

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA

***“FACTORES DE RIESGO QUE PREDISPONEN A LA
OBESIDAD A ENFERMERAS/OS DEL
DEPARTAMENTO DE MEDICINA DEL HOSPITAL
ROOSEVELT”***

Estudio descriptivo, cuantitativo y de corte transversal realizado en el Hospital Roosevelt Guatemala, del 1 de Abril al 30 de Mayo del año 2008.

Monica Orquidia Morales Navas
Carné: 200321439

ASESORA: Licenciada Eva Rosales de Tuyuc
REVISORA: Licenciada Claudia Calvillo

Tesis

Presentada ante las autoridades de la Facultad de Ciencias Médicas –
USAC - Escuela Nacional de Enfermeras/os de Guatemala

Previo a optar el grado de Licenciada en Enfermería

GUATEMALA, NOVIEMBRE 2008.



CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO (CUM)
 FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
 ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA
 6 Avenida 3-55 zona 11, Teléfonos 2440-4477, 2440-8592, 2472-1392
 E-mail guatenfria@yahoo.com Guatemala, C.A.



LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE
 GUATEMALA A TRAVÉS DE
 LA DIRECCIÓN DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERAS DE GUATEMALA

AUTORIZA LA IMPRESIÓN DEL TRABAJO DE TESIS
 TITULADO

"FACTORES DE RIESGO QUE PREDISPONEN A LA OBESIDAD A ENFERMERAS/OS
 DEL DEPARTAMENTO DE MEDICINA DEL HOSPITAL ROOSEVELT"

Presentado por la estudiante: *Monica Orquidia Morales Navas*
 Carné: 200321439
 Trabajo Asesorado por: *Licenciada Eya Rosales de Tuyuc*
 y Revisado por: *Licenciada Claudia Calvillo*

Quienes lo avalan de acuerdo al Normativo de Tesis y Exámenes Generales, Grado Académico de
 LICENCIATURA DE ENFERMERÍA. PUNTO NOVENO, INCISOS 9.1 Y 9.2 del ACTA 32-2004.

Dado en la ciudad de Guatemala a los cuatro días del mes de Noviembre del año 2008.



[Signature]
 MSc. *Ruth Herrera Acajalon*
 DIRECTORA



Vo.Bo.

[Signature]
 Dr. *Jesús Arnulfo Oliva Leal*
 DECANO





Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Ciencias Médicas
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala
Unidad de Tesis



Guatemala, 4 de Noviembre de 2008.

Enfermera Profesional
Monica Orquidia Moraes Navas
Presente.

Se le informa que el trabajo de tesis titulado:


**“FACTORES DE RIESGO QUE PREDISPONEN A LA OBESIDAD A ENFERMERAS/OS
DEL DEPARTAMENTO DE MEDICINA DEL HOSPITAL ROOSEVELT”**

Ha sido REVISADO Y CORREGIDO y al establecer que cumple con los requisitos exigidos por esta Unidad, se le autoriza a continuar con los trámites correspondientes para someterse a su examen general público.

Sin otro particular, me suscribo

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


M.A. Enma Judith Porras Marroquín
Coordinadora
Unidad de Tesis

c.c. Archivo



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Ciencias Médicas
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala



Guatemala 4 de Noviembre de 2008

Profesores
UNIDAD DE TESIS
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala
Presente.

Se les informa que la Enfermera:

Monica Orquidia Morales Navas

Ha presentado el Informe Final de su trabajo de tesis titulado:

**"FACTORES DE RIESGO QUE PREDISPONEN A LA OBESIDAD A
ENFERMERAS/OS DEL DEPARTAMENTO DE MEDICINA DEL HOSPITAL
ROOSEVELT"**

Del cual el autor se hace responsable del contenido, y el asesor y revisor damos la aprobación de la metodología, confiabilidad y validez de los datos y resultados obtenidos, así como de la pertinencia de las conclusiones y recomendaciones expuestas.

AUTOR

Licenciada Eva Rosales de Tuyuc
ASESORA

Licenciada Claudia Calvillo
REVISORA

AGRADECIMIENTOS

A DIOS:

Gracias por darme la vida, y la sabiduría para ser lo que hoy soy, a la Virgen Santísima por interceder y rogado siempre por mí.

A MIS PADRES:

Carlos Enrique Morales Donis y Mirna Judith Navas, con mucho cariño y respeto, gracias por sus sabios consejos y el apoyo incondicional brindado. Dios les Bendiga.

A MI HIJA:

JUDIT con especial cariño, regalo que Dios me envió al final de mi carrera, que éste sea un ejemplo a seguir.

A MIS HERMANOS:

Zulema, Maribel, Silvia, Julio, Fernando, Yessenia, Orfa, Carlos, Paola, Mirna, Manuel, Betzayda. A mis cuñadas Elsa Barrera, Orfelinda Pineda y Miriam Donis, Por el cariño y apoyo brindado a lo largo de mi carrera.

A MIS SOBRINOS:

Fernando, Katy, Kevin, David, Susan, José Andrés, Luís, Julio, Naomi, Ximena, Abril, Jean Karlo, y con mucho cariño para mis princesas Dania, Karlan y Mayerly, que este triunfo sea un ejemplo a seguir.

A MIS AMIGAS:

Paula Arriaza, Yadira Barrios, Evelyn Morales, Glenda Bartolón, Arelis Monzón, Magaly Ordóñez, Lucy Chapas, Águeda Herrera, Ada Zoe Gonzáles, Carmen Zuleta, Liliana Barrera, Zoila Rodríguez con mucho cariño, respeto y admiración, gracias por brindarme su amistad y por compartir un largo camino lleno de esfuerzo, sacrificio y de alegrías.

A LAS AUTORIDADES:

Personal Docente y Administrativo de la Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala/USAC quienes guiaron mis pasos en mi formación académica y profesional. con mucho cariño y respeto gracias, que Dios le Bendiga.

A Licenciadas:

Eva Rosales y Claudia Calvillo, quienes con mucha dedicación y esfuerzo participaron en la revisión y asesoría del trabajo de tesis, con sus conocimientos técnicos y científicos hicieron realidad esto. Gracias por su amistad, paciencia y sobre todo el apoyo incondicional.

A:

Doctor Rene Recinos, Doctor Ezequiel Urizar, Doctora Silvia Roldán, Auxiliar de Enfermería Beatriz Méndez, Harold Morjan, Mario Sequen gracias por la amistad, el cariño y el apoyo incondicional brindado.

A:

Todas las personas que me apoyaron y a usted que la recibe especialmente, con cariño.

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. DEFINICIÓN Y ANÁLISIS DEL PROBLEMA.....	3
1.- Antecedentes del problema.....	3
2.- Definición del problema.....	5
3.- Delimitación del problema.....	5
4.- Planteamiento del problema.....	5
III. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	6
IV. OBJETIVO.....	7
V. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.....	8
1. Obesidad.....	8
1.1. Consecuencias de la Obesidad.....	8
2. Tipos de obesidad.....	9
2.1. Obesidad Androide.....	9
2.2. Obesidad Ginecoide.....	9
2.3. Como se clasifica la obesidad.....	9
2.4. Que es el Índice de Masa Corporal (IMC).....	9
2.5. Como saber, cual es el Índice de Masa Corporal Ideal.....	10
2.6. Complicaciones de la obesidad.....	10
3. Factor.....	10
3.1. Tipos de Factores.....	11
3.1.1. Factores Genéticos de la Obesidad.....	11
3.1.2. Factores Socioeconómicos.....	12
3.1.3. Factores Psicológicos.....	13
3.1.3.1. Estrés.....	15
3.1.4. Factores Fisiológicos.....	15
3.1.4.1. Factores Relativos la Desarrollo.....	15
3.1.5. Factores Ambientales.....	16
3.1.6. Sedentarismo.....	17
3.1.6.1. Factores Relacionados a la Actividad Física.....	17
3.1.6.2. Ventajas de la Actividad Física.....	18
3.1.7. Factores Endocrinos y otros.....	18
3.1.7.1. Trastornos Hormonales.....	18
3.1.7.2. Lesión en el Cerebro.....	19
3.1.7.3. Fármacos.....	19
3.1.8. Alimentación.....	20
3.1.8.1. Dieta.....	22
4. Enfermería.....	22
4.1. Enfermera.....	23
VI. MATERIALES Y MÉTODOS.....	24
1.- Tipo de Estudio.....	24
2.- Unidad de Análisis.....	24
3.- Población y Muestra.....	24
4. Definición y Operacionalización de las Variables.....	25
5.- Descripción detallada de las técnicas y procedimientos e instrumentó.....	26

6.- Criterios de Inclusión y Exclusión.....	26
6.1.- Criterios de Inclusión.....	26
6.2.-Criterios de Exclusión.....	27
7.- Aspectos Éticos de la Investigación.....	27
7.1.- Derecho de autodeterminación.....	27
7.2.- La intimidad.....	27
7.3.- El anonimato y confidencialidad.....	27
7.4.- El trato justo.....	27
7.5.- Protección ante la incomodidad y el daño.....	27
VII. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	28
IX. CONCLUSIONES.....	52
X. RECOMENDACIONES.....	53
Bibliografía.....	54
Anexos.....	56
Carta de conocimiento informado.....	56
Cuestionario.....	57

RESUMEN

La investigación "Factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os del Departamento de Medicina del Hospital Roosevelt" se realizó con el objetivo de describir los factores de riesgo que predisponen a la obesidad. El estudio es descriptivo, cuantitativo y de corte transversal, se tomó en cuenta a 40 enfermeras/os que corresponden al 100% del universo, para la recolección de datos se elaboró un cuestionario de 20 preguntas, posteriormente se aplicó la estadística descriptiva para el análisis de la información que más adelante se presenta a través de gráficas con su respectivo análisis e interpretación. Dentro de los resultados más significativos se encontró que el 40% de los encuestados respondió que si hay sobre peso en su familia y el parentesco es de mamá, hermanas, tíos y sobrinos, el 50% no practican ejercicio físico, el 77% no controlan su peso periódicamente, el 79% comparte ocasionalmente actividades sociales con su familia o amigos, el 38% ingieren alimentos en exceso cuando se sienten tristes, deprimidos, alegres o con ansiedad, el 62% a veces se mantiene estresada, el 59% de las enfermeras/os que estuvieron embarazadas aumentaron de peso, el 72% de las enfermeras/os no realiza ninguna actividad física después de ingerir sus alimentos, el 72% ingieren ocasionalmente comida rápida. El 37% de los enfermeras/os presentan sobrepeso y el 28% tiene obesidad, el 27% tiene su peso normal y un 8% está bajo de peso. Por lo que, se puede afirmar que las enfermeras/os del Hospital Roosevelt, que laboran en el Departamento de Medicina se encuentran en un alto riesgo de adquirir enfermedades debido a la obesidad y el sobrepeso, principalmente en profesionales del sexo femenino ubicadas en el rango de 30 a 49 años.

II. DEFINICIÓN Y ANÁLISIS DEL PROBLEMA

1.- Antecedentes del problema.

La obesidad es un estado de exceso de masa adiposa. Ser obeso y estar excedido de peso no es exactamente lo mismo. Las personas obesas están muy excedidas de peso y corren el riesgo de tener graves problemas de salud. Como cardiovasculares, arteriosclerosis, diabetes mellitus tipo II, alteraciones metabólicas, problemas respiratorios, cutáneos, osteoarticulares, digestivos, renales, gonadales, gestacionales, sexuales, neurológicos, hematológicos, quirúrgicos y anestésicos, oncológicos, psicológicos, sociales, suicidio y hasta lo mas grave que es la muerte. “Los datos recientes del centro nacional para las estadísticas de la salud divulgan que más de 69.5% de adultos de Latino América son gordos, y más de 29% son obesos, según el instituto Worldwatch, una organización de Washington D.C. basada en investigación, el número de gente gorda en todo el mundo ha aumentado a 1.1 mil millones, se estima que hasta 87% de adultos gordos son oficinistas, o tienen trabajos de computación o sedentarios que provocan el sobrepeso¹”.

En Guatemala en la actualidad la obesidad está afectando a personas adultas, jóvenes y niños del país. “Ramírez Manuel encargado de dirigir el estudio realizado por el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP). Denominado por qué los niños son más obesos en áreas de los cascos urbanos, un estudio cuantitativo con enfoque descriptivo realizado a 1,800 escolares de 8 escuelas de Santa Catarina Pinula y Villa Nueva, concluyó que 1 de cada 4 de ellos, entre los 6 y los 10 años tiene sobrepeso y 1 de cada 10, obesidad en Villa Nueva, en tanto que 1 de cada 10 tiene sobrepeso en Santa Catarina Pinula, la poca disponibilidad de espacios recreativos y la violencia que los obliga a permanecer encerrados en casa, hijos de padres que trabajan en jornadas

¹www.trucoparabajardepeso.com consultado el 1 de octubre 2008

extensas, videojuegos en auge, un alto número de horas frente al televisor y la carencia de profesores de educación física, forman una especie de cóctel que es causante de la obesidad. El estudio del Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP) también determinó que 1 de cada 20 niños de entre los 0 y 5 años tiene obesidad, constituyendo un 5.4, por ciento de esta población. La "Universidad Francisco Marroquín realizó un estudio a principios de 2006 a través de la Facultad de Medicina que abarcó a 884 alumnos de colegios y 641 de escuelas, de entre los 6 y 13 años. La investigación concluyó que 15 de cada 100 niños en los establecimientos públicos tenían sobrepeso. Los alumnos de los colegios apenas estaban a punto y medio abajo de los de las escuelas, con un 13.5 por ciento. En tanto que el índice de obesidad alcanzó el 11.5 por ciento en las escuelas y el 10.5 por ciento en los colegios. La obesidad en niñas fue del 14 por ciento, los varones las aventajaron solo por un punto²". "Rosales Chávez de Tuyuc, en el estudio denominado Hábitos personales relacionados con alimentación, sueño y ejercicio físico de las enfermeras en el Hospital Roosevelt en el 2002 a pesar que en el estudio no se habla sobre obesidad presenta conclusiones sobre alimentación y ejercicio físico enfocado en enfermeras, dentro de las más relevantes identificamos que el 38% de las enfermeras tiene el hábito no saludable de consumir alimentos con alto contenido de proteínas y grasas de origen animal, el 64% de las enfermeras no practica ejercicio físico regular³".

Enfermería es una profesión en la cual se obtienen satisfacciones laborales, por las múltiples actividades que realiza para lograr la comodidad y el mejoramiento de la salud del paciente, en enfermería se maneja estrés, no se practica higiene mental y esto contribuye a factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os y como agentes de salud, deben de cuidar su salud para brindar mejores cuidados a los usuarios, puesto que la obesidad afecta física, y emocional al que la posee.

² www.prensallibre.com estudios sobre obesidad consultado el junio del 2007

³ Rosales Chávez de Tuyuc Eva Noemí, "Hábitos Personales Relacionados con Alimentación, Sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt" Guatemala 2002 Tesis de Licenciatura en Enfermería.

2.- Definición del Problema.

En la presente investigación se describe cuáles son los factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os, puesto que la obesidad es una de las causas de enfermedades crónicas que en la actualidad en el país no se le brinda la importancia que merece, en enfermería no se reportan estudios sobre obesidad, razón por la cual realizarlo apoyará en gran medida, para determinar los factores de riesgo que predisponen a la obesidad, y en un futuro proponer acciones para disminuir los riesgos.

3.- Delimitación del Problema.

3.1 Ámbito geográfico: Guatemala, Departamento Guatemala

3.2.- Ámbito Institucional: Departamento de Medicina del Hospital Roosevelt.

3.3.-Ámbito personal: Enfermeras que laboran en los Servicios del Departamento de Medicina del Hospital Roosevelt.

3.4.- Ámbito temporal: de Abril a Mayo del 2008.

4.- Planteamiento del problema.

¿Qué factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os del Departamento de Medicina del Hospital Roosevelt durante los meses de Abril a Mayo del 2008?

III JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El presente estudio es importante por que se describen los factores de riesgo que predisponen a la obesidad, que ésta definida como el exceso de masa adiposa y que es causa de muchas enfermedades que afectan en gran medida la salud no solo de enfermeras/os sino de la población en general y como agentes de salud las enfermeras/os deben aprender a cuidar su salud, para brindar una mejor atención a todos los usuarios que soliciten los servicios de enfermería. Es novedoso porque en el Hospital Roosevelt no se han realizado estudios sobre el problema ya mencionado, aunque existe uno denominado "Hábitos personales relacionado con alimentación, sueño y ejercicio físico de las enfermeras donde se concluye que las enfermeras consumen frutas y verduras y consideran el almuerzo como comida principal, es factible por que existe bibliografía suficiente sobre obesidad, aunque no específica en enfermeras/os. En la institución donde se realizó el estudio no existen otros en relación al problema. El estudio se basó en el Modelo de la Promoción de la Salud de "PENDER, NOLA ella dice que el objetivo de este modelo es reunir a todo lo que se conoce sobre las conductas que favorecen la salud y el fin último es generar inquietudes para que se realicen nuevas investigaciones y propuestas⁴

"En el modelo de PENDER, NOLA se mencionan factores modificantes, como son la edad, el sexo, la educación, la ingesta, el peso corporal, los patrones familiares sobre las conductas en cuanto a cuidados sanitarios y las expectativas de los allegados desempeñan también un papel importante en la determinación de las conductas respecto a los cuidados sanitarios. Estos factores modificantes se consideran como una influencia indirecta sobre la conducta, mientras que los factores cognitivo-perceptuales actúan directamente sobre ella⁵.

Pender Nola dice que el objetivo de la asistencia en enfermería es la salud optima del individuo, sentando las bases del estudio de la forma que aplican las personas para tomar decisiones sobre sus propios cuidados sanitarios en su artículo.

⁴ Estudiantes del Tercer año, Escuela Nacional de Enfermeras Temario 2005.

⁵ Marriner Tomey Ann. Modelos y Teorías en enfermería. 3ª ed. Madrid, Barcelona 1994 pag. 508

IV. OBJETIVO

Describir los factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os del Departamento de Medicina del Hospital Roosevelt.

1. Obesidad

La obesidad es un estado de exceso de masa adiposa. Se define y mide a través de un peso no es directamente la medida, las personas que tienen un peso excesivo sufren de un riesgo de complicaciones y las medidas de prevención que se deben tomar.

1.1 Consecuencias de la obesidad

La acumulación de exceso de grasa debajo del diafragma y en la pared torácica puede causar presión en los pulmones, provocando dificultad para respirar incluso con un esfuerzo mínimo. La dificultad en la respiración puede ser grave y en el tiempo provocando la parada torácica de la respiración (apnea del sueño) lo que causa conciencia durante el día y otras complicaciones. Otros problemas ortopédicos, incluyendo dolor en la zona inferior de la espalda y agravamiento de la artrosis, especialmente en las caderas, rodillas y tobillos. Los problemas cutáneos son particularmente frecuentes. Dado que la obesidad causa una superficie corporal elevada con relación a su peso, no pueden eliminar el calor del cuerpo de forma eficiente por lo que sufren más que las personas delgadas. La obesidad es también la consecuencia de los malos hábitos alimenticios causados por la alimentación y una falta de actividad física adecuada.

Por ejemplo: Si una persona pesa 70 kilogramos, y mide 1.8m, se resuelve de la siguiente manera: $70/(1.8)^2$ Por tanto su IMC es 21.6

2.5 Cómo saber, cuál es el Índice de Masa Corporal Ideal de una persona se dice que el Índice de Masa Corporal Ideal debería ser entre 20 a 24.9.

Clasificación del peso, según el índice de masa corporal:

CLASIFICACION	INDICE DE MASA CORPORAL	DESCRIPCION
Bajo Peso	Menor de 20	Puede ser peligroso para la salud
Peso Normal (Grado 0)	Entre 20 a 24.9	Es el peso ideal para la persona
Sobrepeso (Grado I)	De 25 a 29.9	Tolerable si es consecuencia de desarrollo muscular
Obesidad (Grado II)	De 30 a 40	Peligroso para la salud
Obesidad Mórbida (Grado III)	Mayor de 40	Muy peligroso para la salud ⁷

2.6. Complicaciones de la Obesidad

Enfermedades como las siguientes pueden afectar la salud de la persona que tenga obesidad. Problemas cardiovasculares, respiratorios, cutáneos, osteoarticulares, digestivos, renales, gonadales, gestacionales, sexuales, neurológicos, hematológicos, arteriosclerosis, diabetes mellitus tipo II, oncológicos, alteraciones metabólicas, psicológicos, sociales, problemas quirúrgicos y anestésicos, el suicidio y hasta lo mas grave que es la muerte⁸.

3. Factor

Factor es todo elemento que determina una característica nueva se utilizara para determinar que predispone la obesidad. Por definición de factor encontramos que

⁷ www.geocities.com/amirthali/fpelass/obesidad consultado el 17 septiembre 2008

⁸ www.Monografias.com/trabajos15/obesidad/obesidadShtml-95K- (consulta: Julio 23 2007)

“Es cada uno de los elementos condicionante que influyen sobre un resultado específico o que contribuyen a un todo a lograr un resultado en determinada situación⁹”.

3.1 Tipos de Factores.

3.1.1 Factores Genéticos de Obesidad.

En múltiples estudios se ha demostrado que los miembros de una familia, no solo comparten los genes, sino también la dieta y las costumbres, por lo que los factores genéticos y ambientales influyen en una forma crítica.

“La obesidad suele ser hereditaria, por un gen que se trasmite de generación en generación. Se sugiere que, por término medio, la influencia genética contribuye en un 33 por ciento aproximadamente al peso del cuerpo, pero esta influencia puede ser mayor o menor en una persona en particular, la obesidad tienen base genética, para que se manifieste dicha obesidad deben darse también ciertos hábitos o comportamientos. “La concentración de casos a nivel familiar ha sugerido una etiología genética. Ello se reconoce entre el 40-60% en los pacientes obesos¹⁰”. Las observaciones en gemelos univitelinos han sido contradictorias, pero sugieren una interacción genético ambiental. “La identificación de los factores genéticos que concurren en cada individuo puede ayudar en la terapia para tratar su obesidad, orientando acerca de qué comportamientos debe modificar Si bien muchos casos de obesidad tienen su causa en ciertos defectos genéticos, para que se manifieste dicha obesidad deben darse también determinadas conductas, como vida sedentaria, ingesta excesiva de grasas, y otras. Esta diferencia genética explicaría la razón de que haya personas que comen poco y engordan, mientras otras comen de todo y se mantienen delgadas igualmente, y por lo que respecta a la metabolización de los distintos nutrientes, la base genética hace que

⁹ Diccionario Mosby. Diccionario General © 2000 Ediciones Harcourt, S.A. archivo de ayuda HTML compilado 1999.

¹⁰ www.Sameens.dia.unad.es/es7trabajos7/trabajos_publico/trab_2/Rodriguez_Fernandez_2/agentehuesoed7mambiente.htm_30k consultado el 15 de abril 2008

cada persona metabolice de forma diferente las proteínas, los hidratos y las grasas. Conocida esta información genética, podría recomendarse a cada paciente que limitara la ingesta, preferentemente, proteínas grasas y los hidratos, por ser el que más le perjudicaría en el tratamiento de su obesidad¹¹. “Se ha indicado que pueden existir errores en la estimación debido al uso de diferentes esquemas de selección o sesgos de información se ha demostrado que puede expresarse en función del coeficiente de correlación entre el IMC de distintos pares de familiares (por ejemplo: progenitores-hijos, hermanos-hermanos, tíos-sobrinos u otros) y la prevalencia de obesidad. En este sentido, las correlaciones entre familiares varían según el tipo de relación familiar, encontrándose correlaciones entre progenitores-hijos en el rango de 0,10-0,35; hermanos de 0,17-0,40; tíos-sobrinos de 0,08-0,14; abuelos-nietos de 0,05-0,07¹²”. Dado que la historia familiar de obesidad reúne tanto factores genéticos de riesgo como factores ambientales o culturales familiares, se ha observado que la obesidad de los padres es un importante factor de riesgo para el desarrollo futuro de la obesidad en la descendencia. En enfermería es importante identificar que es el factor genético, ya que la ausencia de un marcador en el papel de la genética en la obesidad humana se mantiene como un hecho especulativo, siendo muy probable que la obesidad obedezca a una etiología genético-ambiental.

3.1.2 Factores Socioeconómicos

Es otro de los factores considerados en el estudio el cual explica el motivo por el cual los factores socioeconómicos tienen una influencia tan poderosa sobre el peso de las mujeres no se entiende por completo, pero se sabe que las medidas contra la obesidad aumentan con el nivel social. Las mujeres que pertenecen a grupos de un nivel socioeconómico más alto tienen más tiempo y recursos para hacer dietas y ejercicios que les permiten adaptarse a estas exigencias sociales. Los hábitos alimentarios se estructuran a través del aprendizaje familiar y social,

¹¹ www.adelqazar.net/n04044.htm-36k consultado el 23 de octubre 2007

¹² www.scielo.cl/scielo.php?pid consultado el 15 de abril 2008

fuertemente influenciados por tradiciones, disponibilidad alimentaría, status social y simbolismos afectivos. En este contexto el alimento puede ser utilizado como mecanismo de defensa en contra de la angustia existencial o como recompensa familiar o social. “Los estudios longitudinales han mostrado que educarse con un nivel socioeconómico más bajo es un poderoso factor de riesgo de obesidad. Los factores socioeconómicos tienen importantes influencias tanto sobre la ingesta de energía como sobre el consumo energético. Durante muchos años se creía que la obesidad estaba causada por oscuras perturbaciones metabólicas y que la ingesta de alimento era normal. Sin embargo, el método del agua doblemente marcada, que emplea isótopos estables del hidrógeno y el oxígeno, muestra que las personas obesas tienen un gran consumo de energía, lo cual a su vez exige una ingesta de alimentos grande. Además, esta gran ingesta de alimento suele incluir una gran ingesta de grasa, la cual predispone por sí misma a la obesidad¹³”.

Si bien el nivel socioeconómico tiene que ver mucho en la obesidad, sin embargo en las enfermeras/os es de considerar que la mayoría trabaja en tiempos completos y no programa tiempo para realizar ejercicios o ingerir una alimentación balanceada por lo que si considerar como factor de riesgo y predisponen a la obesidad.

3.1.3 Factores Psicológicos

En obesidad la importancia de describir los factores psicológicos para el desarrollo y el tratamiento de la obesidad es claro, por lo que el terapeuta u otro profesional a cargo del paciente obeso debe cumplir con apoyo, información, educación y permite la expresión de conflictos por parte del paciente. Esto último principalmente porque en el paciente obeso se presentan comúnmente problemas en el área afectiva y cognitiva, como baja autoestima y auto imagen, especialmente en lo referente al propio esquema corporal observándose una deteriorada imagen de sí mismo y de su cuerpo, bajas expectativas de auto

¹³ www.Salud.infoplena.com/dobrepeso-y-obesidad/la-obesidad-y-su-salud-55k consultado el 15 de abril 2008

eficacia y logro. "Los trastornos emocionales, que durante un tiempo fueron considerados como una importante causa de la obesidad, se consideran actualmente como una reacción a los fuertes prejuicios y la discriminación contra las personas obesas. Existen fuertes sugerencias que el ser humano estructura su conducta alimentaria sobre una base cognitiva, sin negar la existencia de una regulación endógena, la cual a nivel individual puede modular la expresión de los factores ambientales. Es común la atribución de que el acto de comer posee un "significado simbólico"; o bien es posible considerar la obesidad como una manifestación de neurosis, con sus componentes depresogénicos, ansiedad y culpa¹⁴". También se ha considerado la obesidad como respuesta a tensiones emocionales o bien como síntoma de una enfermedad mental subyacente. Un aspecto importante es considerar que en general los pacientes obesos tienden a subestimar la ingesta calórica real en comparación con las personas normales (mecanismo de minimización bastante frecuente en las adicciones) por lo que los controles deben ser más acuciosos, incluyendo los registros cotidianos de ingesta. El tratamiento de los trastornos afectivos (depresión, ansiedad) en pacientes obesos es de fundamental importancia, pues de lo contrario el paciente no será capaz de comprometerse adecuadamente con el tratamiento, y en general tendrán mayor dificultad para bajar de peso. En general, las personas afectadas de obesidad no están bien consideradas en la sociedad. "La discriminación por parte de los adultos o de los compañeros desencadena en ellos actitudes antisociales, que les conducen al aislamiento, depresión e inactividad, y frecuentemente producen aumento en la ingestión de alimentos, lo que a su vez agrava o al menos perpetúa la obesidad¹⁵". El elemento psicológico asociado a la obesidad requiere de atención especial, sobre todo porque no es fácil de detectar. Se asocia a la obesidad como una respuesta a la depresión, ansiedad, stress o tensiones emocionales, los cuales desbordan a la persona. También podemos hablar de consecuencias psicológicas de la obesidad en enfermeras/os, como dificultad para

¹⁴ www.geocities.com/borisdocs/obesidad4.html16k, consultado el 23 de octubre 2007

¹⁵ www.tablondeanuncios.com/libre-expresion/historia_ver.php/obesidad-524 24 de septiembre 2007

relacionarse con otras personas o grupos de personas y para desarrollarse normalmente en todos los ambientes, ya sea laboral, social o familiar, llevando a una baja autoestima, esto afecta a toda persona que tenga obesidad.

3.1.3.1 Estrés

En enfermería es común el estrés debido a las múltiples actividades propias de la profesión y la demanda de los usuarios a los cuales se les brinda atención, por lo que es importante analizarlo para identificarlo como factor de riesgo que predispone a la obesidad: "Estrés o Stress, en medicina, proceso físico, químico o emocional productor de una tensión que puede llevar a la enfermedad física¹⁶".

En enfermería es constante, la exposición prolongada al estrés, y este puede generar hábitos no saludables que pueden desencadenar obesidad en enfermeras/os.

3.1.4 Factores Fisiológicos

Toda mujer en edad fértil puede quedar embarazada por lo que se considera el mismo como factor que predispone a la obesidad y se considera el analizarlo "El embarazo y la anticoncepción hormonal, han sido reconocidos como causal primaria de sobrepeso y obesidad, aunque no está claro su mecanismo de acción ¿Se debe a una desregulación endógena derivada de resistencia insulínica e hiperinsulinismo o, en el caso del embarazo, a un cambio de la conducta alimentaria sugerida por el equipo de salud o por la tradición social.

3.1.4.1 Factores Relativos al Desarrollo

Al momento de ingerir los alimentos nuestro organismo se encarga de distribuirlos en todo nuestro cuerpo. Las personas obesas, en particular las que han desarrollado la obesidad durante la infancia, pueden tener una cantidad de células grasas hasta cinco veces mayor que las personas de peso normal. Un aumento

¹⁶Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta© 2002. © 1993-2001 Microsoft Corporation. 23 de abril 2008

del tamaño o del número de células adiposas, o ambos, se suma a la cantidad de grasas almacenadas en el cuerpo.

3.1.5 Factores ambientales

El fácil acceso a los alimentos, factores culturales y sociales, la estructura familiar, la disminución de la actividad física, factores emocionales y psíquicos y muchos más influyen en la obesidad, es difícil valorar individualmente estos factores porque se presentan generalmente asociados y en personas genéticamente predispuestas. Factores ambientales corresponde a los factores extrínsecos que pueden representar una causa para el desarrollo de la enfermedad, el principal determinante de la conducta alimentaria es el aprendizaje familiar y social. Familias con tradición de ser grandes comedores pueden proyectar a sus miembros "patrones de alto consumo". La presión social puede inducir un alto consumo energético en individuos expuestos (vendedores, ejecutivos, representantes sociales) en donde la comida es condición esencial para su labor. Una disponibilidad abundante de alimentos constituye otro factor que lleva a un mayor consumo, lo que tiene como contrapartida la drástica caída de la prevalencia de obesidad en períodos de baja disponibilidad (conflictos armados) y la baja prevalencia en países con escasez de alimentos¹⁷". "El factor ambiental, por su parte, es quizá el más importante, a decir del especialista, debido a que es la primera causa de obesidad. Es importante destacar el hecho de que a medida que va avanzando la tecnología, existen muchas distracciones como los juegos de video, que mantienen al niño sentado por muchas horas frente a un monitor o a la televisión, alejándolo de la actividad física, lo cual es contraproducente en el caso de un chico con tendencia a la obesidad¹⁸". La comida chatarra puede ser muy peligrosa porque es generosa en grasas y carbohidratos; presentan un desbalance calórico y un bajo contenido de proteínas. La periodicidad con la que se ingiere también contribuye a tener obesidad.

¹⁷ www.geocities.com/borisdocsobesidad4.html-16k consultado el 23 octubre 2007

¹⁸ www.eluniversal.com/estampas/anteriores/110404/familia.shtml-27k consultado el 15 de abril 2008

3.1.6. Sedentarismo

El avance de la ciencia en cuanto a beneficiar la comodidad del ser humano, como los ascensores, escaleras mecánicas, lavarropas, etc. El sedentarismo se presenta con una alta prevalencia en el paciente obeso, “se describe como una causal primaria (cambios en el ritmo de la actividad física), en otros como un evento secundario que tiende a agravar la obesidad. Está favorecido por la automatización de la vida diaria y en algunos casos por situaciones psicológicas o psicopatológicas¹⁹.. “debido a prolongados horarios de oficina, la aparición del video juego, la computadora y el Chat, que han remplazado en gran medida a los juegos al aire libre y los deportes²⁰”. En enfermería es evidente el sedentarismo debido a los múltiples factores que rodean el área laboral de la profesión.

3.1.6.1 Factores Relacionados a la Actividad Física

La gente que come mucho pero no hace ejercicio tiene mayores probabilidades de tener obesidad. La actividad física “Es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado período de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo de reposo, es decir, la actividad física consume calorías²¹”. El realizar actividad física diaria es beneficioso para la salud, de tal manera que las mejores actividades físicas son las actividades cotidianas de la vida diaria, como caminar, montar en bicicleta, subir escaleras, hacer las labores del hogar, hacer la compra, y la mayoría de ellas forman parte inherente de nuestra rutina. Pero lo más recomendable es practicar un ejercicio físico programado y planificado y de intensidad moderada.

¹⁹ www.escola.med.puc.cl/publ/boletin/obesidad/etiopatogeniaobesidad.html-26k consultado el 14 de abril 2008

²⁰ www.p-trainer.com7/index.php?option=com_content&task=view&id022&Itemid082-24k consultado el 14 de abril 2008

²¹ www.eswikipedia.org/wiki/actividad-fisica-16k consultado el 23 de octubre 2007

hormonas esteroideas²⁶ⁿ. Ciertos fármacos utilizados frecuentemente causan aumento de peso, como la prednisona (un corticosteroide) fenotiacinas, antidepresivos tricíclicos, litio, ciproheptadina, cortisona, antihistamínicos, anticonceptivos, glucocorticoides, hidracinas, así como también muchos otros fármacos que se utilizan para curar los trastornos psiquiátricos²⁷ⁿ.

3.1.8 Alimentación

En enfermería es muy difícil tomar el tiempo necesario para ingerir los alimentos de una forma adecuada por lo que se ven en la necesidad de hacerlo de una forma muy breve, lo que causa que al poco tiempo se tenga otra vez la necesidad de alimentarse, en otros casos, la opción es consumir alimentos con alto contenido de calorías, dejando en un segundo plano, el valor nutritivo de los mismos. "La alimentación forma parte de las necesidades nutricionales ya que los alimentos satisfacen una necesidad fisiológica como es el hambre, pero también el alimento se relaciona estrechamente con sentimientos de seguridad y es importante para la aceptación social, como sucede por ejemplo cuando se ofrece una taza de café como un expresión de cortesía. La nutrición es el proceso mediante el cual los alimentos ingeridos se transforman y se asimilan, es decir se incorporan al organismo de los seres vivos, que deben comer sano y observando la nutrición, se llama alimentación al suministro de energía o materia prima necesarios para el funcionamiento de nuestro organismo.

Todas las personas tienen necesidades nutricionales específicas de acuerdo a sus propias características, una adecuada alimentación deberá ser equilibrada para satisfacer esas necesidades y evitar enfermedades. Se debe tener especial cuidado al combinar los nutrientes esenciales como los carbohidratos, grasa, proteínas, vitaminas, agua y minerales²⁸ⁿ.

²⁶ www.salud.infoplana.com/sobrepeso-y-obesidad/la-obesidad-y-su-salud-55k, consultado el 14 de abril 2008.

²⁷ www.Monografias.com/trabajos15/obesidad/obesidad.htm Shtml- 95K (consulta: Julio 23 2007)

²⁸ Rosales Chávez de Tuyuc Eva Noemí, "Hábitos Personales Relacionados con Alimentación, Sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt" Guatemala 2002 Tesis de Licenciatura en enfermería.

4. Definición y operacionalización de las variables.

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicadores	Instrumentos
Factores riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os del Departamento de Medicina del Hospital Roosevelt.	Factor es cada uno de los elementos que influye en la Obesidad que afecta la salud, y es causa de diferentes enfermedades, a las cuales no solo las enfermeras/os están propensas. Entre los factores encontramos los genéticos, socioeconómicos, psicológicos, fisiológicos, ambientales, los relacionados a actividad física, endocrinos, alimentación.	Cada uno de los elementos condicionantes que pueden causar en las enfermeras/os exceso de la masa adiposa, con sobrepeso y corren el riesgo de tener graves problemas de salud.	Factores genéticos Factores socioeconómicos Factores psicológicos * Estrés Factores fisiológicos. * Factores relativos al desarrollo. Factores ambientales. Factores relacionados a actividad física. * Ventajas de la actividad física.	Cuestionario estructurado. Item. 1 Item.2-4 Item. 5-7 Item. 8-9 Item. 10 Item. 11-12

			Factores Endocrinos y otros: * Hormonas * Lesión en el cerebro * Fármacos.	Ítem. 13-15
			Alimentación. * Dieta.	Ítem. 16-20

5.- Descripción detallada de las técnicas y procedimientos, e instrumento a utilizar.

El instrumento que se utilizó es un cuestionario con preguntas de selección múltiple y abierta que consta de 20 preguntas.

Primero se les explicó de una forma clara de que trata la investigación, cual es su objetivo, se le proporcionó el consentimiento informado, y luego el cuestionario a cada sujeto de estudio. Y se estuvo presente para resolver dudas. Se pesó y talló a los y las participantes.

El estudio piloto se realizó con los sujetos de estudio de los servicios de Medicinas, cirugías e intensivo del Hospital San Juan de Dios por que los sujetos de estudio poseen características similares.

6.- Criterios de Inclusión y Exclusión.

6.1.- Criterios de Inclusión.

Todas las enfermeras/os del Departamento de Medicina aceptaron participar en el estudio factores de riesgo que predisponen a la obesidad.

6.2.- Criterios de Exclusión.

Enfermeras/os que no aceptaron participar en el estudio quienes estén de vacaciones, o suspendidas. En la investigación No se aplicó este criterio debido a que se obtuvo la participación del 100% de las enfermeras/os.

7.- Aspectos Éticos de la investigación

7.1.- Derecho de autodeterminación:

Se aplicó Informando detalladamente sobre que trata el estudio, preguntándoles si desean participar voluntariamente en el mismo. Se Proporciona la hoja de consentimiento informado.

7.2.- La intimidad:

Se aplicó en el estudio con la información proporcionada, utilizándola solo para fines de investigación.

7.3.- El anonimato y confidencialidad:

Se aplicó manteniendo la confidencialidad en la información que el sujeto proporcionó.

7.4.- El trato justo:

Se aplicó siendo justa en todo el proceso de la investigación.

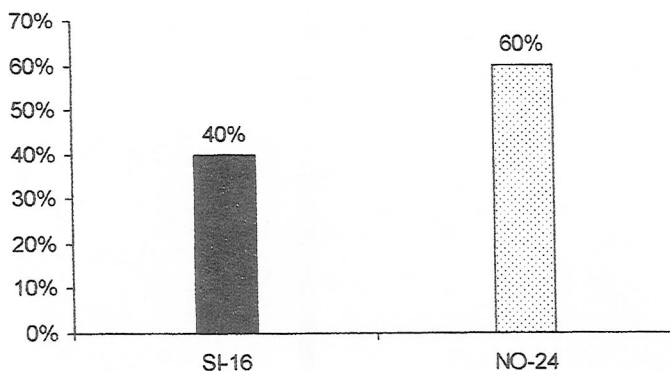
7.5.- Protección ante la incomodidad y el daño:

No causar daños a los mismos garantizando que los sujetos de estudio no sufran daño alguno.

VII ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Gráfica 1

En su familia hay personas con sobre peso



Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

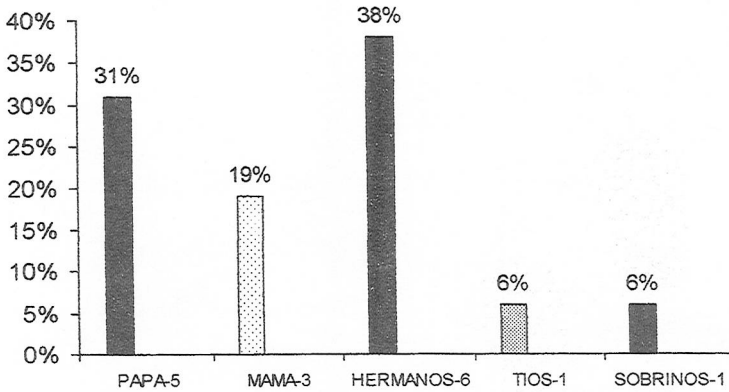
El 40% respondió que si hay sobre peso en su familia y el 60% de los encuestados respondió que en su familia no hay personas con sobre peso, por lo tanto este resultado es muy significativo para la investigación y se puede decir que el factor hereditario influye en la obesidad, confirmando lo encontrado en la revisión bibliográfica. "Obesidad suele se hereditaria, por un gen que se transmite de generación en generación"³⁶. "La identificación de los factores genéticos que concurren en cada individuo puede ayudar en la terapia para tratar su obesidad orientando acerca de que comportamientos debe modificar"³⁷.

³⁶ www.Monografias.com/trabajos15/obesidad/obesidad consulta el 23 de octubre 2007

³⁷ www.adejgazar.net/n04044.htm-36k consultado el 23 de octubre 2007

Gráfica 1.1

De la pregunta anterior si en su familia hay sobre peso, si su respuesta es SI que parentesco tiene:



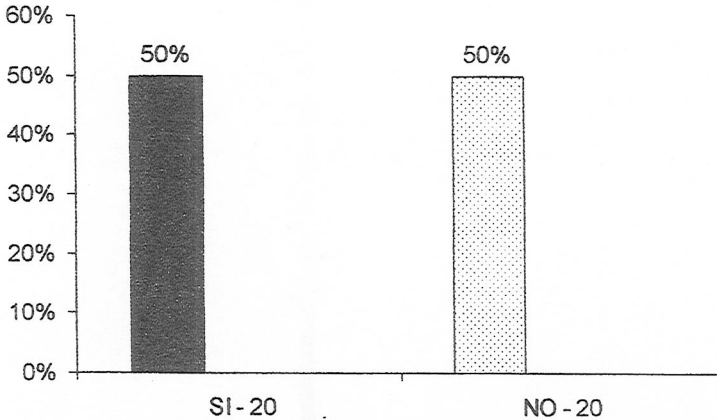
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 40% describió que en su familia si hay personas con sobre peso, encontrándose que el parentesco es de papá, mamá, hermanos, tíos y sobrinos siendo estos los que califican que en la obesidad, si influye en gran medida, el factor hereditario. "En este sentido, las relaciones entre familiares varían según el tipo de relación familiar, encontrándose relaciones entre progenitores-hijos en el rango de 0,10-0,35; hermanos de 0,17-0,40; tíos-sobrinos de 0,08-0,14; abuelos-nietos de 0,05-0,07 ³⁸". Dado que la historia familiar de obesidad reúne tanto factores genéticos de riesgo como factores ambientales o culturales familiares. Se identifica que la obesidad de los padres es un importante factor de riesgo para el desarrollo futuro de la obesidad en la descendencia.

³⁸ www.scielo.cl/scielo.php?pid consultado el 15 de abril 2008

Gráfica 2

Realiza o acostumbra practicar ejercicio físico regular.



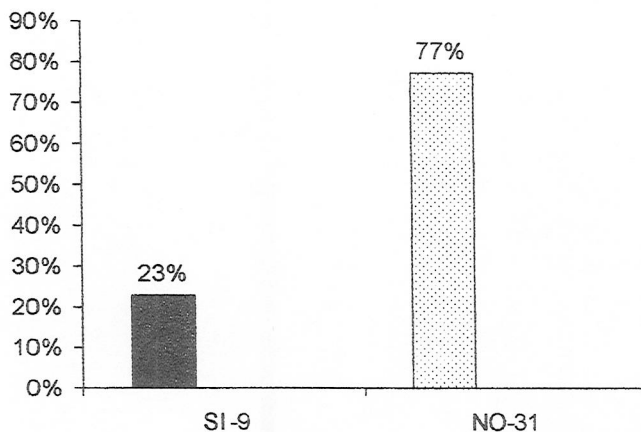
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 50% de los encuestados si practica ejercicio físico, de las razones por las que si realizan ejercicio físico, contestaron que lo hacen por salud, mantener su peso y manejo de estrés, sin embargo un 50% no realiza o practica ejercicio físico regular. "El aumento de las actividades físicas tiene numerosas compensaciones entre ellas la reducción del riesgo de padecer ciertas enfermedades y afecciones, y la mejora de la salud mental.³⁹ Por lo tanto el 50% que no practica ejercicio físico tiene factor de riesgo en adquirir obesidad, y graves problemas en su salud como arteriosclerosis, problemas cardiovasculares, diabetes mellitus tipo II, alteraciones metabólicas, problemas respiratorios, por lo que se puede afirmar que al no practicar ejercicio físico puede causar obesidad.

³⁹ www.ecfic.org/article/es/page/BARCHIVE/esp/esp/casics-actividad-fisica/-45 consultado el 23 de octubre 2007

Gráfica 3

Acostumbra usted a controlar periódicamente su peso con algún profesional

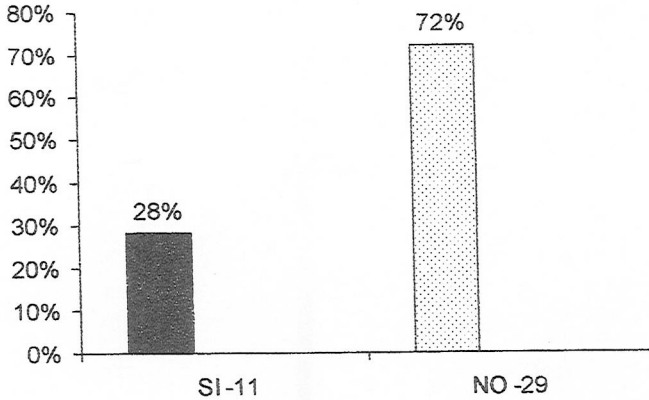


Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 23% controla periódicamente su peso, el profesional que lo controla es cardiólogo, nutricionista, medico y no profesional y el 77% de los encuestados no controla su peso periódicamente, es muy significativo el porcentaje de enfermeras que no controlan su peso periódicamente. Se observa que a la mayoría no le interesa tener conocimiento de cómo se encuentra su peso y así poder realizar acciones inmediatas si hay obesidad. El control periódico del peso contribuye a que la persona, identifique si tiene sobre peso.

Gráfica 4

Trabaja usted en otra Institución de Salud

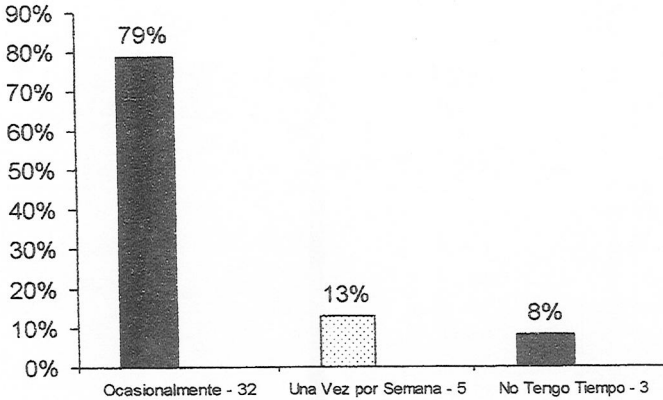


Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 28% de los encuestados si labora en otra institución, como el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, Unidad Nacional de Oncológica Pediátrica y Unidad Nacional de Cirugía Cardiovascular. Y el 72% de los encuestados no labora en otra institución, por lo tanto el 28% tiene factor de riesgo de adquirir obesidad, Por lo que se puede decir que el factor socioeconómico si influye en la obesidad.

Gráfica 5

Comparte con frecuencia actividades sociales como (cenas, cumpleaños, bautizos, cine etc) con su familia, o amigos (a).



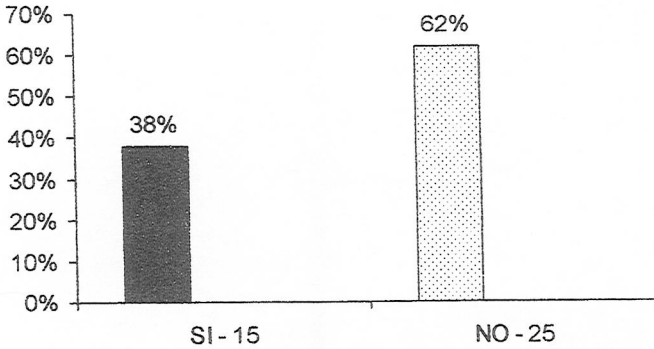
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 8% de los encuestados no tiene tiempo para compartir actividades sociales con su familia o amigos, el 13% contestó que lo realiza una vez por semana y el 79% lo hace ocasionalmente, "Existen fuertes sugerencias que el ser humano estructura su conducta alimentaria sobre una base cognitiva, sin negar la existencia de una regulación endógena, la cual a nivel individual puede modular la expresión de los factores ambientales.⁴⁰": enfermería es una profesión en la cual se obtienen satisfacciones laborales, no planifican actividades propias con sus hijos, esposo o familia que las rodean, por lo que se puede decir que las actividades sociales en las enfermeras/os no constituyen en su mayoría un riesgo para la obesidad.

⁴⁰ www.geocities.com/borisdocs/obesidad4.html#16k consultado el 23 de octubre 2007

Gráfica 6

Ingiere alimentos con exceso, cuando se siente triste, deprimida, alegre, con ansiedad:



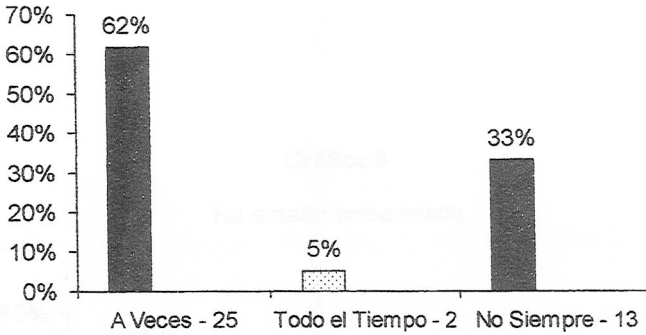
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 62% de los encuestados no ingiere alimentos con exceso, cuando se sienten tristes, deprimidos, alegres o con ansiedad, pero se observa que el 38%, si lo hace por lo que se tiene factor de riesgo de adquirir obesidad. “Los trastornos emocionales, que durante un tiempo fueron considerados como una importante causa de la obesidad, se consideran actualmente como una reacción a los fuertes prejuicios y la discriminación contra las personas obesas.⁴¹”: Las actividades de higiene mental disminuyen el riesgo de padecer trastornos emocionales

⁴¹ www.geocities.com/borisdocs/obesidad4.html consultado el 23 de octubre 2007

Gráfica 7

Usted se mantiene estresada



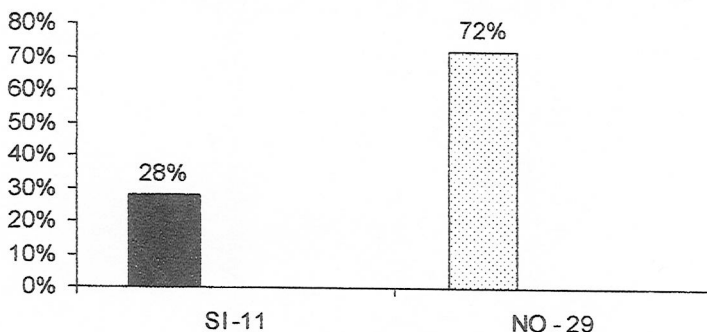
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 62% de los encuestados refirió que a veces se mantienen estresados; el 5% que todo el tiempo se mantiene estresado, el 33% respondió que no siempre se mantiene estresada, el estrés es algo inevitable en enfermería debido a las actividades propias de la profesión y la demanda de los usuarios que se les brinda atención y cuidados de calidad. "Estrés o stress, en medicina es el proceso físico, químico o emocional productor de una tensión que puede llevar a la enfermedad física⁴²". Por lo que se considera como un factor que si puede causar obesidad en las enfermeras/os del Hospital Roosevelt.

⁴² Biblioteca de consulta Microsoft 2002 c 1993-2001 Microsoft Corporation. 23 abril 2008

Gráfica 11

Realiza usted después de ingerir sus alimentos alguna actividad física:



Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

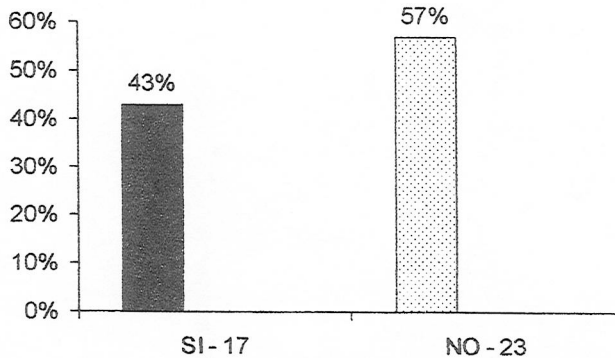
El 72% de los encuestados respondió que no realiza ninguna actividad física después de ingerir sus alimentos, el 28% que respondió que si realiza actividades físicas después de ingerir sus alimentos predominando la caminata y el propio trabajo. La actividad física es cualquier actividad que realizamos conscientemente o inconscientemente a lo largo de nuestra vida. "Reducida la actividad física es probablemente una de la razones principales para el incremento de la obesidad El realizar una actividad física diaria es beneficioso para la salud de tal manera que las mejores actividades físicas son las actividades cotidianas de la vida diaria como caminar, montar bicicleta subir escaleras, hacer labores del hogar, hacer las compras.⁴⁶ⁿ. De esta manera se comprueba una vez más la conclusión que se describe en el estudio "hábitos personales relacionados con las alimentación sueño y ejercicio físico de las enfermeras, en la cual menciona que el 61% de enfermeras que realizan ejercicio físico regular dedican menos del tiempo semanal recomendado, es decir por lo menos tres veces a la semana durante 30 ò 40 minutos⁴⁷ⁿ. Por lo tanto se concluye que el no realizar alguna actividad física causa obesidad.

⁴⁶ www.eswikipedia.org/wiki/actividad-fisica-16 consultado el 23 octubre 2007

⁴⁷ Rosales Chávez de Tuyuc Eva Noemí, "Hábitos Personales Relacionados con Alimentación, Sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt" Guatemala 2002 Tesis de Licenciatura en enfermería.

Gráfica 12

Practica algún deporte (fútbol, básquetbol, natación) otros.



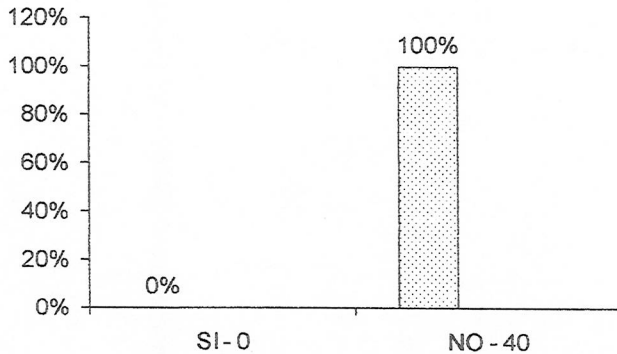
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 57% de los encuestados respondió que no practica algún deporte y el 43% si practica deporte realizándolo una vez por semana u ocasionalmente, el practicar deporte es beneficioso para el ser humano por que el cuerpo mantiene una adecuada condición física y se evita la obesidad. El 57% tiene riesgo de adquirir obesidad y problemas de salud tales como: "Problemas cardiovasculares, arteriosclerosis, diabetes mellitus tipo II, alteraciones metabólicas, problemas respiratorios, cutáneos, osteoarticulares, digestivos, renales, gonadales, gestacionales, sexuales, neurológicos, hematológicos, quirúrgicos y anestésicos, oncológicos, psicológicos, sociales, mortalidad, y hasta lo mas grave que es el Suicidio⁴⁸" La vida sedentaria es un factor en las enfermeras/os del Hospital Rosevelt que puede ocasionar obesidad.

⁴⁸ www.Monografias.com/trabajos15/obesidad/obesidadShtml-95K- (consulta: Julio 23 2007)

Gráfica 13

Padece usted alguna enfermedad como síndrome de cushing, insuficiencia renal, diabetes mellitus, o enfermedad tiroidea.



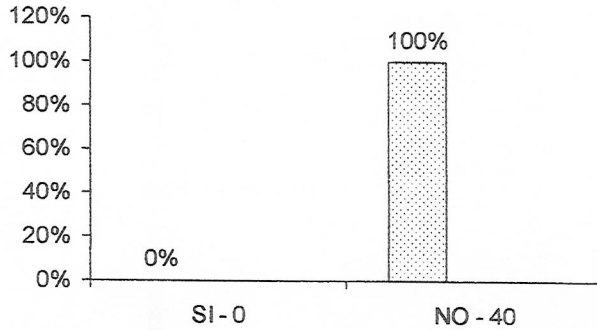
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 100% de los encuestados respondió que no padece de ninguna enfermedad como síndrome de cushing, insuficiencia renal, diabetes, o enfermedad de la tiroides, "Han sido clásicamente considerados como importantes determinantes de obesidad. El hiperinsulinismo por neoplasias pancreáticas, el hipercortisolismo de la enfermedad de cushing, la disfunción ovárica del síndrome del ovario poliquístico y el hipotiroidismo han sido implicados en algunas causas de obesidad, pero los determinantes endocrinos afectan sólo a un pequeño número de personas obesas⁴⁹". Este factor no es condicionante de sobre peso para las enfermeras/os del Hospital Roosevelt.

⁴⁹ www.salud.infoplena.com/sobrepeso-y-obesidad/la-obesidad-ysu-salud-55k. Consultado el 15 de abril 2008

Gráfica 14

Ha sufrido usted alguna lesión en la cabeza que le ocasionó aumentó de peso:



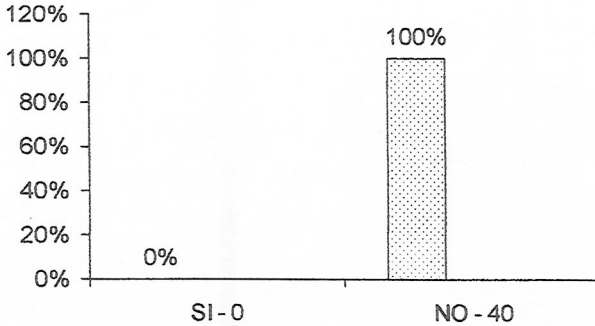
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 100% de los encuestados respondió que no ha sufrido de ninguna lesión en la cabeza que le haya aumentado de peso. "Solo en muy pocos casos una lesión del cerebro, especialmente del hipotálamo, puede dar como resultados obesidad⁵⁰". Las lesiones en la cabeza no constituyen como una causante de obesidad en el grupo de enfermeras/os del Hospital Roosevelt.

⁵⁰ www.Monografias.com/trabajos157obesidad7obesidad consultado el 23 de julio 2007.

Gráfica 15

Utiliza algún tipo de medicamento que considere usted que le aumentó de peso:



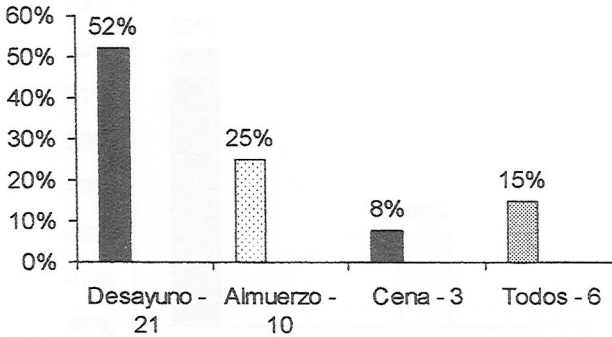
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 100% de los encuestados respondieron que el medicamento que utilizan no les aumento de peso, entre las ventajas y desventajas de los medicamentos encontramos que algunos tienden aumentar el peso en las personas, en su mayoría cuando los tratamientos son a largo plazo. “Se han sumado hace poco tiempo a la lista de determinantes de la obesidad a causa del uso creciente de la farmacoterapia. Puede producirse ganancia de peso por las hormonas esteroides⁵¹”. En el grupo de enfermeras/os, los medicamentos no son un factor que pueda causar obesidad.

⁵¹ www.salud.infoplena.com/sobrepeso-y-obesidad/la-obesidad-ysu-salud-55k consultado el 15 de abril 2008

Gráfica 16

Cual es la comida que usted considera principal.



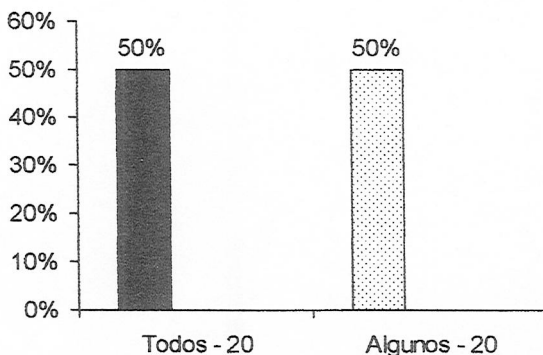
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 52% de los encuestados respondieron que la comida principal es el desayuno, el 25% considera que es el almuerzo, un 8% expuso que es la cena y el 15% que todas las comidas son principales, el desayuno es considerado como principal comida, esto es en cuanto a conocimientos, en la profesión de enfermería en algunos turnos no da tiempo para ingerir alimentos."La alimentación forma parte de las necesidades nutricionales ya que los alimentos satisfacen una necesidad fisiológica como es el hambre, pero también el alimento se relaciona estrechamente con sentimientos de seguridad y es importante para la aceptación social⁵²⁾.

⁵²⁾ Rosales Chávez de Tuyuc Eva Noemi, en "Hábitos Personales Relacionado con alimentación sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt".

Gráfica 18

Subraye los alimentos que Incluye usted en su dieta: Cereales (maíz, trigo, avena) Tubérculos (papas, yuca) Frutas (manzanas duraznos piña) Verduras (zanahoria, gúisquil) Carnes (rojas, blancas) Legumbres (espinaca acelga) Pastas (espagueti)



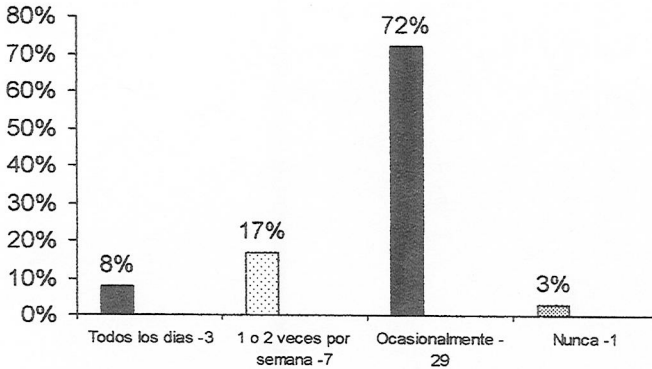
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 50% de los encuestados respondió que incluye todos los alimentos mencionados, el 50% incluye algunos de los alimentos. "Todas las personas tiene necesidades nutricionales específicas de acuerdo a sus propias características. Una adecuada alimentación deberá ser equilibrada para satisfacer esas necesidades y evitar enfermedades^{54a}". Es de suma importancia que el ser humano ingiera todo tipo de alimentos ya que el cuerpo necesita de todos los nutrientes que se le puedan brindar. En enfermería es importante que se consuman alimentos variados, por las múltiples actividades físicas que realizan.

⁵⁴ Rosales Chávez de Tuyuc Eva Noemí, en "Hábitos Personales Relacionado con alimentación sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt".

Gráfica 19

Cuántas veces por semana consumen comida "rápida" (hamburguesas, hot dogs). Golosinas, jugos envasada gaseosas:



Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

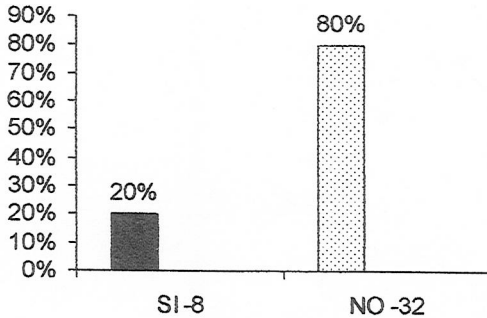
El 72% de los encuestados respondió que ingiere ocasionalmente comida rápida el 17% lo realiza 1 ó 2 veces por semana, el 8% lo realiza todos los días, el 3% responde que nunca consume, la comida rápida o chatarra la cual es rica en grasa y carbohidratos. "No se trata de comer por comer, con el único fin de saciar el hambre, sino de obtener por medio de los alimentos los nutrimentos necesarios para poder realizar todas las actividades según la actividad física que desarrolle, el sexo, la edad y el estado de salud⁵⁵". De esta manera se confirma lo que describe Rosales Chávez en Hábitos personales relacionados con la alimentación sueño y ejercicio. Una adecuada alimentación deberá ser equilibrada para satisfacer esas necesidades y evitar enfermedades⁵⁶.

⁵⁵ www.esmas.com/saludfamiliar7niños7niñas/435791.html consultado el 23 octubre 2007

⁵⁶ Rosales Chávez de Tuyuc Eva Noemí, en "Hábitos Personales Relacionado con alimentación sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt".

Gráfica 20

Se ha sometido usted a algún tipo de dieta para bajar de peso:



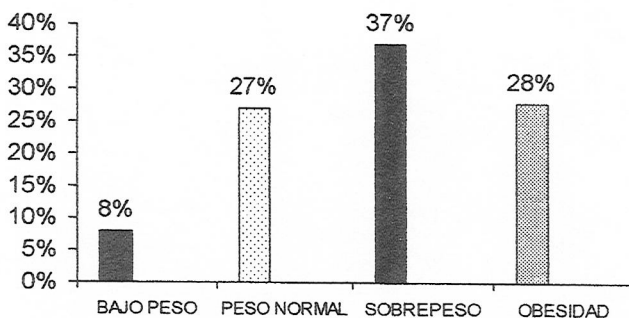
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 80% de los encuestados respondió que no se ha sometido a ningún tipo de dieta, mientras el 20% respondió que si se ha sometido a dietas, con productos de herbalife, y una baja en calorías. La dieta es una promesa que nunca se cumple en especial si se tiene acceso a alimentos en abundancia. "La dieta en el ser humano como englose general de la alimentación humana, la dieta tiene diferentes factores como son los sociales, económicos, personales y culturales. En ocasiones se confunde dieta exclusivamente con régimen especial para bajar de peso o para tratar ciertas enfermedades y este caso no es sino una modificación personal del habito alimentación, es decir una modificación de la dieta⁵⁷". Por lo tanto el someterse o no, a un régimen dietético no es un factor que disminuya el riesgo de obesidad en la enfermeras/os.

⁵⁷ www.eswikipwdia.or/wiki7dieta-24 consultado el 23 de octubre 2007

Gráfica 21

Índice de Masa Corporal en el grupo de Enfermeras (o)



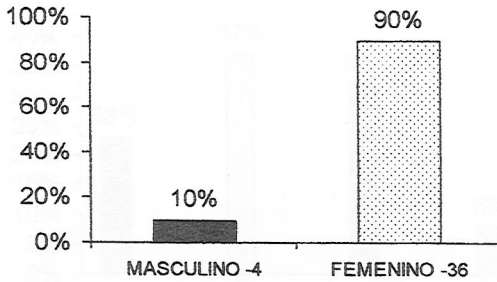
Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

IMC (índice de Masa Corporal). El 37% de los enfermeras/os presentan sobrepeso y el 28% tiene obesidad el 27% tiene su peso normal y un 8% esta bajo de peso. El propósito de tener el conocimiento sobre el IMC se realiza para diagnosticar y tratar la obesidad en determinada persona de acuerdo a la información el 28% de las enfermeras/os se encuentra con obesidad. "De esta manera confirmamos que la obesidad generalmente se mide a partir de indicadores de sobrepeso como el índice de masa corporal en las cuales encontramos bajo peso, peso normal, sobrepeso, obesidad, obesidad mórbida⁵⁸". Los resultados obtenidos son significativos y se puede decir que la mayoría de enfermeras/os tiene sobrepeso y obesidad clasificada como mortal. Descrito lo anterior se confirman, los factores de riesgo en la inadecuada alimentación, ocio, salud mental, y ejercicio que practican las enfermeras/os en el hospital Roosevelt

⁵⁸www.geocities.com/amirthali/fpelass/obesidad consultado el 17 septiembre 2008

Gráfica 22

Sexo de los Participantes



Fuente: Cuestionario dirigido a enfermeras/os profesionales que laboran en el Hospital Roosevelt con respecto a factores de riesgo que predisponen a la obesidad, durante el mes de Mayo del 2008

El 90% de los encuestados pertenece al sexo femenino, y el 10% al sexo masculino, los resultados son significativos y se puede afirmar que el gremio de enfermería en su mayoría está conformado por el sexo femenino. Al relacionar sexo con índice de masa corporal, se puede decir que la mayoría de enfermeras/os del Hospital Roosevelt se encuentra con sobre peso y obesidad. Lo que hace que el grupo este propenso a enfermedades cardiovasculares, problemas respiratorios y de articulaciones etc.

IX CONCLUSIONES

Con base en los resultados obtenidos se concluye que:

Se concluye que la obesidad si es hereditaria en el grupo de enfermeras/os y por los antecedentes si están condicionadas a tener obesidad.

Se concluye que el factor fisiológico, factor relacionados a la actividad física, factor psicológico y social, y la alimentación si condiciona el aumento de peso en el grupo de enfermeras/os y se puede afirmar que causan obesidad.

Se concluye que el factor ambiental, y factores endocrinos, no pueden causar obesidad en las enfermeras/os del Hospital Roosevelt.

Se concluye que las enfermeras del Hospital Roosevelt, que laboran en el Departamento de Medicina se encuentran en un alto riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, problemas respiratorios y de articulaciones etc, debido a la clase de obesidad que presentan, principalmente en profesionales del sexo femenino ubicadas en el rango de 30 a 49 años.

X RECOMENDACIONES

Con base a las conclusiones del estudio se hacen las siguientes sugerencias.

- 1.) Que los padres eduquen a las futuras generaciones sobre una adecuada alimentación y el fomento del ejercicio físico. Para romper el círculo vicioso de la obesidad.
- 2.) Que las autoridades de la institución fomenten el ejercicio físico, por medio de actividades deportivas. Ubicar un gimnasio en las instalaciones donde se labora hacer concursos de aeróbicos, y que sea de carácter obligatorio la asistencia.
- 3.) El área de docencia establezca un programa de salud mental para los enfermeras/os. Que realice talleres con enfermeras sobre el adecuado manejo de estrés, ejemplo: ejercicios de respiración, práctica de yoga, charlas motivacionales y otros. Jefes de Servicio Programen actividades sociales y familiares dos veces al mes en los roles de turno.
- 4.) Que las autoridades de enfermería encargadas del área de docencia establezcan un programa sobre una sana nutrición y de control de peso y talla. Y educar sobre la adecuada alimentación durante el embarazo. Y cuando se este utilizando algún método de planificación familiar.

Bibliografía

1. ARGUETA ÁLVAREZ ANA MARIA, "Proceso de Enfermería Paso a Paso" Guatemala 2001 Pág. 4
2. Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta® 2002. © 1993-2001 Microsoft Corporation. 23 Abril 2008
3. Consejo Internacional de Enfermeras "Modelo de aplicación para el marco de competencia del CIE para enfermera generalista", Pág. 13
4. Diccionario Mosby. Diccionario General © 2000 Ediciones Harcourt, S.A. archivo de ayuda HTML compilado 1999.
5. Docentes ENEG Policopiado, Introducción a la Enfermería, 2003
6. Estudiantes del 4to semestre de la Carrera Técnica de Enfermería de la ENEG Agosto 2005 seminario Higiene Mental.
7. Estudiantes del Tercer año, Escuela Nacional de Enfermeras Temario 2005.
8. LEDDY, SUSAN Y MAE PEPPER. Bases Conceptuales de la Enfermería Profesional, Editorial OPS, 1989.pgs.36.
9. MARRINER TOMEY ANN. Modelos y Teorías en enfermería. 3ª edición. Madrid Barcelona 1994 pag. 508
10. MARRINER TOMEY ANN. Modelos y Teorías en enfermería. 4ª Edición. Madrid Barcelona 1999 pag. 64
11. ROSALES CHÁVEZ DE TUYUC EVA NOEMÍ, "Hábitos Personales Relacionados con Alimentación, Sueño y Ejercicio de las Enfermeras del Hospital Roosevelt" Guatemala 2002 Tesis de Licenciatura en enfermería.
12. SOLE MENDOZA JUAN, "puricultura de Acuerdo a los programas de enseñanza normal", Editorial, Trillas, México, 1981, Pág. 83
13. www.adelgazar.net/n04044.htm-36k consultado el 23 de octubre 2007
14. www.ecfic.org/article/es/page/BARCHIVE/expid/casics-actividad-fisical-45k consultado el 23 de octubre
15. www.eluniversal.com/estampas/anteriores/110404/familia.shtml-27k consultado el 15 de abril 2008

16. www.escuela.med.puc.cl/publ/boletin/obesidad/etiopatogeniaobesidad.html-26k consultado el 14 de abril 2008
17. www.encolombia.com/adipocito_la_obesidad-v3n2htm-24k- consultado el 15 de abril 2008.
18. www.esmas.com/saludfamiliar/niños/niñas/435791.html.-27k consultado el 23 de octubre 2007
19. www.eswikipedia.or/wiki/dieta-24 consultado el 23 de octubre 2007
20. www.eswikipedia.org/wiki/actividad-fisica-16k consultado el 23 de octubre 2007
21. www.geocities.com/borisdocs/obesidad4.html16k. consultado el 23 de octubre 2007
22. www.Monografias.com/trabajos15/obesidad/obesidadShtml-95K- (consulta: Julio 23 2007)
23. www.ptrainer.com7/index.php?option=com_content&task=view&id022&Itemid082-24k consultado el 14 de abril 2008
24. www.Salud.infoplena.com/dobrepeso-y-obesidad/la-obesidad-y-su-salud-55k consultado el 15 de abril 2008
25. www.Sameens.dia.unad.es/es7trabajos7/trabajos_publico/trab_2/Rodríguez_Fernandez_2/agentehuesoed7mambiente.htm_30k consultado el 15 de abril 2008
26. www.scielo.cl/scielo.php?pid consultado el 15 de abril 2008
27. www.tablondeanuncios.com/libre-expresion/historia_ver.php/obesidad -524
28. www.geocities.com/amirthalii/_fpelass/obesidad consultado el 17 septiembre 2008.
29. www.trucoparabajardepeso.com consultado el 1 de octubre 2008

Anexos.



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Ciencias Médicas
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala



Guatemala Abril de 2008

Carta de Conocimiento Informado

A través de la firma de este documento, doy mi consentimiento para participar en la investigación Científica "Factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os". Que esta siendo dirigido por la Enfermera Profesional Mónica Orquidia Morales Navas

He sido informada (o) que la presente investigación es el producto esperado en la Licenciatura en Enfermería que se está desarrollando en la Escuela Nacional de enfermeras, por lo tanto tiene aval de la misma.

Me han explicado el objetivo de la investigación, me pesaran y tallaran así como que el instrumento que responderé, dura aproximadamente 15 minutos, las preguntas están relacionadas con aspectos sobre los factores de riesgo que predisponen a la obesidad.

Por otra parte me explicaron que la información será de carácter científico y confidencial.

Mi participación es voluntaria y puedo retirarme de la misma en el momento que yo así lo decida.

Firma del Participante

Firma de la Investigadora
Mónica Morales

Código_____

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Ciencias Médicas
Escuela Nacional de Enfermeras de Guatemala

Investigador: Enfermera Profesional Mónica Morales

Cuestionario

Para identificar los factores de riesgo que predisponen a la obesidad a enfermeras/os.

Instrucciones: Lea detenidamente el cuestionario, que a continuación se le presenta subraye con lapicero de tinta azul o negra la respuesta que a su criterio es la correcta. No es necesario colocar su nombre, su participación es voluntaria sus respuestas serán utilizadas para fines científicos.

Sexo_____ Edad_____

Peso_____ Talla_____ IMC_____

1.- En su familia hay personas con sobre peso:

a.- Si

b.- No

c.- Si su respuesta es SI responda lo siguiente:

Que parentesco_____

2.- Realiza o acostumbran a practicar ejercicio físico regular:

a.- Si

b.- No

c.- Si su respuesta es Si, marque las razones por las que lo practica:

c.1.- Por salud.

c.2.- Mantener su peso.

c.3.- Manejo de estrés.

Otro especifique_____

3.- Acostumbra usted a controlar periódicamente su peso con algún profesional:

a.- Si

b.- No

c.- si su respuesta es SI que especialidad_____

4.- Trabaja usted en otra institución de salud, además del Hospital Roosevelt:

- a.- Si
- b.- No

Si su respuesta es SI coloque el nombre de la otra institución. _____

5.- Comparte con frecuencia actividades sociales como (cenas, cumpleaños, bautizos, cine etc) con su familia, o amigos (a).

- a.- Ocasionalmente
- b.- Una vez por semana.
- c.- No tengo tiempo.
- d. Otro especifique _____

6.- Ingiere alimentos con exceso, cuando se siente triste, deprimida, alegre, con ansiedad:

- a.- Si
- b.- No

Especifique _____

7.- Usted se mantiene estresada

- a.- A veces
- b.- Todo el tiempo
- c.- No siempre.
- d.- Otro especifique _____

8 Ha estado embarazada

- a.- Si
- b.- No

Si su respuesta es Si responda lo siguiente

Cuantos embarazos: _____

Considera que los embarazos la han aumentado de peso: _____

9.- Utiliza usted algún método de planificación familiar de tipo hormonal.

- a.- Si
- b.- No

Si su respuesta es Si escriba cual: _____

La han condicionado a tener sobre peso _____

10.-En su trabajo tiene usted disponibilidad abundante de alimentos:

- a.- Si
- b.- No

Si su respuesta es Si De que tipo: _____

11.- Realiza usted después de ingerir sus alimentos alguna actividad física:

- a.- Si
- b.- No

Si su respuesta es Si Indique cual _____

12.- Practica algún deporte (fútbol, básquetbol, natación) otros.

- a.- Si
- b.- No

Si su respuesta es Si seleccione la frecuencia:

- c.- 1 vez por semana
- d.- Todos los días
- e.- Ocasionalmente
- f.- Especifique cual _____

13.- Padece usted alguna enfermedad como Síndrome de cushing, insuficiencia renal, diabetes, tiroides:

- a.- Si
- b.- No

c.- Si su respuesta es Si Indique cual _____

14.- Ha sufrido usted alguna lesión en la cabeza que le ocasionó aumentó de peso.

- a.- Si
- b.- No

c.- si su respuesta es si escriba De que tipo: _____

15.- Utiliza algún tipo de medicamento que considere usted que le aumentó de peso:

- a.- Si
- b.- No

c.- Si su respuesta es Si escriba cual: _____

16.- Cual es la comida que usted considera principal.

- a. - Desayuno
- b.- Almuerzo
- c.- Cena
- d.- Todos

17.- Consume usted alimentos variados y equilibrados para obtener una nutrición adecuada:

- a.- Si
- b.- No

Por qué _____

18.- Subraye los alimentos que incluye en su dieta::

- a.- Cereales (maíz, trigo, avena)
- b.- Tubérculos (papas, yuca)
- c.- Frutas (manzanas duraznos piña)
- d.- Verduras (zanahoria, güisquil)
- e.- Carnes (rojas, blancas)
- f.- Legumbres (espinaca acelga)
- g.- Pastas (espagueti)
- h.- Otros _____
- j.- Todos
- k.- Algunos

19.- Cuántas veces por semana consumen comida "rápida" (hamburguesas, hot dogs). Golosinas, jugos envasada gaseosas:

- a.- Todos los días
- b.- 1 o 2 veces por semana.
- c.- Ocasionalmente.
- d. Nunca

Especifique: _____

20.- Se ha sometido usted a algún tipo de dieta para bajar de peso

Si
No

Si su respuesta es SI indique cual: _____

Gracias por su participación