

Exceso de peso en estudiantes de la Universidad Especializada de las Américas: un estudio transversal

Excess weight in students of the Universidad Especializada de las Américas: a cross-sectional study

Pérez, C.A.¹  Ureña L.²  Molino, J.³  Cerezo, S.⁴  Ríos-Castillo, I.⁵ 

³ Universidad Especializada de las Américas. Facultad de Biociencias y Salud Pública. Escuela de Salud Pública, Ciudad de Panamá, Panamá

⁴ Universidad Interamericana de Panamá. Escuela de Nutrición y Dietética. Ciudad de Panamá, Panamá

⁵ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). Oficina Subregional de la FAO para Mesoamérica. Ciudad de Panamá, Panamá
Correo: carl3000art@gmail.com / analorenagu3@gmail.com / sheila_cerezo@uip.edu.pa / jay.molino@udelas.ac.pa / israel.rios@fao.org

DOI: <https://doi.org/10.57819/1076-kc75>



Fecha de Recepción: 19-01-2024. **Fecha de Aceptación:** 02-07-2024. **Fecha de publicación:** 01-01-2025.

Conflictos de interés: Ninguno que declarar

RESUMEN

Antecedentes: La malnutrición por exceso de peso es uno de los problemas más relevantes de la salud pública en Panamá. **Objetivo:** determinar el exceso de peso en estudiantes universitarios de la Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano de la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), en Panamá. **Materiales y métodos:** investigación de diseño no experimental, descriptivo y transversal en 150 sujetos de la Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano de UDELAS. Se analizaron factores sociodemográficos; marcadores antropométricos (peso y talla); y medición de la seguridad alimentaria a nivel de los hogares de los estudiantes. Los datos recolectados se compararon mediante prueba de Chi² para determinar relación entre estado nutricional y variables sociodemográficas. Para evaluar la asociación entre el exceso de peso con los factores de riesgo sociodemográficos, se utilizó regresión logística multivariada ajustada por sexo, edad, efectos fijos de la carrera estudiada y por errores estándares robustos. **Resultados:** se evaluaron 150 sujetos (edad: 22,0 ± 3,2 años; 76% mujeres). El 54% presenta exceso de peso, siendo 39% sobrepeso y 15% obesidad, sin diferencias por sexo. El exceso de peso se asoció al estatus laboral, estudiante que trabaja en comparación con aquellos a quienes los padres costean los estudios [OR: 3,93; IC95%: 1,09 a 14,12]; también, se observa asociación entre el exceso de peso y aquellos a quienes les preocupa el peso corporal en comparación con quienes no se preocupan [OR: 4,24; IC95%: 1,26 a 14,31]. **Conclusión:** alta proporción de personas con sobrepeso y obesidad. El exceso de peso se asoció con la independencia económica para costear la universidad y con la preocupación sobre el peso corporal.

Palabras clave: malnutrición, obesidad, Panamá, seguridad alimentaria, sobrepeso.

ABSTRACT

Background: Excess weight is one of the most relevant public health problems in Panama. **Objective:** To determine excess weight among university students at the Faculty of Social Education and Human Development at the Specialized University of the Americas (UDELAS) in Panama. **Materials and Methods:** A non-experimental, descriptive, cross-sectional study was conducted on 150 subjects FROM the Faculty of Social Education and Human Development at UDELAS. Sociodemographic factors, anthropometric markers (weight and height), and household food security measurement of the students were analyzed. The collected data were compared using the Chi-square test to determine the relationship between nutritional status and sociodemographic variables. To assess the association between excess weight and sociodemographic risk factors, multivariate logistic regression adjusted for sex, age, fixed effects of the studied career, and robust standard errors were utilized. **Results:** 150 subjects were evaluated (age: 22.0 ± 3.2 years; 76% women). 54% were found to have excess weight, with 39% being overweight and 15% obese, with no differences by sex. Excess weight was associated with employment status, students who work compared to those whose parents finance their studies [OR: 3.93; 95% CI: 1.09 to 14.12]; also, an association was observed between excess weight and those who worry about body weight compared to those who do not worry [OR: 4.24; 95% CI: 1.26 to 14.31]. **Conclusion:** A high proportion of individuals with overweight and obesity. Excess weight was associated with economic independence to afford university and with concern about body weight.

Keywords: malnutrition, obesity, Panama, food security, overweight.

Para citar este artículo: Pérez, C.A., Ureña L., Molino, J., Cerezo, S., Ríos-Castillo, I. (2025). Exceso de peso en estudiantes de la Universidad Especializada de las Américas: un estudio transversal. Revista Científica de la Universidad Especializada de las Américas, Núm.17, ene-dic. 2025, pp.49-68. DOI: <https://doi.org/10.57819/1076-kc75>

Introducción

El exceso de peso es uno de los problemas más grave que enfrenta la salud pública en Panamá (Ministerio de Salud de Panamá [MINSA], 2015), realidad de la que no escapa la educación superior del país. La prevalencia de sobrepeso y de obesidad se han incrementado a cifras alarmantes en todo el mundo, con negativos efectos sociales y económicos que suponen enormes desafíos para las naciones en desarrollo (WHO, 2017). El sobrepeso y la obesidad son condiciones de salud graves que se relacionan de manera directa con el incremento de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) (WHO, 2015; Rabelo et al., 2012).

El exceso de peso ha originado innumerables trabajos de investigación (Herranz Barbero, 2015). Los factores alimentarios y el sedentarismo son los principales determinantes; siendo señaladas las dietas altas en azúcares, carbohidratos refinados, sal y grasas saturadas; así como el bajo consumo de frutas, vegetales, pescados, nueces y leguminosas (Mendonça et al., 2016). Por lo que es importante adecuar los espacios educativos universitarios para que faciliten la adopción de hábitos alimentarios saludables y la realización de actividad física; para lograr mantener un estado de salud en general saludable.

Otros factores que inciden en el exceso de peso son el incremento de horas frente a las pantallas y el sedentarismo, situaciones comunes entre los estudiantes universitarios (García Milian & Creus García, 2017). Pero también, el exceso de peso puede ser el resultado de no actuar ante estos problemas, la falta de regulación en los ambientes alimentarios, sobre todo en las universidades, el fácil acceso a comida no saludable como las bebidas azucaradas y productos ultra procesados; así como también, el no contar con estrategias de concientización sobre la importancia de una alimentación sana, pueden ser determinantes ambientales de la malnutrición (de Vet et al., 2013; Sean, 2015; Mattes & Foster, 2014).

Debido al aumento significativo del exceso de peso en los últimos años, los organismos internacionales como la OMS, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura (FAO) y otras instancias globales la han denominado la epidemia del siglo XXI (WHO, 2021; FAO & IFPRI, 2019), siendo influenciada además por el ambiente y los sistemas alimentarios con alto consumo de productos como comida chatarra, sodas y otras bebidas dulces (Múniera et al., 2011; Popkin & Reardon, 2018).

En consecuencia, se hace urgente la transformación de los ambientes alimentarios universitarios a fin de hacer más accesible las dietas saludables (Hawkes et al., 2015; Prentice & Jebb, 2003).

La etapa universitaria implica un mayor riesgo de salud por su alta vulnerabilidad a los malos hábitos y de estilos de vida poco saludables, en el ámbito de la nutrición, las alteraciones en su peso corporal están relacionadas con estilos de vida altamente fluctuantes (González-Zapata et al., 2017; Sira & Pawlak, 2010). La población universitaria, que en la gran mayoría de los casos son personas jóvenes, tiende a sufrir cambios físicos, psicológicos y sociales al avanzar en una etapa donde hay una mayor responsabilidad, donde se modifican hábitos y estilos de vida que pueden afectar su comportamiento y relaciones (Padilla-García et al., 2015; Neumark-Sztainer, 2011). Entre los universitarios hay una alta proporción de sujetos que padecen sobrepeso u obesidad, debido a que adoptan conductas alimentarias y estilos de vida perjudiciales para la salud (González-Zapata et al., 2017). Esta situación de sobrepeso y obesidad está vinculada al pobre conocimiento sobre la alimentación saludable junto con estilos de vida mal sanos (Parra-Soto et al., 2023; Aviles-Peralta et al., 2023).

Las consecuencias del sobrepeso y la obesidad están fuertemente relacionados a múltiples problemas físicos y sociales como una menor productividad laboral, menor probabilidad de conseguir empleo y altas posibilidades de padecer ENT; además, incrementan la posibilidad de sufrir discriminación de pares y estigmatización, pudiendo causar trastornos psicológicos relacionados con la baja autoestima (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2018). También se ha observado relación entre el exceso de peso y la inseguridad alimentaria (Frongillo & Bernal, 2014).

Panamá es uno de los tres países con mayor porcentaje de exceso de peso de Centroamérica (FAO et al., 2020). Algunos factores de riesgo son la etnia, residir en entornos urbanos, factores dietéticos y la inactividad física (Mc Donald et al., 2015; Sasson et al., 2014). Según los últimos datos el 71,7% de los adultos panameños tienen problemas de exceso de peso y uno de cada cuatro padece obesidad, esta problemática va ganando terreno entre niños y adolescentes del país (Instituto Conmemorativo Gorgas para Estudios en Salud [ICGES] et al., 2020). Entre las principales causas de muerte figuran las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y el cáncer (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de Panamá [INEC], 2017). Sin embargo, pocos trabajos se han enfocado en la población universitaria.

Este estudio proporciona una perspectiva importante sobre la prevalencia del exceso de peso entre estudiantes universitarios de la Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano (FESDH) de la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), destacando la necesidad de abordar este problema de salud pública en el país. Se busca informar la política universitaria de prevención y tratamiento del exceso de peso evidenciando factores como la independencia económica de los estudiantes para costear la universidad y la preocupación por el peso corporal.

Los resultados de esta investigación contribuyen al diseño de intervenciones efectivas para promover estilos de vida saludables y combatir la obesidad en el contexto universitario panameño. Por lo que el objetivo de esta investigación es evaluar algunos factores de riesgo sociodemográficos asociados al exceso de peso en los estudiantes de la FESDH de UDELAS en Panamá.

Materiales y métodos

Diseño de estudio

Se trata de una investigación no experimental, descriptiva y transversal. La investigación se realizó en la FESDH de la sede central de UDELAS ubicada en Albrook calle Broberg a un costado del Ministerio de Ambiente. Esta investigación fue desarrollada por la Escuela de Salud Pública, carrera de Licenciatura de Educación para la Salud, Facultad de Biociencias y Salud Pública de UDELAS.

Población, muestra y muestreo

La población estudiada fue de 428 estudiantes matriculados en la Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano. La muestra calculada fue de 158 participantes, empleando métodos descritos en la literatura (Daniel, 2021). Para el cálculo de la muestra se utilizaron los siguientes parámetros universo (N) de 428 estudiantes, la proporción estimada (p) equivale a un 0,717 que representa la prevalencia de exceso de peso en la población panameña adulta (>18 años) según ICGES et al. (2020) y un error máximo admisible de la investigación del 7%. El tamaño de la muestra final fue de 150 sujetos.

El muestreo de los participantes fue por conveniencia debido a que los participantes fueron escogidos de manera fortuita y de forma voluntaria en FESDH (Monje Álvarez, 2011).

Crterios de inclusión y exclusión

Estudiantes universitarios de la FESDH de UDELAS de ambos sexos con edades entre 18 a 45 años. Se excluyeron aquellos sujetos quienes, por alguna condición física, no podrían realizar la evaluación antropométrica. También se excluyeron embarazadas o mujeres en periodo de lactancia.

Procedimientos

Los estudiantes respondieron un cuestionario impreso en el cual se midieron los aspectos como sexo, edad, procedencia, ingresos económicos en el hogar, entre otros.

Antropometría

Se midió la talla con un tallímetro marca SECA 213 (Seca Corporation Medical Scales and Measuring Systems, Hamburg, Germany) y el peso con una báscula electrónica marca SECA 876 (Seca Corporation Medical Scales and Measuring Systems, Hamburg, Germany). Con el peso y la talla se obtuvo el índice de masa corporal (IMC) el que se clasificó según los puntos de corte establecidos por la OMS (2017). Se consideró insuficiencia ponderal cuando el IMC fue $< 18,5$ kg/m²; estado nutricional normal cuando fue de $18,5 - 24,9$ kg/m²; sobrepeso de $25,0 - 29,9$ kg/m²; y, obesidad cuando fue ≥ 30 kg/m².

Seguridad alimentaria en el hogar

Para la medición de seguridad alimentaria se utilizó la Escala Latinoamericana y Caribeña de Seguridad Alimentaria (ELCSA) (FAO, 2012). La ELCSA mide la percepción sobre el tema alimentario mediante una escala de experiencias a nivel del hogar que va desde ansiedad o preocupación por la alimentación (categoría leve de inseguridad alimentaria); la incertidumbre

por la calidad y cantidad de los alimentos (categoría moderada de la inseguridad alimentaria); hasta experimentar hambre, definida como la no preparación alimentos en el hogar o por dejar a algún miembro del hogar sin comer por falta de dinero o recursos (categoría severa de la inseguridad alimentaria) (Carmona et al., 2017).

El cuestionario se desarrolló mediante la primera parte de la ELCSA que corresponde a la seguridad alimentaria de mayores de 18 años. La encuesta ELCSA consta de ocho preguntas breves con una selección dicotómica sí y no, al obtenerse respuesta afirmativa a cada una de las preguntas se codificó con un valor nominal de 1 y cuando fue negativa se colocó un valor de 0. Las preguntas afirmativas se sumaron para determinar el grado de inseguridad alimentaria de la ELCSA.

Consideraciones éticas

A los participantes de esta investigación se les explicó de manera clara el propósito, los beneficios, la duración de la investigación. Se garantizó la confidencialidad de la información recolectada y la metodología que se usaría. Luego se procedió a la firma del consentimiento informado, para luego recolectar los datos.

La clasificación de los hogares se realizó como hogares seguros, cuando el cuestionario totalizó cero; inseguridad alimentaria leve, cuando se totalizó de 1 a 3 pts.; inseguridad alimentaria moderada cuando fue de 4 a 5 pts.; e, inseguridad alimentaria severa, cuando fue de 6 a 8 pts. (FAO, 2012). Todas las preguntas fueron elaboradas por un investigador buscando ser lo más concisas posibles sin intervenir o influir en la interpretación y respuesta del participante.

Además, se les indicó que si algún participante deseaba retirarse antes de finalizar el cuestionario se le permitiría. La participación fue voluntaria y se garantizó la confidencialidad de los datos, no se recolectaron datos como nombres o números de identificación. El cuestionario fue revisado críticamente, corregido y aprobado por el comité de investigación de la Facultad de Biociencias y Salud Pública de UDELAS. No se obtuvo aprobación de un comité de bioética debido a que se trató de una investigación de tesis de la carrera de Licenciatura en Educación para la Salud y que, para ese momento, la universidad no contaba con un comité de bioética autorizado.

Sin embargo, se respetaron los principios de las convenciones internacionales de ética como la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 1964) y la Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos de UNESCO (2005).

Análisis estadístico

Antes de la recolección de los datos, a los ítems del cuestionario se le asignaron códigos numéricos para crear una base de datos, la cual tendría la información de los sujetos que participaron en la investigación. Luego se realizó un control de calidad de los datos, identificando, corrigiendo o eliminando datos inconsistentes. Una vez la información pasó el control de calidad, se cargó en el programa estadísticos STATA 11,0 (Stata Corp, Colleague Station, Texas, USA). Se estableció la significancia en un valor p asociado a las pruebas estadísticas menor de 0,05 según el cálculo de la muestra. Para describir los datos cuantitativos, se empleó media y desviación estándar (DE). Para comparar las variables cualitativas se empleó la prueba de Chi². Para determinar la relación entre el estado nutricional y las variables sociodemográficas, se realizó modelamiento estadístico por regresión logística multivariada. La selección del modelo final se obtuvo mediante el método de paso a paso incluyendo solo aquellas variables asociadas independientemente con una probabilidad de hasta 0,2. La magnitud de la asociación fue presentada como razón de probabilidad o mediante los OR e intervalo de confianza al 95%. El modelo fue ajustado por sexo, edad, por los efectos fijos de la carrera estudiada y por los errores estándares robustos.

Análisis de resultados y discusión

El presente estudio buscó determinar la relación entre el exceso de peso y las variables sociodemográficas entre los estudiantes de la FESDH de la UDELAS en Panamá. Se observó una alta proporción de exceso de peso entre estudiantes, el cual se relacionó con el estatus laboral y la preocupación sobre el peso corporal.

Se evaluaron 150 participantes, la media y DE para edad fue 22,0 ± 3, 2 años (76% mujeres). El 70,6% reportó una edad de 20 a 49 años. El 37,3% estudia en turno vespertino. El 65,3% reportó algún grado de inseguridad alimentaria, siendo 46% inseguridad alimentaria leve, 11,3% inseguridad alimentaria moderada y 8% inseguridad alimentaria grave.

El 34,7% reporta ingresos familiares entre 801.00 a 1000.00 USD; y el 28% entre 501.00 a 800.00 USD. Con relación a la actividad física y a la preocupación sobre el peso corporal, el 62,7% no practica actividad física y al 54% le preocupa el peso corporal. Las características de los participantes se resumen en la **tabla 1**.

Tabla 1*Características de los participantes*

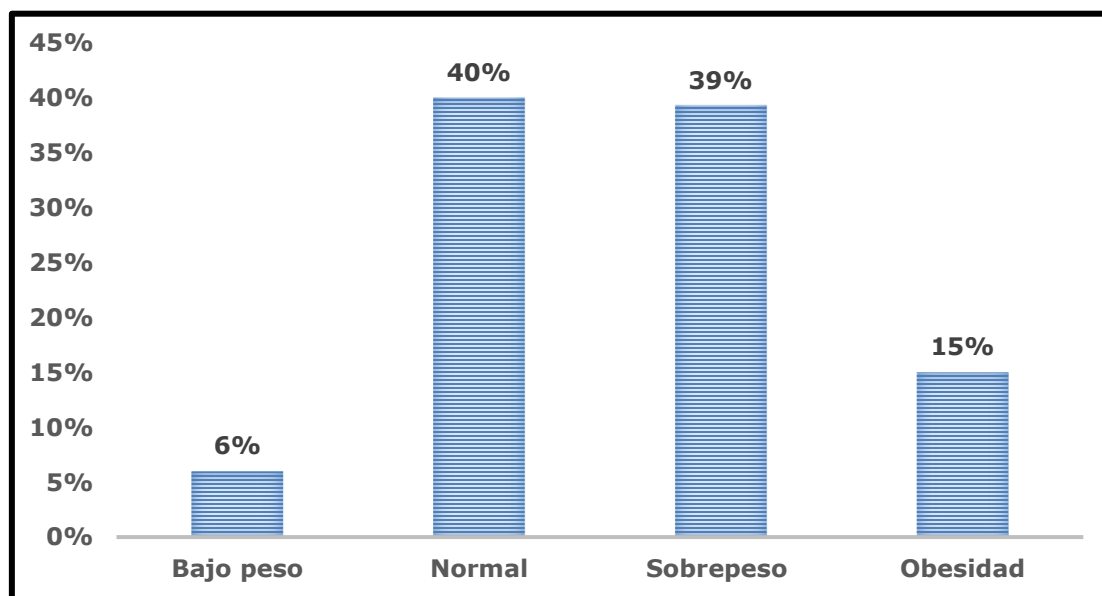
Variable de Categoría	Categoría	Promedio y DE / n(%)
Sexo	Femenino	114 (76%)
Edad	Años	22,0±3,2
Categoría de edad	< 20 años	30 (20%)
	20 a 24 años	106 (70,6%)
	25 a 29 años	11 (7,2%)
	>30 años	3 (2%)
Variable categoría de los estudiantes	Matutino	49 (32,6%)
	Vespertino	56 (37,3%)
	Nocturno	45 (30,0%)
Categorías de seguridad alimentaria en hogares	Hogares seguros	52 (34,7%)
	Inseguridad alimentaria leve	69 (46%)
	Inseguridad alimentaria moderada	17 (11,3%)
	Inseguridad alimentaria grave	12 (8%)
Ingresos mensuales del hogar en dólares americanos	<500 dólares	11 (14,7%)
	501 a 800 dólares	21 (28%)
	801 a 1000 dólares	26 (34,7%)
	1001 a 1500 dólares	11 (14,7%)
	>1500 dólares	6 (8%)
Tipo de financiación de estudios	Padres	113 (75,3%)
	Becas	11 (7,3%)
	Trabajos Eventuales en verano	2 (1,3%)
Residencia	Trabajo y estudio	24 (16%)
	Panamá centro	21 (14%)
	Panamá oeste	49 (32,3%)
	Panamá norte	27 (18%)
	Panamá este	27 (18%)
	San Miguelito	21 (14%)
Transporte	Colon	5 (3,3%)
	Vehículo propio	10 (6,7%)
Practica actividad física	Transporte publico	140 (93,3%)
	Si	56 (37,3%)
Te preocupa tu peso	No	94 (62,7%)
	Si	81 (54%)
	No	69 (46%)

Nota: Datos presentados como frecuencia y porcentaje.

La **figura 1** presenta el estado nutricional de los participantes. El bajo peso fue observado en el 6% y el 40% presenta estado nutricional normal. El exceso de peso estuvo presente en el 54% de los participantes, siendo 39% sobrepeso y 15% obesidad. No se observaron diferencias significativas del estado nutricional según sexo (prueba Chi²; p=0,062), siendo 61% de exceso de peso entre hombres y 52% entre mujeres. Tampoco se observaron diferencia significativa entre el exceso de peso y la inseguridad alimentaria moderada y grave juntas (prueba Chi²; p=0,062).

Figura 1

Estado nutricional de estudiantes de la FESDH en UDELAS



Nota: Datos presentados como proporción (%)

En Panamá, los casos de sobrepeso y obesidad van aumentando (ICGES et al., 2020). Es de especial preocupación el incremento de exceso de peso desde edades tempranas, según los datos de la Encuesta Nacional de Salud de Panamá (ENSPA), los escolares y adolescentes es donde se ve este incremento remarcado, pasando de 20% en 2003 a 37% en 2019 (ICGES et al., 2020). Asimismo, los datos de la población adulta joven presentan un aumento significativo del exceso de peso (Organización Panamericana de la Salud [PAHO, por sus siglas en inglés], 2015; Díaz Aguirre & Gordón de Isaacs, 2017).

La ENSPA 2019, reporta que en adultos alcanza al 71,7% (ICGES et al., 2020). El sobrepeso y obesidad son problemas condicionados que son reflejos de las desigualdades sociales de género y económicos en los países en vías de desarrollo (Cruz Sánchez et al., 2015), y los datos recopilados en esta investigación son consonantes a esa realidad.

El exceso de peso observado en el presente estudio fue menor al reportado en la última encuesta con representatividad nacional (ICGES et al., 2020). Sin embargo, se resalta la necesidad de ejecutar acciones de prevención del exceso de peso en la comunidad universitaria. Diversos estudios muestran que la prevalencia de exceso de peso entre estudiantes universitarios está cercana al 30% (Aránguiz et al., 2010; Durán et al., 2012; Durán et al., 2009).

En el presente trabajo se observó más del 50% de exceso de peso entre los universitarios. Lo anterior plantea la necesidad de contar con políticas universitarias que permitan alcanzar ambientes promotores de la salud.

La **tabla 2** presenta la asociación entre el exceso de peso y factores de riesgo sociodemográficos. Luego de ajustar por sexo y edad, se observó que los estudiantes que trabajan tienen 3,93 veces más riesgo de presentar exceso de peso en comparación con aquellos a quienes los padres les financian la carrera [OR: 3,93; IC95%: 1,09 a 14,12]. También, se observó que aquellos a quienes les preocupa el peso corporal, el riesgo de tener exceso de peso se incrementa en 4,24 veces más en comparación con quienes no se preocupan por el peso corporal [OR: 4,24; IC95%: 1,26 a 14,31].

Tabla 2*Relación entre el exceso de peso y factores sociodemográficos en estudiantes de la FESDH*

Variable	Comparación	OR	IC95%
Sexo	Fem vs. Masc	1,04	0,25 a 4,28
Edad	22-25 vs. 18-21 años	0,34	0,09 a 1,27
	26-39 vs. 18-21 años	0,92	0,07 a 11,56
Sirve comida sin fijarse si es demasiado	Casi siempre/siempre vs. demás categorías	0,47	0,13 a 1,71
Financiamiento universidad	Beca vs. padres	1,67	0,22 a 12,42
Realiza alguna actividad física	Trabaja vs. padres	3,93*	1,09 a 14,12
	Sí vs. no	2,44	0,66 a 9,01
¿Le preocupa su peso?	Sí vs. no	4,24*	1,26 a 14,31
Realiza alguna dieta	Sí vs. no	5,30	0,87 a 32,21

Modelo de regresión final obtenido mediante el procedimiento de paso a paso; datos presentados como razón de riesgo (OR) e intervalo de confianza al 95% (IC95%). *significancia: $p < 0,005$.

En un estudio realizado por la Fuente de Alimentación Nutrientes en la Población Española se pudo encontrar una relación estadística significativa con el lugar de residencia y la obesidad (Marqueta De Salas, 2016). Sin embargo, en este estudio no se encontró una relación significativa con el estado nutricional y lugar de residencia. La población universitaria de la UDELAS es muy heterogénea, pudiendo proceder de distintas partes del país. Sin embargo, se requiere investigar sobre esta relación dada la vulnerabilidad en los contextos sociales de mayor pobreza.

A pesar de no observar relación entre el horario de clases y el exceso de peso, existe evidencia sobre esta relación.

En un estudio sobre el estado nutricional de trabajadores bajo turnos rotativos y permanentes, se señala que los comportamientos alimenticios pueden llegar a ser fluctuantes cuando se desarrolla en horarios nocturnos, siendo perjudiciales para la salud en largo periodo de tiempo con altas posibilidades de padecer enfermedades asociadas al exceso de peso (Miltenburg, 2008). También, será recomendable estudiar la relación entre la malnutrición por exceso y el modelo de estudio universitario, esto de cara a las nuevas realidades de educación virtual implementadas en años recientes.

El siguiente punto por resaltar de la investigación está relacionado a la escala de seguridad alimentaria ELCSA. No se encontró relación significativa con el exceso de peso, sin embargo, existe evidencia sobre la relación entre el exceso de peso y la inseguridad alimentaria (Frongillo & Bernal, 2014). Lo anterior permite sugerir estudiar a profundidad y con una muestra mayor la relación entre la inseguridad alimentaria y el exceso de peso entre los universitarios de Panamá. Estos hallazgos deben ser analizados bajo la luz de sus limitaciones. Algunas de las limitaciones en el presente trabajo incluyen el tipo de muestreo no probabilístico, lo que imposibilita generalizar los hallazgos a la población universitaria panameña. Además, la dificultad para entrevistar a los participantes, debido a que se presentaban sus exámenes finales en las mismas fechas de la recolección de los datos. Entre las fortalezas de la investigación están el análisis estadístico de los datos, el número de participantes alcanzados, la calidad de la información recolectada. Lo anterior resulta relevante para informar procesos de política universitaria a fin de promover hábitos alimentarios y de estilos de vida más sanos, acorde con el mandato y la función universitaria de formar personal técnico de la salud en Panamá.

En conclusión, se observa una alta proporción de personas con sobrepeso y obesidad. El exceso de peso se asoció con la independencia económica para costear la universidad y con la preocupación sobre el peso corporal. No se encontraron asociaciones estadísticas significativas del estado nutricional con la inseguridad alimentaria. Al respecto, alta proporción de inseguridad alimentaria en la población universitaria de UDELAS.

Debe ser una preocupación de la comunidad universitaria de UDELAS la alta prevalencia de malnutrición entre sus estudiantes. Por lo que se recomiendan acciones urgentes como regular el ambiente alimentario, esto implica prohibir o disminuir el expendio de productos no saludables como las bebidas azucaradas y la comida chatarra. Además, se debe proporcionar acceso a fuentes de agua y a espacios de actividad física. La comunidad educativa de la UDELAS se verá beneficiada también de acciones de promoción de hábitos alimentarios y de estilos de vida más sanos a través de programas de intervención educativos desde la propia política universitaria.

Agradecimientos: Se agradecen las colaboraciones de las Escuelas de Nutrición y Dietética de la Universidad de Panamá y de la Universidad Interamericana de Panamá. Asimismo, se agradece el apoyo de los participantes del estudio de la Facultad de Educación Social y Desarrollo Humano.

Financiamiento: Este trabajo fue autofinanciado por sus autores. No se recibió apoyo financiero por parte de la empresa privada.

Descargo de responsabilidad: Todas las opiniones expresadas en este trabajo son responsabilidad de sus autores y no representan la opinión de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Referencias

- Aránguiz, H., García, V., Rojas, S., Salas, C., Martínez, R., & Mac Millan, N. (2010). **Estudio descriptivo, comparativo y correlacional del estado nutricional y condición cardiorrespiratoria en estudiantes universitarios de Chile.** *Revista chilena de nutrición*, 37(1), 70-78. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182010000100007>
- Aviles-Peralta, Y. A., Hernández Somarriba, L. L., Rojas-Roque, C., Rodríguez, E., & Ríos-Castillo, I. (2023). **Nivel de conocimiento sobre nutrición y su asociación con las prácticas alimentarias y la obesidad entre estudiantes universitarios.** *Revista Chilena de Nutrición*, 50(2), 147-158. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182023000200147>
- Carmona Silva, J., Paredes Sánchez, J., & Pérez Sánchez, A. (2017). **La Escala Latinoamericana y del Caribe sobre Seguridad Alimentaria (ELCSA): Una herramienta confiable para medir la carencia por acceso a la alimentación.** *RICSH Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 6(11). <https://doi.org/10.23913/ricsh.v6i11.118>

- Cruz Sánchez, M., Tuñón Pablos, E., Villaseñor Farías, M., Álvarez Gordillo, G., & Nigh Nielsen, R. (2015). **Sobrepeso y obesidad: una propuesta de abordaje desde la sociología.** *Región y Sociedad*, 25(57). <https://doi.org/10.22198/rys.2013.57.a115>
- Daniel, W. (2021). *Biostatistics: A Foundation for Analysis in the Health Sciences* (Wiley Series in Probability and Statistics) 9th (ninth) edition. John Wile & Sons.
- De Vet, E., de Wit, J. B., Luszczynska, A., Stok, F. M., Gaspar, T., Pratt, M., & Wardle, J. (2013). **Access to excess: how do adolescents deal with unhealthy foods in their environment?** *European Journal of Public Health*, 23(5), 752–756. <https://doi.org/10.1093/eurpub/cks185>
- Díaz Aguirre, M., & Gordón De Isaacs, L. (2017). **Perspectiva Integral del Abordaje al Fenómeno Sobrepeso y Obesidad en Adolescentes. Enfoque.** *Revista Científica de Enfermería*, 21(17), 90–108. <https://doi.org/10.48204/j.enfoque.v21n17a6>
- Durán Agüero, S., Bazaez Díaz, G., Figueroa Velásquez, K., Berlanga Zuñiga, M. D. R., Encina Vega, C., & Rodríguez Noel, M. D. P. (2012). **Comparación en calidad de vida y estado nutricional entre alumnos de nutrición y dietética y de otras carreras universitarias de la Universidad Santo Tomás de Chile.** *Nutrición Hospitalaria*, 27(3), 739-746. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2012.27.3.5746>
- Durán, S., & Castillo, M. (2009). **Diferencias en la calidad de vida de estudiantes universitarios de diferente año de ingreso del campus Antumapu.** *Revista Chilena de Nutrición*, 36(3), 200-209. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182009000300002>
- FAO. (2012). **Escala Latinoamericana y Caribeña de seguridad alimentaria (ELCSA): manual de uso y aplicaciones.** Roma, Italia.
- FAO & IFPRI (2019). **Food policies and their implications on overweight and obesity trends in selected countries in the Near East and North Africa region.** *Regional Program Working Paper No. 30.* Food and Agriculture Organization. Rome. <https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/cb2338en>
- FAO, FIDA, OPS, WFP y UNICEF. (2020). **Panorama de la seguridad alimentaria y nutrición en América Latina y el Caribe 2020.** Naciones Unidas. Santiago, Chile. <https://doi.org/10.4060/cb2242es>
- Frongillo, E., & Bernal, J. (2014). **Understanding the Coexistence of Food Insecurity and Obesity.** *Current Pediatrics Reports*, 2(4), 284–290. <https://doi.org/10.1007/s40124-014-0056-6>

- García Milian, A. J., & Creus García, E. D. (2016). **La obesidad como factor de riesgo, sus determinantes y tratamiento.** *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32(3), 1-13.
- González-Zapata, L., Carreño-Aguirre, C., Estrada, A., Monsalve, J., & Álvarez, L. (2017). **Exceso de peso corporal en estudiantes universitarios según variables sociodemográficas y estilos de vida.** *Revista Chilena de Nutrición*, 44(3), 251-261. <https://doi.org/10.4067/s0717-75182017000300251>
- Hawkes, C., Smith, T. G., Jewell, J., Wardle, J., Hammond, R. A., Friel, S., Thow, A. M., & Kain, J. (2015). **Smart food policies for obesity prevention.** *The Lancet*, 385(9985), 2410-2421. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(14\)61745-1](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(14)61745-1)
- Herranz Barbero, A., López De Mesa, M., & Azcona San Julián, C. (2015). **Influencia del exceso de peso en la calidad de vida relacionada con la salud de los adolescentes.** *Anales de Pediatría*, 82(3), 131-138. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2014.06.019>
- ICGES, MINSA & Contraloría General de la República de Panamá. (2020). **Sistema de Información Geográfico Interactivo de la Encuesta Nacional de Salud de Panamá (ENSPA).** 2019. Instituto Conmemorativo Gorgas. <http://www.gorgas.gob.pa/SIGENSPA/Inicio.htm>
- INEC. (2017). **Estadísticas Vitales - Volumen III - Defunciones. Situación Demográfica.** Panamá. Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de Panamá. <https://www.contraloria.gob.pa/INEC/Publicaciones/>
- Marqueta De Salas, M., Martín-Ramiro, J., & Juárez Soto, J. (2016). **Sociodemographic characteristics as risk factors for obesity and overweight in Spanish adult population.** *Medicina Clínica (English Edition)*, 146(11), 471-477. <https://doi.org/10.1016/j.medcle.2016.07.001>
- Mattes, R., & Foster, G. D. (2014). **Research issues: The food environment and obesity.** *American Journal of Clinical Nutrition*, 100(6), 1663-1665. <https://doi.org/10.3945/ajcn.114.096883>
- Mc Donald, A., Bradshaw, R., Fontes, F., Mendoza, E., Motta, J., Cumbreira, A., & Cruz, C. (2015). **Prevalence of obesity in panama: some risk factors and associated diseases.** *BMC Public Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2397-7>
- Mendonça, R. D. D., Pimenta, A. M., Gea, A., de la Fuente-Arrillaga, C., Martinez-Gonzalez, M. A., Lopes, A. C. S., & Bes-Rastrollo, M. (2016). **Ultraprocessed food consumption and risk of overweight and obesity: the University of Navarra Follow-Up (SUN) cohort study.** *The American Journal of Clinical Nutrition*, 104(5), 1433-1440.

<https://doi.org/10.3945/ajcn.116.135004>

REDES Núm. 17 ene-dic., 2025 | Revista Científica de la Universidad Especializada de las Américas | ISSN 2710-768X

- Miltenburg, J. (2008). **Setting manufacturing strategy for a factory-within-a-factory.** *International Journal of Production Economics*, 113(1), 307–323. <https://doi.org/10.1016/j.ijpe.2007.09.001>
- MINSA. (2015). **Análisis de la Situación de Salud de Panamá.** Ciudad de Panamá, Panamá.
- Monje Álvarez, C. (2011). **Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa.** *Guía didáctica.* Universidad Surcolombiana. Colombia.
- Múnera, N., Uscátegui, R., Parra, B., Manjarrés, L., Patiño, F., Velásquez, C., Estrada, A., Bedoya, G., Parra, V., Muñoz, A., Orozco, A., & Agudelo, G. (2011). **Environmental risk factors and metabolic syndrome components in overweight youngsters.** *Biomédica*, 32(1). <https://doi.org/10.7705/biomedica.v32i1.595>
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Larson, N. I., Eisenberg, M. E., & Loth, K. (2011). **Dieting and Disordered Eating Behaviors from Adolescence to Young Adulthood: Findings from a 10-Year Longitudinal Study.** *Journal of the American Dietetic Association*, 111(7), 1004–1011. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2011.04.012>
- Padilla-García, C. I., Jaimes-Valencia, M. L., Fajardo-Nates, S., & Ramos-Franco, A. M. (2014). **Factores de riesgo cardiovascular y estilos de vida de estudiantes universitarios.** *MedUNAB*, 17(2), 81–90. <https://doi.org/10.29375/01237047.2171>
- PAHO. (1995). **Clasificación estadística internacional de enfermedades y problemas relacionados con la salud.** 10a. revisión. Organización Panamericana de la Salud. Washington, D.C. USA.
- Parra-Soto, S., Araya, C., Morales, G., Flores, J. A., Landaeta-Díaz, L., Murillo, A. G., Gomez, G., Ríos-Castillo, I., Carpio-Arias, V., Cavagnari, B. M., Nava-Gonzalez, E. J., Bejarano-Roncancio, J. J., Núñez-Martínez, B. E., Córdón-Arrivillaga, K., Meza-Miranda, E. R., Mauricio-Alza, S., & Agüero, S. D. (2023). **Association between alcohol consumption and overweight among university students in Latin America.** *Revista Chilena de Nutrición*, 50(2), 186–193. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182023000200186>
- Popkin, B. M., & Reardon, T. (2018). **Obesity and the food system transformation in Latin America.** *Obesity Reviews*, 19(8), 1028–1064. <https://doi.org/10.1111/obr.12694>
- Prentice, A. M., & Jebb, S. A. (2003). **Fast foods, energy density and obesity: a possible mechanistic link.** *Obesity Reviews*, 4(4), 187–194. <https://doi.org/10.1046/j.1467-789x.2003.00117.x>
- Rabelo, Y., Arrocha, M., Rodríguez, C., & Pedroso, M. (2012). **The excess weight in adolescents and its relation to some sociodemographic factors.** *Revista Cubana de*

- Sasson, M., Lee, M., Jan, C., Fontes, F., & Motta, J. (2014). **Prevalence and Associated Factors of Obesity among Panamanian Adults. 1982–2010.** *PLoS ONE*, 9(3), e91689. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0091689>
- Lucan, S. C. (2015). **Concerning limitations of food-environment research: A narrative review and commentary framed around obesity and diet-related diseases in youth.** *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 115(2), 205–212. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2014.08.019>
- Sira, N., & Pawlak, R. (2010). **Prevalence of overweight and obesity, and dieting attitudes among Caucasian and African American college students in Eastern North Carolina: A cross-sectional survey.** *Nutrition Research and Practice*, 4(1), 36. <https://doi.org/10.4162/nrp.2010.4.1.36>
- UNESCO. (2005). **Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos.** https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000146180_spa.locale=es
- UNICEF. (2018). **Obesidad: una cuestión de derechos de niños, niñas y adolescentes.** Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Buenos Aires, Argentina.
- WHO. (2017). **Obesity and overweight.** World Health Organization. <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- WHO. (2015). **Obesidad y sobrepeso.** World Health Organization. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- WHO. (2017). **Datos y cifras. Datos sobre la obesidad.** World Health Organization. <https://www.who.int/features/factfiles/obesity/facts/es/#:~:text=El%20%C3%ADndice%20de%20masa%20corporal,igual%20o%20superior%20a%2030.>
- WHO. (2021). **Obesity and Overweight factsheet from the WHO.** World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.
- World Medical Association. (1964). **Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects.** <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>

Sobre los autores



Carlos A. Pérez, es Licdo. en Educación para la Salud, graduado de la Universidad Especializada de las Américas, cuenta con una certificación de Objetivos de Calidad y Medición de Centros Nosocomiales en la República de Panamá (ODC), brindada por el Ministerio de Salud. Actualmente, se desempeña como gestor clínico en el Complejo Hospitalario Dr. Arnulfo Arias Madrid de la Caja de Seguro Social y en el Hospital Regional Nicolás A. Solano, donde brinda asesoría técnica y operacional en la atención integral de las Clínicas de Tratamiento Anti Retro Viral (TARV); ha colaborado con programas de USAID, PEPFAR y ONUSIDA.



Lorena Ureña, es Licda. en Educación para la Salud, título obtenido en la Universidad Especializada de las Américas, cursa en la actualidad la licenciatura en Psicología General en la Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología, donde sigue ampliando sus conocimientos y habilidades en el campo de la salud mental y el bienestar.



Jay Molino, es Decano de la Facultad de Biociencias y Salud Pública en la Universidad Especializada de las Américas. Posee una licenciatura en Ingeniería Mecánica y un Ph.D. en Ingeniería Humana y Estudios Ambientales. Ha sido investigador postdoctoral en la Universidad de Tokio. Actualmente es profesor de Física en la UDELAS, sus investigaciones se centran en micro/nanocontenedores, procesos interfaciales, física de polímeros y simulaciones por computadora, entre otras. Ha trabajado en soluciones para mitigar el SARS-CoV-2 y es miembro senior de la IEEE EMBS.



Sheila G. Cerezo C., es Licda. en Nutrición, título obtenido en la Universidad de Panamá. Posee una maestría en Nutrición y Alimentos con mención en Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades Crónicas no Transmisibles del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la Universidad de Chile. En la actualidad es nutricionista en la Caja de Seguro Social y profesora de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Interamericana de Panamá.



Israel Ríos-Castillo, es Doctor en Ciencias de la Salud y del Comportamiento Humano de la Universidad Especializada de las Américas. Posee una licenciatura en Nutrición título obtenido en la Facultad de Medicina de la Universidad de Panamá; cuenta con una maestría en Nutrición y Alimentos por el Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la Universidad de Chile y un postgrado en Docencia Superior de la Universidad del Istmo de Panamá. Ha trabajado como nutricionista para el Ministerio de Salud y la Caja de Seguro Social, además se ha desempeñado como consultor en nutrición y oficial del Programa en Monitoreo y Evaluación para las Naciones Unidas en Panamá y Mozambique. En la actualidad es el oficial Regional de Nutrición para América Latina y el Caribe en la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).