




Factores de riesgos cardiovasculares relacionados al sobrepeso y la obesidad del personal administrativo de la policía ecuatoriana

Cardiovascular risk factors related to overweight and obesity in Ecuadorian administrative police personnel

Fatores de risco cardiovascular relacionados ao sobrepeso e obesidade funcionários administrativos da polícia equatoriana

Mónica Alexandra Bustos-Villarreal^{1*} , Mayra Jeaneth Jiménez-Jiménez¹ , Johana Valentina Acosta-Rosero¹ 

¹ Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Tulcán. Ecuador.

*Autora para la correspondencia: ut.monocabv32@uniandes.edu.ec

Recibido: 19-09-2023 Aprobado: 16-11-2023 Publicado: 08-12-2023

RESUMEN

Introducción: las prácticas de vida poco saludables, falta de actividad física y malos hábitos nutricionales contribuyen a tasas de sobrepeso y obesidad que se han incrementado desmesuradamente y que constituyen actualmente un problema grave de salud pública. **Objetivo:** identificar los factores de riesgo cardiovasculares y su relación con alteraciones metabólicas en el personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi No. 04, Ecuador. **Método:** se realizó un estudio tipo cualitativo, cuantitativo, descriptivo y de campo con los métodos inductivo, deductivo analítico y sistémico puestos en práctica. Se usó como método de estudio una encuesta aplicada a 24 sujetos. Se utilizó un muestro probabilístico. **Resultados:** el 75 % del personal del comando de policía refirió que la causa principal de la obesidad lo constituye el alto consumo de comida chatarra. El 80 % no tuvo antecedentes familiares de obesidad y sobrepeso. Solo el 60 % se chequea anualmente y el 10 % afirmó que nunca. El 45 %

consideró su alimentación medianamente saludable, el 49 % aseguró el consumo de grasas saturadas de 3 a 4 días, mientras el 60 % consume bebidas azucaradas todos los días. Existió poco consumo semanal de frutas y vegetales (40 %) y el 45 % consume alimentos procesados (fritos y embutidos) dos veces por semana. No existió práctica de actividad física diaria en el 60 % de los sujetos y el 45 % manifestó deseó recibir capacitaciones mensuales sobre alimentación saludable. **Conclusiones:** se determinaron las causas más frecuentes que influyen en la obesidad y el sobrepeso que tiene esta población. Se evidencia la relación que existe entre los hallazgos genéticos y los inadecuados estilos de vida del personal administrativo que hemos estudiado. Se propone un plan intervención para promover hábitos, estilos de vida saludables.

Palabras clave: enfermedades cardiovasculares; obesidad; sobrepeso

ABSTRACT

Introduction: unhealthy lifestyle practices, lack of physical activity and poor nutritional habits contribute to rates of overweight and obesity that have increased disproportionately and currently constitute a serious public health problem.

Objective: to identify cardiovascular risk factors and their relationship with metabolic alterations in the administrative staff of the police command of the Carchi No. 04 subzone, Ecuador. **Method:** a qualitative, quantitative, descriptive and field study was carried out with inductive, deductive, analytical and systemic methods put into practice. A survey applied to 24 subjects was used as the study method. A probabilistic sample was used. **Results:** 75% of the police command staff reported that the main cause of obesity is the high consumption of junk food. 80% had no family history of obesity and overweight. Only 60% check themselves annually and 10% said they never do. 45% considered their diet to be moderately healthy, 49% said they consumed saturated fats for 3 to 4 days, while 60% consumed sugary drinks every day. There was little weekly consumption of fruits and vegetables (40%) and 45% consumed processed foods (fried and sausages) twice a week. There was no daily physical activity in 60% of the subjects and 45 stated they wanted to receive monthly training on healthy eating. **Conclusions:** the most frequent causes that influence obesity and overweight in this population were determined. The relationship between the genetic findings and the inadequate lifestyles of the administrative personnel we have studied is evident. An intervention plan is proposed to promote healthy habits and lifestyles.

Keywords: cardiovascular diseases; obesity; overweight

RESUMO

Introdução: práticas de estilo de vida pouco saudáveis, falta de atividade física e maus hábitos nutricionais contribuem para taxas de sobrepeso e obesidade que têm aumentado desproporcionalmente e constituem atualmente um grave problema de saúde pública. **Objetivo:** identificar fatores de risco cardiovascular e sua relação com alterações metabólicas no pessoal administrativo do comando policial da subzona Carchi No. 04, Equador. **Método:** foi realizado estudo qualitativo, quantitativo, descritivo e de campo com métodos indutivos, dedutivos, analíticos e sistêmicos postos em prática. Uma pesquisa aplicada a 24 sujeitos foi utilizada como método de estudo. Foi utilizada uma amostra probabilística. **Resultados:** 75% dos comandantes policiais relataram que a principal causa da obesidade é o alto consumo de junk food. 80% não tinham histórico familiar de obesidade e sobrepeso. Apenas 60% verificam-se anualmente e 10% disseram que nunca o fazem. 45% consideraram a sua alimentação moderadamente saudável, 49% afirmaram consumir gorduras saturadas durante 3 a 4 dias, enquanto 60% consumiam bebidas açucaradas todos os dias. Houve pouco consumo semanal de frutas e verduras (40%) e 45% consumiam alimentos industrializados (frituras e embutidos) duas vezes por semana. Não havia atividade física diária em 60% dos sujeitos e 45 afirmaram querer receber treinamento mensal sobre alimentação saudável. **Conclusões:** foram determinadas as causas mais frequentes que influenciam a obesidade e o sobrepeso nesta população. A relação entre os achados genéticos e os estilos de vida inadequados do pessoal administrativo que estudamos é evidente. É proposto um plano de intervenção para promover hábitos e estilos de vida saudáveis.

Palavras-chave: doenças cardiovasculares; obesidade; sobrepeso

Cómo citar este artículo:

Bustos-Villarreal MA, Jiménez-Jiménez MJ, Acosta-Rosero JA. Factores de riesgos cardiovasculares relacionados al sobrepeso y la obesidad del personal administrativo de la policía ecuatoriana. Rev Inf Cient [Internet]. 2023 [citado día mes año]; 102(Sup 2):4416. Disponible en: <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/4416>



INTRODUCCIÓN

Con la revisión de varios estudios bibliográficos se logra identificar que las enfermedades cardiovasculares están en aumento y están relacionadas con los estilos de vida, falta de ejercicio, consumo de tabaco y mala alimentación. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año mueren por enfermedades no transmisibles (ENT) 15 millones de personas de entre 30 y 69 años; más del 85 % de estas muertes "prematargas" ocurren en países de ingresos bajos y medianos.

Las enfermedades cardiovasculares constituyen la mayoría de las muertes por ENT (17,9 millones cada año), seguidas del cáncer (9,0 millones), las enfermedades respiratorias (3,9 millones) y la diabetes (1,6 millones). Por lo que se puede afirmar que un estilo de vida inadecuado y mala alimentación son factores desencadenantes para enfermedades cardiovasculares; ocurren en países de ingresos bajos y medianos.^(1,2)

En Colombia se realiza una investigación sobre los factores de riesgo cardiovascular y estilo de vida en estudiantes universitarios de Manizales; fue un estudio descriptivo, con una muestra de 384 estudiantes universitarios, de los cuales el 62,2 % eran mujeres, y la edad promedio fue de 12 años. Se destacaron como factores de riesgo prevalentes el sedentarismo (50,8 %), sobre peso (13%). En los estilos de vida se identificó que el 69,2 % consumía alcohol, el 20,3 % cigarrillo y el 25,5 % presentaba malos hábitos alimenticios.⁽³⁾

En Ecuador se realiza un estudio para medir el riesgo cardiovascular antropométrico, la muestra fue de 433 estudiantes del periodo académico 2018 entre los 18 y 40 años. La evaluación antropométrica: peso, talla, índice de masa corporal 20 (IMC) mostraron como resultado, que el 55,9 % de los hombres presentó riesgo cardiovascular: aumentado: 29,8 %, alto: 15,5 %, muy alto: 8,7 % y 1,9 % extremadamente alto; en mujeres 55,9 % riesgo aumentado: 22,1 %, alto: 5,1 %, muy alto: 8,5 % y 1,5% extremadamente alto ($p=0,002$). Se concluye que este grupo de estudiantes universitarios presenta un alto riesgo para el desarrollo de la obesidad abdominal como factor de riesgo cardiovascular.⁽⁴⁻¹⁰⁾

Motivados por esta situación se decidió realizar este estudio con el objetivo de identificar los factores de riesgo cardiovasculares y su relación con alteraciones metabólicas en el personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi No. 04, Ecuador.

MÉTODO

Se utilizó un tipo de enfoque cuantitativo, ya que permitió recopilar información a través de la utilización de un instrumento de estudio, que fue la encuesta, con la realización de análisis sobre los inadecuados estilos de vida que presenta el personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi No 04.

Es una investigación con un diseño transversal, ya que el presente proyecto es realizado en un periodo determinado, en el que se recolectan datos que describen variables, se realizan incidencias e



interrelaciones en distintos momentos, utilizando como método de estudio una encuesta, la cual se realiza al personal administrativo de dicho lugar antes mencionado.

La investigación se basó en una modalidad mixta, ya que se utiliza modalidades como la investigación cuantitativa, porque se emplea la aplicación y la identificación de la población, muestra y recolección de datos a través de la encuesta. En cuanto la investigación cualitativa, se presentó una orientación-interpretación de los resultados y descripción actual.

La presente investigación se ubicó dentro de los presentes tipos:

Por el propósito:

Investigación aplicada: la aplicación de la presente investigación se basó en implementar la teoría con la práctica y resolver problemas concretos acerca de los inadecuados estilos de vida mediante la identificación de factores de riesgo para evitar el desarrollo de diferentes complicaciones que se pueden presentar en los administrativos del comando de policía de la subzona Carchi No 04.

Por los medios que se utiliza:

Investigación de campo: se empleó en la determinación del problema a investigar porque se recurre al propio sitio de la investigación, en donde se identificaron causas y factores por los cuales contribuyen a los inadecuados estilos de vida que se presentaron en el personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi No 04.

Investigación bibliográfica: aplicada por la realización de la investigación en diferentes fuentes bibliográficas tales como libros, revistas, artículos, páginas de internet y repositorios, que servirán de base para el desarrollo de las bases teóricas.

Por el enlace:

Investigación Descriptiva: este tipo de investigación se utilizó porque se describe los factores que contribuirán a fomentar la prevención en los inadecuados hábitos de vida en el personal administrativo del comando de policía de la subzona No 04.

Investigación correlacional: porque se relacionaron las dos variables entre sí, estas dos variables se fusionan para disminuir las complicaciones en los factores de riesgo que influyen en los inadecuados hábitos de vida.

Investigación histórica: para el desarrollo de la presente investigación se requirió recopilar información acerca de los inadecuados estilos de vida en el personal administrativo de la subzona Carchi No 04, ya que es un tema central para el desarrollo y consecución de la presente investigación.

Se aplicó una encuesta (con preguntas semiestructuradas) al personal administrativo de la subzona Carchi No 04



Método empíricos: el presente método ayudará a encontrar prevenciones que ayuden a mejorar los inadecuados estilos de vida en el personal administrativo del comando de policía de la subzona No 04, con la ayuda de la observación y validación.

Observación científica: la observación se realizó con el fin de identificar los factores que podrían desencadenar los inadecuados estilos de vida en el personal en estudio.

Validación por la obtención de resultados: el instrumento utilizado contiene diez ítems que fueron evaluados por pares evaluadores, lo que favorecerá a afianzar el estudio realizado.

Fueron aplicado además los métodos histórico-lógico, analítico-sintético, inductivo-deductivo y el sistemático.

RESULTADOS

¿Cuál cree Ud. que es la causa principal del sobrepeso y la obesidad?

En base a los resultados obtenidos por la encuesta, en la Figura 1 se aprecia que el 75 % del personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi No 04 refirió que las causas principales de la obesidad es el alto consumo de comida chatarra debido a falta de tiempo, que no les permitía consumir comida saludable. El 8,3 % denotó falta de información y conocimientos al respecto.

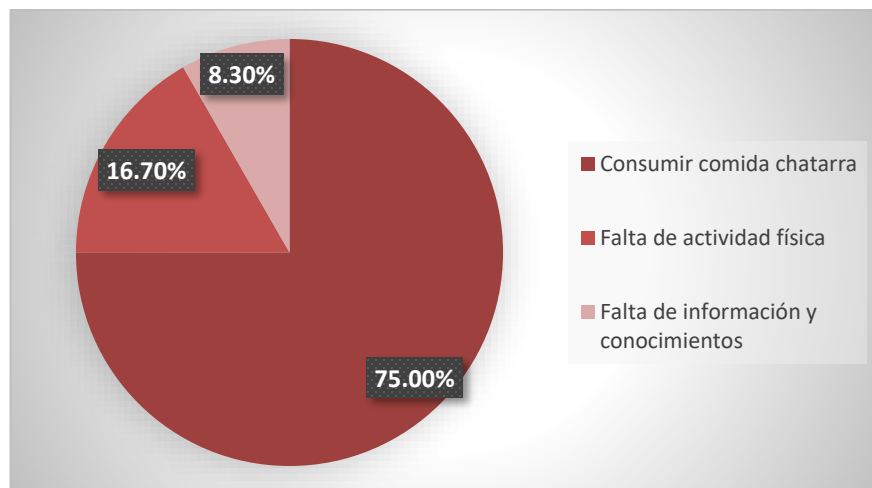


Fig. 1: Principal causa de obesidad y sobrepeso.

¿Dentro de su familia existen personas con sobrepeso u obesidad?

De acuerdo con los resultados obtenidos se obtuvo que el 80 % de ellos no tienen antecedentes familiares de obesidad y sobrepeso que puedan influir en los factores de riesgo al padecer esta enfermedad.

¿Con qué frecuencia Ud. se realiza un control médico?

El 60 % manifestó que se realiza exámenes complementarios una vez al año, realizándose de igual forma un chequeo médico, mientras que por otro lado el 20 % alegó hacerlo mensualmente y el 10 % no hacerlo nunca (Figura 2).

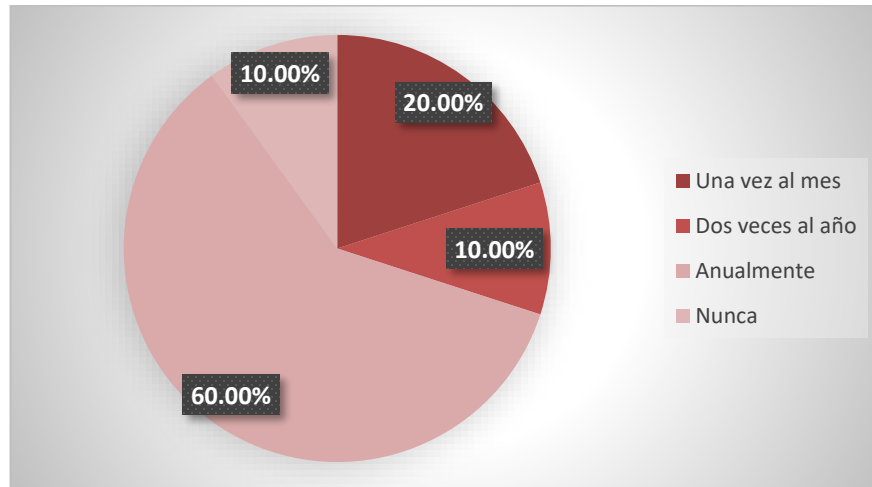


Fig. 2. Frecuencia de realización de chequeo médico.

¿Cómo considera Ud. que es su alimentación?

EL 45 % de ellos consideró que su alimentación es medianamente sana, mientras que el 35 % refirió que su alimentación es regularmente sana debido a los diferentes factores que influyen en su trabajo (Ver Figura 3).

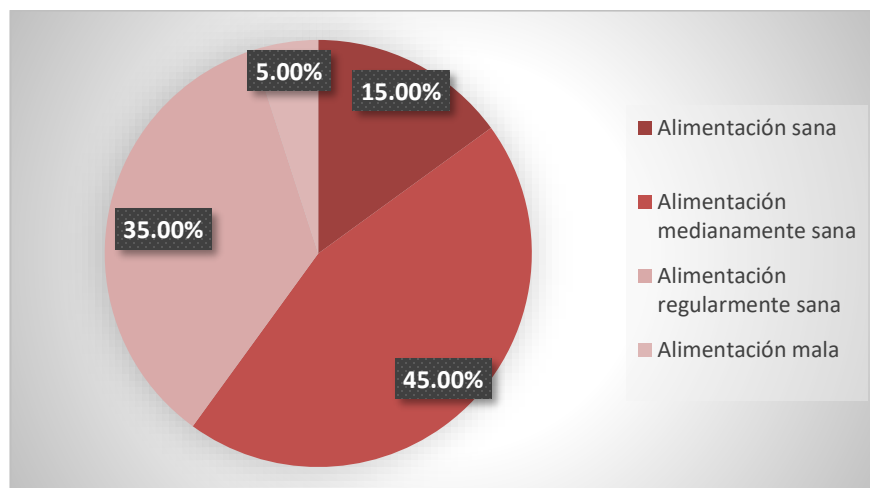


Fig. 3: Tipo de alimentación.

¿Con qué frecuencia ingiere Ud. alimentos con grasa saturada?

Mediante la encuesta realizada al personal administrativo y como se observa en la Figura 4, este refirió que el 45 % de las personas consumen de 1 o 2 días grasas saturadas, mientras que el 40 % de ellos aseguran que ingieren grasas saturadas de 3 a 4 días. Solamente el 5% dijo no consumir este tipo de grasas.

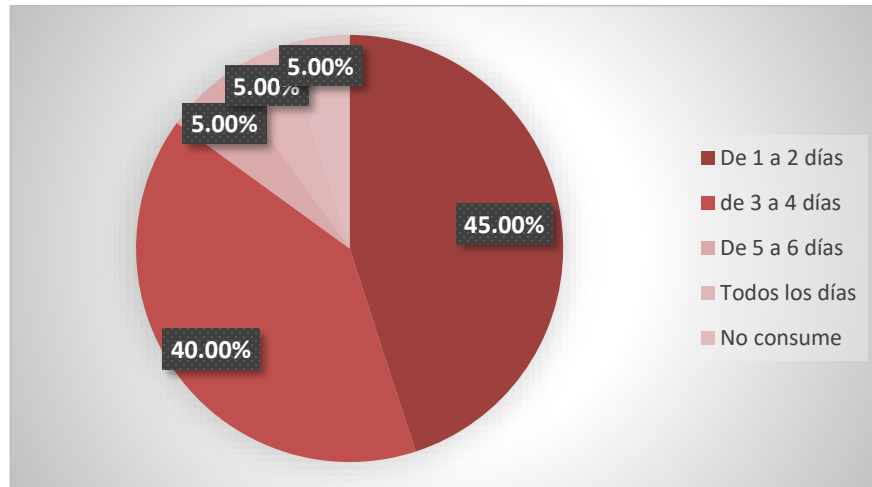


Fig. 4. Consumo de grasas saturadas.

¿Consumes Ud. bebidas azucaradas?

El 60 % afirmó el consumo de bebidas azucaradas todos los días, mientras que el 35 % las consume de 1 a 3 veces por semana. El 5 % no consume estas bebidas.

¿Ud. consume frutas y verduras?

La mitad de los sujetos encuestados consume consume frutas todos los días (50 %), mientras que el 40 % refiere que consume de 1 a 3 días a la semana debido a que su ingesta al día aporta vitaminas y minerales, además favorece la eliminación de toxinas del organismo. El 10 % no confirmó consumo de estos alimentos.

¿Cada qué tiempo Ud. consume alimentos procesados como fritos y embutidos?

Se pudo evidenciar que el 45 % consumen alimentos procesados como fritos y embutidos dos veces por semana, mientras que el 30 % consumen una vez a la semana, debido a que a veces no tiene el tiempo necesario para preparar sus alimentos y recurren al consumo de la comida rápida. Por otra parte el 20 % alegó realizarlo cinco veces a la semana y durante la noche. Solamente el 5 % no los ingiere.

¿Cada cuánto tiempo Ud. realiza actividad física?

Mediante las respuestas brindadas en la encuesta, se pudo evidenciar que el 60 % de ellos no realiza actividad física porque tienen sobrecarga del trabajo que desempeñan cada día y se les dificulta llevar un estilo de vida saludable. Le siguieron los que la realizan de una a dos veces por semana (25 %) y los que realizan esta práctica a diario en menor número (15 %).

¿Cada qué tiempo Ud. cree que es necesario recibir capacitación sobre una buena alimentación?

El 45 % desearía recibir capacitaciones una vez al mes sobre la concientización para llevar una alimentación saludable y no perder las buenas costumbres en la familia. Mientras que el 30 % y el 25 % manifestaron necesitarla con una frecuencia trimestralmente y semestralmente (Figura 5).

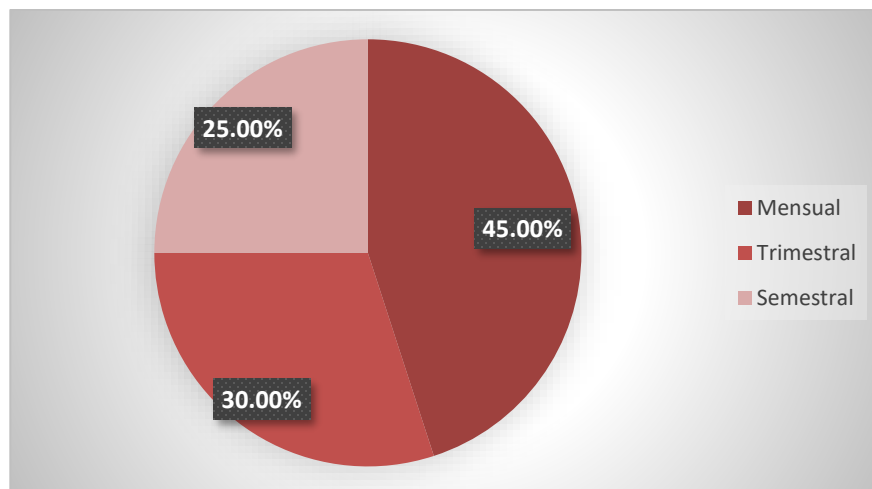


Fig. 5. Necesidad de capacitación.

DISCUSIÓN

Se fundamentó teóricamente sobre los factores de riesgo cardiovasculares relacionados con el sobrepeso y la obesidad en el personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi No. 04, mediante la revisión de diferentes artículos, revistas indexadas, libros, entre otros, en la búsqueda de riesgos que pueden afectar al personal de esta institución.

Se determinó las causas más frecuentes que influyen en la obesidad y el sobrepeso, con el fin de mejorar los inadecuados estilos de vida que tiene esta población. Se evidencia la relación que existe entre los hallazgos genéticos y los inadecuados estilos de vida del personal administrativo que hemos estudiado.

Se propone un plan intervención para promover hábitos, estilos de vida saludables, reducir el sobrepeso y obesidad en el personal administrativo del comando de policía de la subzona Carchi N° 04, con la finalidad de mejorar así el aumento de los riesgos cardiovasculares.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Enfermedades no transmisibles. www.who.int; 2023 [citado 19 Jun 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
2. Obesidad y sobrepeso. www.who.int; 2023 [citado 26 Jun 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. Duque PA, Monte TA, Valencia CL. Factores de riesgo cardiovascular y estilos de vida en estudiantes universitarios de Manizales. Cult Cuid [Internet]. 2019 Dic [citado 26 Jun 2023]; 16(1):7-19. Disponible en: <https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/cultura/article/view/5837>
4. Alcivar JEA, Vera NAC, Marcillo WEP, Garcia MP, Vásquez HEA. Riesgo cardiovascular antropométrico de estudiantes universitarios. Rev Cubana Card Cir Cardiovasc [Internet]. 2020 Mar [citado 26 Jun 2023]; 26(1):921. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407010>
5. Vinuesa AF, Andrade KCV, Hidalgo KOR, Pinos MLY, Martínez CFR. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos de la serranía ecuatoriana. Resultados de la encuesta ENSANUT-2018. Cienc Al Serv Salud [Internet]. 2022 Feb [citado 26 Jun 2023]; 12(2):58-66. DOI: <http://dx.doi.org/10.47244/cssn.Vol12.Iss2.656>
6. Bryce-Moncloa A, Alegría-Valdivia E, San Martín-San Martín MG. Obesidad y riesgo de enfermedad cardiovascular. An Fac Med [Internet]. 2017 Abr [citado 26 Jun 2023]; 78(2):202-6. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v78i2.13218>
7. Elizondo DC, Amador KA, Ureña FS, Robledo A. Factores de riesgo cardiovascular. Rev Cienc Salud Integ Conoc [Internet]. 2020 Ene [citado 26 Jun 2023]; 4(1):22-25. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/e849/d799884642b2bf1f47b8b93953a1ae928d7e.pdf>
8. León AR de. Sueño, ciclos circadianos y obesidad. Arch Med Fam [Internet]. 2018 [citado 26 Jun 2023]; 20(3):139-143. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=83515>
9. Qué es la dieta DASH. medlineplus.gov. [citado 24 Jul 2023]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000784.htm>
10. Dieta hiposódica. centromedicoabc.com. [citado 24 Jul 2023]. Disponible en: <https://centromedicoabc.com/tipos-de-dieta/dieta-hiposodica/>

Declaración de conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Todos los autores tuvieron igual contribución en la elaboración y redacción de este artículo.

Financiación:

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de este artículo.

