



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes  
universitarios que residen en el distrito de los Olivos,  
2023

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**Licenciada en Enfermería**

**AUTORAS:**

Huaman Cajo, Yorsi Fiorela (orcid.org/0000-0003-1899-2071)  
Silva Villanueva, Maria Elena (orcid.org/0000-0001-5337-7475)

**ASESORA:**

Dra. Valderrama Rios, Olga Giovanna (orcid.org/0000-0003-1906-7101)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Enfermedades no Transmisibles

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**LIMA - PERÚ**

**2023**

## **DEDICATORIA**

A Dios por habernos guiado durante el transcurso de la vida diaria, por darnos la oportunidad de poder cumplir nuestras metas trazadas.

Así mismo a nuestros padres y familia por ser parte de este proceso tan maravilloso y que día a día nos motivan a seguir y cumplir nuestros objetivos.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, queremos expresar nuestra profunda gratitud a Dios y a nuestras familias, quienes nos han guiado y brindado el apoyo necesario para alcanzar nuestras metas y objetivo profesional.

Asimismo, extendemos un sincero agradecimiento a nuestra Asesora de Tesis, la Dra. Olga Giovanna Valderrama Ríos, por compartir generosamente sus conocimientos y por su invaluable orientación a lo largo del desarrollo de nuestra tesis.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Declaratoria De Autenticidad del Asesor**

Yo, VALDERRAMA RIOS OLGA GIOVANNA, docente de la FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: “Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023”, cuyos autores son SILVA VILLANUEVA MARIA ELENA Y HUAMAN CAJO FIORELA YORSI; 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, 13 de diciembre del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
VALDERRAMA RIOS, OLGA GIOVANNA DNI: 07258497 ORCID: 0000-0003-1906-7101	Firmado electrónicamente por: OVALDERRAMARI el 15-12-2023 11:06:40

Código documento Trilce: TRI – 0695663



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Declaratoria De Originalidad de los Autores

Nosotros, HUAMÁN CAJO YORSI FIORELA, SILVA VILLANUEVA MARÍA ELENA estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan a la Tesis titulada: “Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023”, es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la tesis:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
MARIA ELENA SILVA VILLANUEVA DNI: 76866301 ORCID: 0000-0001-5337-7475	Firmado electrónicamente por: MSILVAVI el 26-12- 2023 14:22:02
YORSI FIORELA HUAMAN CAJO DNI: 71577771 ORCID: 0000-0003-1899-2071	Firmado electrónicamente por: YHUAMANCA22 el 26- 12-2023 14:01:57

Código documento Trilce: INV - 1484908

# ÍNDICE

Carátula .....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Declaratoria de Autenticidad del Asesor.....	iv
Declaratoria de Originalidad de los Autores.....	V
Índice de Contenidos.....	Vi
Índice de Tabla .....	Vii
Resumen .....	Viii
Abstract .....	ix
I. Introducción .....	1
II. Marco teórico .....	5
III. Metodología .....	11
3.1. Tipo y Diseño de Investigación .....	11
3.2. Variables y Operacionalización .....	11
3.3 Población, Muestra, Muestreo, Unidad de Análisis .....	12
3.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos .....	13
3.5 Procedimientos .....	14
3.6 Método de Análisis de Datos .....	15
3.7 Aspectos Éticos .....	15
IV. Resultados.....	17
V. Discusión .....	24
VI. Conclusiones .....	27
VII. Recomendaciones .....	28
Referencias .....	29
Anexos: .....	39

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Datos sociodemográficos de estudiantes universitarios residentes en la Asociación Casablanca, distrito de los Olivos.....	17
<b>Tabla 2.</b> Niveles de actividad física entre estudiantes universitarios de la Asociación Casablanca.....	17
<b>Tabla 3.</b> Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios residentes del distrito de los Olivos.....	18
<b>Tabla 4.</b> Correlación entre intensidad de actividad física y sobrepeso / obesidad en estudiantes universitarios.....	18
<b>Tabla 5.</b> Correlación entre frecuencia de actividad física y sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.....	19
<b>Tabla 6.</b> La relación entre la duración de la actividad física y el sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de la región de Olivos.....	20
<b>Tabla 7.</b> La relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los estudiantes residentes de la asociación casa blanca. ....	20

## RESUMEN

La actividad física es clave en la lucha contra el sobrepeso y la obesidad, dos problemas de salud crecientes en la actualidad. La presente investigación tuvo como objetivo: Determinar la relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023. Metodología: Investigación Básica, de diseño No Experimental, Transversal, Nivel Descriptivo. La muestra lo constituyeron 50 estudiantes. Se uso como Instrumento, el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), para medir el nivel de actividad física; así mismo se evaluó las medidas antropométricas a los participantes. Los resultados mostraron que el 56% de la muestra eran mujeres y el 49% de todos los estudiantes presentaron un nivel bajo de actividad física. Respecto al sobrepeso y obesidad, se encontró que el 42% de los estudiantes tenían sobrepeso y el 20% obesidad. Se descubrió una relación significativa y positiva entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad, con un valor de  $p < 0,05$  y un Rho Spearman de 0,478. La conclusión del estudio resalta una relación significativa y positiva entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios, enfatizando la importancia de la actividad física en la prevención y manejo de estos problemas de salud.

**Palabras clave:** Actividad física; Sobrepeso; Obesidad (DeCS/MeSH).

## ABSTRACT

Physical activity is key in the fight against overweight and obesity, two growing health problems today. The objective of this research was: Determine the relationship between physical activity and the prevalence of overweight and obesity in university students residing in the Los Olivos district, 2023. Methodology: Basic Research, Non-Experimental, Cross-sectional design, Descriptive Level. The sample consisted of 50 students. The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) was used as an instrument to measure the level of physical activity; Likewise, the anthropometric measurements of the participants were evaluated. The results showed that 56% of the sample were women and 49% of all students had a low level of physical activity. Regarding overweight and obesity, it was found that 42% of the students were overweight and 20% obese. A significant and positive relationship was discovered between physical activity and the prevalence of overweight and obesity, with a p value  $< 0.05$  and a Spearman Rho of 0.478. The conclusion of the study highlights a significant and positive relationship between physical activity and the prevalence of overweight and obesity in university students, emphasizing the importance of physical activity in the prevention and management of these health problems.

Keywords: Physical activity; Overweight; Obesity (DeCS/MeSH).

## I. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>1</sup>, señala que la falta de actividad física es un fenómeno cada vez más relevante en diferentes países. Por su gran impacto negativo en la salud incrementando la falta de personal de salud para brindar información a la población, debido a que aproximadamente uno punto cuatro mil millones de individuos no participan en actividades físicas. Entrenamiento físico en todo el mundo. Como resultado, las ENT, que causan graves complicaciones para la salud de la sociedad debido a que, siguen aumentando. En 2020, aproximadamente 2.600 mil millones de la población en general, equivalente al cuarenta por ciento de las personas a nivel de todo el mundo padecen de esta enfermedad.

Por otro lado, Petrova, et al <sup>2</sup>, manifiesta que la obesidad /sobrepeso son enfermedades metabólicas, que día a día se propaga masivamente por el mundo, por lo que se analizó desde el año 70 hasta hoy en día, porque las personas no realizaban ejercicio físico. Por lo tanto, la prevalencia de esta patología continúa aumentando, lo que lleva a las organizaciones de salud a afirmar que, en el año 2022, la condición se cuadruplicó, superando estimaciones del 4%, alcanzando el 20% de la población que padece la condición.

De acuerdo con, Iraheta <sup>3</sup>, hizo referencia sobre la prevalencia de la obesidad, luego de su amplio análisis manifestó que el diecisiete por ciento son obesos esta son cifras alarmantes para la sociedad debido a que la tasa es mayor en estudiantes universitarios estadounidenses.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) <sup>4</sup>, manifiesta que la población en América Latina no pone en práctica las actividades físicas, debido al incremento de casos de enfermedades no transmisibles está aumentó y alcanzó el treinta y nueve por ciento en el 2020. Por tanto, se

estima que el 62,5% de la población padece esta condición. También se informa que el 28% de la población está afectada por la enfermedad y las mujeres representan el mayor número de hechos de esta enfermedad.

Según el escritor Guapi, et al <sup>5</sup>, refiere la multiplicación de casos resientes de sobrepeso y obesidad en Cuba. Concluyeron que el 23% tiene sobrepeso y el doce por ciento tiene obesidad, esto hace referencia al mal manejo de su salud. Por lo que muchos autores recomiendan y promueven la actividad física, por lo que la sociedad estudiantil debe poner como hábito realizar actividad física de manera continua.

Según el Ministerio de Salud (MINSA)<sup>6</sup>, señaló que el ochenta y cuatro punto nueve por ciento de la población peruana no realiza actividades físicas, por lo que se considera la principal razón del incremento de casos actuales de dicha enfermedad. Estos incluyen varios tipos de condiciones como: problemas metabólicos, así como problemas psicológicos, baja autoestima, etc. El crecimiento o ampliación de esta patología se extiende a gran escala en diferentes partes del mundo, es muy grave y a la vez muy alarmante porque hoy en día ha aumentado significativamente y es considerada una de las complicaciones de salud más graves.

Por otro lado, flores <sup>8</sup>, afirma que en la actualidad existe altos estándares tecnológicos, dando una amplia expansión de la obesidad entre las generaciones más jóvenes entre 12 y 25 años ha aumentado en un 30%. Este aumento se debe principalmente al descuido de la salud de uno mismo esto es muy significativo debido a los malos hábitos y a la inactividad física. Los resultados se encontraron un 62% de la población de 17 a 25 años presentan sobrepeso u obesidad, una condición que ha empeorado en época de la pandemia COVID-19.

El sobrepeso y obesidad, según Hidalgo <sup>9</sup>, manifiesta que al tener o desarrollar esta patología están vulnerables a contraer graves consecuencias en su salud además están expuestos a desarrollar enfermedades cardíacas,

diabetes mellitus tipo dos, hipertensión (HTA), etc. Sobre todo, cabe destacar que el ejercicio físico trae muchos beneficios para el organismo y sobre todo previene enfermedades. También muestra que los jóvenes y los adultos de hoy son muy inactivos, razón por la cual varias investigaciones han observado altas tasas de sobrepeso y obesidad.

Por otro lado, según Villena<sup>10</sup>, menciona que varios estudios sobre el sobrepeso y obesidad se han realizado en la ciudad de Lima, durante los últimos años donde se puede evidenciar un gran aumento en el porcentaje de esta enfermedad dentro de la población universitaria, llegando a alcanzar el 40%.

Durante el 2020, Acuña <sup>11</sup>, realizó una encuesta en una universidad privada del norte. Donde los resultados fueron: el 75% de los estudiantes tienen sobrepeso, el 10% son obesos y la gran minoría están en relación peso y talla. Además, se pudo observar que la prevalencia es mayor en mujeres.

Esta tendencia motiva y alienta a seguir investigando el impacto de esta patología en la población universitaria, quienes son más susceptibles al sobrepeso y la obesidad debido a la complejidad en su vida cotidiana.

Los estudiantes universitarios comentan: “Me veo gorda, es por eso que no encuentro ropa adecuada, no tengo tiempo para hacer ejercicios físicos porque estoy trabajando y estudiando”, “Siento miedo al comer ya que pienso que subiré de peso más de lo que estoy, no me gusta caminar, vivo a dos cuadras de la universidad, cuando hago ejercicio, como comida rápida o también conocida como chatarra, etc. Por todo lo mencionado, se planteó analizar la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los estudiantes universitarios residentes en la Asociación Casa Blanca, los Olivo, 2023?

### **Objetivo General:**

- Identificar la relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios viven en la asociación Casa Blanca, de Los Olivos, 2023.

### **Objetivos Específicos:**

- Identificar el nivel de actividad física entre los estudiantes universitarios.
- Determinar la relación entre la intensidad de la actividad física y el sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.
- Determinar la relación entre la frecuencia de la actividad física y el sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.
- Determinar la relación entre la duración de la actividad física y el sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios
- Identificar la prevalencia del sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.

El desarrollo de este estudio se justifica mediante el motivo de la molestia e inquietud por el crecimiento de la prevalencia de enfermedades no transmisibles, llegando a formar parte de los problemas de salud que aqueja a la ciudadanía y afecta el sistema de atención así mismo es considerado un problema a nivel de las organizaciones de salud a nivel mundial. Asimismo, cabe resaltar que la población vulnerable es la comunidad universitaria debido al sedentarismo y a los malos hábitos alimenticios. El estudio posee una justificación teórica donde ayuda a reunir investigaciones que ayuden a fundamentar las teorías sobre cómo realizar el manejo del sobrepeso y la obesidad con actividades físicas. La Justificación práctica, los datos resultantes ayudarán a desarrollar o mejorar estrategias de atención primaria en beneficio de los investigadores. La justificación metodológica de este estudio ayudara como referencia a los futuros estudios sobre el ejercicio físico y el sobrepeso y la obesidad. Finalmente, la justificación social del estudio proporcionará a los jóvenes universitarios una comprensión de cómo evitar esta enfermedad.

Este estudio esta dirigida a estudiantes universitarios y población en general debido a que brinda información altamente significativa a nivel internacional,

nacional, regional y local. Cualquier dato sobre esta población ayuda a la población a tomar conciencia a través de las informaciones y desarrollo de políticas y planes de intervención para las personas. y lo más importante para las comunidades estudiadas. Evaluando la correlación de ambas, también se puede decir que esta enfermedad no transmisible contribuye a las enfermedades cardiovasculares, enfermedades coronarias, DM2, etc. Esto implica fortalecer la promoción de la salud en las distintas comunidades.

Por todo lo mencionado, se obtuvo la hipótesis general: existe relación significativa entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los estudiantes universitarios que viven en la asociación casa blanca.

## **II. MARCO TEÓRICO**

A nivel Nacional, Gordillo, en el Perú (2021), hizo una investigación sobre el ejercicio físico proyectada para los jóvenes universitarios. Donde se encontró un gran número de universitarios que son sedentarios debido a sus costumbres y malos hábitos que vinieron trayendo desde su niñez. Así mismo se puede observar el 60% de los participantes estaban básicamente inactivos y el 40% eran físicamente activos<sup>13</sup>. De igual manera, Paredes, et al <sup>14</sup>, en su investigación realizado en Tingo María el 2020. sobre los factores de riesgo de la inactividad física en alumnos de la escuela de enfermería. Se Concluyó que el 50% de los participantes evaluados, tanto hombres como mujeres, tenían sobrepeso. sin embargo, en el día a día los estudiantes más vulnerables son las mujeres. Por otro lado, en Arequipa el 2022, Quincho, et al <sup>15</sup>, hizo una investigación sobre el crecimiento de casos de personas con obesidad. Donde tuvo su metodología fue descriptiva, transversal y cuantitativa para determinar la prevalencia mencionada. Donde se encontró que el 45% tenía sobrepeso y el 17% obesidad. También se puede decir que el 30% de los universitarios practican deporte. El 2021 en la ciudad de Trujillo, Según López <sup>16</sup>, realizó un estudio sobre el crecimiento de la población obesa en universitarios de la escuela de medicina. Resultando que el veinte por ciento tiene sobrepeso y un diez por ciento tiene obesidad. También se ha

comprobado que cuanto mayor es la falta de actividad física, se puede asegurar que mayor es la probabilidad de tener esta condición. También, en el 2021. Ordoñez <sup>17</sup>, realizó un estudio titulado comportamiento de los estudiantes de psicología sobre el tema de la obesidad y sobrepeso con la finalidad de determinar la visión social de los universitarios hacia el tema mencionado. Utilizo la metodología de carácter transversal, correlacional y descriptiva, formada por 200 estudiantes, de los cuales 100 participaron de la investigación, eran jóvenes de 18 a 27 años. Resultando que el 75% de los estudiantes tuvo una actitud media, el 20% tuvo una actitud alta y el 5% tuvo una capacidad baja en el tema tratado. En resumen, más del 50% de los estudiantes eran conscientes de la enfermedad, pero creían que no tenía nada que ver con su estilo de vida, lo que resultó en una mayor incidencia y prevalencia de la enfermedad. De manera similar, Huamán, et al <sup>18</sup>, investigaron sobre sobrepeso en jóvenes de la escuela de administración de una universidad del norte del Perú. Este proyecto estuvo conformado por 80 estudiantes de ambos sexos. Para la evaluación de sus variables se dieron de la siguiente manera: Para la primera variable se entrevistó y como herramienta de evaluación fue el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ); así mismo, se analizó el índice de masa corporal (IMC); mediante el peso y talla tomadas a través de las siguientes herramientas: básculas y tallímetro. resultando que el quince por ciento padecía obesidad y el treinta y dos por ciento tenía sobrepeso. Cabe mencionar que el 40% de la sociedad no realiza actividad física y un cincuenta por ciento realiza ejercicio moderado. Concluyendo que la actividad física se encuentra en abandono siendo remplazada por las nuevas distracciones tecnológicas de hoy en día.

En referencia a los antecedentes a nivel Internacional: en México el 2022. Del Pilar, et al <sup>19</sup>, hizo una investigación sobre actividad física en jóvenes del noveno ciclo de enfermería de una universidad privada. Resultando: un 42% tiene aumento de peso; así mismo un veinte por ciento son obesos. Donde concluye que la actividad física viene siendo escasa es por ello que muchos de los autores señalan que es necesario prevenir la exacerbación de esta patología, comenzando con una intervención integral de actividad física. Así

mismo, Vásquez, en Mexico el 2020, en su estudio sobre el sobrepeso y obesidad en correlación a la actividad física. Con el propósito de determinar la frecuencia del ejercicio físico en los universitarios perteneciente a la UCE. Su población de estudio estaba conformada por 150 personas. La herramienta utilizada para la evaluación fue el cuestionario para ello utilizaron el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Obtuvo como resultados: el cuarenta por ciento presenta un nivel bajo, el treinta cinco por ciento niveles moderados y el veinticinco por ciento se encuentra en un nivel alto. Se llego a la conclusión de que más del cincuenta por ciento presentaban actividad física baja o inactiva <sup>20</sup>. Por otro lado, en España el 2019, Alarcón, et al <sup>21</sup>. En su estudio sobre la actividad física en universitarios que cursan el último ciclo de ingeniería de Sistemas que utilizan acelerómetros. Tuvo como herramienta de recolección de los datos el cuestionario (IPAQ) en su versión amplia. Elaborado y aplicado en la provincia de Salamanca en España donde participaron 180 jóvenes entre 18 a 30 años. Resultando el diez si ocho por ciento de los jóvenes realizan actividad física siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Resultando que el treinta por ciento son inactivos no realizan ningún ejercicio físico. Por otro lado, Rodríguez, et al <sup>22</sup>. En Ecuador el 2020, hizo una investigación para determinar las consecuencias la actividad física favorables para la salud. El estudio se caracterizó por la recopilación literaria para ello se revisaron cien artículos entre internacionales, nacionales y locales. Se concluyó que el cuarenta por ciento de los textos revisados se puede observar que concuerdan con la inactividad física de los jóvenes universitarios iniciando así una gran ola de personas con esta comorbilidad a nivel mundial. Al mismo tiempo, en Argentina el 2020, Pou, et al <sup>23</sup>, realizar un estudio titulado la epidemia de obesidad en jóvenes universitarios para determinar el perfil social de la población en general sobre esta patología. Resultando que el ochenta por ciento de la sociedad manifiesta que es muy estresante realizar actividad física sobre todo en todo el calor que viene siendo durante los días. Además, los datos actuales muestran que los datos incrementados por el aumento de hechos por el sobrepeso/obesidad está siendo una epidemia global por sus principales problemas de salud pública. hoy en día la

propagación de esta enfermedad ha aumentado en todo el mundo. También, en Ecuador, Valdez, et al <sup>24</sup>. Investigaron sobre las aptitudes frente a la promoción de la salud en poblaciones con mayor número de casos de esta enfermedad. Cuyo objetivo era determinar la visión pública sobre el sobrepeso y obesidad. se aplicó un muestreo estratificado para la selección de los participantes siendo 180 individuos. Resultando el cincuenta por ciento no tenía conocimiento de ello, el veinte por ciento no estaba interesado en la información brindada. Se concluyó que más de la mitad de las personas no está informada sobre el desarrollo de planes educativos para la prevención de enfermedades. Asimismo, Díaz, et al <sup>25</sup>, investigaron sobre actividad física y bienestar en alumnas de enfermería en Madrid durante el 2020. El estudio fue transversal, correlativo y de enfoque cualitativo, su población estuvo conformada por 100 jóvenes de 20 y 30 años. Se concluyó que la imagen corporal del individuo es muy relevante para la sociedad por lo cual se da las discriminaciones y es donde la persona puede desarrollar múltiples enfermedades la cual afecta gravemente a la salud debido a que las actividades físicas están relacionadas con estilo de vida de la persona. De igual forma, en Mexico el 2022, Hidalgo <sup>26</sup>, en su investigación sobre las enfermedades no transmisibles como el sobrepeso en estudiantes del cuarto ciclo de enfermería. Este tuvo el propósito de analizar la opinión social sobre el sobrepeso y obesidad. Los resultados obtenidos son el 20% de la población manifiesta preocupación por esta enfermedad, así mismo un gran número de las personas refiere “que la obesidad es solo para los que comen comida chatarra “así mismo describe el autor que lo ven como un tema sin importancia. Se concluye que el tema del sobrepeso y obesidad no es visto con gran preocupación o de gran importancia por la población. De igual manera, en Colombia, el 2022, Saldías, et al <sup>27</sup>. Investigaron sobre la actividad física en estudiante del noveno ciclo de psicología. Tuvo como método de estudio tipo básico, no experimental. Resultados encontrados: el diez por ciento presenta un nivel alto, el cuarenta por ciento un nivel moderado y el 50% presenta un nivel bajo en actividad física. Así mismo, en la clasificación los niveles de actividad física se pueden observar que existe mayor cantidad

de personas que se encuentran en un nivel bajo. Por ello se puede afirmar que la población estudiantil no practica actividad física.

En primer lugar, tenemos a la teorista relacionada con la primera variable de estudio es el modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender <sup>28</sup>, su investigación plasmada como modelo hace referencia a los aspectos relacionados con el conocimiento, el comportamiento y las causas que generan los hábitos alimenticios de las personas y posibilitan la formación de conductas o hábitos saludables. Esta teoría tiene como finalidad cambiar los hábitos de la población ya que tiene como objetivo cambiar significativamente los malos hábitos de las personas. Así mismo tenemos la teoría del autocuidado de Dorothea Orem. Tiene la finalidad de brindar cambios en la salud todo depende del compromiso que tiene la persona en este caso los jóvenes universitarios, para poder actuar en su salud antes de desarrollar cualquier enfermedad no transmisible mediante la realización continua de ejercicios físicos y llevar una dieta saludable. Esto sólo es posible si los estudiantes se comprometen a cambiar sus hábitos para ello se les brinda la información correspondiente para que ellos mismos y se comprometan a cambiar su estilo de vida <sup>29</sup>.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS) <sup>30</sup>, señala que la actividad física es cualquier movimiento realizado por una persona, como correr, bailar, saltar, etc. Es triste decir que, la gran mayoría de personas no tienen esas costumbres ya que prefieren transportarse en coche o autobús a dos cuadras de su casa, de manera similar eligen ver televisión o juegan videojuegos en sus días o tiempo libre, esta es la razón por lo cual muchas personas complican su salud. Por otro lado, Ramos, et al <sup>31</sup>, indicaron que el ejercicio trae muchos beneficios a lo largo de la vida tiene un efecto positivo sobre la salud humana y la morbilidad / mortalidad. Asimismo, Pereira, et al <sup>32</sup>, Señaló que el ejercicio físico es fundamental para prevenir a las patologías tales como la obesidad, esto se debe a que la mayor de personas no practica actividad física, consume alimentos procesados o comida rápida esto hace que estén vulnerables a desarrollar patologías la cual se asocia a

la mortalidad por síndromes metabólicos y enfermedades cardiovasculares. Del mismo modo, Ballester, et al <sup>33</sup>, manifiestan que el ejercicio físico y la alimentación saludable es beneficioso para mantener el cuerpo saludable libre de enfermedades independientemente de la edad el ejercicio físico ayuda a mantener más activo el sistema humano ya que trae beneficios favorables para la salud. También, Pinto <sup>34</sup>, refiere que la intensidad de la actividad física es la cantidad de esfuerzo utilizado para realizar una actividad, lo que enfatiza la intensidad de su desarrollo. Según Sepúlveda <sup>35</sup>, la frecuencia del ejercicio físico es el nivel de repetición de cada actividad realizada, teniendo en cuenta la duración y el tiempo invertido. Finalmente, según Hurtado <sup>36</sup>, mencionó que la duración es el tiempo durante el cual se debe realizar la actividad física, medido en minutos y horas durante el tiempo que se realiza cada técnica de actividad física. Por otro lado, Moraes <sup>37</sup>, afirma que la actividad física es cualquier actividad que realiza una persona. Estos movimientos permiten que los músculos se relajen y también quemem energía, sobre todo ayuda a interactuar con la sociedad y el medio ambiente.

Los artículos científicos sobre una aproximación referencial para la segunda variable de estudio. La Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>38</sup>, afirma que está asociado a diversas complicaciones para desarrollar estas enfermedades que trae consigo otras patologías como enfermedades metabólicas, cardiovasculares, diabetes mellitus dos, la hipertensión, etc. Por todo ello, se argumenta que el crecimiento bruto de obesidad ase que aumente la carga de morbilidad. Esto hace que los costos del sistema de Salud aumenten. Como resultado, los costos del sistema de atención médica están aumentando. Por todo ello, es importante realizar estudios sobre esta patología. Debido a que los estudiantes se encuentran en población vulnerable a desarrollar sobrepeso u obesidad, ya que el aumento de peso se asocia con malos hábitos alimenticios, sedentarismo y ansiedad, de todo ello se basan para diseñar programas para prevenir complicaciones en la salud.

Finalmente, Pajuela, et al <sup>39</sup>, afirmaron que el sobrepeso/obesidad son enfermedades metabólicas causadas por el mismo individuo. Llegando a definirse como acumulación patológica de grasa en el organismo provocada por varios factores. Además, para examinar la relación entre talla y el peso, se tomaron e interpretaron medidas antropométricas utilizando el índice de masa corporal (IMC) es un medio muy eficaz para determinar el sobrepeso u obesidad. De la misma manera, Arteaga, et al <sup>40</sup>, indicaron que las causas que contribuyen al incremento peso es el excesivo consumo de comida rápida alto en grasas saturadas, la inactividad física y el sedentarismo esto hace que la persona tenga obesidad. Por último, tenemos a Carballo <sup>41</sup>, afirma que la obesidad se determinar a través del índice de masa corporal (IMC), se evalúa a través de una fórmula (peso kg entre la talla cm al cuadrado).

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño del estudio.**

##### **3.1.1. Tipo de investigación**

Este estudio es tipo básica. Al contexto, Sampieri <sup>42</sup>, señalo que el propósito de la investigación básica es recolectar información teórica o también llamada sistemática, donde responde a la pregunta de la investigación específica.

##### **3.1.2. Diseño de investigación**

El estudio es de diseño no experimental. Santos, et al<sup>43</sup>, afirma que este diseño es utilizado cuando no se realizara ningún experimento ni se manipulara ni alteran las variables permanecen tal como son. Así mismo es transversal ya que se realizó en un determinado tiempo, según González, el 2020, refiere que el estudio transversal es cuando los datos se recolectan en un determinado tiempo <sup>44</sup>. Es correlacional, al respecto Ramos, manifiesta que los estudios correlacionales se caracterizan por tener dos a más variables <sup>45</sup>. También es de enfoque cuantitativo, a su vez Medina, afirma que el propósito de utilizar este método es analizar datos y resolver dudas sobre la investigación mencionada <sup>46</sup>. Además, es un nivel descriptivo, Manterola, afirma que su objetivo principal es entender la razón, comportamiento de lo que se investiga <sup>47</sup>.

## 3.2. Variables y operacionalización

### V1. actividad física

• **Definición Conceptual:** La actividad física denominada como una secuencia de movimientos que ocurren durante el ejercicio diario del individuo. Según Sánchez, hace referencia que el ejercicio físico es cualquier tipo de actividad humana que mueva los músculos esqueléticos, lo que a su vez redundaría en un mayor gasto energético<sup>48</sup>.

• **Definición operacional:** para medir la primera variable se utilizó una versión corta de 7 ítems del Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ).

### V2: Prevalencia de sobrepeso y obesidad

- **Definición conceptual:** según Cofre, lo define como un aumento excesivo de tejido adiposo que no se controla adecuadamente y que repercute negativamente en la salud <sup>49</sup>.
- **Definición Operacional:** Medición del sobrepeso y obesidad mediante la fórmula del IMC, guía técnica para la evaluación nutricional.

***Operacionalización. ver anexo 1***

## 3.3. Población, Muestra, Muestreo y Unidad de análisis.

### 3.1. Población

El estudio estuvo conformado por 50 universitarios que viven en la Asociación Casa Blanca.

#### **Criterios de inclusión:**

- Jóvenes universitarios de 18 a 30 años.
- Personas que viven en la Asociación de Propietarios de Casablanca.

- Quienes estén interesados en formar parte de la investigación y firmen libremente el consentimiento de consentimiento

**Criterio de exclusión:**

- A los estudiantes universitarios que no tengan interés en participar de investigación.

**3.3.1 Muestra**

En el estudio no se realizó el muestreo aleatorio debido a que estudiamos a toda la población.

**3.3.3. Muestreo**

El estudio tuvo un muestreo por agrupamiento conglomerados, ya que los participantes fueron seleccionados de forma aleatoriamente por grupos de forma natural, teniendo a 50 jóvenes como población de estudio.

**3.3.4. Unidad de Análisis**

Jóvenes universitarios residentes de la Asociación de Propietarios de Casablanca, 2023.

**3.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos**

**3.4.1. Técnica**

Según Gutiérrez, el método utilizado en este estudio fue la encuesta, donde se afirma que se utilizaron encuestas para recolectar información de los encuestados del estudio antes mencionado<sup>49</sup>.

**3.4.2 Instrumento**

Para la investigación se utilizó un cuestionario. Según Hernández, señala que las herramientas de aplicación más utilizadas son los cuestionarios ya que es factible y fácil de realizar y responder tiene como objetivo medir las variables de estudio<sup>50</sup>.

En cuanto a la variable actividad física, se utilizó el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), el año 2000 fue creado por un grupo de investigadores de diferentes partes del mundo. Este cuestionario cuenta con dos versiones una corta y otra larga. Para el estudio se aplicó el (IPAQ) de 7 preguntas; considerando las 3 dimensiones de estudio siendo (intensidad D1, frecuencia D2, duración D3): estas fueron clasificadas según la cantidad de ejercicio realizado teniendo el Nivel bajo: es cuando una persona no realiza ningún ejercicio o realiza una actividad que no cumple con los criterios de la categoría 2 o 3 y se considera inactiva; Nivel moderada: se considere así cuando la persona realiza de tres o más días de actividad física, por 20 a más minutos frecuentes a la semana y el Nivel alto o intenso, se consideraron individuos que realizaron: tres o más días de actividad física vigorosa o que acumularon 1500 MET/min/semana.

De la misma manera, para la segunda variable, se tomaron medidas antropométricas utilizando tallímetro de madera y básculas para analizar el índice de masa corporal (IMC) conociendo su clasificación según (OMS).

Para validar ambos instrumentos de estudio, se realizó mediante la evolución por cinco jueces expertos siendo el personal de salud, licenciadas en enfermería con especialidad y maestría. donde concordaron que el instrumento era apropiado para evaluar a la población específica. Finalmente, se utilizó la prueba de Aiken siendo como resultado 1% siendo válido para la aplicación.

### ***Ver anexo 3***

El nivel de confiabilidad de ambas variables se llevó a cabo mediante la prueba piloto, donde se evaluó a 20 jóvenes que viven en pro siendo una población distinta a la población en estudio. Se utilizó el programa SPSS para determinar el alfa de Cronbach obteniendo 0,999.

### ***Ver anexo 5***

### **3.5 Procedimientos**

El estudio fue enviado primeramente al Comité de Ética de la Universidad César Vallejo para su respectiva revisión y aceptación. En cuanto a la recolección de datos, se envió una solicitud dirigida al presidente de la Asociación de Propietarios de Casa Blanca a través de una carta de autorización de la Escuela de Enfermería de la Universidad César Vallejo. Después de todo ello, se coordinó con el presidente de la asociación, donde se le informo sobre la investigación que se realizó durante el mes de octubre del 2023. los estudiantes que formaron parte del estudio fueron captados durante 2 fechas en diferentes meses. La aplicación del cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), se utilizó el cuestionario en su versión corta de 7 preguntas y duro aproximadamente 10 a 15 minutos. Además, para recolectar las medidas antropométricas se pesó el peso en kg y se tallo en cm de cada participante. Para ello se utilizó un tallímetro (de madera) y básculas de plataforma mecánicas (sin tallímetro incorporada). Finalmente, cabe señalar que las mediciones antropométricas duraron un aprox. de 10 minutos por persona.

### **3.6. Método de análisis de datos.**

La recopilación de datos fue de manera personal y luego se ingresaron directamente a la matriz de datos Excel. Así mismo, los datos se trasladaron al programa estadístico SPSS versión 27 para el análisis de la información recopilada. La herramienta también te ayuda a crear gráficos y tablas estadísticas para explicar los resultados. Además, es ampliamente utilizado ya que proporciona de forma organizada y recopila información.

### **3.7. Aspectos éticos**

La investigación se realizó teniendo en cuenta cada uno de los principios éticos.

**Autonomía:** Los participantes son libres de decidir si participan en la investigación con su consentimiento informado. También tuvo la oportunidad de plantear cualquier duda.

**Beneficencia:** el estudio busca beneficios y bienestar de cada uno de los estudiantes universitarios, esto se hizo realidad a través de la responsabilidad y el respeto mutuo. Así mismo se brindó información adecuada sobre los procedimientos del estudio para comprender mejor lo que se estaba haciendo.

**No maleficencia:** se puede afirmar que los jóvenes en el estudio no sufrieron ningún daño psicológico ni físico. Además, se les dio a entender que el estudio no causaría ningún inconveniente ni molestias que comprometieran su integridad.

**Justicia:** cada uno de los participantes fueron evaluados de la mejor manera posible, además toda información recolectada es de estricta confidencialidad. También nos aseguramos de que la información de los participantes se mantenga completamente confidencial y no se utilice para dañar a la persona.

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 1.** Datos sociodemográficos de estudiantes universitarios residentes en la Asociación Casablanca, distrito de los Olivos.

CARACTERÍSTICAS	RANGOS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EDAD	18 a 20 años	10	20%
	20 a 30 años	37	74%
	30 a 40 años	3	6%
SEXO	Masculino	22	44%
	Femenino	28	56%
ESTADO CIVIL	Soltero(a)	38	76%
	Conviviente	11	22%
	Casado	1	2%
TOTAL		50	100%

De los resultados de la Tabla 1, el 74% de los estudiantes se encuentra entre 20 y 30 años, el 20% de los estudiantes tiene entre 18 y 20 años, y el 6% tienen entre 30 y 40 años. Así mismo, entre el 100% de la población encuestada el 56% son mujeres. Por otro lado, el 76% de los estudiantes son solteros.

**Tabla 2.** Niveles de actividad física entre estudiantes universitarios de la Asociación Casablanca.

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	25	50%
Moderado	16	32%
Alto	9	18%
Total	50	100%

De los resultados obtenidos en la Tabla 2 se desprende que el 50% de los participantes presentan actividad física baja o inactiva y el 32% realiza actividad física moderada y el 18% de los participantes realiza actividad física alta.

**Tabla 3.** Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios residentes del distrito de los Olivos.

	Frecuencia	Porcentaje
Obesidad	10	20%
Sobrepeso	30	60%
Normal	10	20%
Total	50	100%

En la Tabla 3 se muestra que el 100% de los encuestados residentes de dicha Asociación, se evidencia que el 60% de los estudiantes tienen sobrepeso; El 20% son obesos y, finalmente, el 20% de los participantes se encontró en relación su peso/talla.

**Tabla 4.** Correlación entre intensidad de actividad física y sobrepeso / obesidad en estudiantes universitarios

			Intensidad	Sobrepeso y Obesidad
Rho de	Intensidad de la actividad física	Coeficiente de correlación	1,000	,438**
		Sig. (bilateral)N	50	,000 50
Spearman	Sobrepeso y Obesidad	Coeficiente de correlación	,438*	1,000
		Sig. (bilateral)N	,000 50	50

De acuerdo a los resultados de la Tabla 4, coeficiente de Rho Spearman = .438 y a ( $p = 0.000 < 0.05$ ), esto quiere decir que existe una relación positiva significativa baja entre ambas dimensiones.

**Tabla 5.** Correlación entre frecuencia de actividad física y sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.

			Frecuencia	Sobrepeso y Obesidad
Rho de Spearman	Frecuencia de la actividad física	Coeficiente de correlación	1,000	,644**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	50	50
	Sobrepeso y Obesidad	Coeficiente de correlación	,644**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	50	50

En la Tabla 5 se observa que la correlación Rho de Spearman es 0,644,  $p = 0,000 < 0,05$ . Por lo tanto, existe una correlación positiva significativa entre ambas dimensiones.

**Tabla 6.** La relación entre la duración de la actividad física y el sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de la región de Olivos.

			Intensidad	Sobrepeso y Obesidad
Rho de Spearman	Duración de la actividad física	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	1,000 50	,526** ,000 50
	Sobrepeso y Obesidad	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,526** ,000 50	1,000  50

En los resultados de la Tabla 6 se muestra que el coeficiente de relación Rho de Spearman es 0.526 y  $p=0.000 < 0.05$ . Por lo tanto, existe una correlación moderadamente significativa entre ambas dimensiones.

**Tabla 7.** La relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los estudiantes residentes de la asociación casa blanca.

			Actividad Física	Prevalencia del Sobrepeso y Obesidad
Rho de Spearman	Actividad Física	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	1,000 50	,478** ,000 50
	Prevalencia del Sobrepeso y Obesidad	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,478** ,000 50	1,000  50

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

En la Tabla 7 se evidencia que la correlación Rho de Spearman es 0.478,  $p=0.000 < 0.05$ . Por lo tanto, se puede decir que existe una baja correlación positiva entre ambas variables.

## V. DISCUSIÓN

La investigación ha encontrado un vínculo entre la actividad física y la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en los alumnos de pregrado que viven en la Asociación Casa Blanca, los Olivos. de los resultados encontrados podemos comparar con otros estudios similares a lo estudiado.

Los datos sociodemográficos de los estudiantes que formaron parte del estudio se pueden observar que existe un mayor porcentaje del sexo femenino y la cantidad de varones es menos. Concluyendo que con los resultados obtenidos se puede decir que el sexo femenino está vulnerables a desarrollar sobrepeso y obesidad. Así mismo en el estudio de Ramírez <sup>17</sup>, menciona que las mujeres están susceptibles a esta patología, debido a los cambios hormonales durante su vida diaria. Por otro lado, tenemos a las edades donde encontramos que el 50% están entre 18 y 20 años, el 30% se encuentran entre los 20 y 30 años, y un 10 % entre 30 y 40 años.

En cuanto al nivel de actividad física de los estudiantes residentes de la asociación casa blanca, de los Olivos, se observa que más del 50% de los encuestados presentan nivel bajo de actividad física, el 30% son inactivos. Como resultado, muchos estudiantes no realizan actividad física debido a diferentes factores como: agendas académicas ocupadas, falta de oportunidades deportivas accesibles o la posibilidad de preferir actividades sedentarias. Al respecto, Gordillo <sup>13</sup> destacó que el incremento alarmante de casos de estudiantes universitarios presenta un bajo nivel de actividad física, señalando que gran parte de la población no practica deporte de forma regular. Asimismo, Saldías <sup>27</sup> encontró en su estudio que gran parte de las personas presentan un bajo nivel de actividad física. También Acuña <sup>11</sup>.

Refiere que un número alarmante de estudiantes no participa en actividades físicas y por lo tanto se los considera inactivos. Además, encontró en un estudio de Lazo <sup>20</sup> que muchos estudiantes universitarios no realizaban actividad física, lo que refleja la alta incidencia de la enfermedad. Por otro lado, para la clasificación de los niveles de actividad física se realiza mediante la expresión METs.min/semana. Las comparaciones de actividades realizadas por individuos pueden distribuirse de diversas diferencias costumbres, social, socioeconómicas entre las comunidades estudiadas. Cabe señalar que los estilos de vida sedentarios son más comunes en las zonas más urbanizadas, en parte debido a los avances tecnológicos, como mejores opciones para la vida ya que facilita muchos trabajos, etc. pero también daña a la sociedad por el sedentarismo que les ocasiona estos grandes avances.

Así mismo se puede observar los bajos niveles de actividad física en la población estudiada esto puede causar el aumento de enfermedades no transmisibles en todo el país. Esto se debe a que el ejercicio afecta directamente a la composición corporal y afecta al tejido graso, muscular y óseo. Además, la práctica continua de los buenos hábitos de salud, como por ejemplo realizar actividad física y la dieta saludable, influye en las vías metabólicas que pueden conducir a diversas enfermedades crónicas. Da nostalgia señalar que, por el contrario, que las personas se concentran en estar en casa comiendo y sentadas tienden a desarrollar patologías como problemas cardiovasculares y síndromes metabólicos, diabetes mellitus 2, otros riesgos asociados significativamente menores. Este es un fenómeno común entre los estudiantes universitarios, debido a la influencia de diversos factores, el estrés es elevado y mal gestionado de sus emociones y así afectar su salud mental.

En cuanto a la segunda variable, los resultados fueron: el 20% están en relación su peso/talla, el 60% están subidos de peso y el 20% son obesos. En este contexto, Quincho <sup>15</sup>, encontró que el 45% de su población de estudio padecía sobrepeso y el 17% eran obesos. También señaló que promover la actividad física es importante para evitar la obesidad. Porque esta enfermedad puede tener complicaciones negativas para la salud. Por todo

ello cabe afirmar que la obesidad y el sobrepeso es cada vez más común en todo el mundo. Lo más preocupante es la obesidad continúa a medida que los estudiantes crecen, por lo que se debe hacer hincapié en la promoción y prevención para la detección oportuna.

Además, los resultados obtenidos de la tabla 4: los resultados fueron: existe una correlación significativa baja entre las dimensiones 1 y 2,  $Rho = 438$  ( $p = 0,007$ ). Asimismo, Alarcón <sup>25</sup>, en su estudio obtuvo el 30% de los estudiantes no realiza ningún ejercicio físico. También se dice que el ejercicio físico de baja intensidad se relaciona con el aumento de esta patología.

De igual manera, en la tabla 5 se observa una correlación significativa entre la dimensión, teniendo un Rho de Spearman de 0,644, esto indica que existe una relación alta entre ambas variables. Cabe señalar que el modelo de promoción de la salud de Pender <sup>25</sup> enfatiza el propósito del conocimiento conductual y de las causas de la aparición de esta enfermedad no transmisible. Este modelo promueve la adaptación a hábitos y comportamientos de la persona. Además, esta teoría ayuda a promoción a la salud brindando estilos de vida saludable esto traerá muchos beneficios a la población estudiantil.

Además, en la Tabla 6, analizando los resultados, se visualiza la relación de las dimensiones. Teniendo como resultado el Spearman de 0.526\*\*\*, estadísticamente muestra una relación significativa media entre ambas variables. Con base en los datos encontrados, se sustenta y respalda la teoría del autocuidado de Dorothea Orem, ya que pretenden que los estudiantes adquieran actitudes y hábitos saludables para que puedan evitar desarrollar enfermedades. El incumplimiento y los problemas de salud pueden provocar diversas enfermedades e incluso la muerte.

Los resultados finales se muestran en la Tabla 7. Existe correlación significativa donde el valor Rho de Spearman es 0.478 y existe significancia estadística entre las variables. Al respecto, los resultados del estudio Huamán

<sup>18</sup> sobre actividad física y sobrepeso/obesidad arrojaron que el 45,8% de los jóvenes encuestados presentaban sobrepeso y el 20% obesidad. Por el contrario, más del 50% tiene un nivel bajo. Los factores más relevantes son el sedentarismo como por ejemplo pasar horas y horas sentada en una silla esto fomenta un estilo de vida sedentario.

## VI. CONCLUSIONES

1. Entre los jóvenes universitarios que viven en la Asociación Casa Blanca existe relación de 0,478 entre las dos variables.
2. Cuando se trata de niveles de actividad física, el 50% de los jóvenes no realiza actividad física por ello son considerados como inactivos.
3. Según las estadísticas el 60% se da por la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en los estudiantes universitarios.
4. Existe una relación positiva entre ambas dimensiones, con un coeficiente de correlación bajo de 0,438.
5. En cuanto a la relación altamente significativa de 0,644. entre la frecuencia de actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los estudiantes universitarios residentes de dicha comunidad.
6. Asimismo, se puede afirmar que existe una relación de 0,526 entre ambas variables de estudio.

## VII. RECOMENDACIONES

1. A las autoridades de la Asociación Casa Blanca, los Olivos, para organizar campeonatos de vóley y fútbol para promover un estilo de vida saludable.
2. Debido al rápido crecimiento de la prevalencia del sobrepeso y obesidad, se recomienda que los centros de salud empiecen a concientizar a través de sesiones educativas, charlas de prevención, patrones de alimentación saludable y actividad física.
3. Se recomienda a todo estudiante implementar estrategias para reducir o prevenir enfermedades no transmisibles.
4. Se aconseja a los estudiantes universitarios la incorporación a grupos o clubes donde se practique deporte y bienestar para fomentar la actividad física.
5. Debido al alto índice de esta patología, se recomienda que investigadores académicos realicen estudios más profundos sobre este tema, para conocer exactamente cómo se comportan estas dos variables en la población universitaria.

## REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. (2019). Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de adolescentes del mundo no realiza suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. Ginebra: OMS. <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-ledstudy-saysmajority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficientlyphysically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
2. Petrova D, Salamanca-Fernández E, Rodríguez Barranco M, Navarro Pérez P, Jiménez Moleón JJ, Sánchez MJ. La obesidad como factor de riesgo en personas con COVID-19: posibles mecanismos e implicaciones [Internet] 2020. Agosto [citado el 11 de mayo de 2023]; 52 (7): [5pp] disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32586628/>
3. Arroyo Izaga M., Rocandio P, Ansotegui L., Pascual E., Salces B, Rebato E. Calidad de la dieta, sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios. Nutr. Hosp. [Internet]. 2006 Dic [citado 2023 Dic 12]; 21(6): 673-679. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112006000900007&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112006000900007&lng=es).
4. Organización Panamericana de la Salud. La inactividad física: un factor principal de riesgo para la salud en las Américas. Programa de Alimentación y Nutrición / División de Promoción y Protección de la Salud. (2020) Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica>
5. Silva J. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de una ciudad de la región sureste del Brasil. [internet] 2019. diciembre [citado 2023 mayo 12];48(4). Disponible en: <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/371/396>
6. Ministerio de Salud. La mitad de peruanos no realiza actividad física y corre riesgo de padecer enfermedades mortales. [internet] 2009. diciembre [citado 2023 mayo 12]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/38632-la-mitad-de-peruanos-no-realiza-actividad-fisica-y-corre-riesgo-de-padecer-enfermedades-mortales>

7. Instituto Nacional de Salud. Revelan los 10 países con mayores índices de obesidad y sobrepeso. [internet] 2013. [citado 2023 mayo 12]. disponible en: <https://observateperu.ins.gob.pe/noticias/130-revelan-los-10-paises-con-mayores-indices-de-obesidad-y-sobrepeso>
8. Flores A. Efectos del programa de actividad física y deportes en estudiantes de medicina. [internet] 2020. diciembre [citado 2023 mayo 12];11(2): [10pp] disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2219-](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-)
9. Hidalgo, tisalema, Freire, Jacome. Sobrepeso y obesidad en adolescentes. viva el rev. salud [internet]. 2022 agosto [citado el 2023 mayo 05]; 5 (14): 619-625. disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s2664-32432022000200619&lng=es.](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s2664-32432022000200619&lng=es)
10. Cruz López Cinthya Santa, Tenorio Villanueva Sheyla, Pérez Ramírez Dámaris, Cabrejo Paredes José. Factores asociados al exceso de peso corporal en estudiantes universitarios en tiempos de Covid-19. Rev. Fac. Med. Hum. [Internet]. 2023 Abr [citado 2023 Dic 10] ; 23( 2 ): 110-116. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2308-05312023000200110&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312023000200110&lng=es)
11. Acuña L, et al. Exceso de peso y actividad física en estudiantes de enfermería de una universidad del norte de Lima. Rev. Peruvian Journal of Health Care and Global Health [Internet]. 2019 Abr [citado 2023 Dic 10] ; 3(1): 10-16. Disponible en: <https://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/35>
12. Gordillo, Wilmer. Relación entre la actividad física y la calidad de vida en los estudiantes del primer grado de educación secundaria en la Institución Educativa Talento Chol, Cercado Arequipa-2019. ¿Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12590/SEgoviwr.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
13. Paredes Prada Erika Tatiana, Pérez Casanova María Fernanda, Rodríguez Jennifer Aline Lima. Actividad física en adultos: recomendaciones, determinantes y medición. Rev había cien Med [Internet]. 2020 ago. [citado

2023 Jul 17]; 19(4): e2906. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729519X2020000500013&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729519X2020000500013&lng=es)

14. Quincho Wilder .Endurance training associated with a hypocaloric diet in obese university students. revista brasileira de medicina do esporte [internet]. 27 de febrero de 2023 [citado 24 de mayo de 2023];29: e2022\_0730. disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s1517-86922023000101102&tlng=es](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1517-86922023000101102&tlng=es).
15. López y Solar. Repensando la carta de Ottawa 30 años después. gac sanit [internet]. diciembre de 2017 [citado el 9 de mayo de 2023]; 31(6): 443-445. disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0213-91112017000600001&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0213-91112017000600001&lng=es)
16. Ordoñez M. Actitud hacia la obesidad de los jóvenes de la escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo, Lima, 2019 [Trabajo de investigación para obtener el grado Académico de bachiller en nutrición].Lima:Universidad Cesar Vallejo;2019. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34115/ORDO%20c3%91EZ\\_CM.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34115/ORDO%20c3%91EZ_CM.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
17. Huamán L, Bolaños N. Sobre peso, obesidad y actividad física en estudiantes de enfermería pregrado de una universidad privada. Rev. Enferm Nefrol. [en línea] 2020. Abr-jun [citado 2022 mayo 8]; 23 (2): [185 pp.] Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2254-28842020000200008](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2254-28842020000200008)
18. Del Pilar R, Luna J, Ruiz, Rodríguez D, Hernández G, Pérez J. Association between physical activity and the percentage of fat in university students in Mexico. rev esp nutr comunitaria [internet] 2022. diciembre [citado 2023 mayo 15]; 28(4): [11p]. disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-214955>
19. Vásquez G. Evaluación del nivel de actividad física y conducta sedentaria en estudiantes de Fisioterapia y Terapia Física de 4to a 8vo semestre de la Facultad de Ciencias de la Discapacidad. Para el título de licenciado en terapia física. Quito. Universidad Central del Ecuador, Facultad de Ciencias

de la Salud; 2020. [Fecha de consulta: 25 de noviembre del 2020] Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/21126/1/T-UCE-0020-CDI316.pdf>

20. Alarcón Tenorio Alexander, Llanos Zavalaga Luis Fernando. Actividad física de estudiantes universitarios antes y durante el confinamiento por la Covid19. Rev Med Hered [Internet]. 2022 Dic [citado 2023 Nov 01]; 33 (4): 255-264. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1018130X202200400255&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018130X202200400255&lng=es).
21. Rodríguez Torres Ángel Freddy, Rodríguez Alvear Joselyn Carolina, Guerrero Gallardo Héctor Iván, Arias Moreno Edison Rodrigo, Paredes Alvear Andrea Elizabeth, Chávez Vaca Vinicio Alexander. Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2020 Jun [citado 2023 Nov 01]; 36 (2): e1535. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086421252020000200010&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252020000200010&lng=es)
22. Pou, Wirtz y Aballay. Epidemia de obesidad: evidencia actual, desafíos y direcciones futuras [Obesity epidemic: current evidence, challenges and future directions]. Medicina, 2023. 83(2), 283–289. disponible en <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37094198/>
23. Valdés González Elda María, Solís Cartas Urbano, Valdés González Jorge Luis. Control del sobrepeso y la obesidad en adultos de Chimborazo, Ecuador. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2022 Sep [citado 2023 Nov 01]; 38(3): e2043. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086421252022000300009&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252022000300009&lng=es).
24. Díaz, C., Mendoza, A., Rodríguez, H., Valdivia, J., Herrera, T., Guzmán, E., Valdés, P. (2021). Relación entre actividad física y calidad de vida en adolescentes durante la pandemia por la COVID-19. Revista Cubana de Medicina Militar, 50(4)
25. Hidalgo, tisalema, Freire, Jacome. Sobrepeso y obesidad en adolescentes. viva el rev. salud [internet]. 2022 agosto [citado el 2023 mayo 05]; 5 (14): 619-

625. disponible en:  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s2664-32432022000200619&lng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s2664-32432022000200619&lng=es).
26. Saldías-Fernández M Angélica, Domínguez-Cancino Karen, PintoGalleguillos Daniela, Parra-Giordano Denisse. Asociación entre actividad física y calidad de vida: Encuesta Nacional de Salud. Salud pública Méx [revista en la Internet]. 2022 Abr [citado 2023 Nov 01]; 64( 2 ): 157-168. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S003636342022000200157&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003636342022000200157&lng=es).
27. Nola Pender Teoría sobre la promoción de la salud [internet]. [consultado 2023 Nov 05].disponible en:<https://enfermeriavulare16.files.wordpress.com/2016/05/teorc3adanolajpender-modelo-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf>
28. Naranjo Y, Concepción Pacheco José Alejandro, Rodríguez Larreynaga Miriam. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gac Méd Espirit [Internet]. 2017 Dic; 19(3):89-100.Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009)
29. OMS. Actividad física. Organización mundial de la salud. [Internet] [citado 17 de Setiembre 2020]. Disponible en:  
<https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
30. Rodríguez Torres Ángel Freddy, Rodríguez Alvear Joselyn Carolina, Guerrero Gallardo Héctor Iván, Arias Moreno Edison Rodrigo, Paredes Alvear Andrea Elizabeth, Chávez Vaca Vinicio Alexander. Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2020 Jun [citado 2023 Nov 01]; 36( 2 ): e1535. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086421252020000200010&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252020000200010&lng=es)
31. Pereira-Rodríguez Javier Eliecer, Tejeda-Vázquez María Guadalupe, Rojas-Romero Arley Fernando, Hernández- Romero Rolando José, López-Mejía Camilo Andrés. Ejercicio como tratamiento para el manejo de la fatiga

asociada al cáncer. Rev. cient. cienc. salud [Internet]. 2022 Dec [cited 2023 Nov 01] ; 4( 2 ): 95-107. Available from: [http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2664289120220002000095&lng=en](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2664289120220002000095&lng=en)

32. Ballester-Martínez Olga, Baños Raúl, Navarro-Mateu Fernando. Actividad física, naturaleza y bienestar mental: una revisión sistemática. CPD [Internet]. 2022 ago. [citado 2023 Oct 09]; 22(2): 62-84. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S157884232022000200006&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S157884232022000200006&lng=es). Epub 12-mayo-2023.
33. Pinto, T. y Martínez, O. (2019) Diez minutos de actividad física interdisciplinaria mejoran el rendimiento académico, Apuntes Educación Física y Deportes (138), 82-94. <https://revista-apuntes.com/wp-content/uploads/2020/10/082-094-138-CAST.pdf>
34. Yáñez Sepúlveda R, Barraza F, Mahecha S. Actividad Física, Rendimiento Académico y Autoconcepto Físico en Adolescentes de Quintero, Chile. Educación Física y Ciencia [Internet]. 2016;18(2):1-10. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439949202009>
35. Hurtado H. Actividad física y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de 8vo año de una escuela básica, Ecuador 2019. [Tesis para obtener el grado académico de Maestro en Docencia Universitaria].Lima:Universidad Cesar Vallejo;2020. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57265/Hurtado\\_OHF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57265/Hurtado_OHF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
36. Devis. Pedagogía de la Actividad Física y Deportes. [monografía].Ecuador:Universidad Técnica de Ambato;2023. Disponible en: <https://www.coursehero.com/file/217476227/11-CONOCER-LA-CONCEPTUALIZACION-DE-LA-ACTIVIDAD-FISICApdf/>
37. OMS. (2019). Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-studysaysmajority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-activeputting-theicurrent-and-future-health-at-risk>

38. Pajuelo Ramírez Jaime, Torres Aparcana Lizardo, Agüero Zamora Rosa, Bernui Leo Ivonne. El sobrepeso, la obesidad y la obesidad abdominal en la población adulta del Perú. An. Fac. med. [Internet]. 2019 Ene [citado 2023 Nov 01] ; 80( 1 ): 21-27. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S10255583201900100004&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S10255583201900100004&lng=es)
39. Arteaga A. El sobrepeso y la obesidad como un problema de salud. [internet] 2019. marzo; [citado 2023 mayo 12]; 23 (2): [8pp] disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864012702912>
40. Martínez D, Haro V, Pozo T, Welk J., Villagra A, Calle E. et al . Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. Rev. Esp. Salud Publica [Internet]. 2009 Jun [citado 2023 Dic 12] ; 83( 3 ): 427-439. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-572720090003000008&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-572720090003000008&lng=es).
41. Hernandez R, Fernandez C, Baptista P. Metodología de la investigación, 4ta edición. [Intetrnt][citado 2023 Dic 12]. Disponible en: <http://187.191.86.244/rceis/registro/Methodolog%C3%ADa%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20SAMPLERI.pdf>
42. Santos. Measurement by accelerometry of physical activity levels in a sample of spanish adolescents. rev salud pública (Bogotá) 2023;21(5): 485491.disponible en <https://www.scielo.org/article/rsap/2019.v21n5/485491/>
43. González Valdes Elda María, Solis Cartas Urbano, Valdés González Jorge Luis. Control del sobrepeso y la obesidad en adultos de Chimborazo, Ecuador. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2022 Sep [citado 2023 Nov 01] ; 38( 3 ):e2043. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086421252022000300009&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252022000300009&lng=es).
44. Ramos T. Estilos de vida y factores de riesgo asociados al sobrepeso y obesidad infantil en España. Universidad Complutense de Madrid 2018 [Tesis doctoral] [citado 11 de Setiembre 2023]. Disponible en: <https://eprints.ucm.es/36184/1/T36929.pdf>

45. Rivera. Metodología de la investigación. Cuantitativa – cualitativa y redacción de la Tesis. [internet] [citado 11 de Setiembre 2023]. Disponible en: [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf)
46. Ochoa C. Diseño y análisis en investigación [internet] [citado 11 de Setiembre 2023]. Disponible en: <https://www.aepap.org/grupos/grupo-de-pediatria-basada-en-la-evidencia/biblioteca/disen-y-analisis-en-investigacion>
47. Suazo-Fernández Ricardo, Valdivia Fernández-Dávila Freddy. Actividad física, condición física y factores de riesgo cardio-metabólicos en adultos jóvenes de 18 a 29 años. An. Fac. med. [Internet]. 2017 abr [citado 2023 Jul 17]; 78(2): 145-149. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832017000200005&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832017000200005&lng=es)
48. Cofre P, define al sobrepeso y/u obesidad. El problema del sobrepeso y la obesidad infantil y sus interacciones con la actividad física, el sedentarismo y lo hábitos nutricionales en Chile. [Tesis doctoral].Lima: Universidad de Granada;2015. Disponible en: <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/40977/25289007.pdf;jsessionid=37AC22C7EEF096C5E94D34772D1AAE4C?sequence=1>
49. Gutiérrez J. Comprendiendo los venenos de serpientes: 50 años de investigaciones en América Latina. Rev. biol. trop [Internet]. 2002 June [cited 2023 Dec 11] ; 50( 2 ): 377-394. Available from: [http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-77442002000200002&lng=en](http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-77442002000200002&lng=en).
50. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la Investigación. Sexta Edición ed. Interamericana Editores SAdCV, editor. México D.F.: McGraw-Hill Education; [Internet]. [Consultado 10 de May de 2023]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
51. Vásquez, W. (2020). Metodología de la investigación. Obtenido de <https://www.usmp.edu.pe/estudiosgenerales/pdf/2020i/manuales/ii%20ciclo/metodologia%20de%20investigacion.pdf>

52. Álvarez Risco, A. Clasificación de las investigaciones. Universidad de Lima, Facultad de Ciencias Empresariales y Económicas, Carrera de Negocios Internacionales. (2020) Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12724/10818>
53. Elío-Calvo Daniel. El comité de ética y bioética (cometica) de la facultad de medicina universidad Mayor de San Andrés La Paz - Bolivia. Cuad. - Hosp. Clín. [Internet]. 2023 Jun [citado 2023 Nov 01] ; 64( 1 ): 79-82. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S165267762023000100011&lng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165267762023000100011&lng=es)

ANEXOS: ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Diseño metodológico
<b>Problema General</b>	<b>Objetivo General</b>	<b>Hipótesis General</b>			<b>Tipo de de</b>
¿Qué relación tiene la actividad física con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023?	Determinar la relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos.	La actividad física, tiene relación significativa en la reducción del	Nivel de Actividad Física	Intensidad Frecuencia Duración	<b>Investigación</b> Básica cuantitativa  <b>Diseño investigación</b> -No experimental de -Correlacional
<b>Problema Específicos</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	sobrepeso y obesidad en los estudiantes de enfermería universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023			Transversal <b>Población:</b> 101 estudiantes enfermería Muestra: 80 participantes <b>Técnica:</b> Entrevista <b>Instrumento:</b> Cuestionario
¿Cuáles son los niveles de actividad física de los estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos? ¿Cuál es la prevalencia del sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos?	Determinar los niveles de actividad física en estudiantes universitarios. Determinar la prevalencia de la obesidad y el sobrepeso en estudiantes universitarios. Identificar la relación que existe entre la intensidad de la actividad física y la prevalencia del sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.		Prevalencia de Sobrepeso y Obesidad	Medidas antropométricas IMC (índice de masa corporal) 18,5 a < 25 (normal) 25 a< (sobrepeso) >de 30 (obesidad)	

	<p>Identificar la relación que existe entre la frecuencia de la actividad física y prevalencia del sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios.</p> <p>Identificar la relación que existe entre la duración de la actividad física y la prevalencia del sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios</p>				
--	---	--	--	--	--

## ANEXO 2: TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
<b>Nivel de actividad física</b>	La actividad física es un conjunto de acciones y movimientos que fluyen durante las actividades rutinarias que realiza el individuo. Así mismo la actividad física es definida como cualquier actividad corporal originado por los músculos esqueléticos que produce un consumo de energía mayor". La práctica de actividad física influye de manera muy beneficiosa para la salud <sup>36</sup> .	La variable actividad física se midió con el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) en su presentación corta, que contiene 7 ítems y se utiliza para medir el nivel de Actividad física de los participantes. El nivel de actividad física se clasificará en tres categorías: alta, moderada y baja	Intensidad	Practica actividad física Con que continuidad realiza actividad física Cuanto tiempo dedica a la actividad física	Ordinal
			Frecuencia		
			Duración		
<b>Prevalencia de sobrepeso y obesidad</b>	según Cofre P, define al sobrepeso y/u obesidad como acumulación y aumento de grasa excesiva sin control adecuado, y cuyas repercusiones son negativas para la salud, a pesar de que el IMC es un elemento objetivo que sirve para valorar el peso saludable <sup>40</sup> .	La prevalencia de sobrepeso y obesidad será evaluada a través de las medidas antropométricas	Medidas antropométricas	IMC (índice de masa corporal) 18,5 a < 25 (normal) 25 a< (sobrepeso) >de 30 (obesidad)	
			IMC (índice de masa corporal)		

## **ANEXO 3: INSTRUMENTO**

### **CUESTIONARIO DE ACTIVIDAD FÍSICA(IPAQ)**

Estimado/a estudiante de universitario.

Le saludamos cordialmente y, en virtud de su interés en el cuidado de la salud, le solicitamos su apoyo como participante en el estudio de investigación titulado " actividad física con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023". Su participación es voluntaria y confidencial. Si decide participar, le pediremos que responda un cuestionario sobre actividad física, además evaluaremos su estado nutricional antropométrico a través del peso y talla. El cuestionario es breve y sencillo, y no requiere más de 10 minutos para completarlo. Sus datos ayudarían a comprender mejor la relación entre la actividad física y la obesidad en los estudiantes universitarios.

Instrucciones

El instrumento consta de dos partes: la primera parte evalúa el nivel de actividad física y la segunda parte evalúa el estado nutricional.

Agradecemos su tiempo y consideración.

#### **I. DATOS GENERALES**

##### **1. Edad**

1. De 18 a 20 años
- b. De 20 a 30 años
- c. Más de 40 años

##### **2. Sexo**

- a. Femenino
- b. Masculino

##### **3. Estado civil**

- a. Soltero/a
- b. Casado/a
- c. Conviviente
- d. Otro

### Medidas antropométricas

Peso (kg)	
Talla (cm)	
IMC	
Perímetro Abdominal (PA)	

### CUESTIONARIO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA(IPAQ)

Piense en todas las actividades intensas que usted realizó en los últimos 7 días. Las actividades físicas intensas se refieren a aquellas que implican un esfuerzo físico intenso y que lo hacen respirar mucho más intensamente que lo normal. Piense solo en aquellas actividades físicas que realizó durante por lo menos 10 minutos seguidos.

Ítems	Respuesta
<b>1. Durante los últimos 7 días ¿En cuántos días de la semana pasada realizó actividades físicas que le hicieron sudar y respirar más rápido?</b>	
Días por semana (indique el número)	
Ninguna actividad física intensa (pase a la pregunta 3)	
<b>2. Habitualmente, ¿Cuánto tiempo en total dedicó a una actividad física intensa en uno de esos días?</b>	
Indique cuántas horas por día	
Indique cuántos minutos por día	
No sabe/no está seguro	
<b>3. Durante los últimos 7 días, ¿En cuántos días hizo actividades físicas moderadas tales como transportar pesos livianos, o andar en bicicleta a velocidad regular? No incluya caminar</b>	
Días por semana (indicar el número)	
Ninguna actividad física moderada (pase a la pregunta 5)	
<b>4. Habitualmente, ¿cuánto tiempo en total dedicó a una actividad física moderada en esos días?</b>	

	Indique cuántas horas por día	
	Indique cuántos minutos por día	
	No sabe/no está seguro	
5.	Durante los últimos 7 días, ¿en cuántos días caminó por lo menos 10 minutos seguidos?	
	Días por semana (indique el número)	
	Ninguna caminata (pase a la pregunta 7)	
6.	Habitualmente, ¿cuánto tiempo en total dedicó a caminar en uno de esos días?	
	Indique cuántas horas por día	
	Indique cuántos minutos por día	
	No sabe/no está seguro	
7.	Durante los últimos 7 días, ¿cuánto tiempo pasó sentado durante un día hábil?	
	Indique cuántas horas por día	
	Indique cuántos minutos por día	
	No sabe/no está seguro	

### VALOR DEL TEST:

1. Caminatas:  $3'3 \text{ MET}^* \times \text{minutos de caminata} \times \text{días por semana}$  (Ej.  $3'3 \times 30 \text{ minutos} \times 5 \text{ días} = 495 \text{ MET}$ )
2. Actividad Física Moderada:  $4 \text{ MET}^* \times \text{minutos} \times \text{días por semana}$
3. Actividad Física Vigorosa:  $8 \text{ MET}^* \times \text{minutos} \times \text{días por semana}$  A continuación, sume los tres valores obtenidos:

Total = caminata + actividad física moderada + actividad física vigorosa **CRITERIOS**

### DECLASIFICACIÓN:

#### • Actividad Física Moderada:

1. 3 o más días de actividad física vigorosa por lo menos 20 minutos por día.
2. 5 o más días de actividad física moderada y/o caminata al menos 30 minutos por día.
3. 5 o más días de cualquiera de las combinaciones de caminata, actividad física moderada o vigorosa logrando como mínimo un total de 600 MET\*.

- **Actividad Física Vigorosa:**

1. Actividad Física Vigorosa por lo menos 3 días por semana logrando un total de al menos 1500 MET\*.
2. 7 días de cualquier combinación de caminata, con actividad física moderada y/o actividad física vigorosa, logrando un total de al menos 3000 MET\*

**\* Unidad de medida del test.**

**RESULTADO: NIVEL DE ACTIVIDAD**

Nivel alto

Nivel moderado

Nivel bajo o inactivo

## Anexo 4:

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Día...../...../.....

Estimado/a. Sr/a..... Con el debido respeto nos presentamos a usted, las Investigadoras: Silva Villanueva maría elena y Huamán Cajo Yorsi Fiorela somos estudiantes de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo de Lima Norte En la actualidad nos encontramos realizando un proyecto de investigación titulado (Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023); con el objetivo general : Determinar la relación entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y la obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos y para ello queremos que formes parte de este importante tema de salud, esperamos contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en una/s entrevista/s, fotos y videos en donde se guardará y respetará su confidencialidad. Gracias por su colaboración. PARTICIPANTE: de aceptar participar en la investigación, afirmo haber sido informado/a de todos los procedimientos de la investigación. En caso que tenga alguna duda o incomodidad con respecto a algunas preguntas se me explicará cada una de ellas.

Yo.....con número de DNI.....Edad.....Dirección.....conforme lo expuesto acepto formar parte de esta importante investigación. Declaro, adicionalmente, que se me ha informado que:

1. Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria y puedo retirarme de ella en cualquier momento.
2. No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto/producto, ni retribución económica alguna. Sin embargo, se espera que los resultados obtenidos permitan incidir positivamente en los procesos de mejoramiento de personas con condiciones similares a las mías, o a las de la persona bajo mi responsabilidad.

Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente; en virtud de ello, esta información será archivada en papel y/o medio electrónico Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad. Por lo anterior, hago constar que he sido informado a satisfacción sobre los procesos, procedimientos o pruebas que se realizarán por parte de los profesionales participantes en el proyecto como investigadores y, por tanto, doy mi consentimiento.

\_\_\_\_\_  
Firma del/la participante

Firma de los investigadores principales:

\_\_\_\_\_  
Investigador

\_\_\_\_\_  
Investigador

**ANEXO 5:**  
**PRUEBA DE NORMALIDAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y PREVALENCIA DE**  
**SOBREPESO Y OBESIDAD**

Prueba de Normalidad

	Kolmogórov-Smirnov <sup>2</sup>		
	Estadística O	gl	Sig.
Actividad -física	,144	50	,005
Prevalencia sobrepeso y obesidad	,137	50	,005

a. Corrección de significación de Lilliefors.

Si P- valor > 0.05 = distribución normal p- valor < 0.05 = no se distribuyen normalmente

Las variables estudiadas en esta investigación actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad presentaron una distribución no normal, el cual es el resultado de la prueba de Kolmogórov-Smirnov, la cual tuvo un nivel de significancia de ,005. Esta prueba se debe utilizar cuando la población estudiada sea mayor a 30 elementos. Por lo tanto, se procedió a realizar las pruebas no paramétricas, para contrastar las Hipótesis planteadas. En la presente investigación utilizará el coeficiente de Rho de Spearman.

**ANEXO 6**  
**PRUEBA DE CONFIABILIDAD ALFA DE CRONBACH DE LOS**  
**INSTRUMENTOS**

**ESTADÍSTICA DE FIABILIDAD**

---

**Resumen De Procesamiento De Casos**

---

		N	%
<b>Casos</b>	Valido	20	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	20	100,0

---



---

**Estadística De Fiables**

<b>Alfa De Cronbach</b>	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	Nº de elementos
<b>,999</b>	9,99	7

---

**REFERENCIA DEL ALFA DE CRONBACH**

Fuente: SPSS 25

## ANEXO 5: VALIDACIÓN DE JUECES EXPERTOS

### CUESTIONARIO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA(IPAQ)

CALCULO DE V AIKEN								
Respuesta dicotoma del juicio de expertos al evaluar el instrumento de recolección de datos cuestionario								
ITEMS		juez 1	juez 2	juez 3	juez 4	juez 5	v de AIKIN	RESULTADO
ITEMS 1	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
ITEMS 2	coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
ITEMS 3	coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
ITEMS 4	coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
ITEMS 5	coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
ITEMS 6	coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
ITEMS 7	coherencia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	relevancia	4	4	4	4	4	1	VALIDO
	Claridad	4	4	4	4	4	1	VALIDO
SUMA TOTAL							1	

  

CODIFICACIONES RESPUESTAS DE JUECES	
APRESACION POSITIVA	1
APRECIACION NEGATIVA	0

  

FORMULA DE LA V AIKIN	
$V = S/n(c-1)$	

  

s. sumas de respuestas afirmativas
n: numero de jueces
c: numero de valores de la escala de evaluacion

  

4 puntos = 1
3 puntos = 0.75
2 puntos = 0.5
1 puntos = 0.25

Juez de expertos N°1:



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Indique cuántos minutos por día	
No sabe/no está seguro	

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL NIVEL DE ACTIVIDAD**

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable . Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador:

Dr./Mg: Yanira Elisa López Torres DNI: 25602341  
Salud Pública

Especialidad del validador:

Lima, 23 de Julio del 2023

ITEMS	Pertinencia El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir		Relevancia El ítem permite medir lo que pretende el instrumento		Claridad El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		Sugerencias
	SI	No	SI	No	SI	No	
1	X		X		X		
2	X						
3	X						
4	X		X		X		
5	X						
6	X						
7	X						
<b>Aspectos Generales del IRD</b>					SI	No	<b>Observaciones</b>
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas.					X		
Los ítems del instrumento permiten lograr los objetivos de la investigación.					X		
Los ítems del instrumento están distribuidos de manera lógica y secuencial.					X		
El número de ítems es suficiente para recoger la información que permita medir la variable.					X		
El diseño del instrumento es accesible a la población sujeto de estudio.					X		

FIRMA DEL ESPECIALISTA

Juez de expertos N°2:

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

Indique cuántos minutos por día	
No sabemos está seguro	

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL NIVEL DE ACTIVIDAD**

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador:

Dr./ Mg: ESPECIALISTA DE LA SALUD CON MENCION EN DNI: 72713519  
GESTION DE SERVICIOS DE JOSE LUIS RODRIGUEZ VILLALBA

Especialidad del validador:

Lima, ...18... de ...Octubre... del 2023

ITEMS	Pertinencia El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir		Relevancia El ítem permite medir lo que pretende el instrumento		Claridad El ítem se comprende, su redacción es adecuada		Sugerencias		
	SI	No	SI	No	SI	No			
N°									
1	X		X		X				
2	X		X		X				
3	X		X		X				
4	X		X		X				
5	X		X		X				
6	X		X		X				
7	X		X		X				
<b>Aspectos Generales del IRD</b>							SI	No	<b>Observaciones</b>
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas.							X		
Los ítems del instrumento permiten lograr los objetivos de la investigación.							X		
Los ítems del instrumento están distribuidos de manera lógica y secuencial.							X		
El número de ítems es suficiente para recoger la información que permita medir la variable.							X		
El diseño del instrumento es accesible a la población sujeto de estudio.							X		

FIRMA DEL ESPECIALISTA

*[Firma manuscrita]*  
 Mg. José Luis Rodríguez Villalba  
 Especialista en Gerencia y Gestión  
 Universidad César Vallejo  
 Decanato de Gestión de Servicios de Salud  
 Sede Arequipa  
 C.P. 84111 CLAS 41902 PUEJ, 20031, 23204 ARE. 1988

Juez de expertos N°3:

...sabemos está seguro

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL NIVEL DE ACTIVIDAD**

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:  
 Aplicable  Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador: Lagoza Francis Barrueto Gaspar  
 Dr. / Mg: \_\_\_\_\_ DNI: 19728459

Especialidad del validador: Especialista en Emergencias y Desastres

Lima, ... de Septiembre del 2023

ITEMS	Pertinencia El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir		Relevancia El ítem permite medir lo que pretende el instrumento		Claridad El ítem se comprende su redacción es adecuada		Sugerencias
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	/		/		/		
2	/		/		/		
3	/		/		/		
4	/		/		/		
5	/		/		/		
6	/		/		/		
7	/		/		/		
<b>Aspectos Generales del IRD</b>					Si	No	<b>Observaciones</b>
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas					/		
Los ítems del instrumento permiten lograr los objetivos de la investigación.					/		
Los ítems del instrumento están distribuidos de manera lógica y secuencial.					/		
El número de ítems es suficiente para recoger la información que permita medir la variable.					/		
El diseño del instrumento es accesible a la población sujeto de estudio.					/		

L. Francis Barrueto Gaspar  
 L. Francis Barrueto Gaspar  
 ENFERMERO EMERGENCISTA  
 CEP 44213 REE 027265

**FIRMA DEL ESPECIALISTA**

Juez de expertos N°4:

**DR. CESAR VALLEJO**

Indique cuántos minutos por día	
No sabe/no está seguro	

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL NIVEL DE ACTIVIDAD**

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

**Opinión de aplicabilidad:**  
 Aplicable  Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador:**  
 Dr./ Mg. Margrita Tadea Mangore DNI: 066 99748

**Especialidad del validador:** \_\_\_\_\_

Lima, 30 de Octubre del 2023

ITEMS	Pertinencia El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir		Relevancia El ítem permite medir lo que pretende el instrumento		Claridad El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		Sugerencias
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	✓		✓		✓		
2	✓		✓		✓		
3	✓		✓		✓		
4	✓		✓		✓		
5	✓		✓		✓		
6	✓		✓		✓		
7	✓		✓		✓		
<b>Aspectos Generales del IRD</b>					Si	No	Observaciones
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas.					✓		
Los ítems del instrumento permiten lograr los objetivos de la investigación.					✓		
Los ítems del instrumento están distribuidos de manera lógica y secuencial.					✓		
El número de ítems es suficiente para recoger la información que permita medir la variable.					✓		
El diseño del instrumento es accesible a la población sujeto de estudio.					✓		

Margrita Tadea Mangore  
**FIRMA DEL ESPECIALISTA**

Escaneado con CamScanner

Juez de expertos N°5:

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

Indique cuántos minutos por día	
No sabemos está seguro	

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL NIVEL DE ACTIVIDAD**

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

**Opinión de aplicabilidad:**  
Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

**Apellidos y nombres del juez validador:**  
Dr/Mg. *Margrita Teófilo Amargosa* DNI *86600921*

**Especialidad del validador:** \_\_\_\_\_

Lima, *20* de *Setiembre* del 2023

ITEMS	Pertinencia El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir		Relevancia El ítem permite medir lo que pretende el instrumento		Claridad El ítem comprende su redacción es adecuada		Sugerencias
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
2	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
3	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
4	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
5	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
6	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
7	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>Aspectos Generales del IRD</b>					Si	No	Observaciones
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas					<input checked="" type="checkbox"/>		
Los ítems del instrumento permiten lograr los objetivos de la investigación					<input checked="" type="checkbox"/>		
Los ítems del instrumento están distribuidos de manera lógica y secuencial					<input checked="" type="checkbox"/>		
El número de ítems es suficiente para recoger la información que permita medir la variable					<input checked="" type="checkbox"/>		
El diseño del instrumento es accesible a la población sujeto de estudio					<input checked="" type="checkbox"/>		

*Margrita Teófilo Amargosa*  
FIRMA DEL ESPECIALISTA

## ANEXO 7:

### CARTA DE SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN

Los Olivos, 4 de Diciembre del 2023

**CARTA N°211 -2023-EP/ ENE.UCV-LIMA**

Sr.  
**Pedro Vera Calderón**  
Presidente de la Asociación de propietarios de vivienda "casa blanca"

**Presente. -**

**Asunto: Autorización para trabajo de campo de las estudiantes de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo Sede Lima Norte**

*De mi mayor consideración:*

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo y en el mío propio desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo presentar a las estudiantes Huamán Cajo, Yorsi Fiorela y Silva Villanueva, María Elena, del X ciclo del Programa de Enfermera Profesional. En este sentido, solicito a Ud. Señor presidente de la urbanización pedimos su autorización para la aplicación del instrumento de la investigación titulada: "**Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en el distrito de los Olivos, 2023**". Asimismo, agradecería se le brinde las facilidades correspondientes.

Sin otro particular me despido de Usted no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

*Atentamente,*



**Dr. Paul Velásquez Porras**  
Responsable de Investigación del Programa de Enfermería de la Universidad César Vallejo Sede Lima Norte

c/ c: Archivo.

## ANEXO: 8



### **AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**EL PRESIDENTE DE "LA ASOCIACIÓN DE PROPIETARIOS DE VIVIENDA  
CASA BLANCA"**

En respuesta a la carta de recibida N° 211-2023 EP/ ENF.UCV-LMA, Autoriza a la investigadora SILVA VILLANUEVA, MARÍA ELENA identificado con DNI N° 76866301, y, a la investigadora HUMAN CAJO, YORSI FIORELA, identificada con DNI N° 71577771, estudiantes del x ciclo de la escuela de Enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, de la filial Lima Norte, para que realicen su investigación titulada "Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios que residen en la en la asociación Casa Blanca del distrito de los olivos, 2023"

Se expide la presente autorización a la solicitud de la interesada

Los olivos ,4 de diciembre del 2023

Pedro Vera Calderón

Presidente