obesity”, “excess weight”.

Posteriormente, se definieron los criterios de inclusión y exclusión determinantes para la fase del cribado, lo que permitió determinar el aporte de los artículos significativos para el estudio.

### **Instrumento de recolección de datos**

Con relación a las técnicas e instrumentos de recolección de datos, para la presente investigación fue, la técnica de búsqueda documental o bibliográfica. Adicionalmente, se empleó el análisis documental y análisis de contenido, debido a que forman parte integral de toda investigación, a objeto de facilitar el desarrollo y comprensión del tema. De este modo, (Sierra Bravo, 2007), la matriz de análisis documental es una técnica de investigación para la descripción

objetiva sistemática y cuantitativa del contenido de las publicaciones, con el fin de interpretarlas (p. 287). El análisis y Meta análisis de los datos se sintetizaron en una tabla de doble entrada donde se incluye autores, año, tipo de artículo y principales resultados y/o conclusiones.

### **1. Determinar los criterios de inclusión**

Los criterios de inclusión incluyeron revisiones sistemáticas o meta-análisis sobre la “Ansiedad como factor asociado a la obesidad en países Latinoamericanos”. Artículos relacionados con medicina, publicados en los últimos 05 años, idioma español y que estén disponibles en texto completo.

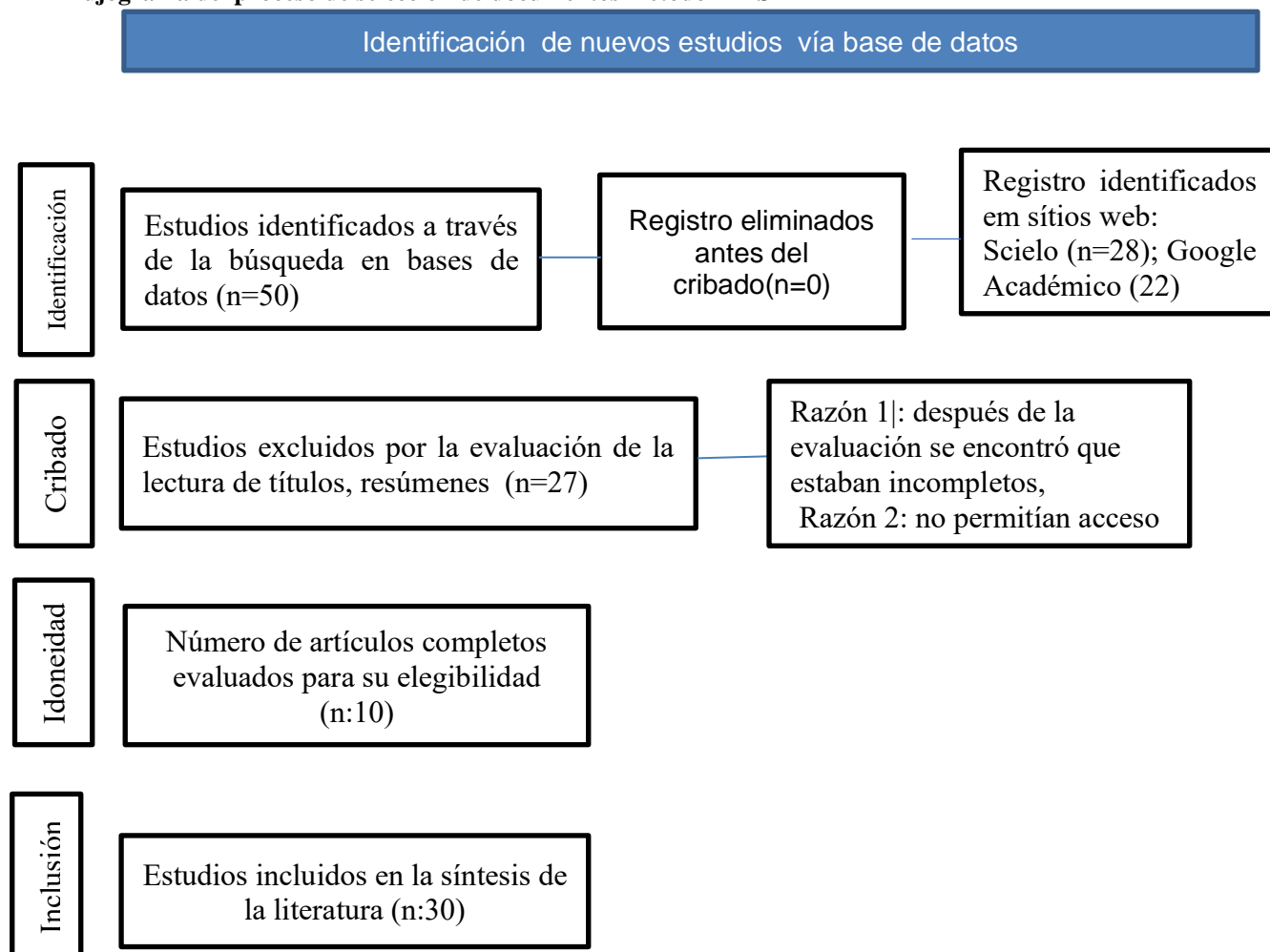
### **2. Determinar los criterios de exclusión**

Artículos duplicados, otro idioma distinto al español, más de 10 años de publicación.

Finalmente, la selección de los artículos se basó en el análisis y evaluación del resumen, objetivos de estudio y resultados, así como la conceptualización de las variables de investigación, en este caso el total de artículos incluidos en la sinterización fueron 10, como se describe en el siguiente diagrama prisma.

Figura 1

## Flujograma del proceso de selección de documentos método PRISMA



Nota: Descripción del flujograma para el proceso de selección de las fuentes documentales. Bajo el método PRISMA

## Resultados

Auto y año	Título	Resultados/Conclusiones
(Mejía, y otros, 2023)	Factores asociados con el cambio percibido en el peso, la actividad física y el consumo de alimentos	En <b>Bolivia</b> , la <u>obesidad y el estrés</u> fueron factores asociados a una mayor percepción de <b>aumento de peso</b> . En <b>Chile</b> , ser <u>mayor de edad</u> , ser <u>mujer</u> , tener <u>diabetes</u> , <u>obesidad y estrés</u> . En <b>Paraguay y México</b> , ser <u>mujer</u> , la <u>obesidad</u> , la <u>ansiedad y el estrés</u> se asoció con una <u>mayor percepción de consumo de alimentos no saludables</u> . En conclusión, los <u>cambios percibidos en</u>

	durante el confinamiento por el COVID-19 en América Latina	<u>peso y estilo de vida</u> durante la pandemia fueron más evidentes en <u>mujeres, personas con comorbilidades y con angustia emocional</u> .
(Franco, Osorio, García, Pinto, Ordosgoitia, & Vásquez, 2022)	Salud mental y covid-19: prevalencia de depresión y ansiedad en adultos jóvenes de América Latina durante la pandemia por covid-19	Se encontró que la pandemia fue un punto clave en el incremento de la prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos en la población joven latinoamericana en conjunto con enfermedades preexistentes, comorbilidades, factores sociodemográficos como la edad, siendo los adultos jóvenes los más afectados, el sexo, siendo el género femenino el más afectado, el desempleo, el estado económico bajo a causa de lo anterior y el estado civil soltero y sin ningún de apoyo durante el confinamiento. Del mismo modo, las medidas tomadas por los gobiernos, acertadas o negligentes, en torno a contener esta problemática creciente de salud pública. El trabajo académico proyecta de manera completa las variables sociodemográficas e implicaciones económicas relacionadas con la prevalencia de depresión y ansiedad en la población elegida de adultos jóvenes durante el confinamiento. Un resultado común en la recopilación de bibliografía realizada es la existencia de un deterioro de la salud mental en general en América Latina. Del mismo modo, esta revisión plantea concientizar a la población lectora sobre la importancia del reconocimiento de esta alarmante realidad en nuestro continente para tomar medidas individuales y en nuestro entorno.
(Duran, y otros, 2022)	Factores psicológicos de la calidad de la dieta en poblaciones rurales de América Latina durante la COVID-19	Entre la población rural durante el COVID pandémica, este estudio encontró que una <u>peor calidad de la dieta estaba asociada con síntomas de anhedonia y ansiedad</u> , así como menor nivel de educación y ser hombre. Propuestas para mejorar la calidad de la dieta podría incluir <u>intervenciones dirigidas a la salud mental de las personas</u> .

	pandemia: un estudio transversal	
(García, 2021 )	Sedentarismo en niños y adolescentes. Factor de riesgo en aumento	En el aspecto psicológico, el estudio del sedentarismo es de gran importancia, debido a que esta enfermedad no ataca solamente al físico de la persona, <u>sino que encierra diversos patrones de comportamiento los cuales hacen que el individuo (niño o joven) en este caso en particular, desarrolle malos hábitos como depresión, ansiedad, baja autoestima y altos niveles de estrés.</u> De allí, que a través de los años, se han identificado muchos factores de riesgo que influyen en el desarrollo de la obesidad; dentro de éstos están los modificables y los no modificables; entre los modificables se encuentra la falta de actividad física, más conocida como ausencia y apatía ante las actividades físicas. <u>La importancia de pesquisar aquellos factores modificables de manera temprana, permitirá ejecutar una intervención directa, ya sea para tratar problemas como la obesidad, depresión,</u> problemas cardiovasculares entre otras patologías de gran importancia, permitirá ejecutar una intervención directa, ya sea para tratar el problema o bien prevenirlo.
(Godina, Yunuen, Garcia, López, Moreno, & Aceves, 2022)	La obesidad y su asociación con la salud mental en niños y adolescentes mexicanos: revisión sistemática	Resultados: Se incluyeron un total de 16 estudios con 12 103 participantes entre 8 y 18 años. Cuatro estudios se centraron en los resultados de ansiedad, 10 en depresión y 2 en ambos (es decir, ansiedad y depresión). <u>La evidencia no es clara acerca de la asociación de la obesidad con la ansiedad.</u> Sin embargo, la mayoría de la evidencia muestra que los <u>niños y adolescentes mexicanos con sobrepeso u obesidad tienen más probabilidades de tener depresión o reportar una mayor cantidad de síntomas depresivos</u> que los participantes con peso normal. Tal probabilidad <u>es mayor para las mujeres.</u> Conclusión: Las intervenciones de promoción de la salud para tratar o prevenir la obesidad también podrían considerar los resultados de salud mental.

(Nogueira, Ferreira, Siqueir, & Aquino, 2021)	¿El nivel de ansiedad está asociado con el riesgo de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios? El estudio NUTSAU	<b>Resultados:</b> los estudiantes con estado de ansiedad $p \geq 50$ presentaron una razón de probabilidad (OR) de 2,69 para tener sobrepeso ( $p = 0,02$ ), así como una OR de 2,77 para tener GC alta ( $p = 0,02$ ) en los modelos ajustados. <b>Conclusión:</b> un mayor nivel de ansiedad se asocia con indicadores antropométricos entre estudiantes universitarios, específicamente para sobrepeso u obesidad y altos porcentajes de LM.
(Martínez, Rodríguez, & Martínez, 2020)	Impacto psicológico de la obesidad en niños y adolescentes vistos desde la universidad, las instituciones de salud y la familia	Con el objetivo de lograr un tratamiento más integral que no solo recaiga en el ejercicio físico y la dieta se propone un programa de intervención psicológica para disminuir las alteraciones emocionales tales como la ansiedad, la depresión y la pérdida de autoestima. Como referente teórico se destaca la Terapia Cognitiva Conductual y se selecciona como sujetos de investigación 10 niños y adolescentes obesos/sobrepesos que acuden a consulta de psicología y psiquiatría en el periodo de octubre del 2018 al mes de marzo del presente año. La investigación se divide en dos etapas, primeramente, se realiza el diagnóstico de las principales alteraciones psicológicas a través de el empleo de métodos como entrevistas, observación, completamiento de frases, htp, e inventario de autoestima. Por su parte la segunda etapa se realiza el diseño del programa de intervención que se basa en sesiones individuales con los niños con técnicas cognitivas conductuales y por otra parte las sesiones con la familia. <u>Como resultados fundamentales podemos destacar que las alteraciones emocionales que prevalecen en los sujetos de investigación son la ansiedad, depresión y baja autoestima,</u> además de llevar estilos de vida sedentarios, en todo ello debe existir una interrelación entre la Educación, las instituciones de salud y la familia.
(Gay, Jiménez, García, &	Asociación entre ansiedad, sobrepeso y obesidad en	El objetivo fue evaluar la asociación entre ansiedad, sobrepeso y obesidad en derechohabientes mayores de edad adscritos a una unidad de medicina



Zempoalteca, 2020)	población adulta adscrita a una unidad de medicina familiar	familiar.se incluyeron 282 pacientes, 32 de ellos presentaron sobrepeso, 117, obesidad grado I, 100, obesidad grado ii y 33, obesidad grado iii. Al evaluar el grado de ansiedad, 37 pacientes manifestaron no presentar esta entidad, 109, presentaron ansiedad leve, 88, ansiedad moderada y 48, ansiedad severa. Se determinó una asociación estadísticamente significativa ( $p < 0.05$ ) entre ansiedad, sobrepeso y obesidad. Conclusión: la mayoría de los pacientes analizados presentó algún grado de ansiedad; <u>existe una asociación estadísticamente significativa entre ansiedad, sobrepeso y obesidad; es necesario realizar un diagnóstico y tratamiento oportuno para evitar complicaciones futuras asociadas a las variables de estudio.</u>
(Alarcón, Chávez, Joza, & K., 2019)	La ansiedad y su relación con la conducta alimentaria en personas con obesidad	El objetivo de esta investigación fue, determinar la relación existente entre los niveles de ansiedad, frente a la conducta alimentaria presentes en personas con sobrepeso, de la "Unidad Educativa Fiscal Portoviejo, y cuáles son los factores más relevantes dentro de la psiquis que determinan estos procesos simbióticos que influyen directamente en el soma. Para el siguiente estudio se ha elegido el tipo de investigación correlacional de corte transversal, puesto que ésta permite evaluar las variables de las muestras seleccionadas y determinar en qué medidas dichas variables están relacionadas. La ansiedad y la obesidad son dos condiciones patológicas que se encuentran íntimamente unidas debido a sus interrelaciones clínicas. Este estudio realizado a los estudiantes de la Unidad Educativa Portoviejo, tomo como muestra a personas que padecían de obesidad con la finalidad de encontrar afinidad entre estas dos variables. <u>Mediante aplicación de baterías psicológicas y otras herramientas de recolección de datos, se pudo concluir que el 55% de los participantes con obesidad padecían de ansiedad de tipo grave.</u> Los resultados expuestos en el

		presente estudio nos permiten entender los factores predictores que puedan incidir en el manejo del estrés y en las estrategias que las personas van a generar en situaciones de riesgo emocional.
(Flórez & Meléndez, 2018)	Depresión y ansiedad en niños obesos de 5 a 11 años: un acercamiento desde una revisión sistemática de literatura	Se concluyó, que existe una correlación positiva de acuerdo con la literatura estudiada, entre padecer <u>sobre peso y la aparición de patologías como la ansiedad y la depresión en la población de niños determinada.</u>

## Discusión

La relación que existe entre peso corporal y desórdenes mentales, es un tema que en la actualidad se lo tiene muy claro y definido. Existe un sin número de evidencia científica documentada, que aclara la relación entre estas dos variables, tales como las que se presentaron y se discutirán: (García, 2021 ) identificó factores de riesgo que influyen en el desarrollo de la obesidad, dentro de éstos están los diversos patrones de comportamiento los cuales hacen que el individuo (niño o joven) en este caso en particular, desarrolle malos hábitos como depresión, ansiedad, baja autoestima y altos niveles de estrés.

Otra investigación realizada por (Martínez, Rodríguez, & Martínez, 2020) encontró que los sujetos de estudio (adolescentes) prevalecen las alteraciones emocionales, tales como ansiedad, depresión y baja autoestima. Del mismo modo, (Alarcón, Chávez, Joza, & K., 2019) mediante aplicación de baterías psicológicas y otras herramientas de recolección de datos, se pudo concluir que el 55% de los participantes con obesidad padecían de ansiedad de tipo grave.

Un elemento importante es que existen don investigaciones que refieren la importancia de la identificación temprana de ambos factores, tal es el caso de (García, 2021 ) quien considera importante pesquisar aquellos factores modificables de manera temprana, permitirá ejecutar una intervención directa, ya sea para tratar problemas como la obesidad, depresión. Además (Gay, Jiménez,

García, & Zempoalteca, 2020) señala que existe una asociación estadísticamente significativa entre ansiedad, sobrepeso y obesidad; es necesario realizar un diagnóstico y tratamiento oportuno para evitar complicaciones futuras asociadas a las variables de estudio.

Como se viene apuntando, entre la obesidad y la ansiedad existe una importante relación que es necesaria abordar con la mayor diligencia para atacar el flagelo del aumento desmesurado de peso en la población que viene en aumento de manera considerable, al respecto, (Mejia, y otros, 2023), encontraron que durante la época pandémica en países como Bolivia, Chile, Paraguay y México, la ansiedad y el estrés se asoció con una mayor percepción de consumo de alimentos no saludables, consiguiendo que esta patología se refleje en mayor cantidad en mujeres con angustia emocional.

En línea con lo anterior (Duran, y otros, 2022), también destacan que en la muestra de estudio abordada, la peor calidad de la dieta estaba asociada con síntomas de anhedonia y ansiedad, contrario a lo planteado por (Mejia, y otros, 2023), estos autores destacan que el fenómeno se fue mayormente cuantificable en hombres.

Por otra parte, (Godina, y otros, 2022), destacan lo siguiente: la evidencia no es clara acerca de la asociación de la obesidad con la ansiedad. Sin embargo, la mayoría de la evidencia muestra que los niños y adolescentes mexicanos con sobrepeso u obesidad tienen más probabilidades de tener depresión o reportar una mayor cantidad de síntomas depresivos. Por otro lado, (Nogueira, Ferreira, Siqueir, & Aquino, 2021), encuentran una asociación positiva entre la ansiedad para sobrepeso u obesidad, en la muestra de estudiantes universitarios referenciada.

En concordancia con (Nogueira, Ferreira, Siqueir, & Aquino, 2021), en el estudio efectuado por (Flórez & Meléndez, 2018) se encontró una correlación positiva entre padecer sobre peso y la aparición de patologías como la ansiedad y la depresión, pero en este caso la muestra corresponde a una población de niños determinada.

De lo antes mencionado, se puede observar que la obesidad y la ansiedad se relacionan significativamente en los diversos grupos etarios estudiados en esta

investigación. Por lo expuesto, se hace urgente la intervención de los Estados a través de políticas públicas ya que este ha sido un limitante presente en los estudios analizados, para el abordaje del flagelo de la obesidad, que cada vez más se incrementa en los latinoamericanos y de modo particular en la población, así mismo es fundamental tomar medidas para controlar el manejo de la ansiedad y depresión, pues como ha quedado en evidencia es un factor asociado al aumento de peso llevando a desarrollar sobrepeso y obesidad.

### **Conclusiones**

La obesidad va en aumento, a pesar de las causas multifactoriales conocidas, las estadísticas a nivel mundial son muy similares, lo que indica que factores raciales y socioeconómicos se podrían encontrar en último lugar como principales factores desencadenantes, tomando como principales los malos hábitos alimenticios y la mala calidad de vida tanto como falta de apoyo y entendimiento paternal, una vez analizados los estudios científicos se concluye que la ansiedad es un determinante o factor asociado para que la población latinoamericana tenga problemas de obesidad.

Es bien conocida la relación que existe entre sobrepeso, obesidad y ansiedad, se encontró en las investigaciones que es común que un paciente en estado de ansiedad tiende a ingerir mayores cantidades de comida y esto genera un aumento del índice de masa corporal (IMC), así como la presencia de otras enfermedades psicológicas y metabólicas que contribuyen al incremento en los índices de morbilidad y mortalidad.

Finalmente se puede concluir, lo que sugieren los autores que la ansiedad es otro de los factores que presentan riesgos para el desarrollo del sobrepeso y obesidad, sin dejar de lado otros factores como el comportamiento, la genética, el entorno en que él se desarrolla el individuo, como último y más importante los patrones del sueño que según la literatura puede tener un efecto y provocar que las personas tengan obesidad y sobrepeso.

## **Recomendaciones**

Fomentar hábitos saludables en edades más tempranas, incorporando dietas nutritivas de calidad en las instituciones educativas.

Incrementar programas para realizar actividad física entre 60 minutos diarios para los jóvenes y 150 minutos semanales para los adultos, un manejo adecuado del estrés.

Implementar políticas públicas para el manejo de la ansiedad y estrés en la instituciones educativas y empresariales.

## Referencias

- Aguilar, C., Blanco, L., Villarreal, E., Vargas, E., Galicia, L., & Martínez, L. (2018). Asociación de sobrepeso u obesidad con trastornos del estado de ánimo en adolescentes. *Arch.latinoam. nutr.*
- Alarcón, B., Chávez, M., Joza, V., & K., M. (2019). "La ansiedad y su relación con la conducta alimentaria en personas con obesidad. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/07/ansiedad-c>.
- Alarcón, B., Joza, M., & Macías, K. (2019). La ansiedad y su relación con la conducta alimentaria en personas con obesidad. . *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*.
- Castillo, E., Campos, N., Moreno, T., Murillo, H., Roja, Y., & Rivas, E. (2019). Estilos de afrontamiento, depresión, ansiedad, niveles de autoestima y riesgo cardiovascular en adolescentes. *Revista Cubana de Cardiología*.
- Díaz, L., Arredondo, A., Pelcastre , B., & Hufty, M. (2017). Indicadores de gobernanza en políticas y programas de salud mental en México: una perspectiva de actores clave. *Gaceta Sanitaria; Volume 31, Issue 4*. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2016.08.001>. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911116301947>, pp.305-312.
- Duran, S., Vinuesa, M., González, G., Carpio, V., Ríos, I., Cavagnari , B., . . . et al. (2022). Factores psicológicos de la calidad de la dieta en poblaciones rurales de América Latina durante la COVID-19. *Rural and Remote Health; 22: 6909*. <https://doi.org/10.22605/RRH6909>.
- Edición Médica . (11 de febrero de 2023). *Ecuador, entre los países con más casos de depresión en Latinoamérica* . Obtenido de Edición Médica. : <https://www.edicionmedica.ec/secciones/salud-publica/ecuador-entre-los-pa-ses-con-m-s-casos-de-depresi-n-en-latinoam-rica-89705>
- FAO. (2019). El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía. *Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO)/FIDA, OMS, PMA, UNICEF, Roma*, pp.3-47.

- Flórez, L., & Meléndez, J. (2018). Depresión y ansiedad en niños obesos de 5 a 11 años: un acercamiento desde una revisión sistemática de literatura. *Universidad Cooperativa de Colombia, Santa Marta, Colombia*. <https://repository.ucc.edu.co/items/9891d718-dcb7-4ba7-842c-b227ed34cb50>.
- Franco, L., Osorio, M., García, R., Pinto, L., Ordosgoitia, D., & Vásquez, L. (2022). *Salud mental y covid-19: prevalencia de depresión y ansiedad en adultos jóvenes de américa latina durante la pandemia por covid-19*. UNIVERSIDAD DEL NORTE.
- García, W. (2021 ). Sedentarismo en niños y adolescentes. Factor de riesgo. *RECIMUNDO:Revista Científica de la Investigación y el Conocimiento*, .
- Gay, J., Jiménez, D., García, J., & Zempoalteca, A. (2020). Asociación entre ansiedad, sobrepeso y obesidad en población adulta adscrita a una unidad de medicina familiar. *Aten Fam*, .
- Godina, N., Yunuen, Y., Garcia, M., López, L., Moreno, C., & Aceves, M. (2022). La obesidad y su asociación con la salud mental en niños y adolescentes mexicanos: revisión sistemática. *Nutr Rev; nuac083*. doi: 10.1093/nutrit/nuac083. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36164834/>.
- Hernández, J. (2018). . Recomendaciones para el tratamiento médico de la obesidad exógena en el nivel primario de atención. . *Revista Cubana de Medicina General Integral*, <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedgenint/cmi-2018/cmi183m.pdf>.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* . México D.F: McGraw-Hill. 6a. edición.
- Kim, S., Kim, H., & Song, S. (2020). Associations between mental health, quality of life, and obesity/metabolic risk phenotypes. *Metab Syndr Relat Disord;18(7)*, pp.347–352.
- Luppino, F., de Wit LM, B., Stijnen, T., Cuijpers, P., & Penninx, B. (2010). Overweight, obesity, and depression: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *67(3)*, . *Arch Gen Psychiatry*,, 220-229.
- Martínez, I., Rodríguez, L., & Martínez, F. (2020). Impacto psicológico de la obesidad en niños y adolescentes vistos desde la universidad, las instituciones de salud y la familia. *RILCO: Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional*, .
- Mejía, C., Farfán, B., Figueroa, J., Palomino, K., Pereira, C., Failoc, V., & Valladares, M.

(2023). Factores asociados con el cambio percibido en el peso, la actividad física y el consumo de alimentos durante el confinamiento por el COVID-19 en América Latina. *Journals Sustainability*; 15(3), 2382;

<https://doi.org/10.3390/su15032382>.

<https://www.mdpi.com/2071-1050/15/3/2382>.

Nogueira, M., Ferreira, C., Siqueira, A. L., & Aquino, L. (2021). ¿El nivel de ansiedad está asociado con el riesgo de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios? El estudio NUTSAU. *Nutrición Hospitalaria*; vol.38, n.3, <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03376>.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112021000300488&script=sci_abstract&tlng=ES)

[16112021000300488&script=sci\\_abstract&tlng=ES](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112021000300488&script=sci_abstract&tlng=ES), pp.488-494.

Olivia Remes, Carol Brayne, Rianne van der Linde & Louise Lafortune. (2016). A systematic review of reviews on the prevalence of anxiety disorders in adult populations. *Brain and Behavior*, 1-33.

ONU. (2021). Situación crítica: El hambre aumenta un 30% en América Latina para alcanzar el mayor nivel en 20 años. *Organización de las Naciones Unidas (ONU)*. <https://news.un.org/es/story/2021/11/1500722>.

OPS & OMS. (2016). Guía de Entornos y Estilos de Vida Saludables en Comunidades Indígenas Lencas . *Organización Panamericana de la Salud (OPS)/ Organización Mundial de la Salud (OMS)/Alcaldía Municipal del Municipio de Yamarangüila Departamento de Intibucá. Honduras*. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1>, pp.83.

Organización Panamericana de la Salud . (2021). Sobrepeso afecta a casi la mitad de la población de todos los países de América Latina y el Caribe salvo por Haití. *Ops/Fao*, [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=1).

Ortega, E. (2018). Alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil. *Revista Medica Herediana*; 29.

[http://148.102.58.24/bitstream/handle/MINEDU/6000/Alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://148.102.58.24/bitstream/handle/MINEDU/6000/Alteraciones%20psicol%C3%B3gicas%20asociadas%20a%20la%20obesidad%20infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y), pp.111-115.

Ortega, E. (2018). Alteraciones psicológicas asociadas a la obesidad infantil. . *Revista Medica Herediana*,



[http://148.102.58.24/bitstream/handle/MINEDU/6000/Alteracionespsicológicas asociadas a la obesidad infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://148.102.58.24/bitstream/handle/MINEDU/6000/Alteracionespsicológicas%20asociadas%20a%20la%20obesidad%20infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Óscar A. Beltrán G. MD. (2005). Revisiones sistemáticas de la literatura. *Rev. Colombiana de Gastroenterología* , 60-69.

Sierra Bravo, R. (2007). *Técnicas de investigación social: Teoría y ejercicios*. Madrid, España: International Thomson Editores y Paraninfo, S.A. 14 ava edición.

Tamayo, & Tamayo. (2007). *El proceso de investigación científica*. México: Editorial Limusa.

Weschenfelder, J., Bentley, J., & Himmerich, H. (2018). Physical and Mental Health Consequences of Obesity in Women. *Adipose Tissue*. DOI: 10.5772/intechopen.73674. <https://www.intechopen.com/chapters/59223>

## **TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La investigación se desarrolla en un paradigma positivista, un estudio de corte cuantitativo, descriptivo correlacional. El estudio es descriptivo ya que caracteriza a la población o fenómeno de estudio, es correlacional porque busca determinar la relación entre las variables ansiedad y obesidad.

### **1. MATERIAL Y MÉTODOS:**

#### **1.1. Poblaciones:**

Población Objetivo

La población en estudio estuvo constituida por pacientes adultos del Centro de Salud Barrial Blanco de la parroquia el Vecino del Cantón Cuenca, que acudieron al servicio de consulta externa durante el periodo de estudio de noviembre del 2022 – enero del 2023

#### **1.2. Poblaciones de Estudio:**

La población en estudio estuvo constituida por pacientes adultos del Centro de Salud Barrial Blanco de la parroquia el Vecino del cantón Cuenca, que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, que acuden al servicio de consulta externa durante el periodo de estudio de noviembre del 2022- enero del 2023

### **2. CRITERIOS DE SELECCIÓN:**

#### **2.1 Criterios de Inclusión**

Pacientes con edad entre 18 y 60 años, con IMC mayor igual a 30 kg/m<sup>2</sup> y que acepten participar en el estudio.

#### **2.2 Criterios de Exclusión:**

1. Pacientes con antecedentes de enfermedades concomitantes (hipertensión arterial, diabetes mellitus, enfermedades tiroideas, cardiopatías).
2. Pacientes con antecedentes de enfermedades psiquiátricas.

### **3..Muestra:**

Unidad de Análisis

La unidad de análisis lo constituyó cada uno de los usuarios adultos que acudan a los Servicio de Consulta Externa del Centro de Salud Barrial Blanco de la parroquia el Vecino del cantón Cuenca, durante el periodo de estudio de noviembre del 2022-enero del 2023 y que cumplieron con los siguientes criterios de selección.

### **3.1. Unidad de Muestreo**

Estuvo constituido por la historia clínica de cada usuario adulto atendido en el Servicio de Consulta Externa del Centro de Salud Barrial Blanco de la parroquia el Vecino del cantón Cuenca, durante el periodo de estudio de noviembre del 2022 – enero del 2023 y que cumplieron con los siguientes criterios de selección.

### **3.2.Tamaño muestral**

El tamaño de muestra fue determinado empleando la fórmula de tamaño de muestra

para estudios de casos.

Numero de historias clinicas: 180

Nivel de confianza 95%

Margen de error de 5%

Tamaño de la muestra: 124

Se utilizará el muestreo aleatorio simple.

### **PROCEDIMIENTO PARA RECOLECCION Y ANALISIS DE DATOS.**

Los datos ingresados en el software SPSS V.22, fueron extraídos de la historia clínica, de los pacientes que cumplieron los criterios de inclusión.

Para el analices de la base de datos se utilizó la correlación de PEARSON.

### **PASOS PARA EL ANALISIS ESTADISTICO:**

Se siguió los siguientes datos :

- Utilización de la base de datos electrónica
- Depuración de datos
- Procesamiento de paquete estadístico SPSS

- Las variables continuas ( edad, peso, talla, circunferencia de la cintura, porcentaje de masa grasa). Se midió con medidas de tendencia central, por medio , mediana, moda, medidas de dispersión.
- Se realizo prueba de asociación de variables dependientes con las variables independientes.
- Circunferencia de la cintura y masa grasa.
- Circunferencia de la cintura y la edad.

#### OPERACIONALIZACION DE VARIABLES ESPECIFICAS

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES
Obesidad	Se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.	Según la OMS el sobrepeso o la obesidad se define como un exceso de grasa en el organismo y un índice de masa corporal mayor a 25 kg/m, la obesidad se caracteriza igual solo que el índice de masa corporal en el adulto mayor de 30 kg/m	1.% MASA GRASA Pliegues en mm <ul style="list-style-type: none"> <li>• Triceps</li> <li>• Biceps</li> <li>• Subescapular</li> </ul> 2. BMI/EDAD <ul style="list-style-type: none"> <li>• Puntaje Z</li> <li>• Percentil</li> </ul>

Edad	Lapso de tiempo que transcurre desde el nacimiento hasta el momento de referencia	Años de vida que tiene el participante al momento de la aplicación de la encuesta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Años</li> </ul>
Circunferencia de cintura	Es una medida antropométrica útil para la identificación de la obesidad abdominal y ha sido calificada como la mejor herramienta para evaluar.	Es un perímetro que permite estimar la grasa corporal a nivel del abdomen. medida de pie en el punto medio entre la última costilla y el borde superior de la cresta iliaca Escala: Continua	cm

## RESULTADOS

### Frecuencias

		<b>Estadísticos</b>	
		Nivel de ansiedad psíquica	Nivel de Ansiedad somática
N	Válido	124	124
	Perdidos	0	0

### Tabla de frecuencia

#### Nivel de ansiedad psíquica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ansiedad Mínima	88	71,0	71,0	71,0
	Ansiedad Leve	33	26,6	26,6	97,6
	Ansiedad Moderada	3	2,4	2,4	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

#### Nivel de Ansiedad somática

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ansiedad Mínima	124	100,0	100,0	100,0

#### Genero del participante

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Masculino	42	33,9	33,9	33,9
	Femenino	82	66,1	66,1	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

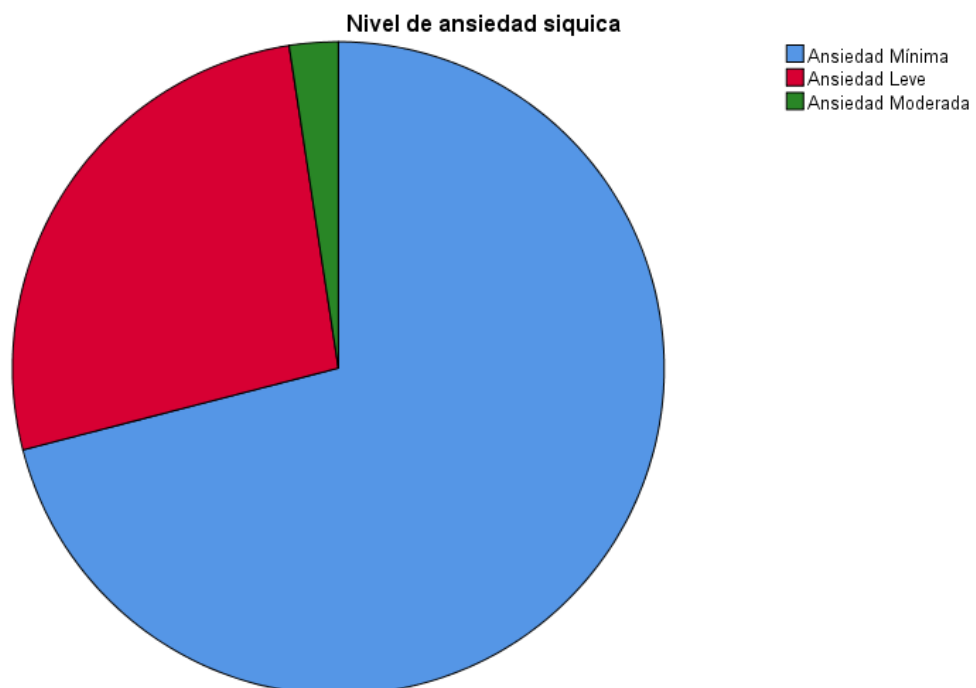
#### Estado civil del participante

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Soltero	25	20,2	20,2	20,2
	Casado	59	47,6	47,6	67,7
	Divorciado	7	5,6	5,6	73,4
	Unión Libre	29	23,4	23,4	96,8
	Viudo	4	3,2	3,2	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

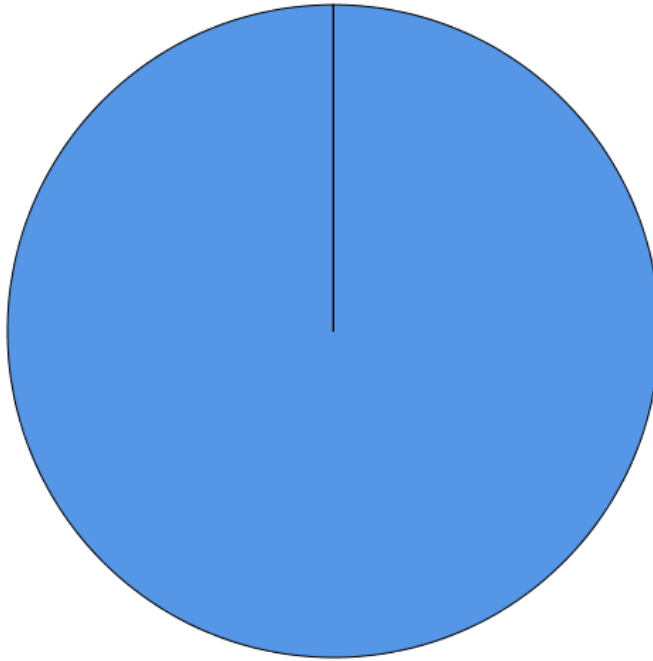
### Nivel de instrucción

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Analfabeto	9	7,3	7,3	7,3
	Primaria	64	51,6	51,6	58,9
	Secundaria	45	36,3	36,3	95,2
	Universidad	6	4,8	4,8	100,0
	Total	124	100,0	100,0	

### Gráfico circular

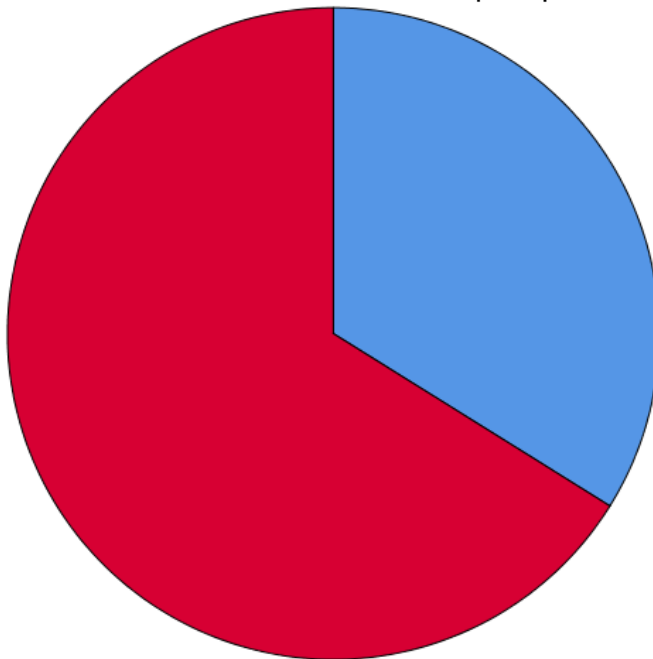


Nivel de Ansiedad somática



■ Ansiedad Mínima

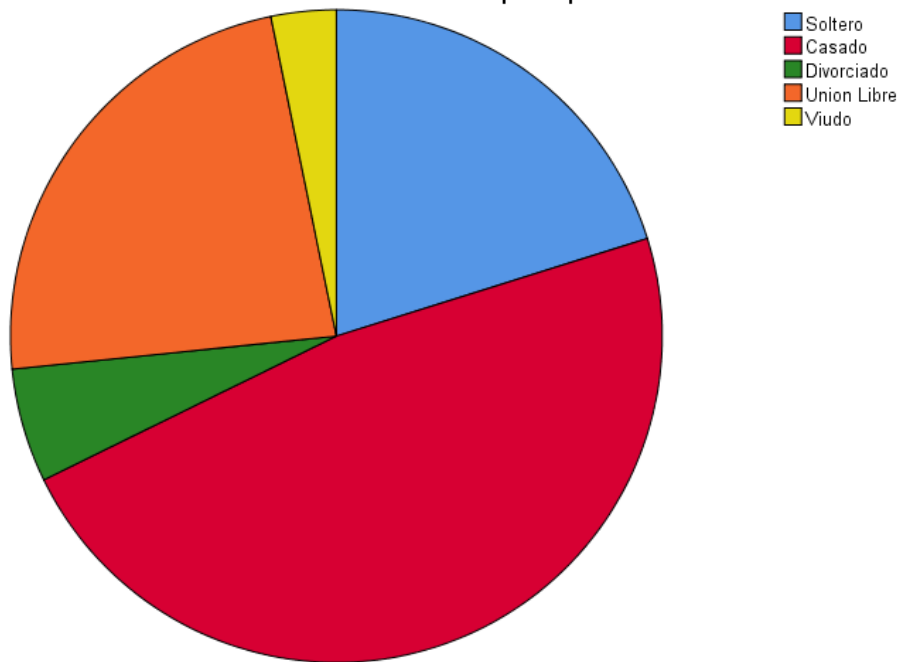
Genero del participante



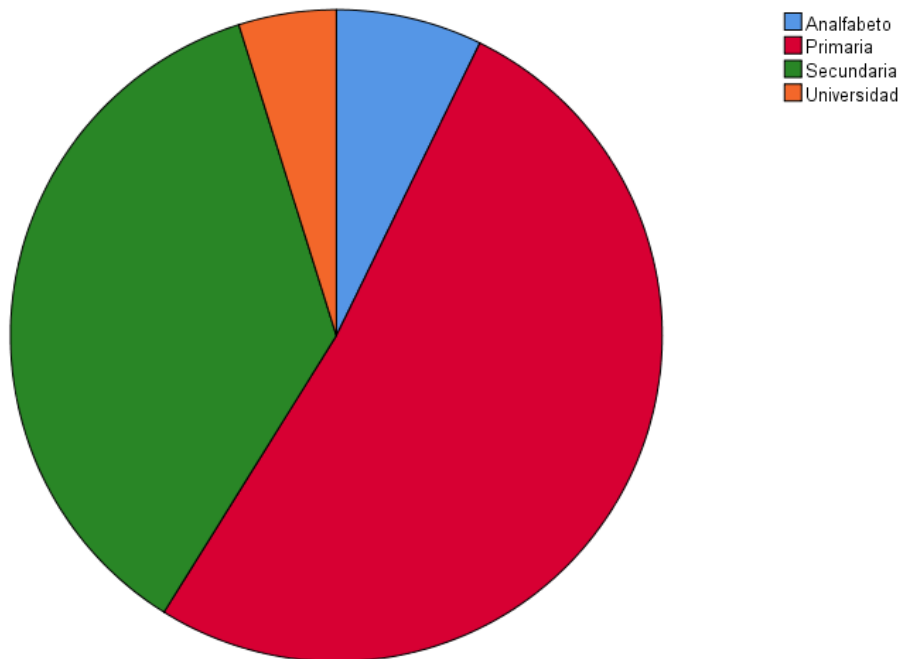
■ Masculino  
■ Femenino



Estado civil del participante



Nivel de instruccion

**Estadísticos**

Edad del participante	Peso	Talla	Índice de cintura	IMC
-----------------------	------	-------	-------------------	-----

N	Válido	124	124	124	124	124
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		42,78	62,5306	1,5308	83,6516	26,7228
Mediana		39,50	59,1500	1,5200	83,7500	25,0760
Moda		20	65,00	1,47	86,00	14,84 <sup>a</sup>
Asimetría		,431	9,782	,441	-,073	10,376
Error estándar de asimetría		,217	,217	,217	,217	,217
Curtosis		-,671	104,176	-,361	-,563	112,769
Error estándar de curtosis		,431	,431	,431	,431	,431

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

## Histograma

