

**2011**

**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR  
FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS  
ESCUELA DE NUTRIOLOGIA**



**Diagnóstico de la Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad en los Adultos de Farmaenlace S.A y relación con hábitos alimentarios e imagen corporal.**

**Tesis de grado**

**Silvia**

**Alejandra Manzano Salazar.**

**TUTORA: Ma. Soledad de la Torre, MSc.  
Quito, Febrero 2011- Diciembre 2011**

## RESUMEN

**Hipótesis:** La prevalencia de sobrepeso y obesidad constituyen un importante problema de salud en los trabajadores de Farmaenlace, y estos pueden estar relacionados a los hábitos alimentarios y a la influencia de la imagen corporal.

**Métodos:** Es un estudio descriptivo transversal donde se evaluaron 161 personas, obteniendo información antropométricos y nutricional que sirvió para determinar las variables según los objetivos de la investigación. La información recolectada fue procesada y analizada en el programa estadístico SPSS versión 2.0; realizando las pruebas estadísticas Chi-cuadrado y Odds ratio para determinar la asociación de variables.

**Resultados:** La muestra se conforma por trabajadores de la empresa Farmaenlace S.A. con un promedio de edad  $33,6 \pm 10,3$  años, distribuidos en distintos departamentos. En el análisis antropométrico encontramos que el 29% de evaluados presentan sobrepeso (Índice de Masa Corporal  $> 25 \text{ Kg/m}^2$ ) y el 12% obesidad (Índice de Masa Corporal  $> 30$ ). Se observa en el estudio multivariado que los hábitos que incrementan el riesgo de presentar sobrepeso son: consumir alimentos frente al televisor (OR=3,331), aguantarse el hambre con el propósito de perder peso (OR=4,12), consumir alimentos a pesar de no tener hambre (OR=2,60), realizar dietas restrictivas (OR= 2,41). Como hábitos protectores se encuentran desayunar todos los días (OR= 0,19) y consumir de vegetales dos veces al día (OR=0,472). En este grupo encontramos que el 40% de evaluados sobre-estiman su peso corporal, 22% sub-estiman y solo el 38% tienen una percepción de la imagen adecuada. Las personas que sobre-estiman su peso corporal realizan más prácticas no saludables para controlar el peso (dietas restrictivas  $p=0,018$ , se aguantan el hambre con el propósito de perder peso  $p=0,008$  y saltan comidas  $p=0,036$ ) que los que tienen una percepción de la imagen corporal correcta.

**Conclusiones:** La prevalencia de sobrepeso y obesidad en esta población es alta, viéndose influenciada por la realización de prácticas no saludables con el propósito de controlar su peso y por la sobre-estimación de su peso corporal. Se observa en los resultados que estas prácticas incrementan el riesgo de presentar un índice de masa corporal superior a los niveles normales.

**Palabras clave:** Sobrepeso. Obesidad. Malas prácticas para control de peso. IMC. Obesidad central o visceral. Distorsión de la imagen corporal.

### ABSTRACT

**Hypothesis:** The prevalence of overweight and obesity are a major health problem in Farmaenlace workers, and these can be related to eating habits and the influence of body image.

**Methods:** It is a descriptive study which evaluated 161 workers, obtaining anthropometrical and nutritional information, which served to determine the variables according to the research objectives. The information collected was processed and analyzed in SPSS statistical program version 2.0; performing statistical tests, Chi-square and odds ratio to determine the association of variables.

**Results:** The sample is made up of employees of the company Farmaenlace S.A. with a mean age  $33.6 \pm 10.3$  years, divided into different departments. The anthropometric analysis found that 29% of assessed individuals were overweight ( $BMI > 25 \text{ kg/m}^2$ ) and 12% were obese ( $BMI > 30$ ). The multivariate study found that habits that increase the risk of being overweight are: eating in front of the television ( $OR = 3.331$ ), restrain from eating when hungry in order to lose weight ( $OR = 4.12$ ), eating despite of not being hungry ( $OR = 2.60$ ), restrictive diets ( $OR = 2.41$ ). The protective habits are: eating breakfast every day ( $OR = 0.19$ ), and the consumption of vegetables twice a day ( $OR = 0.472$ ). In this group, we find that 40% of assessed over-estimate their body weight, 22% underestimate and only 38% have a suitable image perception. The evaluated people who over-estimate their weight had more unhealthy practices ( $p = 0.018$  restrictive diets, restrain from eating when hungry in order to lose weight  $p = 0.008$ , and skipping meals  $p = 0.036$ ) than those with a correct perception of their body image.

**Conclusions:** The prevalence of overweight and obesity in this population is high and is influenced by the performance of unhealthy weight control practices and overestimation of