

424/1437 - OBESIDAD Y HÁBITOS ALIMENTICIOS ENTRE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

M. Guillén Pérez¹, C. Buñuel Eliche², M. Robles García², M. Cervera Crespo², A. Contreras Alarcón², J. División Garrote³, F. Martínez García⁴ y A. Martínez Pastor⁵

¹Médico de Familia. Centro de Salud Abarán. Murcia. ²Médico en paro. Murcia. ³Médico de Familia. Centro de Salud Fuentealbilla. Albacete. ⁴Médico de Familia. Centro de Salud Sangonera La Verde. Murcia. ⁵Médico de Familia. Centro de Salud de Vista Alegre la Flota. Murcia.

Resumen

Objetivos: Analizar la obesidad y los hábitos alimenticios, con especial atención a la dieta mediterránea, en dos poblaciones universitarias (inicio y final de la carrera). Identificar diferencias entre las dos poblaciones.

Metodología: Estudio transversal, descriptivo y observacional. Poblaciones estudiadas: alumnos de primer y último curso de la Universidad Católica de Murcia, de 6.105 alumnos (2.031 primer curso y 4.074 último curso) se obtuvieron, mediante muestreo oportunita (alumnos asistentes a clase la 1^a semana de febrero de 2019), dos muestras de 336 y 215 alumnos correspondientes a primer y último año de carrera respectivamente. Recogida de datos: encuesta pilotada, voluntaria y anónima de 54 preguntas. El análisis estadístico de las variables recogidas se realizó mediante SPSS, para establecer la relación entre las variables se utilizaron los test estadísticos chi cuadrado o la prueba de Fisher. Los análisis fueron bilaterales y los valores menores de p 0,05 se consideraron significantes.

Resultados: Distribución del IMC: 4,4% obesos, 12,8% sobre peso, 74,4% peso normal y 8,4% insuficiencia ponderal. La media del IMC de los encuestados fue de 22,38 con una desviación estándar de 3,96. No se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre el IMC de estudiantes de primer y último curso. Se apreció una mayor proporción de obesos y sobre peso en hombres que en mujeres (p 0,01). Un 63,8% de los encuestados opinaron que seguían correctamente una dieta mediterránea, pero solo un 4,2% con una fuerte adherencia. El seguimiento de dicha dieta fue superior en los alumnos del último curso que en los del primero (p 0,001). Al correlacionar distintas variables con IMC destacaron por su significancia estadística los siguientes resultados: los alumnos “normopeso” realizaban más ejercicio físico que los obesos y el peso influía en el estado anímico. No se encontró relación entre IMC y tabaco, alcohol, vivienda y país de origen entre otros.

Conclusiones: Una quinta parte de los alumnos presenta exceso de peso, siendo este porcentaje mayor en varones. El porcentaje de obesos y su distribución por sexos es parecido en ambas poblaciones universitarias. En general hay poca adherencia a la dieta mediterránea, aunque los hábitos alimenticios y el seguimiento de dicha dieta son mejores en los alumnos del último curso.

Palabras clave: Alumno. Índice de masa corporal (IMC). Dieta mediterránea.