

Sobrepeso y obesidad asociada a factores psicosociales en estudiantes universitarios. Una revisión exploratoria

Ángel-González Mario¹
Vázquez-Manzo Adriana Monserrat^{1*}
Vázquez-Juárez Claudia Liliana²
Ponce y Ponce de León Gisela³
Hernández-Bitar Deborah Georgette¹
Lima-Colunga Andrea Berenice¹
Colunga-Rodríguez Cecilia^{1,4}

1 Universidad de Guadalajara, México.
2 Escuela Normal Superior de Jalisco, Secretaría de Educación Jalisco
3 Universidad Autónoma de Baja California, México
4 Unidad Médica de Alta Especialidad Hospital de Pediatría del Instituto Mexicano del Seguro Social
* adriana.VazquezM@alumno.udg.mx

Resumen

Se presenta una revisión de artículos científicos, respecto al problema del sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios, con el propósito de explorar la prevalencia reportada y los factores psicosociales asociados. Para ello, se realizó una búsqueda de artículos en diversas fuentes electrónicas de carácter científico. Se elaboraron matrices de análisis de los documentos y se elaboraron tablas para concentrar los resultados obtenidos en la búsqueda. Se encontró que países grandes como México y China contrastan en prevalencias reportadas de sobrepeso y obesidad en población universitaria. Los hallazgos en cuanto a la asociación de estos problemas de peso con factores psicosociales son alentadores en cuanto a que sugiere interés científico por el tema. No obstante, los datos no son concluyentes o, peor aún, algunos estudios presentan debilidades teóricas o metodológicas. Después de analizar los estudios reportados, se concluye que la población de estudiantes universitarios es un grupo vulnerable para desarrollar problemas de peso y, con ello, enfermedades crónicas y degenerativas

graves. Se requiere un abordaje integral y multidisciplinario del problema en esta población, tanto desde el ámbito universitario, como desde el psicosocial.

Palabras clave: Obesidad, sobrepeso, estudiantes universitarios, factores psicosociales, revisión exploratoria.

Abstract

A review of scientific articles is presented, regarding the problem of overweight and obesity in university students, with the purpose of exploring the reported prevalence and associated psychosocial factors. To do this, a search was made of articles in various electronic sources, of a scientific nature. Matrices of analysis of the documents and tables were elaborated to concentrate the results obtained in the search. It was found that large countries such as Mexico and China, contrast in reported prevalences of overweight and obesity in the university population. The findings regarding the association of these weight problems with psychosocial factors, is encouraging, in terms of sug-

gesting scientific interest in the subject, however the data are not conclusive or even worse, some studies have theoretical or methodological weaknesses. After analyzing the studies reported, it is concluded that the population of university students is a vulnerable group to develop weight problems and with it serious chronic and degenerative diseases. It requires a com-

prehensive and multidisciplinary approach to the problem in this population, both from the university and psychosocial.

Key words: Obesity, overweight, university students, psychosocial factors, exploratory review.

Introducción

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS), según el Índice de Masa Corporal (IMC), ha definido al sobrepeso como un IMC ≥ 25 (kg/m²), y a la obesidad con un IMC ≥ 30 (kg/m²).¹

En materia de salud pública, estos síndromes han cobrado importante interés de estudio, pues se les ha relacionado con las principales causas de morbilidad y mortalidad, tales como enfermedades cardiovasculares (cardiopatías y accidentes cerebrovasculares), diabetes mellitus, trastornos del aparato locomotor (osteoartritis y enfermedades degenerativas de las articulaciones), y algunos cánceres (endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones y colon), las cuales representan un alto costo económico y social en materia de salud.¹⁻⁵

Actualmente la obesidad es una pandemia emergente a nivel mundial; la OMS reportó que desde 1975 la obesidad se ha casi triplicado internacionalmente. En 2016, más de 1,900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales más de 650 millones eran obesos, lo cual implica una prevalencia global de 39% en las personas adultas de 18 o más años tenían sobrepeso, y el 13% eran obesas en ese mismo año.^{1,6}

Según la FAO, en América Latina y el Caribe el 58% de la población (cerca de 360 millones de personas) tiene sobrepeso, y la obesidad afecta al 23% (140 millones). Esta misma fuente señala que los países con mayor prevalencia de sobrepeso son Chile (63%), México (64%) y Bahamas (69%), esto en suma indica que el sobrepeso afecta a más de la mi-

tad de la población adulta en los países de América Latina y el Caribe.^{5,6}

La comunidad de estudiantes universitarios no ha quedado intacta ante estos síndromes: diversos investigadores han identificado un incremento en la prevalencia e incidencia en sobrepeso y obesidad en esta población. Aunque a nivel mundial no se cuenta con datos epidemiológicos establecidos específicamente para este grupo, se puede tener una noción de dicha problemática a partir de resultados publicados en diversos artículos, con el inconveniente de que los resultados varían según la región geográfica que se estudie.⁷⁻¹⁹ Asimismo, el interés por buscar diversos factores relacionados con el desarrollo e incremento tanto del sobrepeso como de la obesidad ha aumentado, con lo que la definición tradicional de obesidad centrada en aspectos biológicos se ha visto superada, llamando la atención estudios que han focalizado su interés en aspectos no médicos de la obesidad, es decir, factores considerados como de origen social y psicológico. Algunos ejemplos de estos son: estudios sobre la calidad y trastornos del sueño,^{20,21} trastornos del ánimo como ansiedad, depresión y estrés,^{18,22,23} estilos de vida y apoyo social, entre otros.

La vida del estudiante universitario se puede considerar de alto riesgo para desarrollar hábitos que pueden favorecer el aumento de peso,²⁴ puesto que tiene que someterse y adaptarse a las exigencias sociales que implica ser un estudiante de educación superior y debe desarrollar habilidades para “sobrevivir” y afrontar periodos de tensión, que en muchas ocasiones lo orillan a dejar de lado hábitos saludables, dados los compromisos académicos que asume.¹³

Sin duda la población estudiantil universitaria es un grupo que ha llamado la atención para su estudio

desde una perspectiva de salud. Sin embargo, a pesar del conocimiento que han generado diversas investigaciones, en general las universidades parecen no tener un papel determinante en cuanto a potenciar estilos de vida sanos, ni a propiciar el abandono de hábitos nocivos para la salud²⁴ presentándose escasos esfuerzos aislados por establecer programas tendientes a universidades saludables. Si bien es cierto que la función principal de las universidades es la educación, también es cierto que estas instituciones podrían ser la clave para la formación de profesionistas saludables, por medio de intervenciones oportunas.

Estamos frente a una población de jóvenes, quienes serán el futuro laboral del país, los mismos que podrían mejorar o agravar la economía y el desarrollo de cada nación, y por supuesto quienes forjarán en su vida un mejor nivel económico y calidad de vida. Sin embargo, se necesita sensibilizar a los tomadores de decisiones institucionales y a la comunidad universitaria respecto a esta problemática, hacer promoción de la salud, y prevenir el incremento del sobrepeso y la obesidad, así como sus complicaciones.

Si bien existen estudios que abordan el problema del sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios, tanto desde perspectivas biomédicas, como desde aspectos psicosociales diversos, los resultados de éstos no sólo no son concluyentes, sino que en algunos casos resultan contradictorios, y en nuestro contexto podemos señalar como pocos los esfuerzos por identificar la problemática.

Debido a lo anterior, el propósito de esta revisión de artículos fue explorar reportes en la literatura científica, respecto a la prevalencia de sobrepeso y obesidad y a factores psicosociales asociados en estudiantes universitarios.

Metodología

El diseño de este estudio es de tipo documental y exploratorio, a manera de una revisión narrativa, que es definida como un estudio bibliográfico en el cual se recopila, analiza, sintetiza y discute la información publicada sobre un tema, que puede incluir un examen crítico del estado de los conocimientos reportados en la literatura.²⁵

De acuerdo con lo sugerido por Manchado y cols. (2009), se obtuvo un listado de documentos a ser clasificados como “pertinentes o no pertinentes”, a partir de la información extraída del título y del resumen del artículo. Posteriormente se aplicaron los criterios de inclusión, exclusión y eliminación de estudios duplicados. Por último, sobre las investigaciones seleccionadas se realizó una valoración del grado de interés del documento, por su calidad, grado de ajuste al tema de estudio o innovación.

Criterios de inclusión utilizados para el estudio: se incluyeron artículos científicos en español e inglés, publicados del año 2014 al 2018, utilizando operadores booleanos y las palabras clave obesidad, sobrepeso, obesidad central, estudiantes universitarios y factores psicosociales en obesidad.

Se seleccionaron aquellos estudios que reportaban prevalencias de obesidad, sobrepeso y/u obesidad central; así mismo, se incluyeron aquellos artículos que reportaban factores de riesgo de origen no médico, asociados al sobrepeso y obesidad.

Procedimientos: se realizó una búsqueda de información en las bases de datos electrónicas Science Direct, Scielo, Scopus, Clinicalkey, Wiley, Dialnet, Redalyc, Ebsco, Pubmed y Conricyt.

Para el análisis del contenido de los artículos, se elaboró una matriz en un documento de Word en donde, una vez leídos en su totalidad, se elaboró un resumen, concentrando en la matriz de análisis, el título, metodología del estudio, población, instrumentos, objetivos, resultados, conclusiones.

Resultados

Se obtuvo un primer listado de 83 artículos, de los cuáles se eliminaron 49 al considerarse como no pertinentes para el tema de estudio. En la segunda fase de análisis se incluyeron 34 artículos por considerarse pertinentes y con la calidad necesaria para su inclusión.

Posterior a la selección de artículos científicos y a su integración en las matrices de análisis, se encontró que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios muestran diferencias importantes respecto al porcentaje referido por distintos países, localizando una mayor prevalencia en la India

y México, en contraste con un 4% reportado en Camerún y menos del 10% en China, países que reporta-

ron menor prevalencia, aun en el caso de China caracterizado por su enorme población (tabla 1).

Tabla 1. Estudios previos con reporte de prevalencia en obesidad de estudiantes universitarios

Autor	Año País/Región	Resultados
*Arroyo M, Rocandio A, et al.(7)	2006 España	Sobrepeso y obesidad: 17,5% (25% en hombres y 13,9% en mujeres).
Pengpid S, Peltzer K.(8)	2014 India	Sobrepeso u obesidad 37.5%, 26.8% sobrepeso y 10.7% obesidad; 16.4% obesidad central.
*Peltzer K, Pengpid S, et al.(12)	2014 Asia, Sudamérica, África, El Caribe.	Hombres: sobrepeso 18.9% y obesidad 5.8%. Mujeres: sobrepeso 14.1% y obesidad 5.2%. En general: 22% sobrepeso u obesidad (hombres 24.7% y mujeres 19.3%).
*Laguado Jaimes E, Gómez Díaz MP.(13)	2014 Colombia	27.3% sobrepeso y 7.8% obesidad mórbida.
♦ Chi-Yuan C, Chi-Chen S, et al.(14)	2014, Taiwán	Obesidad central fue de 10.7%.
*Mandengue SH, Bitá Fouda AA, et al.(15)	2015 Camerún	En general: 4.1%.
*Martinez-Torres J, Lee-Orsorno BI, et al. (16)	2015 España	15% sobrepeso y 2.3% obesidad. El sexo masculino, mayores de 23 años, y fumadores, con prevalencias más altas de sobrepeso y obesidad (22,0%; 23,7%; 25,5%) respectivamente.
*Santoncini C, Díaz de León Vázquez C, et al.(17)	2016 México	Sobrepeso: mujeres (22.6%), hombres (26.6%). Obesidad: mujeres (7.4%), hombres (9.3%).
♦ Salazar Blandón DA, Castillo León T, et al.(18)	2016 México	En general: sobrepeso/obesidad fue 32,4%; hombres (38,5%), y en mujeres (30,5%). Universidad Autónoma de Yucatán (UADY, 41%); y Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP, 27,5%).
♦ Ramírez-Velez R, Triana-Reina HR, et al.(19)	2016 Colombia	Obesidad abdominal 10,4%. 7,3% hombres, y 12,6% mujeres.
*Tingzhong Y, Lingwei Y, et al.(26)	2017 China	En general: sobrepeso y obesidad 9.5%.
♦ Maldonado-Gómez A, Gallegos-Torres R, et al.(9)	2017 México	17% obesidad central.
* Ramos O, Jaimes M, et al.(10)	2017 Colombia	Sobrepeso del 19,8%, de obesidad del 2,5% (en general 22.3%).
* Tok CY, Ahmad SR, et al.(11)	2018 Brunéi Darussalam	En general: sobrepeso/obesidad fue 28.8% (IC 95%: 24.0%, 34.0%).

* No se reportan datos de obesidad central.

♦ No se reportan datos de sobrepeso/obesidad.

Por otro lado, como resultado del análisis de los factores psicosociales referidos en la literatura científica revisada se encontraron cuatro grandes categorías que se clasificaron como: problemas socioafectivos, espiritualidad, hábitos higiénico-dietéticos y sociodemográficos (tabla 2).

rías que se clasificaron como: problemas socioafectivos, espiritualidad, hábitos higiénico-dietéticos y sociodemográficos (tabla 2).

Tabla 2. Factores psicosociales asociados a sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios

Categorías	Factores
Problemas socioafectivos	<ul style="list-style-type: none"> • Estado de ánimo: ansiedad, tristeza, depresión, estrés. • Trastornos psicológicos derivados: abuso físico infantil, síntomas de estrés postraumático. • Sociofamiliares: apoyo social, vivir lejos de los padres o tutores.
Espiritualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Religiosidad: práctica activa comunitaria en organización religiosa. • Espiritualidad individual, no relacionada con religión.
Hábitos higiénico-dietéticos	<ul style="list-style-type: none"> • Conductas alimentarias de riesgo, pocas horas de descanso y/o alteraciones del sueño, calidad de la dieta, consumo de alcohol, tabaquismo, sedentarismo, dietas restrictivas.
Sociodemográfico	<ul style="list-style-type: none"> • Económicos: bajo ingreso familiar, índice de posición social, cambio de residencia, provenir de un país de alto ingreso per cápita, edad más joven, género masculino, antecedentes familiares de obesidad.

Fuente: revisión de la literatura. Elaboración propia.

La tabla 3 muestra los principales hallazgos respecto a la clasificación propuesta en la tabla 2. Obsérvese que hábitos y trastornos aparecen con mayor frecuencia y en una considerable menor frecuencia; se han investigado aspectos como la espiritualidad y el apoyo social asociados a estos problemas (tabla 3).

cia y en una considerable menor frecuencia; se han investigado aspectos como la espiritualidad y el apoyo social asociados a estos problemas (tabla 3).

Tabla 3. Factores asociados de la obesidad en poblaciones estudiantiles

Autor / Fecha	Trastornos afectivos	Religiosidad/espiritualidad	Hábitos higiénico-dietéticos	Otros
Arroyo-Izaga M, et al. ⁷ 2006	N/A	N/A	Calidad de la dieta: <ul style="list-style-type: none"> • Baja ingesta de frutas y verduras. • Consumo de alcohol. 	N/A
Trujillo-Hernández B, et al. ²⁷ 2010	N/A	N/A	Hombres: Tabaquismo / etilismo. Mujeres: Control dietético.	N/A
Lazarevich I, et al. ²² 2013	Depresión	N/A	CAR: <ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para dejar de comer. • Sensación constante de hambre. • Comer en exceso. 	Obesidad en padres.
Vargas P, Flores M, et al. ²¹ 2014	N/A	N/A	Alteraciones del sueño.	N/A
Chi-Yuan Y, Chi-Chen S, et al. ¹⁴ 2014	N/A	N/A	N/A	<ul style="list-style-type: none"> • Bajo ingreso familiar. • Índice de posición social.

Autor / Fecha	Trastornos afectivos	Religiosidad/ espiritualidad	Hábitos higiénico-dietéticos	Otros
Pengpid S, Peltzer K. ⁸ 2014	♦ Vivir lejos de padres/tutores. ★ Depresión. ◊ Falta de apoyo social.	★ Falta de religiosidad.	♦ ★ Periodos cortos de sueño. ★ Mala calidad de sueño. ◊ Periodos largos de sueño.	♦ Edad más joven.
Peltzer K, Pengpid S, Samuels T. et al. ¹² 2014.	★ Provenir de un país de alto ingreso.	◊ Actividades religiosas.	★ Inactividad física. ★ Tabaquismo. ★ ◊ Evitar grasa y colesterol.	★ Edad más joven. ★ Abuso físico infantil. ◊ Edad mayor. ◊ Abuso físico infantil. ◊ SEPT.*
Martinez-Torres J, Lee-Osorno BI, et al. ¹⁶ 2015.	N/A	N/A	Consumo alcohol (últimos 30 días).	Sexo masculino.
Soto M, Anguinaga I, et al. ²⁴ 2015	N/A	N/A	N/A	• Cambiar de residencia. • Sexo masculino.
Durán-Agüero S, et al. ²⁰ 2016	Menos horas de sueño.	N/A	N/A	N/A
Salazar Blandón DA, et al. ¹⁸ 2016	• Ansiedad • Miedo • Tristeza	N/A	Aumento de apetito.	N/A
Abdel- Wahed W, et al. ²⁸ 2017.	• Estrés • Ansiedad	N/A	N/A	N/A

♦ Hombres con obesidad central
 ★ Hombres con sobrepeso/obesidad
 *SEPT: síntomas de estrés postraumático

◊ Mujeres con sobrepeso/obesidad
 ■ Obesidad central

Discusión

Este estudio tuvo como principal propósito explorar reportes en la literatura científica respecto a la prevalencia de sobrepeso y obesidad y a factores psicosociales asociados, en estudiantes universitarios. Al respecto se encontró que, aunque los estudios revisados no son concluyentes y presentan algunas deficiencias metodológicas, por ejemplo, sesgo en la muestra y poca pertinencia conceptual y epistemológica respecto a definiciones conceptuales de trastornos emocionales, destaca el hecho de que ya se considera al sobrepeso y la obesidad como un problema de múltiples dimensiones, no sólo como una ecuación matemática resultante de la discrepancia entre el consumo y gasto calórico, sino como un problema social que tiene como una de sus limitantes lidiar con los efectos de su particular concepción del problema,²⁸ reduciéndolo a elementos biológicos. Dicha limitación demues-

tra la necesidad de ampliar las respectivas miradas de cada disciplina, e incluir una perspectiva integradora y transdisciplinar.²⁸

La educación no escapa a este cambio de perspectiva, convirtiéndose así el ámbito escolar universitario en un espacio propicio para la promoción de conductas saludables, teniendo en cuenta las características de la población universitaria que requiere un abordaje especializado, específico para las condiciones que enfrenta, centrándose en las condiciones que el ambiente escolar impone y que se relacionan con el problema, tanto de manera negativa como positiva, rescatando aspectos positivos que pueden favorecer hábitos saludables para la salud integral, aunado al desarrollo profesional. Como ejemplo se tiene la experiencia reportada en la Universidad de Cataluña por Martínez (2016), quien señala que el modelo creado para promover una universidad más saludable está centrado en las intervenciones y programas

para el cambio de la distribución poblacional de los principales factores de riesgo de las enfermedades no transmisibles. Martínez (2016) define tres pilares del modelo: a) intervenciones y programas, b) vigilancia y evaluación y c) formación e investigación en salud en todas las políticas.

Siguiendo a este mismo autor, la universidad como centro de trabajo y entidad ligada al conocimiento aparece como institución ideal para la promoción de la salud. El modelo propuesto puede ser útil para incorporar el concepto de promoción de la salud en la cultura universitaria, en sus políticas institucionales y planes de estudio.²⁹

Cabe señalar que la literatura revisada sugiere un interés creciente por explorar los problemas que conlleva ser estudiante universitario. Aun más, existen evidencias de que se realizan programas extracurriculares en algunas universidades públicas en México (en la Universidad Autónoma de Nuevo León, la Universidad Autónoma de Zacatecas³⁰ y en la Universidad de Guadalajara), así como en otros países, como en el caso de Colombia, Argentina, Perú, España y en el caso particular de Chile, que presenta en una guía apoyada por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y otros organismos gubernamentales y universitarios que señalan como temas estratégicos en una universidad saludable los aspectos psicosociales, ambientales, alimentación, actividad física y prevención del consumo de drogas, tabaco y alcohol³¹ para buscar favorecer la salud de la comunidad universitaria.

El análisis de la problemática de este grupo nos lleva a cuestionarnos desde la óptica de la salud pública en que, aunado a otros, la población estudiantil es un grupo vulnerable, con alto riesgo para desarrollo de obesidad, y por lo tanto para enfermedades de importante gravedad como las cardiovasculares, las respiratorias crónicas, el cáncer y la diabetes, entre otras, buscando el desarrollo de comunidades saludables, en este caso los estudiantes, ya que como sostiene Becerra (2013), las personas saludables y mejor preparadas son indispensables para el desarrollo individual y colectivo, por lo que se requiere sistematizar los esfuerzos e institucionalizar programas, de tal forma que se conviertan en parte de la formación profesional de los estudiantes.

Teniendo como antecedentes la carta de Ottawa³² en los años 80, la carta de Bangkok³³ en 2005 y las metas del milenio³⁴ de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para el año 2000, todas ellas orientadas a la promoción de la salud, la Carta de Edmonton,³⁵ en Alberta Canadá en octubre del 2005, se centra en el modelo de universidades e instituciones de educación superior saludables. Esto sustenta el interés internacional por contribuir a la creación y desarrollo de instituciones saludables. No obstante, la revisión realizada no arrojó evidencias de políticas públicas a nivel nacional, estatal o universitario para la prevención y manejo del sobrepeso/obesidad en estudiantes universitarios, desde una óptica no médica.

Si bien la obesidad ha sido exhaustivamente estudiada en la población infantil y adolescente, así como en la población adulta en general, ¿por qué no se ha hecho con los universitarios? Esto podría sugerir escaso interés social y organizacional respecto a este grave problema de salud pública, que en el caso de las universidades, sobre todo de las públicas, responden a una función social de formación integral de profesionistas altamente competentes para las exigencias sociales del país, pero que al soslayar este problema se está contribuyendo desde los espacios áulicos al incremento de población que, por condiciones propias para enfermedad crónica, serán adultos jóvenes que se convertirán en una carga para el sistema de salud y de un importante costo social por años de vida potencial perdidos.

No obstante lo anterior, los documentos explorados sugieren, aunque de manera limitada, nuevas vías de investigación desde la perspectiva psicosocial, como son el abuso físico en la infancia, la religión y espiritualidad como mediador social en estilos de vida, el apoyo social y en materia de economía y políticas de salud. La economía destaca como una de las bases más importantes en el origen, desarrollo, prevalencia y aumento de sobrepeso/obesidad, aunque parece insuficientemente estudiado, aunado a la educación y promoción de la salud. Autores como Aguilar y cols. (2014) no encontraron artículos respecto a factores psicosociales en población mexicana de niños obesos; por ello, estos autores señalan que sería de gran importancia crear mayor interés en los especialistas de la salud, investigadores y educadores, entre otros,

para concienciar a la población de las consecuencias tanto físicas, psicológicas y sociales que se generan con la obesidad y el sobrepeso.³⁶

El ambiente universitario debe convertirse en una base para la prevención. La extinción de conductas evitativas o de afrontamiento al estrés deben considerarse en la etiología de la enfermedad, tales como el tabaquismo, alcoholismo y otros hábitos de igual gravedad, ya que se ha señalado que, por ejemplo, el tabaco y el consumo de alcohol aumentan el riesgo de obesidad en estudiantes universitarios.²⁷

Por otra parte, las condiciones en que los estudiantes pueden acceder a sus alimentos durante las largas jornadas escolares son de vital importancia, sobre todo porque podrían estar exponiéndose a largas horas de ayuno y a conductas como atracón o exceso en el consumo de azúcares, grasas y gaseosas. La elección de los alimentos por parte de los estudiantes universitarios debe considerar aquellos que le son más saludables y tener acceso a ellos. Así también debería considerarse en los programas de seguimiento a egresados, universitarios, los efectos que las prácticas universitarias ocasionaron en su vida en general y no sólo el aspecto académico y laboral.

Finalmente, se reconoce entre las limitaciones del presente estudio, inherentes a este tipo de revisiones, lo referido por Fortich, N. (2013), quien señala que no presentan una norma sobre cómo conseguir los datos primarios y cómo integrar los resultados; lo que priva es el criterio del revisor. Por otro lado, el revisor no sintetiza cuantitativamente los datos hallados

en las distintas publicaciones, como en el caso de una revisión sistemática o del metaanálisis, lo cual puede ser un siguiente paso a seguir. Sin embargo, podemos argumentar como una fortaleza la posibilidad de posicionarse desde una óptica no biomédica respecto al problema de la obesidad en estudiantes universitarios.

Conclusiones

El estudio exploratorio de reportes científicos relacionados al sobrepeso y obesidad asociados con factores psicosociales en estudiantes universitarios mostró resultados de los cuales se puede concluir que, si bien se evidencia un creciente interés por el tema de la obesidad en distintas poblaciones, se ha visto favorecida la etapa infantil, englobando a la población estudiantil universitaria entre los adultos jóvenes para el estudio de este problema de salud. Sin embargo, son escasos los reportes que se enfoquen en la población de estudiantes universitarios desde una perspectiva psicosocial, abordando de manera indirecta dichos aspectos.

Esto sugiere que la obesidad debe adoptar para un estudio más complejo, una definición como problema social y no solo biomédico, y la población universitaria debe ser atendida desde la perspectiva de la universidad saludable marcada por la tendencia de la carta de Edmonton, seguida por instituciones de educación superior en México y en otras partes del Latinoamérica y Europa.

Referencias

1. OMS (2018). *Obesidad y sobrepeso* [Internet]. Available from: <http://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>
2. OMS (2004). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud* [Internet]. Available from: http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf
3. WHO (2013). *Plan de acción mundial para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles 2013-2020* [Internet]. Who. 44 p. Available from: http://www.who.int/cardiovascular_diseases/15032013_updated_revised_draft_action_plan_spanish.pdf
4. Organización Panamericana de la Salud (2014). *Plan de acción para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles en las Américas 2013-2019*. 64 p.
5. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y la Organización Panamericana de la Salud (2017). *América Latina y el Caribe: Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional* [Internet]. Fao. 1-174 p. Available from: <http://www.fao.org/3/a-i6747s.pdf>
6. Malo Serrano, M., Castillo, M. N. & Pajita, D. D. (2017) La obesidad en el mundo. *An la Fac Med* [Internet]. 78(2): 173-8. Available from: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/anales/article/view/13213>
7. Izaga, M. A. (2006) Calidad de la dieta, sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios. *Nutr ...* [Internet]. 21(6): 673-9. Available from: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112006000900007&script=sci_arttext
8. Pengpid, S. & Peltzer, K. (2014) Prevalence of overweight/obesity and central obesity and its associated factors among a sample of university students in India. *Obes Res Clin Pract*, 8(6): e558-70.
9. Maldonado-Gómez, A. R., Gallegos-Torres, R. M., García-Aldeco, A. & Hernández-Segura, G. A. (2017) Epidemiología de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de Chilpancingo, Guerrero / Epidemiology of Overweight and Obesity on University Students in Chilpancingo, Guerrero. *RICS Rev Iberoam las Ciencias la Salud*.
10. Andrés Ramos, O., Alejandra Jaimes, M., María Juajino, A., Carolina Lasso, A. & Jimena Jácome, S. (2017) Prevalencia y factores relacionados de sobrepeso y obesidad en estudiantes de una universidad pública. Vol. 23, *Rev Esp Nutr Comunitaria*.
11. Tok, C. Y., Ahmad, S. R. & Koh, D. S. Q. (2018) Dietary habits and lifestyle practices among university students in universiti Brunei Darussalam. *Malaysian J Med Sci*, 25(3): 56-66.
12. Peltzer, K., Pengpid, S., Alafia Samuels, T., Özcan, N. K., Mantilla, C., Rahamefy, O. H., et al. (2014) Prevalence of overweight/obesity and its associated factors among university students from 22 countries. *Int J Environ Res Public Health*.
13. Laguado Jaimes, E. GDM. (2014) *Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería de la Universidad Cooperativa de Colombia. Hacia promoción la salud* [Internet]. 19(1):68-83. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772014000100006&script=sci_arttext
14. Chao, C. Y., Shih, C. C., Wang, C. J., Wu, J. S., Lu, F. H., Chang, C. J., et al. (2014) Low socioeconomic status may increase the risk of central obesity in incoming university students in Taiwan. *Obesity Research and Clinical Practice*. <https://doi.org/10.1016/j.orcp.2012.07.002>
15. Mandengue, S. H., Bitá Fouda, A. A., Epacka Ewane, M., Moumbe Tamba, S. & Kollo, B. (2015) Épidémiologie de l'obésité en milieu étudiantin à Douala, Cameroun. *Med Sante Trop*, 25(4):386-91.
16. Martínez-Torres, J., Lee-Osorno, B. I. & Tuta-García, H. Y. (2015) Prevalencia y factores de asociados de sobrepeso y obesidad, en estudiantes universitarios de 18 a 25 años, en pamplona norte de santander durante el primer periodo del 2013. *CES Salud Pública* [Internet]. 6(1): 19-24. Available from: http://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/2931
17. Santoncini, C. U., de León Vázquez, C. D. & Márquez, JAR. (2016) Conductas alimentarias de riesgo y correlatos psicosociales en estudiantes universitarios de primer ingreso con sobrepeso y obesidad. *Salud Ment*, 39(3): 141-8.
18. Salazar Blandón, D. A., Castillo León, T., Pastor Durango, M. del P., Tejada-Tayabas, L. M., & Palos Lucio, A. G. (2016). Ansiedad, depresión y actividad física asociados a sobrepeso/obesidad en estudiantes de dos universidades mexicanas . *Hacia La Promoción de La Salud*. <http://dx.doi.org/10.17151/hpsal.2016.21.2.8>
19. Ramírez-Vélez, R., Triana-Reina, H. R., Carrillo, H. A. & Ramos-Sepúlveda, J. (2016) Percepción de barreras para la práctica de la actividad física y obesidad abdominal en universitarios de Colombia. *Nutr Hosp*, 33(6): 1317-23.

20. Durán-Agüero, S., Fernández-Godoy, E., Fehrmann-Rosas, P., Delgado-Sánchez, C., Quintana-Muñoz, C., Yunge-Hidalgo, W., et al. (2016) Fewer hours of sleep associated with increased body weight in Chilean University nutrition students. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*. <https://doi.org/10.17843/rp-mesp.2016.332.2100>
21. Vargas, P. A., Flores, M. & Robles, E. (2014) Sleep quality and body mass index in college students: the role of sleep disturbances. *J Am Coll Health* [Internet]. 62(8): 534-41. Available from: <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=4221412&tool=pmcentrez&rendertype=abstract>
22. Lazarevich, I., Irigoyen-Camacho, M. E. & Velázquez-Alva, M del C. (2013) Obesity, eating behaviour and mental health among university students in Mexico city. *Nutricion Hospitalaria*. <https://doi.org/10.3305/nh.2013.28.6.6873>
23. Abdel Sadek, H. A., Abu-Nazel, M. W., Shata, Z. N. & Abd El-Fatah, N. K. (2016) The relationship between the BMI and the emotional status of Alexandria University students, Egypt. *J Egypt Public Health Assoc*, 91(3): 101-8.
24. Soto M, Aguinaga I, Canga N, Guillén F, Hermoso J, Serrano I, et al. (2015) Modificación del peso corporal de los estudiantes universitarios durante los tres primeros años de universidad. *Nutr Hosp* [Internet]. 31(6): 2400-6. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26040344>
25. Yang, T., Yu, L., Barnett, R., Jiang, S., Peng, S., Fan, Y., et al. (2017) Contextual influences affecting patterns of overweight and obesity among university students: A 50 universities population-based study in China. *Int J Health Geogr*, 16(1): 18.
26. Trujillo-Hernández, B., Vásquez, C., Almanza-Silva, J. R., Jaramillo-Virgen, M. E., Mellin-Landa, T. E., Valle-Figueroa, O. B., et al. (2010) Frecuencia y factores de riesgo asociados a sobrepeso y obesidad en universitarios de Colima, México. *Rev Salud Pública* [Internet]. 12(2): 197-207. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642010000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
27. Abdel Wahed, W. Y. & Hassan, S. K. (2017) Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. *Alexandria Journal of Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j.ajme.2016.01.005>
28. Arnaiz, M. G. (2011) La obesidad como enfermedad, la obesidad como problema social. *Rev la Fac Med la UNAM*, 54(3): 20-8.
29. Martínez-Sánchez, J. M. & Balaguer, A. (2016) Healthy university: a health promotion strategy and health for all policies for the creation of a healthy workplace. *Arch Prev Riesgos Labor* [Internet]. 19(3): 175-7. Available from: <http://www.archivosdeprevencion.com/>
30. OPS (2009). *Una nueva mirada al movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en las Américas*. Organización panamericana de la salud.
31. Lange Iltá, V. F. (2006) Guía para universidades saludables y otras instituciones de educación superior. *OPS*.
32. OMS. (1986). *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*. Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
33. Organización Mundial de la Salud (2006). *Carta de Bangkok para la promoción de la salud en un mundo globalizado*. Sexta Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud.
34. WHO (2001). *Road map towards the implementation of the UN Millennium Declaration* [Internet]. p. 1-58. Available from: <http://www.cepis.org.pe/bvsdeps/fulltext/conf1.pdf>.
35. Paho (2006). *Carta de edmonton para universidades promotoras de la salud e instituciones de educación superior 1. Antecedentes* [Internet]. p. 1-4. Available from: http://www.javeriana.edu.co/documents/245769/3057616/Carta_de_Edmonton_Universidades_Promotoras_de_Salud_2005.pdf/71be3646-f745-4c5e-a1ad-9abc1636e02c
36. Aguilar Ibáñez, I. O., Aguilar, X. L. & Mancilla Díaz, J. M. (2014) Factores psicosociales de la obesidad infantil: una revisión teórica. *Cuad Med psicosomática y Psiquiatr enlace* [Internet]. (111): 34-61. Available from: <http://www.editorialmedica.com/download.php?idart=621>