



UNIVERSIDAD VERACRUZANA
INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA



Impacto de la autorregulación en el estado nutricional de estudiantes universitarios con exceso de peso

Que para obtener el grado de:
Maestro en Salud Pública

Área disciplinar:
Epidemiología

Presentan:
Vianey Guadalupe Argüelles Nava
Yolanda Campos Uscanga

Directores de tesis:
Mtra. María Cristina Ortiz León
Dr. Francisco Domingo Vázquez Martínez

Xalapa, Veracruz
19 de septiembre de 2011

Dr. Raúl Arias Lovillo
Rector

Dr. Porfirio Carrillo Castilla
Secretario Académico

Dr. Cesar Ignacio Beristain Guevara
Director General de Investigaciones

Dr. Alejandro Carlos Cuervo Vera
Directora General del Área Académica de Ciencias de la Salud

Dr. Mario Miguel Ojeda Ramírez
Director General de la Unidad de Estudios de Posgrado

Mtra. María Cristina Ortiz León
Encargada de la Dirección del Instituto de Salud Pública

Vianey Guadalupe Argüelles Nava

Jurado de tesis:

Presidenta: Mtra. Guadalupe Jacqueline Olalde Libreros

Secretaria: Dra. María Teresa Álvarez Bañuelos

Vocal: Dr. Esteban Gilberto Ramos Peña

Suplentes:

Secretario: Dr. Jaime Morales Romero

Vocal: Dra. María del Rosario Rivera Barragán

Yolanda Campos Uscanga

Jurado de tesis:

Presidenta: Mtra. Claudia del Carmen Caballero Cerdán

Secretaria: Dra. María Teresa Álvarez Bañuelos

Vocal: Dr. Esteban Gilberto Ramos Peña

Suplentes:

Secretario: Dr. Jaime Morales Romero

Vocal: Dra. Godeleva Rosa Ortiz Viveros

RESUMEN

Antecedentes: La obesidad es uno de los principales problemas de salud pública en todos los grupos de edad, la Universidad Veracruzana ha emprendido esfuerzos para combatirla en sus estudiantes a través de diferentes experiencias educativas teóricas pero sin evidencia documentada de sus resultados.

Objetivo: Determinar la efectividad de una experiencia educativa para generar cambios en la capacidad de autorregulación y en el estado nutricional de estudiantes universitarios con exceso de peso.

Metodología: Se realizó un estudio cuasiexperimental en 58 estudiantes universitarios con exceso de peso, 28 del grupo control y 30 del grupo experimental, incluyó tres mediciones; basal, final y seguimiento. La intervención se desarrolló en 10 sesiones y brindó técnicas de autorregulación y conocimientos para la elaboración de dietas.

Resultados: La diferencia de medias mostró buenos resultados en las variables dependientes e independientes: peso -1.58 kg. ($p=0.057$), IMC -0.55 kg/m² ($p=0.053$) e ICC -0.02 ($p=0.004$); autorregulación de hábitos de alimentación 10.96 ($p<0.001$); autorregulación de hábitos de actividad física 11.18 ($p<0.001$); autoeficacia de hábitos de alimentación 5.46 ($p=0.016$); y autoeficacia de hábitos de actividad física 4.25 ($p=0.009$). La intervención se asoció a la mejora del estado nutricional con un Riesgo Relativo ajustado por sexo de 0.50 (IC 95% $0.29 - 0.84$) y un Número Necesario a Tratar de 2.6 sujetos.

Discusión: Acorde con investigaciones anteriores, la autorregulación de hábitos de alimentación y hábitos de actividad física, se asoció a una mejora en el estado nutricional en los participantes, sin embargo la autoeficacia no reflejó asociación en ninguna de sus dimensiones.

Conclusiones y Recomendaciones: La participación en la experiencia educativa sobre autorregulación de hábitos de alimentación y hábitos de actividad física modificó de forma positiva el estado nutricional de estudiantes universitarios con exceso de peso, además de mejorar sus niveles de autorregulación y autoeficacia, por lo que se recomienda su replicación.