



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del
personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho

2023

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciado en Enfermería**

AUTORES:

Eusebio Torres, Renzo Manuel (orcid.org/0000-0002-0514-2863)

Gonzales Caya, Evelyn Julissa (orcid.org/0000-0003-3468-8395)

ASESORA:

Mgtr. Zegarra Leon, Nadia Liany (orcid.org/0000-0001-9245-5843)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades no Transmisibles

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA-PERÚ

2023

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación lo dedicamos en primer lugar a Dios, quien nos ha cuidado durante este tiempo y nos dio fortaleza para seguir adelante, a nuestros padres, por ser el pilar fundamental para cumplir nuestras metas y seguir adelante día a día a través del apoyo incondicional que nos brindan.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a Dios por darnos fuerza y guiarnos en este trayecto, también a nuestros padres por el apoyo constante en esta etapa académica, finalmente agradecer a nuestra asesora Nadia Liany Zegarra Leon por guiarnos en el proceso de nuestra investigación.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	iv
ÍNDICE DE TABLA.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	6
III. METODOLOGÍA.....	12
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	12
3.2 Variables y operacionalización.....	12
3.3 Población, muestra y muestreo.....	13
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	14
3.5 Procedimiento.....	15
3.6 Método de análisis de datos.....	15
3.7 Aspectos éticos	15
V. DISCUSIÓN.....	26
VI. CONCLUSIONES.....	29
VII. RECOMENDACIONES	30
REFERENCIAS.....	31
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Factor de riesgo presente: Hábitos alimenticios en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	18
Tabla 2. Factor de riesgo presente: Actividad Física en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	19
Tabla 3. Edad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023....	19
Tabla 4. Sexo del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023....	20
Tabla 5. Estado civil en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	20
Tabla 6. Años de trabajo en la institución del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	21
Tabla 7. Consumo alimentos saludables en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	21
Tabla 8. Consumo de Alimentos No Saludables en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.	22
Tabla 9. Actividad física en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	22
Tabla 10. Turnos que realiza en su jornada laboral en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	23
Tabla 11. Turnos noches que realiza al mes el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	24
Tabla 12. Horas de trabajo durante un día del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	24
Tabla 13. Horas laborables al mes en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.....	25

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo identificar los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023. La metodología utilizada es tipo básica, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo y de corte transversal. La técnica empleada para la recolección de información fue la encuesta y como instrumento se utilizó el cuestionario. Resultados: el factor de riesgo que estuvo presente dentro del personal de enfermería con sobrepeso y obesidad fue la inactividad física, así mismo dentro del Factor sociodemográfico se encontró que el 78% tienen una edad mayor a 30 años. De igual forma, el 86% pertenecen al sexo femenino y el 48% pertenecen al estado civil de soltero y casado. Por otro lado, el 50% del personal de enfermería consume frecuentemente alimentos no saludables; seguidamente el 76% de estos tienen actividad física muy deficiente y finalmente 82% del personal de enfermería trabaja más de 150 horas. Conclusión: Se identificó los factores de riesgo presentes en el personal de enfermería con sobrepeso y obesidad del Hospital San Juan de Lurigancho 2023, se observó que el personal de enfermería que tiene sobrepeso el 46% de ellos tienen una actividad física muy deficiente.

Palabras clave: Sobrepeso, obesidad, factores de riesgo.

ABSTRACT

The objective of this research work was to identify the risk factors present in the overweight and obesity of the nursing staff of the San Juan de Lurigancho Hospital 2023. The methodology used is basic type, with a quantitative approach, non-experimental, descriptive and cutting design. cross. The technique used to collect information was the survey and the questionnaire was used as an instrument. Results: the risk factor that was present within the nursing staff with overweight and obesity was physical inactivity, likewise within the sociodemographic factor it was found that 78% are older than 30 years. Similarly, 86% belong to the female sex and 48% belong to the marital status of single and married. On the other hand, 50% of the nursing staff frequently consume unhealthy foods; then 76% of these have very deficient physical activity and finally 82% of nursing staff work more than 150 hours. Conclusion: The risk factors present in the nursing staff with overweight and obesity of the Hospital San Juan de Lurigancho 2023 were identified, it was observed that the nursing staff who are overweight, 46% of them have a very deficient physical activity.

Keywords: Overweight, obesity, risk factor

I. INTRODUCCIÓN

Las enfermedades no transmisibles (ENT) en primera instancia vendrían a ser la causa más frecuente de muertes a nivel mundial, dentro de ellas se incluyen enfermedades cardíacas, cáncer, diabetes, obesidad, sobrepeso y enfermedades pulmonares. Dentro de las enfermedades no transmisibles, a nivel mundial se ve incrementado estadísticamente el sobrepeso y obesidad. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), 2021. Desde 1975, y en 2016 se visualizó un aumento donde más de 1.900 millones de adultos eran obesos, 650 millones de personas se volvieron obesas, con un 39% de adultos con sobrepeso y un 13% obesos. Estos problemas de salud mencionados aquejan a las personas con alimentación poco saludables lo cual se evidencia porcentualmente una de las causas con más muertes en el mundo que otras enfermedades comunes. En general, hay más personas con sobrepeso que personas con bajo peso. Esto ocurre en todos los países excepto África subsahariana y partes de Asia.¹

Dicho de otro modo, la OMS refiere que las personas mayormente consumen carbohidratos, estos alimentos en su mayoría tienen una carga energética y calórica que al consumir en exceso puede que las personas aumenten de peso, alojando el tejido adiposo en diferentes partes de nuestro cuerpo. Mundialmente hay un aumento de personas que consumen alimentos procesados y hay un descenso en las personas que se dedican a practicar alguna actividad física, estos problemas se deben a que las personas están adoptando conductas sedentarias a causa de las largas jornadas laborales que en su mayoría abundan en todo tipo de trabajo, el agotamiento del trabajo rutinario que tiene cada persona tiende a tener como consecuencia que las personas lleguen a sus hogares agotados, de este modo exista una disminución de actividad física en las personas.²

Por otro lado, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) 2021, mencionan que la obesidad desde años atrás se triplicó, evidenciándose un incremento de peso en los infantes como también en adolescentes, pero la población más afectada en estas últimas décadas es en la población mayor de 20 años a más en estos tiempos de pandemia, a la población de todo el mundo.³

EsSalud (2021) estima que el sobrepeso y la obesidad es considerado en diversas investigaciones como una de las causas con más muertes; que el problema de la desnutrición en la mayoría de los países, afectando a los países de recursos bajos y de ingresos medios, especialmente en las zonas urbanas. Es decir, en el Perú el 55,4% que habitan en el territorio peruano tiene sobrepeso y el 16,3% obesidad. Estas enfermedades que se mencionan son causantes de un desequilibrio en el consumo de calorías consumidas, con un aumento global de grasas y alimentos ricos en calorías combinado con malos hábitos de hacer ejercicio.⁴

Así mismo, el Instituto Nacional de Salud (2020) hace referencia que el 60% de los pobladores mayor de edad que habita en el territorio peruano sufren de sobrepeso y obesidad, por ende las regiones con mayor incremento de tener sobrepeso y obesidad se encuentran en los departamentos de la costa, ya que existe una prevalencia de que las personas que habitan en la costa tienden a consumir comidas procesadas(chatarra), esto es debido a que tienen la cercanía de visitar restaurantes de comida rápida y el acceso a máquinas dispensadoras de golosinas, gaseosas, galletas, etc.⁵ Así mismo el MINSA menciona que más de 5 millones de mujeres en el Perú tienen sobrepeso y obesidad, esto se debe que hay una mayor probabilidad del incremento de peso en las mujeres que la del sexo opuesto, por los cambios hormonales, ya que las mujeres utilizan métodos anticonceptivos como pastillas o ampollas, estos métodos anticonceptivos tienen tendencia de aumentar de peso en las mujeres, otra causa es en su ciclo menstrual que tienden a adoptar conductas poco saludables, consumiendo excesivamente comidas chatarras y disminuyendo su actividad física, estos dos factores de riesgo están relacionados a que las mujeres tengan mayor prevalencia de tener esta enfermedad.⁶

Asimismo, en el Perú, las personas de 15 años a más sufren de sobrepeso y obesidad representado por el 60% de la población total, estas morbilidades podrían hacer que la persona sea más vulnerable al covid-19. Según el Instituto Nacional de Salud (INS) 2020: el predominio del sobrepeso es de 37% y obesidad 22%, dentro de los cuales existe un incremento de masa corporal en Lima metropolitana 64%. Por otro lado, el nutricionista del INS Trujillo H., señaló que: Los factores relacionados al incremento de peso son: la inadecuada alimentación, y de otro lado la disminución de realizar ejercicio.⁷

En el año 2022, el 62.7% de las personas de 15 años a más tenían al menos una comorbilidad o factor de riesgo en su salud, es decir, sobrepeso y obesidad, según la encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES-2022).⁸ Así mismo, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) menciona que, las personas de 15 años a más tienen obesidad, representado por un 24,6% de la población nacional, registrando un incremento de 3,6 puntos porcentuales comparado con el año 2017. Siendo mayor prevalente en zonas urbanas con un 26,9% a comparación con la rural 14.5%.⁹

En base a investigaciones previas en el Hospital se evidencia que el personal de enfermería no está libre de adquirir alguna enfermedad; por el simple motivo de pertenecer al área de la salud, al contrario; se encuentra propensa a padecer alguna morbilidad que desencadene a tener sobrepeso y obesidad, ya que se evidencio en el Hospital que el personal de enfermería no tiene un adecuado hábito saludable, ya que están propensos a trabajar largas jornadas laborables y algunos profesionales de enfermería tienden a tener más de un trabajo por la condición socioeconómica que no satisface sus necesidades, dentro de los cuales se observó que las enfermeras que laboran en turno noche, tienen una inadecuada alimentación durante su guardia, debido a que tienden a alimentarse de comida rápida que se encuentran al paso, lo cual no es recomendable para su salud, por otro lado al salir de guardias llegan agotados a sus hogares sin energías y se dedican a descansar obviando realizar alguna actividad física y consumir algún alimento saludable , que a largo plazo puede desencadenar sobrepeso y obesidad. Ante esta investigación nos preguntamos ¿Cuáles son los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?, siendo necesario el planteamiento de preguntas específicas que buscan resolver ¿Cuáles son los factores sociodemográficos del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?, también ¿Cuáles son los hábitos alimenticios del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023? , como también ¿Cuál es la actividad física del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023? y ¿Cuál es la jornada laboral en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?

El estudio se justifica en brindar una base teórica para su aporte al campo del conocimiento al recopilar información valiosa de diversas fuentes que explican el sobrepeso y obesidad que se viene incrementando en nuestro país. En este contexto, un personal de salud que lleve una vida sedentaria sin actividad física y con una alimentación poco saludable, estará propenso a incrementar su peso por encima de lo normal provocando un sobrepeso u obesidad.

Así mismo, esta investigación tiene una justificación práctica, Dado que los resultados tienen en cuenta los aspectos que se deben tener al momento de determinar el estado nutricional en el que se encuentra el personal de salud, tomando en cuenta sus medidas antropométricas utilizando un instrumento de medición de masa corporal, determinando su importancia en los resultados ya que estos parámetros me indican si el personal de salud tiene sobrepeso u obesidad

Finalmente, este estudio tiene una justificación social, porque es importante para la sociedad tener conocimientos sobre los factores de riesgo presentes en el personal de salud, teniendo en cuenta los datos sociodemográficos, la inactividad física, los hábitos alimenticios y la jornada laboral que conllevarán al personal de salud a contraer alguna enfermedad de trastorno alimenticio como el sobrepeso u obesidad, para que así se tome conciencia y poder prevenir este trastorno que está afectando a la mayor parte de la población peruana.

Ante ello, la presente investigación científica tiene como justificación conocer los factores de riesgo presentes del sobrepeso y obesidad en el personal de salud, para disminuir el riesgo de obtener este problema de salud y poder desarrollar estrategias y compromisos dentro de la institución para mejorar el autocuidado en el personal de salud, contribuyendo a modificar su estilo de vida.

Es por ello, que nos planteamos como objetivo general: Identificar los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023. Y como Objetivos Específicos Determinar los factores sociodemográficos en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023, Determinar los hábitos alimenticios en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023, Determinar la actividad física que realiza el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho y como

último objetivo específico Determinar la jornada laboral del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

II. MARCO TEÓRICO

Así mismo, Quezada K., (Ecuador 2022) en su investigación titulada “sobrepeso y obesidad con relación a las jornadas laborales, actividad física y hábitos alimenticios”. Mencionan que la obesidad y el sobrepeso son problemas desarrollados por un desequilibrio metabólico, siendo así el consumo de calorías ingeridas con consumo de calorías gastadas durante el día. El presente proyecto tiene como objetivo analizar el sobrepeso y obesidad en relación a las jornadas laborales, actividad física y hábitos alimenticios, con finalidad de dar un aporte nuevo a la sociedad. Para este proyecto se utilizó un cuestionario de medición con una muestra de 78 trabajadores de salud, utilizando el método deductivo del cual los resultados fueron, que existe un 80,7% de los trabajadores de salud que padecen de sobrepeso y obesidad. Por otro lado, con respecto a los hábitos alimenticios el 52,3% de personas consumen habitualmente sus tres comidas saludables diarias lo cual se evidencia buenos hábitos, dicho de otro modo, el 92% consumen mayormente alimentos procesados, los individuos que realizan una actividad física alta son el 44,5% que realizan constantemente ya sea en donde laboran o en el hogar y los que permanecen sentados con una actividad física sedentaria es el 44,4%. En conclusión, existe una fuerte relación de las actividades físicas y los hábitos alimentarios con respecto a la obesidad y el sobrepeso.¹⁰

Sánchez J., Ortiz M., Ramos L., (Bogotá 2020) en su proyecto de investigación tuvo como objetivo determinar la asociación de la actividad laboral y los estilos de vida en el sobrepeso y la obesidad de un centro de salud, Bogotá. Para este proyecto se obtuvo una muestra de 133 trabajadores de salud, dentro de los cuales se utilizó un cuestionario de medición con cuatro dimensiones: factores sociodemográficos, toma de medidas antropométricas, consumo de alimentos y la actividad física. Cuyo resultado fue que el 47% de los encuestados tuvieron un IMC normal, el 38% del personal de salud tenía sobrepeso y el 11% obesidad. Dentro de ello, se evidencio que el 68% de los trabajadores tienen tendencias a consumir comidas chatarras ya que son de fácil preparación y lo encuentras al paso, respecto a la actividad física se obtuvo un 45% de los trabajadores que no realizan ningún tipo de ejercicio y deporte. Se concluye que la prevalencia de incremento de peso en el personal de salud fue alta y se evidencio por sus diversos factores al sobrepeso y obesidad.¹¹

De tal modo, Morocho B. (Ecuador 2020) en su investigación nos comenta que, el personal de enfermería es el pilar fundamental en la recuperación del paciente, el enfermero educa a la población para prevenir enfermedades y promocionar la salud, por lo cual, el profesional de salud está comprometido a adoptar conductas saludables y beneficiosas para su salud, dando el ejemplo con sus hábitos saludables incentivando a más personas para optar conductas saludables. El sobrepeso y obesidad son desórdenes metabólicos que desencadenan múltiples enfermedades en el individuo. El objetivo de esta investigación fue determinar los factores asociados al sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería, cuya muestra fue de 153 enfermeras, cuyo método de medición se utilizó las tomas de las medidas antropométricas: talla, peso y diámetro abdominal. Los resultados fueron que las características sociodemográficas en relación al sexo, se halló el sexo que resalto más en la investigación son las mujeres con un porcentaje de 85.6%, respecto al IMC fue que el 52.9% de los enfermeros(a) tienen sobrepeso y el 14.3% obesidad. De tal manera se evidenció que hay una deficiencia de actividad física con el 64.7% y una inadecuada alimentación por parte de los profesionales de enfermería obteniendo 62.9%.¹²

Según Morquecho B. (Ecuador 2017) En su investigación menciona que, el incremento de IMC en el personal de salud en la actualidad es un problema sumamente importante, ya que, al no ser controladas estas patologías, pueden afectar y comprometer la salud. Cuyo objetivo en la investigación fue determinar la prevalencia y factores asociados al sobrepeso y obesidad, trabajando con una muestra de 225 enfermeras, quienes cumplieron con los requisitos para participar en esta investigación, se aplicó encuestas y se tomó las medidas antropométricas en el personal que labora en el hospital, como resultado el 55.6% tuvieron sobrepeso y el 22.7% obesidad. Se obtuvo información sobre los inadecuados horarios de alimentación en los turnos rotativos y nocturnos, se halló que en el personal de enfermería hay una inadecuada actividad física en relación al agotamiento que tienen los profesionales de salud.¹³

Por otro lado, según Escudero M.,2021 en su investigación, comenta que, el sobrepeso y obesidad están presentes en las personas que tienen hábitos poco saludables, dentro de ello es provocada por múltiples factores tales como: consumo

de comidas chatarra, inactividad física, solvencia monetaria y el consumo de tabaco. El objetivo de esta investigación es determinar si existe la relación de los factores de riesgo con la obesidad y el sobrepeso, se utilizaron instrumentos para recolectar datos demográficos y el IMC en el personal de enfermería, el requisito entre las edades es de 26 a 33 años, cuya muestra fue de 185 profesionales de enfermería, se mostró como resultados: que existe una prevalencia de incremento de peso en el personal de enfermería que equivale al 73.8%, dentro de los cuales se hallaron que el 51% tienen sobrepeso, el 19% tiene obesidad tipo 1 y el 3.5% obesidad tipo 2. Se concluye que el personal de salud tiene una mayor prevalencia en sus factores de riesgo alimenticios y actividades físicas, siendo un problema para dicho centro hospitalario. ¹⁴

Así mismo, Borrero. A (Perú,2020) en su proyecto de investigación, tiene como objetivo: establecer la relación entre los factores asociados y el sobrepeso del personal sanitario. Como resultados: del 100% del personal de enfermería el 56.4% tiene categoría de sobrepeso y el 14.5% se ubica en la categoría de obesidad; el 74.5% del personal indica no realizar actividad física, es así que los encuestados indican tener hábitos alimenticios poco saludables representado por el 81.8% y finalmente el 25.5% de los enfermeros indican trabajar <10 horas, dentro de ellos el 12.7% tienen sobrepeso y el 3.6% obesidad.¹⁵

Desde otra perspectiva, Cutipa L. (Peru,2018) en su investigación, menciona que en la actualidad los estilos de vida no son muy adecuados para la salud, ya que abunda mucho el sedentarismo, alcoholismo, tabaquismo, etc. Esto no escapa del personal de salud, lo cual al paso del tiempo perjudica su salud contrayendo enfermedades crónicas, tales como el sobrepeso y obesidad. El objetivo de este proyecto es determinar si existe una relación entre el estilo de vida y el IMC, lo cual se utilizó encuestas relacionadas al estilo de vida y al mismo tiempo se tomó las medidas antropométricas para hallar el IMC de cada personal. La muestra que se utilizó fue de 183 profesionales de salud que forman parte del hospital Goyeneche, los resultados de acuerdo al IMC, se encontró que el 44.8% de los profesionales de salud tienen sobrepeso y el 9.1% obesidad. En cuanto a su nivel de estilo de vida, se obtuvo que 32.2% tienen un estilo de vida adecuado y el 9.8% bajo, lo cual es

muy preocupante para el hospital, siendo un problema que debería de solucionarse cuanto antes.¹⁶

De tal modo en la investigación de Trujillo. (Perú,2018) El objetivo de este estudio es establecer los factores asociados al sobrepeso y obesidad en el personal de salud. En los resultados: se revela que el 65.8% del personal tienen sobrepeso o también algún grado de obesidad. También se evidencio que los trabajadores no tienen un adecuado consumo de frutas y verduras diarias obteniendo un porcentaje de 5.5% y que el 63.9% de los trabajadores de salud no realizan ningún ejercicio ni practican deportes, esto se debe a que llevan una vida sedentaria. Se concluye que al no tener una adecuada alimentación y al no realizar algún tipo de actividad física, los trabajadores son más propensos a incrementar su masa corporal, obteniendo sobrepeso y obesidad.¹⁷

Aguilera (2019) Define que los factores de riesgo presentes en la obesidad y el sobrepeso, se comprende de cualquier rasgo de desarrollar, de cierta manera la probabilidad de que se forme alguna lesión o enfermedad que perjudique nuestra salud. Dicho de otro modo, Una alimentación inadecuada, la edad, el sexo, y poca actividad física son algunos de ellos. Se trata circunstancialmente de un elemento que se encuentra implicado de cierto grado de riesgo que aumenta las probabilidades de contraer sobrepeso u obesidad.¹⁸

El Sobrepeso es una problemática que aqueja a todo el mundo se encuentra derivado a un incremento elevado de grasa corporal, por ende, es la causa más común a nivel mundial y que aqueja a cualquier edad. Es decir que el IMC para evidenciar sobrepeso es igual o superior a 25. El sobrepeso actualmente se ha visto incrementado en tiempos de pandemia por ende considerado un problema de salud que padece en la población que no practica estilos de vida saludable en el hogar.¹⁹

Caballos J (2018) En su investigación menciona que el problema de la obesidad es considerado en estos tiempos como una enfermedad común que se aqueja en la población de diversos países; por otro lado, se evidencio que han adoptado por hábitos alimenticios desfavorable para su salud. Esta enfermedad se encuentra caracterizado por un incremento del tejido adiposo. Por ende, al consumir alimentos

con altas calorías, azúcares, grasas, gaseosas se encuentra anclada al desarrollo de la obesidad y por ende se desarrollan otras enfermedades asociadas.²⁰

Ortega R (2020) hace mención que el factor de riesgo de tipo sociodemográfico son lo que se relaciona algo similar con la población universalmente. Como, por ejemplo: la edad; el género o sexo, estado civil, el trabajo, la religión.²¹

Según Guevara S (2021) Hace mención en su investigación que el personal de salud que predomina más son en las mujeres con el 54%, pero, por otro lado, los hombres solo el 6.7% se evidencia un IMC elevado que es diagnosticado como sobrepeso.²²

Los hábitos alimenticios se comprenden del consumo diario de alimentos que pueden ser favorables para la salud como comer frutas o verduras; como también existen malos hábitos alimenticios que netamente pueden ser representados como un IMC elevado, evidenciándose por el consumo de alimentos procesados o dañinos para la salud de la persona.²³

Ortiz M (2020) En cuanto en la investigación mencionan que los hábitos alimenticios se evidencio que el 58% del personal de salud comen más de 3 veces al día mientras que el 32% solamente durante el día comen únicamente 3 veces.²⁴

Decimos que la Actividad Física es cualquier movimiento ya sea el desplazarse a algún lugar ya sea en el trabajo o en el mismo hogar, el subir y bajar escaleras o trotar en el mismo lugar. La actividad física se considera moderada como intensa. En diversas investigaciones se evidenció que el hábito de actividad física ayuda a prevenir enfermedades no transmisibles, como la diabetes, enfermedades cardíacas. Por ende, si lo realizamos podemos mejorar la salud mental y puede favorecer nuestra calidad de vida.²⁵ Según Sivila F (2018) el personal de salud que no realiza ninguna actividad física se evidencio con un 40% este resultado, se evidencia por la falta de tiempo; ya que el personal se somete a horas excesivas de trabajo es por ello que no pueden realizar ninguna actividad y la falta de voluntad que les impide hacer ejercicios.²⁶

Por otro lado, decimos que la jornada laboral es el día a día de muchas personas como seres humanos, por lo cual tienen derecho a trabajar para así solventar los gastos en el hogar, y poder sostener la familia ²⁷Bareiro (2020) Hacen énfasis en su investigación los profesionales de la salud que trabajan en horarios nocturnos; el 35% son licenciados en enfermería, también recalcan que el 93% del personal realizan guardias nocturnas en el intervalo de 1 a 3 años²⁸

Según Tapia M. (2021) Se observó que el personal de enfermería, tienen 12 horas de trabajo y un turno de 6 horas por lo cual; presentan mayor actividad física y menor IMC, por otro lado, tenemos al personal que labora a tiempo completo y en horarios nocturnos donde la probabilidad de hacer actividad física son pocas y presentan mayor IMC, lo cual 31% de la muestra presentaban sobrepeso y 18% se evidenció obesidad. ²⁹

El estado nutricional es el grado de satisfacer las necesidades nutricionales y fisiológicas de un sujeto. Cuando las personas consumen nutrientes apropiados para su edad, tamaño y hace mucha actividad física, su salud es óptima, mientras que una nutrición insuficiente o excesiva en alto contenido calórico, está en riesgo.³⁰

Las medidas antropométricas son valores de composición corporal que se utilizan en el diagnóstico nutricional. Algunos indicadores antropométricos, como el IMC, el porcentaje de grasa corporal (FA), la circunferencia abdominal (CA) y la relación cintura/cadera (W/H), determinan si una persona es obesa y se recomiendan para el seguimiento y vigilancia de enfermedades crónicas no transmisibles.³¹Un IMC mayor a 30 kg/m² aumenta la muerte por enfermedades cardiovasculares entre un 50-100% más que una persona con un IMC menos de 20-25 kg/m².³²

El Modelo de Atención de Virginia Henderson identifica 14 necesidades básicas que deben ser evaluadas para crear un plan de atención, siendo la segunda necesidad "Comer y Beber adecuadamente". Esta necesidad incluye varios diagnósticos relacionados con el estado nutricional. La alimentación es la principal necesidad de todas las personas, necesaria para la supervivencia y que, entre otras cosas, incide también en el estado de salud, pues una adecuada nutrición previene enfermedades y mejora su desarrollo clínico.³³

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación: Nuestra investigación fue de tipo básica, lo cual se caracterizó porque estudia relaciones entre fenómenos para entenderlos y obtener nuevos conocimientos, la misma que se realizó bajo un enfoque cuantitativo, de esta manera, que los resultados se expresan en números o gráficos. Según Aria J (2021) menciona que este enfoque se caracteriza por el uso de métodos y técnicas cuantitativas relacionadas con la medición del análisis, la aplicación de la magnitud, la observación, el tratamiento estadístico, donde la recopilación y el análisis de datos se utilizan para responder preguntas de investigación.³⁴

Diseño de Investigación: Esta investigación tuvo un diseño no experimental, ya que no se manipulo las variables, con un estudio de corte transversal porque los datos se obtuvieron en un solo momento y tiempo, con alcance o nivel descriptivo porque su función es observar los hechos tal como aparecen naturalmente en su contexto para su posterior análisis.

3.2 Variables y operacionalización

Factor de riesgo del sobrepeso y obesidad

Definición conceptual: Según Córdova (2020) Se comprende como cualquier rasgo, característica y exposición de un individuo que aumenta la posibilidad de desarrollar una enfermedad o lesión. Dicho de otro modo, una alimentación inadecuada, la edad, el sexo y poca actividad física son algunos de ellos, provocando un incremento de peso fuera de lo normal.³⁵

Definición operacional: En esta investigación la variable de interés es factores de riesgo del sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería, que se evaluó mediante un cuestionario realizado por los autores; que tiene como base los instrumentos elaborados por Morquecho, constituido por 4 dimensiones.

Dimensión 1: Factor sociodemográfico

Indicadores: edad, sexo, estado civil, años laborables.

Escala de medición: edad(razón), sexo (nominal), estado civil (nominal), años laborables (nominal)

Dimensión 2: factor hábitos alimenticios

Indicadores: hábitos alimenticios saludables, hábitos alimenticios no saludables.

Escala de medición: escala de Likert (ordinal).

Dimensión3: factor actividad física

Indicadores: jugar futbol, voleibol y básquet, natación, correr, montar bicicleta, practicar artes marciales, caminar, saltar soga, aeróbicos, levantar pesas, baile.

Escala de medición: escala de Likert.

Dimensión 4: factor de jornada laboral

Indicadores: turnos laborables, número de horas laborables, horas de trabajo durante el día, turnos noches al mes.

Escala de medición: Nominal

3.3 Población, muestra y muestreo

Población

La población está constituida por un grupo de componentes que se encuentra conformado por un estudio, por ende, para la preparación de la investigación, se tomó en cuenta como población a 80 profesionales de enfermería que laboran en el Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

Muestra

La muestra fue por conveniencia del investigador, según Sucasaire J. (2020) es una porción de la población la cual será investigada. Es por ello que la muestra tiene que ser reflejo de la población. La muestra estuvo conformada por 50 enfermeras que cumplieron los criterios de selección.³⁶

Muestreo

El tipo de muestreo es no probabilístico, tomando en cuenta a aquellos que trabajan como enfermeras en un Hospital de Lima, que acepten ser parte del estudio.

Criterios de inclusión:

- Personal de enfermería que labora en un Hospital de Lima.
- Personal enfermería que firme el consentimiento informado.
- Personal de enfermería que tienen un IMC mayor a 25

Criterios de exclusión:

- Personal enfermero que no desee participar de este estudio.
- Personal de enfermería que se encuentren de vacaciones.
- Personal de enfermería gestantes y lactantes.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La investigación tuvo como técnica la encuesta lo cual está formada por preguntas coherentes y organizadas que van dirigidas a aplicarse a las personas que forman parte de la investigación. El cuestionario es un instrumento por el cual se realiza un formulario, destinado a tener respuestas referentes al caso de estudio. Se construyó en una exhaustiva revisión bibliográfica en base a los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad. Las preguntas establecidas son principalmente de tipo respuesta cerrada, evaluando mediante la escala de Likert (empleado la valoración de acuerdo a la perspectiva del personal). La dimensión número 1 de recolección de datos que esta propuesto por los datos sociodemográficos, dentro de los cuales encontramos la edad, sexo, estado civil, años de trabajo. Así mismo, la dimensión número 2 hábitos alimenticios consta de 16 preguntas divididas entre alimentos y bebidas, donde se evaluó mediante la escala de Likert (nunca 1), (pocas veces 2), (algunas veces 3), (muchas veces 4), (siempre 5). Por otro lado, la dimensión número 3 actividad física consta de 12 preguntas donde evaluó el nivel de actividad física que tiene el personal de enfermería durante la semana (ninguna vez), (1vez) (2 veces), (3 veces), (4veces). Finalmente, la dimensión número 4 jornada laboral, consta de preguntas cerradas

donde se identificó los horarios en el que trabaja el personal de enfermería. La validación del instrumento se realizó a través de juicios de expertos, con la participación de profesionales de salud, entre ellos Magíster (3), licenciado (2), y la confiabilidad se analizó mediante, Alfa de Cronbach, en la que se obtuvo como resultado en la variable Factor de riesgo presentes del sobrepeso y obesidad de 0,827.

3.5 Procedimiento

Los autores se presentaron a los directivos de un Hospital de Lima para solicitar el permiso correspondiente; y así poder realizar el estudio al personal de enfermería, esperando la aceptación de la institución, luego se procedió a redactar un consentimiento informado para el personal encuestado, explicando previamente la finalidad de nuestra investigación. El instrumento se aplicó de forma virtual utilizando como plataforma Google Forms. Se recolectaron las respuestas para luego ser analizadas en una base de datos y posterior a ello se agradeció por la participación.

3.6 Método de análisis de datos

El programa elegido para la tabulación de datos es Excel 2016, y para el correcto procesamiento y cálculo de la información obtenida se utiliza también el programa SPSS versión 25. Asimismo, se utiliza el coeficiente de Cronbach para medir el grado de confiabilidad de los instrumentos utilizados.

3.7 Aspectos éticos

Según Vega M (2021) Con respecto a la beneficencia hablamos que es hacer el bien en todos los sentidos con las acciones mismas que nosotros realizamos, para evitar la deshumanización profesional.³⁷ Este principio formo parte de nuestra investigación, porque se buscó mantener el bienestar del personal de enfermería

Además, Zambrano R (2020) hace mención que el principio de la Autonomía quiere decir que es la aceptación del otro, como agente moral, responsable y libre de tomar sus propias decisiones.³⁸ Este principio también formo parte de nuestra

investigación, porque respetando la libertad de participar en el trabajo de investigación.

Por otro lado según Aldana G (2021) la No maleficencia se encuentra estrechamente ligado, al sistema de valores morales que tiene el hombre, quiere decir que está obligado hacer el bien y no hacer el mal.³⁹ Por ende, utilizamos este principio por tal motivo de realizarse en anonimato y así proteger la integridad y dar seguridad a la población que quiera participar, Consejo Internacional de Enfermeras (2021) la justicia se enfatiza en tratar a todas las personas por igual, sin discriminar, tratando con igualdad y equidad a todos.⁴⁰

IV. RESULTADOS

Los resultados se realizaron de acuerdo al objetivo general y específicos de la investigación.

Factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

Tabla 1. Factor de riesgo presente: Hábitos alimenticios en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

		Consumo alimentos no saludables			Total
		Ocasionalmente	Frecuentemente	Muy frecuentemente	
Índice de masa corporal	Sobrepeso	11	15	3	29
	Obesidad I	7	10	4	21
Total		18	25	7	50

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 01 se observa que, de los (50) profesionales de enfermería encuestados, (29) tienen sobrepeso con un consumo de alimentos no saludables, dentro de los cuales, 15 frecuentemente consumen alimentos no saludables, (11) ocasionalmente y 3 muy frecuente. Por otro lado (21) profesionales de enfermería tienen obesidad, (10) de ellos consumen alimentos no saludables frecuentemente, (7) ocasionalmente y (4) muy frecuente. Siendo uno de los factores de riesgo presentes dentro del personal de enfermería con sobrepeso y obesidad.

Tabla 2. Factor de riesgo presente: Actividad Física en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

		Realizo actividad física		Total
		Deficiente	Muy Deficiente	
Índice de masa corporal	Sobrepeso	6	23	29
	Obesidad I	6	15	21
Total		12	38	50

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: Asimismo, en la tabla N° 02 se interpreta que de los 50 encuestados, 23 tienen una actividad física muy deficiente y 6 deficiente. En cuanto al personal que tiene obesidad 15 tienen una actividad física muy deficiente y 6 deficiente. Por ende, es considerado como otro de los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería.

Determinar los factores sociodemográficos del sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

Tabla 3. Edad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Menos de 30 años	11	22,0	22,0
	Mayor a 30 años	39	78,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 03 se interpreta que del total de personal de enfermería evaluados (50), el 78% de estos tienen una edad mayor a 30 años, por el cual el 22% de estos son menores de 30 años.

Tabla 4. Sexo del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Masculino	7	14,0	14,0
	Femenino	43	86,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 04 se interpreta que del total del personal de enfermería evaluado el 86% pertenecen al sexo femenino mientras que el 14% pertenecen al sexo masculino.

Tabla 5. Estado civil en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Soltera(o)	24	48,0	48,0
	Casada(o)	24	48,0	96,0
	Divorciada(o)	2	4,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 05 se interpreta que del total del personal de enfermería evaluado (50), el 48% del personal pertenecen al estado civil de soltero y casado, mientras que el 4% de estos pertenecen al estado civil divorciado.

Tabla 6. Años de trabajo en la institución del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Menos de 10	31	62,0	62,0	62,0
Válidos Más de 10	19	38,0	38,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 06 se interpreta que del total del personal de enfermería evaluado (50), el 62% del personal trabaja menos de 10 años en la institución, mientras que el 38% de estos trabajan más de 10 años en la institución.

Determinar los hábitos alimenticios en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

Tabla 7. Consumo alimentos saludables en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Frecuentemente	1	2,0	2,0	2,0
Válidos Ocasionalmente	26	52,0	52,0	54,0
Raramente	23	46,0	46,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: De la tabla N° 07 se interpreta que de los 50 evaluados, el 52% de estos ocasionalmente consumen alimentos saludables. Así mismo, el 46% del personal consume raramente alimentos saludables, sin embargo, el 2% consume frecuentemente alimentos saludables.

Tabla 8. Consumo de Alimentos No Saludables en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Ocasionalmente	18	36,0	36,0	36,0
Frecuentemente	25	50,0	50,0	86,0
Válidos Muy frecuentemente	7	14,0	14,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N°08 se interpreta que del total de los 50 evaluados, el 50% consume frecuentemente alimentos no saludables, mientras que el 36% de estos consumen ocasionalmente alimentos no saludables, y solo el 14% refiere que se alimenta muy frecuentemente de alimentos no saludables.

Determinar la actividad física que realiza el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

Tabla 9. Actividad física en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Deficiente	12	24,0	24,0	24,0
Válidos Muy Deficiente	38	76,0	76,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 09 se interpreta que del total personal de enfermería evaluado (50), el 76% de estos tienen actividad física muy deficiente, por lo tanto, solo el 24% del personal tienen una actividad física deficiente.

Determinar la jornada laboral en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

Tabla 10, Turnos que realiza en su jornada laboral en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Solo mañanas	3	6,0	6,0	6,0
Válidos Mañanas y Tardes	21	42,0	42,0	48,0
s Mañanas Tardes y Noches	26	52,0	52,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: De esta tabla N°10 se observa que del total del personal de enfermería evaluado (50), el 52% de estos realizan su jornada laboral durante las mañanas, tardes y noches. Lo cual, el 42% del personal solo realiza su jornada laboral durante las mañanas y tardes. Sin embargo, solo el 6% realiza su jornada laboral durante las mañanas.

Tabla 11. Turnos noches que realiza al mes el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Menor a 4 veces	18	36,0	36,0	36,0
Válidos Mayor a 4 veces	32	64,0	64,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: De la tabla N°11 se interpreta que del total del personal evaluado (50), la mayoría de estos (64%) realizan turnos noches durante el mes mayor a 4 veces. Sin embargo, solo el 36% del personal realiza turnos noches menor a 4 veces durante el mes.

Tabla 12. Horas de trabajo durante un día del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
6 horas	6	12,0	12,0	12,0
Válidos 8 horas	7	14,0	14,0	26,0
12 horas	37	74,0	74,0	100,0
Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N°12 se interpreta que, de los 50 profesionales de enfermería evaluados, el 74% de estos trabajan durante el día 12 horas, así mismo, el 14% de estos trabajan 8 horas diarias. Por otro lado, solo el 12% del personal trabaja 6 horas durante el día.

Tabla 13. Horas laborables al mes en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Menor a 150hr	41	82,0	82,0
	Mayor a 150hr	9	18,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0

Fuente: elaboración propia

INTERPRETACIÓN: En la tabla N° 13 se interpreta que, de todo el personal de enfermería evaluado, la gran mayoría (82%) trabaja mayor a 150 horas durante el mes. sin embargo, solo el 18% del personal trabaja menor a 150 horas durante el mes.

V. DISCUSIÓN

El presente trabajo tuvo como objetivo general, Identificar los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023. Los resultados demostraron que el factor presente del sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería es la actividad Física, de los 50 encuestados, se observó el personal de salud el 46% de ellos tienen una actividad física muy deficiente y el 12% tiene una actividad deficiente. Por otra parte, el personal de enfermería que tiene obesidad el 30% del personal tienen actividad física muy deficiente y el 12% deficiente. Los resultados se alinean con la tesis de Borrero. A (Perú,2020) en su investigación, se observó que del 100% del personal de enfermería el 56.4% tiene sobrepeso y el 14.5% obesidad; el 74.5% del personal indica no realizar actividad física, es así que la inactividad física se encuentra presente en el personal de salud. La actividad física es el hacer cualquier movimiento físico con el fin de gastar energía adicional que alojamos en nuestro cuerpo, por ende, es importante que el profesional de salud debe realizar actividad física como salir a caminar, jugar al aire libre, tomar clases de baile, realizar alguna actividad en el hogar entre otras más actividades; para que en un futuro no lleve una vida sedentaria y se encuentre propenso a desarrollar enfermedades como la diabetes o hipertensión arterial.

Es así que en objetivo específico 1 Factores sociodemográficos en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023. Cuyos resultados demostraron de los 50 evaluados, el 78% de estos tienen una edad mayor a 30 años. Por ende, también se observó el 86% pertenecen al sexo femenino, por otra parte, 48% del personal pertenecen al estado civil de soltero y casado. Finalmente, de los 50 encuestados, el 62% del personal trabaja menos de 10 años en la institución. Así mismo los resultados no coinciden con lo hallado en la investigación de Morocho B. (Ecuador 2020), en el cual se observó la edad predominante fue del rango de 21-30 años con un 45,10%, Así mismo y el género que predominó más fue las mujeres en un 85,62%, a la vez, del total de participantes el 42,48% son casados y el 33,33% son solteros.

Por ende, los resultados de la autora, coinciden con nuestro resultado, decimos que el personal que trabaja en el Hospital San Juan de Lurigancho la mayoría del personal son mayores de 30 años, y en cuanto a la investigación de Morocho el personal que labora en dicha institución pertenecen al rango de 21 a 30 años, por otro lado, el sexo que predominó son mujeres, así mismo, el estado civil en la investigación de la autora la mayoría son casados y en nuestra investigación se asemejan a sus resultados. Por ende, deducimos que el factor sociodemográfico se encuentra presente en ambas investigaciones, es de suma importancia recalcar que el problema de la obesidad y sobrepeso puede presentarse a cualquier edad y en cualquier género.

Por otro lado, se determinó los hábitos alimenticios en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023. cuyos resultados demostramos que de los 50 profesionales encuestados el 52% de estos ocasionalmente consumen alimentos saludables. Por otro lado, del total del personal evaluado, el 50% consume frecuentemente alimentos no saludables. Los resultados se observan con similitud en los indicadores del estudio con la investigación de Morquecho B. (Ecuador 2017) en el cual se observó que el 20,9% del personal consume alimentos saludables mientras que el 79,1% del personal encuestado consume alimentos no saludables.

Es así que en ambas investigaciones el que tuvo mayor relevancia fue el consumo de alimentos no saludables siendo un problema de salud que aqueja al profesional de salud que labora en alguna institución. De manera que se ha como un hábito del día a día, y conforme avanzan los años la alimentación saludable se deteriora, lo cual no solo lo vemos en la población, sino también se ven reflejados en los profesionales de salud, y si cambian esos hábitos se verá reflejado en alguna enfermedad futura como la Diabetes.

En cuanto a la actividad física se determinó que de los 50 encuestados se observa, que el 76% de estos tienen actividad física muy deficiente y solo el 24% del personal tienen una actividad física deficiente. Por lo tanto, el profesional de enfermería no tiene una adecuada actividad física. Los resultados se asemejan a Sivila F (2018) en su investigación, se observó que el 40% del personal de salud no realiza ninguna

actividad física; es por ello que no pueden realizar ninguna actividad física por falta de tiempo y voluntad que le impide realizar ejercicios.

De igual forma decimos que la Actividad Física es cualquier movimiento físico que realizamos ya sea el desplazarse de un lugar a otro. Dicho de otro modo, el profesional de enfermería se considera como el pilar fundamental en el cuidado del paciente, siendo uno de los profesionales los que brindan promoción y prevención a la población, por lo tanto, es el deber de la enfermera dar el ejemplo a la población con sus buenos hábitos incentivando a más personas a seguir su ejemplo. En diversas investigaciones se evidenció que el hábito de actividad física ayuda a prevenir enfermedades no transmisibles, como la diabetes y enfermedades cardiacas.

Para concluir, se determinó la jornada laboral en el personal de salud del Hospital San Juan de Lurigancho 2023. Como resultados obtuvieron que el 52% realizan su jornada laboral durante las mañanas, tardes y noches. Así mismo, el 64% del profesional de enfermería realizan turnos noches durante el mes; más de 4 veces. Por otro lado, el 74% del personal de enfermería trabajan durante el día 12 horas. De igual forma, el 82% del personal de enfermería trabaja mayor a 150 horas durante el mes. Los resultados se observan con semejanza en los indicadores del estudio de la autora Tapia M. (2021) Se observó que el personal de enfermería, tienen 12 horas de trabajo y un turno de 6 horas por lo cual; presentan mayor actividad física y menor IMC, por otro lado, tenemos al personal que labora a tiempo completo y en horarios nocturnos donde la probabilidad de hacer actividad física son pocas y presentan mayor IMC, lo cual 31% de la muestra presentaban sobrepeso y 18% se evidenció obesidad.

Es así que, los resultados nos indican en ambas investigaciones que los personales de salud realizan su jornada laboral durante las mañanas, tardes y noches siendo el principal obstáculo para tener una dieta saludable y practicar una actividad física adecuada, ya que en este horario se presenta con mayor frecuencia los patrones de consumo irregulares de alimentos. De este modo, los turnos largos con más de 8 horas y las pausas insuficientes no permiten tener un adecuado tiempo para realizar una actividad física saludable.

VI. CONCLUSIONES

1. Se identificó los factores de riesgo presentes en el personal de enfermería con sobrepeso y obesidad del Hospital San Juan de Lurigancho 2023, se observó que el personal de enfermería que tiene sobrepeso el 46% de ellos tienen una actividad física muy deficiente, ya que el personal no realiza ninguna actividad por falta de voluntad y tiempo.
2. Los factores sociodemográficos que se encontraron presentes en el personal de enfermería fueron, la edad mayor a 30 años con un porcentaje alto, así mismo el sexo que predominó fue de las mujeres y de los 50 profesionales la gran mayoría son casados y solteros.
3. Se determinó los hábitos alimenticios en el personal de enfermería con sobrepeso y obesidad, cabe mencionar que, la gran mayoría del personal de no tienen un adecuado consumo de alimentos saludables, dicho de otro modo, se enfocan en consumir alimentos procesados de fácil obtención.
4. Dentro de la actividad física del profesional de enfermería con sobrepeso y obesidad, el 76% de los profesionales tienen actividad física muy deficiente, lo cual se observó que tienen una conducta sedentaria, cabe señalar, que no realizan ninguna actividad física a la semana.
5. Dentro de la jornada laboral del personal de enfermería con sobrepeso y obesidad, el 52% realizan su jornada laboral durante las mañanas, tardes, noches y trabajan más de 150 horas al mes, teniendo en cuenta que la enfermera no cuenta con tiempo necesario para tener un buen hábito saludable.

VII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda al hospital de san juan de Lurigancho que continúen realizando investigaciones sobre los factores presentes del sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería, siendo el principal factor que estuvo presente la inactividad física.
2. Se sugiere al personal de enfermería mantener su IMC dentro de los parámetros, puesto que para hacer promoción de la salud y prevención de la enfermedad debemos convencer a la población desde nuestro estilo de vida, por ende, se sugiere que pasen por asesoría nutricional para que les orienten a llevar una alimentación saludable
3. Se sugiere a las autoridades del Hospital a que realicen programas de actividad física dentro de la institución en diferentes áreas y en diferentes turnos, para que el personal de enfermería pueda participarla para que mejoren su estilo de vida.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la salud (OMS) Obesidad y Sobrepeso [en línea] Perú; 2021. [citado 2022 sept 13] disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
2. Organización Mundial de la salud (OMS) Malnutrición [en línea] Perú; 2021. [citado 2022 oct 8] disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
3. Organización Panamericana de la salud (OPS) Prevención de la Obesidad [en línea] Perú; 2021. [citado 2022 sept 16] disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
4. Instituto de evaluación de tecnologías en salud e investigación (IETSI) Distribución espacial de obesidad según perímetro abdominal: sub-análisis de la encuesta ENSSA. [en línea] Perú; 2021. [citado 2022 sept 17] Disponible en: http://www.essalud.gob.pe/ietsi/pdfs/direcc_invest_salud/RRI_01_2021.pdf
5. Plataforma digital única del estado peruano. Más del 60% de peruanos mayores de 15 años sufre de sobrepeso u obesidad y podría hacer formas graves de COVID-19 [en línea] Perú; 2020 [citado 2022 oct 17] Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/307020-mas-del-60-de-peruanos-mayores-de-15-anos-sufre-de-sobrepeso-u-obesidad-y-podria-hacer-formas-graves-de-covid-19>
6. Plataforma digital única del estado peruano. En el Perú más de 5 millones de mujeres mayores de 15 años sufren de obesidad [en línea] Perú; 2019 [citado 2022 oct 17] Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/45379-en-el-peru-mas-de-5-millones-de-mujeres-mayores-de-15-anos-sufren-de-obesidad>
7. Ministerio de salud (MINSA) Tacna es la región con mayores casos de sobrepeso [en línea] Perú; 2019. [citado 2022 sept 19] disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/29457-tacna-es-la-region-con-mayores-casos-de-sobrepeso>
8. Ministerio de salud (MINSA) En el Perú, el 62.7 % de personas de 15 años de edad a más padece de exceso de peso [en línea] Perú; 2022. [citado 2022

sept

21]

Disponible

en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/619520-en-el-peru-el-62-7-de-personas-de-15-anos-de-edad-a-mas-padece-de-exceso-de-peso>

9. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) [en línea] Perú; 2022. [citado 2022 sept 21] Disponible en: [https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comorbilidad-12903/#:~:text=En%20el%20a%C3%B1o%202020%2C%20el,rural%20\(14%2C5%25\).](https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comorbilidad-12903/#:~:text=En%20el%20a%C3%B1o%202020%2C%20el,rural%20(14%2C5%25).)
10. Quezada K., Situación laboral, hábitos alimenticios y actividad física con sobrepeso y obesidad en el personal de la clínica Medicopharma S.A. Machala. (Ecuador 2022). Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/17740>
11. Sánchez J., Ortiz M., Ramos L., Prevalencia de sobrepeso y obesidad en personal de salud de un centro de atención primaria en Bogotá, 2020. Disponible en: <https://repository.urosario.edu.co/handle/10336/30688>
12. Morocho B. Factores asociados al sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del hospital general IESS MACHALA. Ecuador 2020. Disponible en: <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/23331>
13. Morquecho B. Prevalencia y factores asociados a sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería de los hospitales: José Carrasco Arteaga, Vicente Corral Moscoso. Cuenca, Ecuador; 2017 disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/28126>
14. Escudero M., Prevalencia y factores de riesgo a sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del hospital tingo maría. (2019) Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3017/Escudero%20Coronel,%20Melissa%20Neidy.pdf?sequence=3>
15. Borrero A. Factores asociados al sobrepeso y obesidad de los profesionales de la salud del Hospital Nuestra Señora de las Mercedes, Piura, 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/48799>
16. Cutipa L., Relación Entre Estilos de Vida y el Índice de Masa Corporal en Personal de Salud en el Hospital Goyeneche, Arequipa, 2018. Disponible en: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/7562>

17. Trujillo H. Factores Asociados a Sobrepeso Y Obesidad En Trabajadores De Una Institución Pública De Salud. Lima, Perú. 2018. Disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2123>
18. Aguilera C., Labbé T., Busquets J., Venegas P., Neira C., Valenzuela Á. Obesidad: ¿factor de riesgo o enfermedad? Rvdo. promedio Chile [Internet]. abril de 2019 [citado el 1 de octubre de 2022]; 147(4): 470-474. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872019000400470
19. MEDITIP - El portal de la salud .Sobrepeso: definición, causas y tratamiento. [internet].enero de 2018 [citado el 7 de octubre de 2022]; disponible en: <https://www.meditip.lat/vida-saludable/sobrepeso/>
20. Ceballos J., Pérez J., Flores J., Vargas J., Ortega G., Madriz R. obesidad Pandemia del siglo XXI. Rvdo. méxico [revista en Internet]. 2018 Dic [citado 2022 Oct 03] ; 72 (5-6): 332-338. Disponible en:https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0301-696X2018000400332
21. Ortega R., Jiménez A., Perea J., Peral Á., López A. Factores sociodemográficos y de estilo de vida implicados en el exceso de peso. Nutr. Hosp. [Internet]. 2018 [citado 2022 Oct 07] ; 35(spe6): 25-29. Disponible en:https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018001200007
22. Guevara.S.S. Factores Asociados Al Sobrepeso Y Obesidad Del Personal De Enfermería Y Su Influencia Con El Desempeño Laboral En El Hospital Del Sur Esmeraldas[Tesis para obtener el título de licenciada en enfermería]. Ibarra: Universidad Técnica del Norte;2021. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11814/2/06%20ENF%201251%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
23. Guía de Práctica Clínica Nacional sobre Diagnóstico y Tratamiento de la Obesidad. [internet] 2018 [citado el 06 de octubre del 2022].Disponible en:<http://iah.salud.gob.ar/doc/Documento3.pdf>
24. Ortiz.V.M., Ramos. C.L, Sanchez A.J. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en personal de salud de un centro de atención primaria en Bogotá, 2020. [

- Trabajo de grado para optar por el título de especialista en Salud Ocupacional].Bogota: Universidad del rosario;2020.Disponible en: <https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/38f897d3-afa6-4b6f-b1cf-f453d454e53b/content>
25. Organización Mundial de la salud (OMS) Actividad física [en línea] Perú; 2022. [citado 2022 oct 7] disponible en:<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
 26. Sivila. F. K y Varas .M.P . Sobre peso Y Obesidad En El Personal De Enfermería De Los Servicios De Internación Del Hospital Central. [Tesis para obtener el título de licenciada en enfermería].Mendoza: Universidad Nacional de Cuyo;2018. Disponible en: https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/12028/sivilakatherina.pdf
 27. Bermúdez Garcell Alejandro Jesús, Serrano Gámez Nilvia Bienvenida, Leyva Montero María de los Ángeles. La importancia del ejercicio físico para disminuir la obesidad y su riesgo cardiovascular. ccm [Internet]. 2019 Mar [citado 2022 Oct 21] ; 23(1): 275-280. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812019000100275&lng=es.
 28. Boreiro .D.E. Estado Nutricional Y Alteraciones Metabólicas En Personal De Enfermería Con Guardias Nocturnas. Disponible en: <https://investigacion.uninorte.edu.py/wp-content/uploads/MED-0902-06.pdf>
 29. Tapia Mieles MA, Rich Ruiz M. El Entorno laboral y la nutrición del personal de enfermería en áreas hospitalarias. revista vive [Internet]. 4 de mayo de 2021 [citado 7 de octubre de 2022];4(11):145-72. Disponible en:<https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/98/279>
 30. Lapo-Ordoñez Danny Alexander, Quintana-Salinas Margot Rosario. Relación entre el estado nutricional por antropometría y hábitos alimentarios con el rendimiento académico en adolescentes. AMC [Internet]. 2018 Dic [citado 2022 Oct 06] ; 22(6): 755-774. Disponible en:http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552018000600755
 31. Oviedo G., Morón de Salim A., Solano L.. Indicadores antropométricos de obesidad y su relación con la enfermedad isquémica coronaria. Nutr. Hosp.

- [Internet]. 2006 Dic [citado 2022 Oct 07] ; 21(6): 694-698. Disponible en:https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112006000900010
32. Moreno Hidalgo, Carmen María; Lora López, Pilar. Intervenciones enfermeras aplicadas a la nutrición. Nutr. clín. diet. hosp. 2017; 37(4):189-193. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/PDF/MORENOH.pdf>
 33. Álvarez-Bolaños E., Cegueda-Benítez BE, Cuevas-Budhart MA, González-Jurado MA, Gómez del Pulgar-García Madrid M.. Diagnósticos de enfermería prevalentes en pacientes mayores con úlceras por presión: estudio transversal. Enfermo. univ [revista en Internet]. septiembre de 2019 [citado el 7 de octubre de 2022]; 16(3): 282-293. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1665-70632019000300282&script=sci_abstract&tlng=pt
 34. Arias J. Diseño y Metodología de la Investigación [en línea]. Arequipa-Peru 2021 [citado el 20 de octubre del 2022]. Disponible en: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjf9leL3Z_7AhWztDEKHZ5ZBqsQFnoECDEQAQ&url=https%3A%2F%2Frepositorio.concytec.gob.pe%2Fbitstream%2F20.500.12390%2F2260%2F1%2FArias-Covinos-Dise%25C3%25B1o_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf&usg=AOvVaw1O9loZAqoltENt8gbkqM5-
 35. Córdova. Rep. Universidad de Piura. El 70% de la población adulta peruana sufre de sobrepeso y obesidad. Disponible en:<https://www.udep.edu.pe/hoy/2020/06/el-70-de-la-poblacion-adulta-peruana-sufre-de-sobrepeso-y-obesidad/>
 36. Sucasaire. Orientaciones para la selección y el cálculo del tamaño de la muestra en investigación [en línea]. Lima, Perú 2022 [citado el 30 de octubre del 2022]. Disponible en: https://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/3096/1/Orientaciones_para_seleccion_y_calculo_del_tama%c3%b1o_de_muestra_de_investigacion.pdf
 37. Revista científico-educacional de la provincia Granma. La aplicación de la ética y la bioética del personal de enfermería desde los valores. Vol.15 No.

- 3, julio-septiembre 2019. ISSN: 2074-0735. RNPS: 2090. Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwihPmSMxKT7AhVFBTQIHVrTA60QFnoECDgQAQ&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F7121639.pdf&usq=AOvVaw0OuZFn2Ghp1drPeRZonAeN>
38. Zambrano R. Ética y bioética en Enfermería [en línea]. Cali; Colombia: 2020 [citado el 09 de Noviembre del 2022]. Disponible en: <https://libros.usc.edu.co/index.php/usc/catalog/download/216/218/4003?inline=1>
39. Aldana de Becerra Gloria Marlen, Tovar Riveros Blanca Elpidia, Vargas Yamile, Joya Ramírez Nohora Estella. Formación bioética en enfermería desde la perspectiva de los docentes. rev. latinoam. bioet. [Internet]. 2020 Dec [cited 2022 Nov 11]; 20(2): 121-142. disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-47022020000200121
40. Consejo Internacional de Enfermeras. Código de ética del CIE para las enfermeras [Internet]. Ginebra; 2021 [citado el 06 de noviembre del 2022]. Disponible en https://www.icn.ch/system/files/2021-10/ICN_Code-of-Ethics_SP_WEB.pdf

ANEXOS

ANEXO 1: Tabla de Operacionalización de variable

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Factor de riesgo presentes del sobrepeso y obesidad	Se comprende como cualquier rasgo, característica y exposición de un individuo que aumente la probabilidad de desarrollar una enfermedad o lesión. Dicho de otro modo, una alimentación inadecuada, la edad, el sexo y poca actividad física son algunos de ellos, provocando un incremento de peso fuera de lo normal. ³¹	En esta investigación la variable de interés es factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería, que se evaluará mediante un cuestionario constituido por 4 dimensiones.	FACTOR SOCIODEMOGRÁFICO	<ul style="list-style-type: none"> · Edad · Sexo · Estado Civil · Años laborables 	Nominal
			FACTOR HÁBITOS ALIMENTICIOS	<ul style="list-style-type: none"> · Consume alimentos saludables · Consume alimentos no saludables 	Ordinal

			<p>FACTOR ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p>-jugar fútbol, voleibol y básquet, natación, correr, montar bicicleta, practicar artes marciales, caminar, saltar soga, aeróbicos, levantar pesas, baile.</p>	Ordinal
			<p>FACTOR JORNADA LABORAL</p> <p>-Horas Laborales durante el día</p> <p>-Turnos Laborales</p> <p>-Horas laborables durante el mes</p>	Nominal

ANEXO 2: Tabla de categorización

PROBLEMAS	OBJETIVOS
<p>Problema general: ¿Cuáles son los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>¿Cuáles son los factores sociodemográficos del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?,</p> <p>¿Cuáles son los hábitos alimenticios del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?</p> <p>¿Cuál es la actividad física del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?</p> <p>¿Cuál es la jornada laboral en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023?</p>	<p>Objetivo General: Identificar los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.</p> <p>Objetivo Especifica:</p> <p>-Determinar los factores sociodemográficos en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023</p> <p>-Determinar los hábitos alimenticios en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023</p> <p>-Determinar la actividad física que realiza el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho</p> <p>-Determinar la jornada laboral del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023.</p>

ANEXO 3 : Carta de presentacion al Hospital

 **UCV**
Universidad César Vallejo
César Vallejo

"Hacia la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

San Juan de Lurigancho, 14 de abril 2023

CARTA N°008-2023-UCV-VA-P14-F03/KCE

MC. Juan Carlos Becerra Flores
Director
Hospital de San Juan De Lurigancho

De mi mayor consideración:

La que suscribe, Mgr. Luz María Cruz Parodi, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a los investigadores: **Eusebio Torres, Retos Manuel** con DNI N° 7554527 y **Gonzalez Caya, Evelyn Julissa** con DNI N° 74653734, estudiantes de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quien optará el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado **"Factores de riesgo del sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería en un Hospital de Lima, 2023"** y como coautora a la Mgr. **Nadia Zegarra Leon** para lo cual, solicita a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y a la Carrera Profesional de Enfermería.

Aguanto Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumentos de recojo de información.


Mg. Luz María Cruz Parodi
Coordinadora Académica de la C.P. de Enfermería
UCV - Campus San Juan de Lurigancho

77


MINISTERIO DE SALUD
OFICINA DE REGISTRO NACIONAL DE PROFESIONES
HOSPITAL SAN JUAN DE LURIGANCHO
TRÁMITE DOCUMENTARIO
23 JUN. 2023
RECIBIDO
Hecho en: Lima

ANEXO: Carta de autorización del Hospital



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

San Juan de Lurigancho, 26 de Junio del 2023

CARTA N° 075- 2023-UADI-HSJL

SEÑORA.

**MG. LUZ MARÍA CRUZ PARDO
COORDINADORA DE LA CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO**

Presente. –

ASUNTO : Autorización para aplicar entrevista y/o encuesta en el Hospital San Juan de Lurigancho.

REFERENCIA : CARTA N° 009-2023-UCV-VA-P12-FO5/CCP

Es grato dirigirme a Usted, para saludarla cordialmente, y según documento de la referencia, hacer de conocimiento que la Unidad de Apoyo a la Docencia e Investigación y la Coordinación de Investigación **AUTORIZA**, a las Investigadoras Principales: **EUSEBIO TORRES RENZO MANUEL y GONZALES CAYA EVELYN JULISSA**, Alumna de la Universidad Cesar Vallejo-Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, en relación a la Investigación titulada: "**FACTORES DE RIESGO PRESENTES EN EL SOBREPESO Y OBESIDAD DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA EN UN HOSPITAL DE LIMA, 2023**"

Asimismo, desearle éxitos en la mencionada investigación, la misma que deberá servir de aporte a la sociedad con miras a dar soluciones; por ello, se solicita que se nos remita el informe final a fin de implementar mejoras con los resultados y conclusiones que se obtengan.

Sin otro particular me suscribo de Ud.,

Atentamente,


MINISTERIO DE SALUD
DIRECCIÓN DE REDES INTEGRADAS DE SALUD - UNIDAD CENTRO
HOSPITAL SAN JUAN DE LURIGANCHO
MC. CARLOS ALBERTO HURTADO RUBIO
CMP. N° 031644 - RNE. N° 017232
Jefe de la Unidad de Apoyo a la Docencia e Investigación

ANEXO 4: Evaluación por juicio de expertos

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento " cuestionario de factores de riesgo del sobrepeso y obesidad". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Giannina Edith Ventosilla Yupanqui	
Grado profesional:	Maestría (X)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clinica ()	Social ()
	Educativa (X)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Gestión, asistencial, docencia, investigación	
Institución donde labora:	Diris Lima Centro	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.	



Factor jornada laboral

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Horas Laborales	6 horas	4	4	4	
	8 horas				
	12 horas				
Turnos Laborales	Mañana	4	4	4	
	Tarde				
	Noche				

Firma del evaluador

DNI 07621013

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento " cuestionario de factores de riesgo del sobrepeso y obesidad". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Araceli Janet Alvarez Mateo		
Grado profesional:	Maestría (X)	Doctor	()
Área de formación académica:	Clinica ()	Social	()
	Educativa (X)	Organizacional	()
Áreas de experiencia profesional:	Nutrición		
Institución donde labora:	C. S. Caja d Agua		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años	()	
	Más de 5 años	(X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Titulo del estudio realizado.		

2. Propósito de la evaluación:

Validar el instrumento con los cuales recogeré la información necesaria para poder desarrollar la investigación para optar el título profesional de Licenciada en enfermería.

Factor jornada laboral

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Horas Laborales	6 horas	4	4	4	
	8 horas				
	12 horas				
Turnos Laborales	Mañana	4	4	4	
	Tarde				
	Noche				

Firma del evaluador
DNI

REP. PERU | DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD | HURTADO LIMA CENTRO

LIK. ARACELI JANET ALVAREZ MATEO
NUTRICIÓN CNP 3196

DNI: 15761498

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento " cuestionario de factores de riesgo del sobrepeso y obesidad" La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	<i>Roddy Kent Huaturo Jara</i>		
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor ()	
Área de formación académica:	Clinica (X)	Social ()	
	Educativa ()	Organizacional ()	
Áreas de experiencia profesional:	<i>MINSA</i>		
Institución donde labora:	<i>C.S. Jaime Zubieta</i>		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()		
	Más de 5 años (X)		
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.		



2. Propósito de la evaluación:

Factor jornada laboral

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Horas Laborales	8 horas	4	4	4	
	12 horas				
Turnos Laborales	Mañana	4	4	4	
	Noche				



Firma del evaluador
DNI

[Firma manuscrita]
DNI: *[Número de DNI]*

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento " cuestionario de factores de riesgo del sobrepeso y obesidad" La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	CLAUDIA REGINA JORGE CABEZAS		
Grado profesional:	Maestría (X)	Doctor	()
Área de formación académica:	Clinica ()	Social	()
	Educativa (X)	Organizacional	()
Áreas de experiencia profesional:	MINSA.		
Institución donde labora:	C.S. JAIME ZUBIETA CALDESÓN		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()		
	Más de 5 años (X)		
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado. NINGUNO		



2. Propósito de la evaluación:

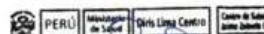
Gasto de energías	Nivel bajo o Inactivo	H	H	H	



Factor jornada laboral

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Horas Laborales	8 horas	H	H	H	
	12 horas				
Turnos Laborales	Mañana	H	H	H	
	Noche				

Firma del evaluador
DNI



Lic. Claudia Regina Jorge Cabezas
Especialista en Salud Pública
C.E.P. 37350 R.N.E. 23405

DNI - 40005262

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento " cuestionario de factores de riesgo del sobrepeso y obesidad". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	MG ANA PRINCIPE ASCA	
Grado profesional:	Maestría (X)	Doctor ()
Area de formación académica:	Clínica (X)	Social ()
	Educativa (X)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	ASISTENCIAL Y DOCENTE	
Institución donde labora:	HOSPITAL SERGIO E BERNALES UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO UNIVERSIDAD UPN	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.	



INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Horas Laborales	6 horas 8 horas 12 horas	4	4	4	
Turnos Laborales	Mañana Tarde Noche	4	4	4	

Firma del evaluador
DNI

Lic. Ana Patricia Principe Asca
ENFERMERA
C.E.P. 58359

Anexo 5: Consentimiento informado

Consentimiento Informado (*)

Título de la investigación: “Factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023”

Investigador (a) (es): Eusebio Torres, Renzo Manuel y Gonzales Caya, Evelyn Julissa

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho”, cuyo objetivo es “Identificar los factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023”. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de pregrado de la carrera profesional de Enfermería de la Universidad César Vallejo del campus Lima-Este, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso del Hospital San Juan de Lurigancho.

Describir el impacto del problema de la investigación.

Se evidencio en el hospital, que el personal de enfermería no tiene un adecuado hábito saludable, ya que están propensos a trabajar largas jornadas laborables y algunos profesionales de enfermería tienden a tener más de un trabajo por la condición socioeconómica que no satisface sus necesidades, por ende se observó que las enfermeras que trabajan en turno noche, tienen una inadecuada alimentación durante su guardia, debido a que tienden a alimentarse ingiriendo alimentos de comida rápida que se encuentran al paso y se dedican a descansar obviando realizar alguna actividad física.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada:” Factores de



riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023”

2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 10 minutos y se realizará en la plataforma Google Forms de la un Hospital de Lima las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

* Obligatorio a partir de los 18 años

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) (es) (Apellidos y Nombres) EUSEBIO TORRES, Renzo Manuel y GONZALES CAYA, Evelyn Julissa email: Renzo789juan@gmail.com y



evelingonzalescaya5@gmail.com y Docente asesor Zegarra Leon Nadia Liany
email: nzegarral@ucv.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

Anexo 6: Instrumento

CUESTIONARIO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

El presente formulario ha sido elaborado para recolectar datos que nos ayudarán a conocer “FACTORES DE RIESGO PRESENTES DEL SOBREPESO Y OBESIDAD EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA QUE LABORA EN UN HOSPITAL DE LIMA 2023”

Solicitamos de la manera más acomedida responder de forma clara y veraz a cada una de las preguntas preestablecidas, si existe alguna dificultad para la respuesta, por favor consulte con la persona responsable de su aplicación. Este cuestionario es estrictamente confidencial; todos los datos serán manejados respetando de manera rigurosa el secreto estadístico.

Por favor, señale con una cruz su respuesta en la línea de puntos.

FECHA: Día Mes Año

Antropometría Clásica para IMC

1. Talla cm
2. Peso KG

FACTOR 1: DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

A. Edad

>30 años.....

<30años.....

B. Sexo: Hombre.....Mujer.....

C. Estado civil:(por favor marque con una x la respuesta)

Soltera/o.....

Casada/o.....

Divorciada.....

Viuda.....

D. Años de trabajo en la Institución

Mayor a 10 años

Menor a 10 años

FACTOR 2: HÁBITOS ALIMENTICIOS

Marque con un X los alimentos que consume durante la semana

N	CONSUME ALIMENTOS SALUDABLES	NUNCA	POCAS VECES	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	SIEMPRE
1	Consumo verduras: lechuga, zanahoria, betarraga, apio, cebolla, tomate, etc.					
2	Consumo frutas: plátano, manzana, pera, mandarina, naranja, granadilla, etc.					
3	Consumo carne, pescado, pollo, cerdo.					
4	Consumo legumbres: lentejas, alverja, frejol, quinua, soya, etc.					
5	Consumo tubérculos: papa, camote, yuca, etc.					
6	Consumo cereal: avena, cebada, trigo, arroz, etc.					
7	Consumo frutos secos: almendras, nueces, pasas, avellanas, etc.					
8	Bebo 2 litros de agua en el día					
N°	CONSUME ALIMENTOS NO SALUDABLES	NUNCA	POCAS VECES	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	SIEMPRE

9	Consumo alimentos fuera de la hora					
10	Consumo carbohidratos en exceso					
11	Consumo bebidas alcohólicas: cerveza, vino, tragos cortos, etc.					
12	Consumo comidas antes de acostarme					
13	Consumo alimentos precocinados					
14	Consumo comidas rápidas: pollo broster, hamburguesa, papas fritas, salchipapa, etc.					
15	Consumo alimentos ricos en azúcares: galletas, pasteles, chocolates, chisitos, etc.					
16	Bebo bebidas azucaradas: coca cola, inka cola, sprite, guarana, etc.					

FACTOR 3: ACTIVIDAD FÍSICA

¿Has realizado alguna de estas actividades durante la semana? si tu respuesta es sí marca con un aspa cuantas veces lo has realizado

		CANTIDAD DE VECES A LA SEMANA				
N	ACTIVIDAD	NINGUNA VEZ	1 VEZ	2 VECES	3 VECES	4 VECES
1	Saltar soga					
2	Aeróbicos					
3	Jugar futbol					
4	Montar bicicleta					
5	Caminar					
6	Jugar voleibol					
7	Jugar básquet					
8	Levantar Pesas					
9	Correr					
10	Artes marciales					
11	Baila					
12	Natación					

FACTOR 4: JORNADA LABORAL

Marque con una X

A. Durante que turno realiza su jornada laboral:

 Sólo mañana Sólo tardes Sólo noches Mañanas y tardes Mañanas, tardes y noches

B. ¿Cuántos turnos noches realiza al mes?

 Menor 4 turnos Mayor 4 turnos

C. ¿Cuántas horas trabaja durante un día?

 6 8 12

D. Número de horas laborales en el mes

 100-120 130-150 160-200

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, ZEGARRA LEON NADIA LIANY, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Factores de riesgo presentes en el sobrepeso y obesidad del personal de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho 2023", cuyos autores son GONZALES CAYA EVELYN JULISSA, EUSEBIO TORRES RENZO MANUEL, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 06 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ZEGARRA LEON NADIA LIANY DNI: 41282651 ORCID: 0000-0001-9245-5843	Firmado electrónicamente por: NZEGARRAL el 14- 07-2023 14:45:51

Código documento Trilce: TRI - 0576745