

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA



TESIS

**“FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL
SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARÍA
DE HUÁNUCO - 2019”**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA

AUTORA: Zambrano Santiago, Ricarda

ASESORA: Rodriguez De Lombardi, Gladys Liliana

HUÁNUCO – PERÚ

2020



U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Promoción salud y prevención de las enfermedades

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2018-2019)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias médicas, Ciencias de la salud

Sub área: Ciencias de la salud

Disciplina: Enfermería

D

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 47402793

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22404125

Grado/Título: Doctora en ciencias de la salud

Código ORCID: 0000-0002-4021-2361

H

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Leiva Yaro, Amalia Verónica	Doctora en ciencias de la salud	19834199	0000-0001-9810-207X
2	Alvarado Rueda, Silvia Lorena	Maestra en ciencias de la salud con mención en: salud pública y docencia universitaria	45831156	0000-0001-9266-6050
3	Serna Roman, Bertha	Licenciado en enfermería	22518726	0000-0002-8897-0129



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 10:00 horas del día 17 del mes de diciembre del año dos mil veinte, en la plataforma del aula virtual de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió mediante la Plataforma Virtual Google Meet el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- | | |
|---|-------------------|
| • DRA. AMALIA VERÓNICA LEIVA YARO | Presidente |
| • MG. SILVIA LORENA ALVARADO RUEDA | Secretaria |
| • LIC. ENF. BERTHA SERNA ROMÁN | Vocal |
| • DRA. GLADYS LILIANA RODRIGUEZ DE LOMBARDI | (Asesora) |

Nombrados mediante Resolución N°1052-2020-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado: “FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO - 2019”, presentada por la Bachiller en Enfermería Srta. **Ricarda ZAMBRANO SANTIAGO**, para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) **Aprobado** por unanimidad con el calificativo cuantitativo de **Trece** y cualitativo de **Suficiente**

Siendo las, **11:00** horas del día 17 del mes de diciembre del año 2020, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

PRESIDENTA

SECRETARIA

VOCAL

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios, por ser mi fortaleza y guía en todo momento, por darme la posibilidad de culminar este sueño anhelado

A mi familia, por todos los motivos que me dan para seguir luchando hasta conseguir mis metas y salir adelante.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi Dios todopoderoso por darme la protección necesaria y el impulso espiritual para consolidar mis sueños y realizarme profesionalmente.

A mis padres por su comprensión y contribuir notablemente en la consecución del anhelo de conseguir esta meta en mi vida profesional.

A mi asesora, por el asesoramiento y consejería brindada en este informe de tesis.

Al Mayor PNP. Pool Carlos Pérez Solano, director de la Comisaría de Huánuco por darme confianza y apoyarme en mi recolección de datos para hacer mi informe final de tesis.

A todos los policías de la Comisaría de Huánuco, por participar activamente en la ejecución del estudio y sin cuyo apoyo no hubiera sido factible la realización de esta tesis.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE GENERAL.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
ÍNDICE DE ANEXOS	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
INTRODUCCIÓN	XI
CAPÍTULO I	13
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	13
1.1. Descripción del problema	13
1.2. Formulación del problema	18
1.2.1. Problema general.....	18
1.2.2. Problemas específicos	19
1.3. Objetivo general.....	19
1.4. Objetivos específicos	19
1.5. Justificación del estudio	19
1.5.1. A nivel teórico.....	19
1.5.2. A nivel práctico	20
1.5.3. A nivel metodológico	21
1.6. Limitaciones de la investigación.....	21
1.7. Viabilidad de la investigación.....	22
CAPÍTULO II	23
MARCO TEÓRICO	23
2.1. Antecedentes de la investigación.....	23

2.1.1.	A nivel internacional	23
2.1.2.	A nivel nacional	26
2.1.3.	A nivel local	31
2.2.	Bases teóricas	32
2.2.1.	Modelo de las determinantes de Salud	32
2.2.2.	Modelo de Promoción de la Salud.....	33
2.3.	Definiciones conceptuales	34
2.3.1.	Definición de estado nutricional.....	34
2.3.2.	Clasificación del estado nutricional	34
2.3.3.	Definición de sobrepeso.....	36
2.3.4.	Definición de obesidad	36
2.3.5.	Causas del sobrepeso y la obesidad.....	37
2.3.6.	Definición de factores de riesgo	38
2.3.7.	Factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en los policías ...	38
2.3.8.	Rol de la Policía Nacional del Perú (PNP)	46
2.4.	Hipótesis	46
2.4.1.	Hipótesis general.....	46
2.4.2.	Hipótesis específicas.....	47
2.5.	Identificación de variables.....	47
2.5.1.	Variable Independiente	47
2.5.2.	Variable Dependiente.....	47
2.6.	Operacionalización de variables	48
CAPÍTULO III		51
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN		51
3.1.	Tipo de investigación	51
3.1.1.	Enfoque	51
3.1.2.	Alcance o nivel	51

3.1.3. Diseño	52
3.2. Población y muestra	52
3.2.1. Población	52
3.2.2. Muestra	53
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	53
3.3.1. Para la recolección de datos	53
3.3.2. Para la presentación de datos.....	60
3.3.3. Para el análisis e interpretación de datos.....	62
CAPÍTULO IV.....	64
RESULTADOS.....	64
4.1. Procesamiento de datos	64
4.1.1. Factores de riesgo en los policías en estudio.....	64
4.1.2. Sobrepeso y obesidad en los policías en estudio.....	67
4.2. Contrastación y prueba de hipótesis.....	70
CAPÍTULO V.....	78
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	78
5.1. Contrastación de resultados	78
CONCLUSIONES	84
RECOMENDACIONES.....	85
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	87
ANEXOS.....	93

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Factores de riesgo sociodemográficos en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.....	64
Tabla 2 Factores de riesgo laborales en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.....	65
Tabla 3 Factores de riesgo de los estilos de vida en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.	66
Tabla 4 Peso en kilogramos de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.....	67
Tabla 5 Talla en centímetros de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.....	68
Tabla 6 Índice de masa corporal de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.....	68
Tabla 7 Estado nutricional de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.	69
Tabla 8 Diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.....	69
Tabla 9 Factores de riesgo sociodemográficos que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019....	70
Tabla 10 Factores de riesgo laborales que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.	72
Tabla 11 Factores de riesgo de los estilos de vida que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019....	74

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	94
Anexo 2 INSTRUMENTOS ANTES DE LA VALIDACIÓN	96
Anexo 3 INSTRUMENTOS DESPUÉS DE LA VALIDACIÓN	100
Anexo 4 CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	103
Anexo 5 CONSTANCIAS DE VALIDACION	106
Anexo 6 OFICIO DE AUTORIZACIÓN PARA EJECUCIÓN DE ESTUDIO	111
Anexo 7 BASE DE DATOS INFORME DE INVESTIGACIÓN.....	113

RESUMEN

Objetivo general: Determinar los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco.

Métodos: Se desarrolló una investigación analítica en 77 policías de la comisaría de Huánuco, aplicando un cuestionario de factores de riesgo y una ficha de registro de estado nutricional. El análisis inferencial se efectuó con el Chi Cuadrado de independencia con un valor $p < 0,05$. **Resultados:** 49,3% de policías evaluados presentaron sobrepeso y 6,5% tuvieron obesidad. El factor sociodemográfico relacionado al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio fue ser del género masculino ($p = 0,029$). Los factores laborales que se relacionaron con el sobrepeso u obesidad fueron el trabajo en oficina ($p = 0,009$); realizar funciones administrativas ($p = 0,044$) y pasar varias horas sentado(a) en el trabajo ($p = 0,013$). Y finalmente, los factores de los estilos de vida que se relacionaron con el sobrepeso u obesidad fueron el consumo de comidas rápidas ($p = 0,006$), ingesta de alimentos dulces ($p = 0,027$); el sedentarismo ($p = 0,005$); consumo de bebidas gaseosas ($p = 0,009$) y dormir menos de seis horas diarias ($p = 0,002$); siendo todas las relaciones estadísticamente significativas. **Conclusiones:** Los factores de riesgo sociodemográficos, laborales y de los estilos de vida se relacionaron con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco.

Palabras clave: Factores de riesgo, Sobrepeso, Obesidad, Policías.

ABSTRACT

General objective: Determine risk factors related to overweight and obesity in police officers at Huanuco police station. **Methods:** An analytical study was carried out in 77 police officers at the Huánuco police station, using a questionnaire on risk factors and a nutritional status record sheet in the collection of data. Inferential analysis was performed with the Chi Square of independence with statistical significance $p < 0,05$. **Results:** 49.3% of police officers evaluated were overweight and 6.5% were obese. The sociodemographic risk factor that was related to overweight or obesity in the police officers under study was male ($p = 0.029$). Occupational risk factors related to overweight or obesity were office work ($p = 0.009$); performing administrative functions ($p = 0.044$) and spending several hours sitting at work ($p = 0.013$). And finally, lifestyle risk factors associated with overweight or obesity were fast food consumption ($p = 0.006$), sweet food consumption ($p = 0.027$); sedentary lifestyle ($p = 0.005$); consumption of soft drinks ($p = 0.009$) and sleep less than six hours daily ($p = 0.002$); all relationships being statistically significant **Conclusions:** The risk factors socio-demographics, work and lifestyle are related to overweight and obesity in police officers at the Huanuco police station.

Key words: *Risk Factors, Overweight, Obesity, Police.*

INTRODUCCIÓN

En los últimos años los casos de sobrepeso y obesidad se está incrementando de manera alarmante en la población en general, constituyéndose en un problema sanitario que es considerado por diversos organismos internacionales como una pandemia a nivel mundial¹.

En los efectivos de la policía nacional los casos de sobrepeso y obesidad se está incrementando de manera alarmante, estimándose que más del 50,0% de efectivos policiales presentan alguna de estas alteraciones nutricionales; y su alta prevalencia se encuentra relacionada con factores de riesgo que favorecen para que dicha problemática sea relativamente frecuente en las entidades policiales².

Bajo esta perspectiva se desarrolló este estudio queriendo identificar los factores que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco, buscando informar al comandante de esta institución y autoridades del sector salud sobre el escenario real de este problema coyuntural de salud en esta comisaría; para plantear medidas desde el enfoque preventivo promocional que difundan la realización de comportamientos saludables como método de intervención para poder reducir los casos de sobrepeso u obesidad en los policías de esta institución.

Considerando lo establecido previamente se presenta este informe de tesis donde se analiza de manera precisa esta problemática, estando clasificada en cinco capítulos básicos: en el primer capítulo se presentan las características del problema de investigación, el segundo capítulo comprende los aspectos relacionados al marco teórico del estudio.

En el tercer capítulo se abarca los aspectos metodológicos de la tesis; seguido del cuarto capítulo donde se exponen los hallazgos obtenidos en la investigación, tanto descriptiva como inferencialmente; y en el último capítulo se contrastan y discuten los resultados presentados; para culminar presentado las conclusiones evidenciadas, las recomendaciones y los anexos aplicados en el estudio.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción del problema

De acuerdo a lo que manifiesta la Organización Mundial de la Salud (OMS)³ el sobrepeso y obesidad constituyen aquellas alteraciones del estado nutricional que se presentan cuando el índice de masa corporal (IMC) es superior a los parámetros de normalidad y que se caracteriza por tener una acumulación desproporcionada de grasa que resulta nociva en la calidad de vida y salud de las personas que la padecen.

Siguiendo esta tendencia reportes presentados por la OMS⁴ en 2018 dan a conocer que el 39,0% de la población mundial presenta problemas de sobrepeso y 13,0% de obesidad; causando más decesos que en años anteriores y siendo su prevalencia mayor en aquellos países cuyos ingresos monetarios son medios y altos.

En los países latinoamericanos, según datos estadísticos referidos por Vásquez⁵ por el 2018 más de 130 millones personas presentan estas patologías nutricionales; señalando que uno de cada cuatro individuos presenta problemas de sobrepeso u obesidad, siendo los países de México (33,9%), Argentina (33,1%) y Chile (30,4%) los que presentaron mayores tasas de exceso de peso.

En el Perú, el Ministerio de Salud (MINSU)⁶ en el 2017, reportó que la magnitud del sobrepeso y la obesidad alcanza proporciones catastróficas en este país; señalando que esta problemática es frecuente en las personas después de los 40 años, y estimando que

66,0% de personas de género femenino y 55,0% del género masculino padecen de sobrepeso u obesidad a nivel nacional.

Estos reportes estadísticos no hacen más que demostrar que los problemas de sobrepeso u obesidad están alzando proporciones alarmantes en la sociedad, cuyas causas según refiere Trujillo⁷ se relacionan fundamentalmente con los hábitos alimenticios inadecuados, la práctica del sedentarismo y también por la presencia de diversos factores y características de riesgo que favorecen para que este problema tenga gran magnitud.

En el contexto de la salud ocupacional, Carbajal y Laurente⁸ señala que existen grupos ocupacionales que son más susceptibles de presentar problemas de sobrepeso u obesidad; presentando un riesgo mayor las personas que cuyo trabajo implica pasar periodos prolongados de tiempo sentados o en una misma posición anatómica, como la funciones que desarrollan los efectivos de la policía en sus actividades administrativas, de patrullaje, vigilancia y resguardo de la seguridad ciudadana.

Al respecto, diversos reportes estadísticos que demuestran que el sobrepeso u obesidad constituyen una problemática frecuente en los efectivos policiales; en esta perspectiva, la Comisión Nacional de Seguridad de Colombia⁹ en el 2016 dio a conocer que el 100% de policías de esta institución presentaron problemas de sobrepeso u obesidad, debido fundamentalmente a la poca actividad física.

En Argentina, un trabajo investigativo desarrollado en 2015 reportó que cerca de 80,0% de policías presentan sobrepeso y

obesidad, causada fundamentalmente por los deficientes hábitos alimenticios, los comportamientos no saludables y el estrés laboral¹⁰.

Cascaes, Da Rosa, Zilch, Celio, Da Silva y Andrade¹¹ reportaron en el 2017 que más del 70,0% de policías que laboran en Brasil presentaron problemas de sobrepeso u obesidad que repercutían de manera negativa en su desempeño laboral y su estado de salud.

En el Perú, según reportes de la Dirección Ejecutiva de la Sanidad de la Policía Nacional del Perú (PNP) presentados en el 2017 citados por Arias¹², establecen que más de 18 mil efectivos policiales fueron diagnosticados con problemas de sobrepeso u obesidad, cifra preocupante debido a que los policías por la función que realizan deben tener un buen estado nutricional en el desempeño de su trabajo.

En Huánuco, un estudio de investigación realizado por Vásquez⁵ en 2018 en la Posta Médica de la Policía de la ciudad de Tingo María evidenció que 61,8% de efectivos policiales tuvieron sobrepeso y 34,2% presentaron obesidad⁵.

En este contexto Zanabria² refiere que hay una alta prevalencia de sobrepeso u obesidad en miembros de la policía que está influenciada por la presencia de factores sociodemográficos, laborales y de los estilos de vida que predisponen para que esta problemática sea tan frecuente en este grupo laboral.

Al respecto el médico cardiólogo Tartaglione^c citado por Naranjo¹³ señala que esta problemática se agudiza porque los policías realizan turnos rotativos y trabajan horas extras que les quitan tiempo para realizar ejercicios de actividad física con regularidad; aunado a

que el horario de 24 horas les impide dormir 6 horas diarias y no les permiten tener una dieta saludable, provocando que los miembros de la institución policial padezcan de sobrepeso u obesidad.

En esta perspectiva, algunas investigaciones han abordado los diversos factores de riesgo relacionados al sobrepeso u obesidad en efectivos policiales; una investigación ejecutada en Ecuador por Alba y Mantilla¹⁴ evidenció que los deficientes hábito alimenticios y la práctica del sedentarismo fueron los factores asociados a estas alteraciones nutricionales.

Un estudio realizado en España por Tula, Lee y Martínez¹⁵ en el 2013, demostró que los factores que se relacionaron con el sobrepeso u obesidad en los policías fueron ser del género masculino, dormir menos de 6 horas y consumir bebidas alcohólicas.

En Lima Falcón¹⁶ en el 2018 evidenció que la inactividad física fue el factor que mayor relación significativa mostró con el desarrollo de sobrepeso u obesidad en los policías.

Siguiendo esta tendencia, Trujillo⁷ en el 2017 corroboró que los factores que se asociaron al sobrepeso u obesidad fueron tener hábitos alimenticios inadecuados, la falta de actividad física, ser del sexo femenino y tener obesidad abdominal elevada.

En esta perspectiva un estudio realizado por Tapia¹⁷ demostró que el consumo de comida chatarra, bebidas gaseosas, el sedentarismo y fumar fueron los aspectos causales que mayor asociación presentaron con el sobrepeso y la obesidad en los efectivos de la policía.

A nivel local, un estudio realizado por Vásquez⁵ halló que los factores tuvieron relación con el sobrepeso u obesidad fueron el tipo de labor, el lugar de procedencia, comer hasta saciar el hambre, consumo de alimentos fritos y de comida rápida, consumo de gaseosas, ingesta de bebidas alcohólicas y la práctica del sedentarismo.

En esta perspectiva Yenke¹⁸ señala que las consecuencias del sobrepeso y la obesidad se manifiesta en las graves repercusiones que tienen en el estado de salud de las personas, pues incrementan el riesgo de presentar patologías cardiovasculares, metabólicas y crónicas no transmisibles como importantes causales de morbimortalidad mundial.

Frente a esta problemática Valdiviezo¹⁹ menciona que en diversos países a nivel mundial se han introducido y medidas encaminadas a ayudar a los policías a bajar de peso; debido a que muchas veces el exceso de peso se convierte en una limitación relevante para la lucha frente al crimen organizado.

En el Perú, Cárdenas²⁰ manifiesta que el Ministerio del Interior en conjunto con el MINSA han implementado una serie de políticas orientadas a brindar tratamiento y promover la prevención del sobrepeso u obesidad en los policías de las entidades policiales, promoviendo la práctica de conductas saludables; pero que aún no se han podido cumplir los objetivos trazados en estas políticas.

En los policías de la comisaria de Huánuco se hace latente esta problema, pues en las visitas realizadas a esta institución policial se ha observado que más del 30,0% de efectivos policiales que laboran en

esta institución presentan exceso de peso, con abdomen prominente; cuya problemática se agudiza por la realización constante a múltiples factores propios de su contexto laboral relacionados con deficientes hábitos alimentación, sedentarismo y otros comportamientos no saludables que predisponen para el acrecentamiento de casos de sobrepeso u obesidad en los policías de esta institución.

Al interactuar con algunos efectivos policiales sobre esta problemática, manifiestan: “tengo exceso de peso porque paro todo el día sentado en la oficina y comiendo”; “a veces me da hambre y como algún dulcecito, galletas, o cualquier comida rápida”; “cuando estoy en el patrullero estoy casi todo el día sentado, a veces no hay nada que hacer”; “cuando estoy de servicio como lo que puedo en la calle o mercado”; “las frituras son ricas, no puedo dejar de comerlas”; “unas cervecitas con los amigos no hace daño”; “no me mantengo físicamente”; “hay días que casi que no duermo cuando estoy en el trabajo, me da insomnio”; entre otras expresiones que evidencian la magnitud de esta problemática.

Por tales motivos, se desarrolló esta investigación con el objetivo de identificar los factores de riesgo relacionados al sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco 2019.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuáles son los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco 2019?

1.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuáles son los factores de riesgo sociodemográficos que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio?
2. ¿Cuáles son los factores de riesgo laborales que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio?
3. ¿Cuáles son los factores de riesgo de los estilos de vida que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio?

1.3. Objetivo general

Determinar los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco 2019.

1.4. Objetivos específicos

1. Identificar los factores de riesgo sociodemográficos relacionados al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.
2. Conocer los factores de riesgo laborales relacionados al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.
3. Analizar los factores de riesgo de los estilos de vida relacionados al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.

1.5. Justificación del estudio

1.5.1. A nivel teórico

La realización del trabajo de investigación fue importante en el contexto teórico porque en la actualidad los casos de sobrepeso u obesidad se están incrementando de manera alarmante en los policías que laboran en las comisarías del país; estimándose que

entre el 30% y 50% de efectivos policiales tienen problemas nutricionales de exceso de peso, que afectan su salud laboral.

En los miembros de la Policía Nacional del Perú los casos de sobrepeso y obesidad están condicionados por la presencia de factores que predisponen para que estas patologías tengan una elevada magnitud en este grupo ocupacional, por ello en esta investigación se buscó confrontar los resultados obtenidos con las teorías que fundamentan esta problemática como el Modelo de Marc Lalonde, de Promoción de la Salud de Nola Pender y la “Teoría del Autocuidado” de Dorothea Orem; permitiendo dar aportes que incrementar la información teórica relacionada sobre los factores relacionados con el sobrepeso y obesidad en los policiales de las comisarías y otras instituciones policiales

1.5.2. A nivel práctico

Esta tesis se planteó siguiendo la línea investigativa de “Promoción de la Salud y Prevención de las Enfermedades” puesto que la principal función de los enfermeros en el ámbito comunitario es el fomento de la adopción de hábitos saludables para el abordaje y prevención de las patologías nutricionales causadas por el exceso de peso en la población en general.

Por ende, esta investigación es relevante porque los datos presentados deben ser utilizados y considerados puntos de inicio para la implementación de estrategias institucionales con enfoque preventivo promocional como el desarrollo de sesiones educativas, talleres demostrativos, el consumo de dietas saludables, entre otras

medidas encaminadas a propiciar la adopción de conductas saludables y el abordaje de los factores de riesgos como ejes fundamentales en el tratamiento y control del sobrepeso u obesidad en los policías que laboran en nuestro país.

1.5.3. A nivel metodológico

El estudio cobra relevancia metodológica porque la muestra fue representativa de la población de análisis y porque el instrumento aplicado fue validado por expertos y especialistas en la temática en estudio, gozando de una alta confiabilidad que avala su uso en la valoración de factores asociados al sobrepeso u obesidad en grupos ocupacionales de riesgo.

1.6. Limitaciones de la investigación

En este estudio, las limitaciones se relacionaron fundamentalmente con el acceso a la muestra de policías seleccionados como participantes del estudio; debido a que los efectivos policiales tienen un turno de trabajo establecido en el desempeño de las actividades de vigilancia, patrullaje y atención al público en general; dificultando el recojo de datos, por lo que previamente se coordinó con el comandante de la comisaria de Huánuco, quién programó un día de formación institucional, donde se aplicaron los instrumentos de investigación y se midió las medidas antropométricas de los policías de la jurisdicción.

1.7. Viabilidad de la investigación

Esta investigación fue factible porque se tuvo el apoyo del comandante y policías de la comisaria de Huánuco quienes colaboraron activamente en la recolección de datos; teniendo también con los recursos financieros necesarios para la culminación del estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. A nivel internacional

En El Salvador, 2017, Fagoaga²¹ realizó el estudio titulado: “Percepciones sobre alimentación, salud y autocuidado en personal de la Policía Nacional Civil de El Salvador”; proponiéndose identificar la percepción sobre la alimentación, salud y autocuidado en policías; el estudio fue descriptivo, prospectivo, de naturaleza transversal; en una muestra de 300 miembros de la corporación nacional quienes respondieron un cuestionario. Sus hallazgos fueron: 40,7% de policías tuvieron obesidad grado 1, 35,2% presentó sobrepeso, 16% tuvo obesidad mórbida, 6,1% presentó un peso ideal, 4,9% tuvo obesidad tipo 2 y un 0,7% presentó delgadez. Respecto a la alimentación, 78,7% no practicó ningún tipo de dieta; 43,3% consumía snacks por lo menos un día por semana; 62,3% consumía comida chatarra una vez por semana; 55,5% consumía bebidas gaseosas de vez en cuando; 32,7% consumía dulces dos veces por semana; 44,0% realizaba actividad física una a dos veces por semana; 32,0% consumía bebidas alcohólicas; 10,7% fumaban cigarrillos; 64,0% no acudieron a consulta médica, 23,0% tuvo problemas de insomnio. Concluyendo que la mayoría de policías tuvieron sobrepeso u obesidad, y que ello se relacionaba de manera significativa con sus hábitos de alimentación, salud y autocuidado personal.

En Quito – Ecuador, 2015, Cañar²² sustentó la tesis titulada: “El sedentarismo en la preparación física de los señores clases y policías del Distrito Quitumbe”; con el objetivo de evaluar en los policías; la metodología fue descriptiva, prospectiva, observacional en 60 policías utilizando un cuestionario para el recojo de datos. Los resultados fueron: 100% de policías consideraron que el ejercicio físico es importante para mejorar el estilo de vida; 85,0% señalaron que el sedentarismo afecta el estado físico de los policías, 58,0% consideraron que la falta de actividad física propicia el comportamiento sedentario; 100,0% refirieron que los padecimientos cardiovasculares son provocados por el sedentarismo; 83,0% señalaron que la práctica de sedentarismo afecta la presión arterial; y el 100,0% refirieron que la actividad física permiten que tengan un buen rendimiento corporal; concluyendo que la mayoría de policías percibieron que el sedentarismo repercute negativamente en la preparación física de los efectivos policiales

En Ibarra – Ecuador, 2014, Alba y Mantilla¹⁴ ejecutaron el estudio: “Estado nutricional, hábitos alimentarios y actividad física en adultos mayores del servicio pasivo de la policía”; buscando valorar el estado nutricional, actividad física y patrones de alimentación. El estudio fue descriptivo, observacional; en 90 adultos mayores perteneciente al servicio pasivo de los policías, utilizando los indicadores antropométricos y el cuestionario de actividad física de Yale. Sus corolarios fueron: 36,7% tuvo exceso de peso; 54,4% consumía tres comidas al día; el 58,9% agregaba sal a las comidas,

55,5% no consumía más de cuatro vasos de agua por día; 66,7% tuvieron patologías asociadas a los patrones alimentarios. Asimismo 83,3% realizaron actividades físicas livianas; 71,1% dedicaba su tiempo a caminar; 22,2% se dedicaban a jugar cartas, y 21% jugaban vóley y fútbol los fines de semana. Concluyendo que los adultos mayores de la policía tuvieron patrones alimenticios y de ejercicio físico poco saludables que guardaron relación significativa con la presencia de problemas exceso de peso.

En Chimborazo – Ecuador, 2014, Valdiviezo¹⁹ desarrolló el estudio: “Valoración del estado nutricional, consumo de alimentos y estilos de vida del Grupo de Operaciones Especiales (GOE) de la Policía Nacional”; buscando valorar el estado nutricional, consumo de alimentos y estilos de vida de efectivos policiales; La investigación fue descriptivo, observacional, transversal en una población muestral de 30 policías, utilizando una ficha de estado nutricional, y un cuestionario de estilos de vida e ingesta de alimentos. Los resultados que encontró fueron que 96,7% de policías fueron del género masculino; 56,6% tuvieron nivel socioeconómico medio; 56,6% tuvieron problemas de sobrepeso u obesidad; 16,7% presentaron algún problema cardiovascular; 33,3% consumían comidas grasas y frituras con frecuencia; 23,3% consumieron algún tipo de bebida alcohólica, 90,0% fumaba con frecuencia y 100,0% realizaba ejercicios físicos moderada. Concluyendo que hubo relación entre el diagnóstico del IMC, la circunferencia del abdomen y la proporción de grasa corporal.

En Santander – España, 2013, Tuta, Lee y Martínez¹⁵ realizaron la tesis: “Prevalencia y factores asociados a sobrepeso y obesidad en estudiantes”; buscando identificar la prevalencia y factores asociados al sobrepeso u obesidad. La investigación fue prospectiva, relacional, descriptivo, transversal; la muestra fue de 444 universitarios utilizando una encuesta. Los resultados fueron: 15,0% presentaron sobrepeso y 2,3% tuvieron obesidad. Los factores que tuvieron asociación con el sobrepeso u obesidad en los estudiantes fueron pertenecer al sexo masculino y consumir alcohol durante los últimos 30 días; siendo estos resultados significativos ($p \leq 0,05$); estableciendo como conclusión que hubo una prevalencia elevada sobrepeso u obesidad en el ámbito de estudio, siendo más habitual esta problemática en estudiantes varones con el hábito de consumir bebidas alcohólicas.

2.1.2. A nivel nacional

En Lima – Perú, 2018, Falcón¹⁶ sustentó el informe: “Relación entre estado nutricional antropométrico y nivel de actividad física en policías de la Comisaria de Lince”; queriendo establecer la relación de la actividad física con el estado nutricional en policías; La metodología descriptiva correlacional, cuantitativa, en una muestra de 70 policías varones utilizando una ficha nutricional y un cuestionario de actividad física. Los hallazgos establecieron que 28.6% tuvo estado nutricional normal, 48.6% sobrepeso, 15.7% obesidad I y 7.1% obesidad II; 25.7% tuvo bajo nivel de actividad física, 32.9% fue moderado y 41.5% fue alto; concluyendo que el estado nutricional

tuvo asociación con los ejercicios de actividad física en los miembros del grupo policial.

En Trujillo – Perú, 2018, Zanabria² ejecutó la investigación titulada: “Factores de riesgo relacionados a la Diabetes Mellitus tipo 2 en el personal policial que acude al Policlínico de la Policía Nacional del Perú”; buscando describir los factores que se relacionan con la diabetes en los policías; el estudio fue cuantitativo, analítico, observacional; en una población muestral 75 policías utilizando un cuestionario para la recopilación de la información. Los datos encontrados fueron: 52,0% de policías diabéticos presentaron sobrepeso y 33,3% tuvieron obesidad; 58,7% tuvieron un nivel de colesterol normal y 60,0% presentaron triglicéridos elevados. Concluyendo que los factores el sobrepeso, obesidad y los valores elevados de colesterol se relacionaron con la patología diabética.

En Arequipa – Perú, 2018, Bedregal²³ sustentó la tesis titulada: “Influencia de los estilos de vida en el IMC de los policías que se atienden en el Hospital Regional PNP Julio Pinto Manrique”; buscando analizar la influencia de los hábitos de vida en el IMC de los policías; el estudio fue observacional, analítico de corte transversal; nivel relacional desarrollado en 90 policías, utilizando un cuestionario de estilos de vida y una ficha de estado nutricional. Los resultados que encontró fueron 48,0% de policías presentó obesidad y 28,0% tuvieron sobrepeso. Asimismo 56,0% tuvo hábitos no saludables y 44,0% saludables; 70,0% tuvo estilo de vida no saludable en los patrones alimentarios; 75,6% presentó conductas saludables en la

dimensión actividad física; 94,4% tuvo estilos no saludables en la dimensión controles médicos, y 97,8% mostró conductas poco saludables respecto a los patrones de descanso y sueño; llegando a la conclusión que los estilos de vida repercuten directamente en el estado nutricional de los efectivos policiales.

En Iquitos – Perú, 2017, Macedo y Melendez²⁴ ejecutaron el estudio titulado: “Relación del estado nutricional con los estilos de vida de policías que laboran en Iquitos”; con el objetivo de determinar el efecto de los estilos de vida en la valoración nutricional de los policías; el estudio fue analítico, transversal de diseño correlacional; la muestra fue de 459 policías utilizando una ficha de estado nutricional y un cuestionario de estilos de vida. Los datos que obtuvo fueron: 59,5 % tuvieron estilos no saludables; 51,9% presentaron sobrepeso, 23,3% mostraron obesidad y 22,7% tuvieron estado nutricional normal. Al evaluar la asociación existente entre estilos de vida y estado nutricional se obtuvo que de 51,9% de policías que presentaron sobrepeso, 34,9% mostraron conductas no saludables; y del 23,3% con obesidad 16,3% tuvieron hábitos no saludables; concluyendo que los estilos de vida no saludables repercuten en el estado nutricional de los policías.

En Lima – Perú, 2017, Trujillo⁷ presentó el estudio: “Factores asociados a sobrepeso y obesidad en trabajadores de una Institución Pública”; buscando conocer los factores que se asocian al sobrepeso y obesidad en trabajadores de una institución pública; el estudio fue observacional, analítico; la muestra fue de 715 trabajadores;

utilizando una ficha nutricional y un cuestionario de factores de riesgo. Los resultados fueron: 65,8% de trabajadores presentó sobrepeso o algún grado de obesidad; 65,7% tuvo obesidad abdominal; 5,5% consumieron menos de dos porciones de lácteos, verduras y frutas; 63,9% no realizaban actividad física. Concluyendo que los patrones alimenticios inadecuados, el sedentarismo, y tener obesidad abdominal elevada fueron los factores que se asociaron con el sobrepeso u obesidad.

En Huancavelica – Perú, 2017, Carbajal y Laurent⁸ desarrollaron la tesis: “Estilos de vida e índice de masa corporal en efectivos policiales, Comisaria Sectorial Santa Ana”; con el propósito de establecer la relación entre estilos de vida e IMC en policías. El estudio fue enfoque cuantitativo, nivel relacional, la muestra fue de 70 policías aplicando una escala de valoración de estilos de vida y una ficha nutricional. Los hallazgos fueron: 61,4% tuvieron hábitos de vida no saludables, 48,6% tuvieron IMC normal y sobrepeso en la misma proporción y 2,8% obesidad. En los patrones de estilos de vida, 78,6% tuvieron hábitos alimentarios no saludables, 57,1% mostraron patrones no saludables en la actividad física, 61,4% tuvieron prácticas no saludables en el control médico; 80,0% presentaron patrones de sueño no saludables; concluyendo que los estilos de vida no mostraron concordancia significativa con el IMC en los efectivos policiales.

En Lima – Perú, 2017, Tapia¹⁷ sustentó el estudio titulado: “Relación de actividad física, el tiempo de servicio y consumo de

alimentos con el estado nutricional de los miembros de la policía”; con el objetivo de relacionar el tiempo de servicio, la actividad física, e ingesta de alimentos con el estado nutricional de los policías. El estudio fue analítico, observacional y prospectivo, la muestra fue de 100 policías a quienes se le aplicaron un cuestionario. Los hallazgos que encontró mostraron que 62,0% de miembros policiales presentaron moderada actividad física, 34,0% actividad baja y 4% tuvieron actividad intensa; el tiempo promedio de servicio fue de 16 años; y 62,3% mostraron un consumo alto de azúcares y cereales. 56% de policías tuvieron sobrepeso, 32% obesidad y 12% presentaron IMC normal; estableciendo como corolarios que el tiempo de servicio, consumo de alimentos y la actividad física se relacionaron con el estado nutricional de los efectivos policiales.

En Lima – Perú, 2013, Cárdenas²⁰ presentó la tesis: “Estilos de vida e índice de masa corporal de los policías que laboran en la comisaría Alfonso Ugarte”; buscando describir los estilos de vida y el IMC de los policías. La metodología fue descriptiva, prospectiva, observacional, transversal, la muestra fue de 95 policías empleando un cuestionario y una ficha de valoración nutricional. Los resultados fueron: 58% presentaron conductas no saludables y 42,0% saludables. En cuanto al IMC, 48% tuvo obesidad, 38% presentaron sobrepeso y solo 14% tuvieron un IMC normal; concluyendo que la mayoría de los policías que presentaron obesidad tuvieron estilos de vida no saludables en relación a los hábitos de alimentación, ejercicios físicos e ingesta de sustancias nocivas.

2.1.3. A nivel local

En Tingo María – Perú, 2018, Vásquez⁵ sustentó la tesis: “Factores relacionados a la obesidad en el personal policial atendidos en la Posta Médica Policía Nacional del Perú”; con el objetivo de identificar los factores asociados a la obesidad en los policías; el estudio fue analítico, prospectivo de nivel relacional; la muestra fue de 68 efectivos policiales aplicando un cuestionario. Los resultados fueron que 97,1% fueron del sexo masculino; 50,0% procedieron de la selva; 54,4% tuvieron labor administrativa; 51,5% consumía alimentos que solo le gustaba; 72,1% a veces comía hasta saciarse; 52,9% consumía más alimentos fritos; 80,9% refirió consumir más agua; 67,6% siempre consumía comidas rápidas; 92,6% consumía licor; y el 100,0% realizaba actividad física. Concluyendo que el tipo de labor, la procedencia regional, comer hasta saciar el hambre, consumir alimentos fritos y consumir comida rápida se relacionaron con la obesidad en los efectivos policiales.

En Tingo María – Perú, 2018, Fasanando²⁵ sustentó la investigación titulada: “Factores de riesgo a sobrepeso y obesidad en los alumnos del primer y segundo grado de secundaria”; con el objetivo de establecer los factores relacionados al sobrepeso u obesidad. El estudio fue de analítico, retrospectivo, relacional; la muestra fue de 149 alumnos utilizando un cuestionario de factores de riesgo. Los hallazgos fueron: 55,0% fueron del sexo masculino, 72,5% procedían de la zona urbana; 70,0% realizaban algún tipo de dieta; 24,2% tenían sobrepeso u obesidad; 81,2% practicaba

actividad física; 62,4% consumía comida rápida; 49,0% tuvo antecedentes familiares de sobrepeso u obesidad. Concluyendo que comer comida rápida, el antecedente de sobrepeso u obesidad y ser de procedencia urbana fueron los factores que se asociaron con el sobrepeso y la obesidad.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Modelo de las determinantes de Salud

Según Lalonde²⁶, la salud es un constructo social determinado por la presencia de factores conocidos como determinantes sanitarios, que son susceptibles de ser modificados, pero cuando hay interacción continuada entre ellos provocan la presencia de diversas patologías que dañan la calidad de vida de los seres humanos; estableciéndose que, si se llegan a controlar los efectos negativos de estas determinantes, se reduce el riesgo de enfermar o morir en las personas en los diversos contextos de su vida.

Por ello, Lalonde²⁶ sostiene en el modelo teórico de determinantes de la Salud se fundamenta en los factores relacionados a la causalidad de los procesos patológicos; estableciendo que diversas causas pueden provocar múltiples consecuencias en el organismo de las personas causado el desarrollo de diversas patologías y dolencias.

Según Vilar²⁷ los determinantes propuestos por Lalonde lo constituyen la biología humana, estilos de vida, que incluyen hábitos de alimentación, actividad física y la utilización de servicios sanitarias; el medio ambiente, que se relacionan con los tipos de contaminación

ambiental y el acceso al sistema de asistencia sanitaria, se relacionan con las actividades preventivas, régimen terapéutico y control de las patologías que provocan daños en la salud de las personas.

Este modelo aportó en la investigación pues el sobrepeso y obesidad son patologías causadas por factores que incrementan el riesgo de presencia de trastornos nutricionales en los policías.

2.2.2. Modelo de Promoción de la Salud

Pender²⁸ en este modelo teórico considera que el significado de promocionar la salud implica reducir los factores de riesgo e incrementar aquellos factores de protección para optimizar la salud de la población en general, y que ello se conseguirá a través de la modificación de hábitos y comportamientos de vida que permitirán crear una cultura sanitaria para fomentar la prevención de patologías; enfatizando que este modelo teórico representa un nuevo paradigma en el contexto sanitario que permite modificar y crear nuevas formas de vida y construir escenarios saludables para conseguir desarrollar todas las potencialidades de la población.

Por ello, Sakraida²⁹ menciona que Pender en este modelo teórico establece que las personas que cuidan su salud son las que mayor importancia brindan al desarrollo de conductas saludables; y que cuando más convencidas están que la conducta sanitaria es más factible de desarrollar va a ser más probable para que lo realice, siendo esto fundamental en la modificación de los comportamientos de los seres humanos hacia la adopción de comportamientos saludables.

Este modelo teórico aportó en la investigación pues permitió identificar los factores propios del contexto sanitario y estilos de vida que se relacionan al sobrepeso y la obesidad en los policías.

2.3. Definiciones conceptuales

2.3.1. Definición de estado nutricional

Según la OMS³⁰, el constructo estado nutricional representa aquel estado del organismo que es resultante de la interrelación que se produce entre los alimentos consumidos y las necesidades nutricionales del organismo.

Villa³¹ pondera el estado nutricional como la condición corporal final que se produce de la relación entre el requerimiento de nutrientes y la absorción de los alimentos ingeridos.

Finalmente, Orellana y Urrutia³² establecer que es la situación corporal resultante del consumo de alimentos y el uso biológico de los alimentos ingeridos que es valorado según parámetros antropométricos.

2.3.2. Clasificación del estado nutricional

Según Jürschik, Torres, Román, Nuin y Botigué³³ la clasificación del estado nutricional se realiza mediante la evaluación de la salud de una persona desde la perspectiva nutricional; teniendo en cuenta que un buen estado de nutrición permite mejorar el estado biológico y emocional de los seres humanos para poder mejorar su calidad de vida; constituyéndose en un aspecto sumamente importante la sociedad actual donde se ha incrementado claramente los años de supervivencia de la población actual.

El MINSA³⁴ establece que las medidas de valoración antropométrica más empleadas en la valoración nutricional de las personas son el peso y la talla, mediante los cuales se calcula el IMC que es considerado el indicador más representativo para la determinación del estado nutricional de una persona durante la juventud y la adultez.

Por ello, según los valores de IMC, el estado nutricional de las personas se clasifica de la siguiente manera³⁵:

- a) **Delgadez (IMC \leq 18.5 kg/m²):** Las personas que tienen este valor de IMC, su estado nutricional es clasificado como “delgadez”, que es una malnutrición por déficit, que se encuentra relacionada con diferentes problemas asociados a una deficiente nutrición y absorción inadecuada de nutrientes³⁵.
- b) **Normal (IMC $>$ 18,5 kg/m² a $<$ 25 kg/m²):** Este valor de IMC es el que presentan las personas con valoración nutricional “normal”, y que debe ser mantenida temporalmente para tener un adecuado estado de salud³⁵.
- c) **Sobrepeso (IMC \geq 25 kg/m² a $<$ 30 kg/m²):** Las personas con estos valores de IMC son las que presentan “sobrepeso”, constituyendo una malnutrición por exceso, que es la alteración nutricional que produce por malos patrones de alimentación, actividades sedentarias, entre otros factores de riesgo³⁵.
- d) **Obesidad (IMC \geq 30 kg/m²):** Las personas que tienen valores de IMC en un rango mayor a 30 Kg/m² son las que tiene obesidad, constituyendo una malnutrición por exceso aumenta la

probabilidad de presentar enfermedades metabólicas y cardiovasculares³⁵.

2.3.3. Definición de sobrepeso

Arellano, Beltrán, Jiménez y Troncoso³⁶ refieren que el sobrepeso es una acumulación anormal y excesiva de la proporción de grasa corporal de las personas que es nocivo para la salud y por las consecuencias que ocasiona es considerada un problema sanitario que puede ser diagnosticado mediante el IMC.

Al respecto Trujillo⁷ refiere que el sobrepeso representa aquella condición del organismo donde el peso de la persona es mayor al promedio de la población.

Por su parte Fasanando²⁵ refiere que el sobrepeso es una alteración nutricional causada por acumulación excesiva de grasa corporal, siendo una condición común que se produce especialmente en personas con abundante consumo de alimentos y predomina el sedentarismo.

2.3.4. Definición de obesidad

Vásquez⁵ manifiesta que la obesidad es conceptualizada como patología nutricional de tipología crónica, cuya característica principal se manifiesta en que hay aumento desproporcionado de peso causado por una acumulación excesiva de grasa que altera el balance entre el gasto energético y el alimento consumido.

Según Santos citado por Arellano, Beltrán, Jiménez y Troncoso³⁶, la obesidad representa el incremento del peso del cuerpo por la desproporción de grasa corporal que pone en peligro la salud.

Asimismo, Cedeño³⁸ resalta que la obesidad es un padecimiento de carácter crónico que presenta múltiples factores de riesgo y una cantidad relevante de situaciones asociadas que provocan un mayor riesgo de morbimortalidad en los grupos vulnerables para el desarrollo de esta patología nutricional.

2.3.5. Causas del sobrepeso y la obesidad

Según Mengarelli³⁹ la causa esencial del sobrepeso y la obesidad lo representa la falta de equilibrio que se presenta entre el gasto energético y el ingreso de calorías; siendo su característica fundamental el aumento del peso que es atribuido a la presencia de factores como la modificación de las dietas alimenticias, consumo de alimentos hipercalóricos con escaso contenido nutricional.

Al respecto la OMS⁴ señala que las principales causas de sobrepeso y la obesidad se relacionan con la mala alimentación y deficiente actividad física; estableciendo que, se debe recurrir a los patrones alimentarios saludables como medida de prevención del sobrepeso y la obesidad.

Y en relación al sedentarismo, Percca⁴⁰ esta condición es considerada como uno de los factores causales del sobrepeso y la obesidad por la inactividad física; que en los adultos se realiza de manera preocupante por los trabajos en oficina y el poco tiempo del que se dispone para ejercitarse; por ello diversas investigaciones han establecido que realización frecuente de actividad física constituye una medida saludable y efectiva de prevención del sobrepeso y la obesidad.

2.3.6. Definición de factores de riesgo

Según la OMS⁴¹, este constructo es considerado como cualquier característica o forma de exposición de las personas que eleva progresivamente la probabilidad de sufrir algún daño, lesión o enfermedad.

Arroyo⁴² manifiesta que son el conjunto de rasgos propios del ámbito biológico y conductual de los individuos y que desarrolla una alta probabilidad de sufrir diversos padecimientos en algún momento de su vida.

En esta línea Evans⁴³ sostiene que es una característica identificable en el medio circundante y que se asocia a un alto riesgo de presentar una determinada patología.

Román⁴⁴ considera que es toda aquella situación o evento circunstancial que incrementa la probabilidad de que se presente cualquier problema de salud.

En consecuencia, se concluye que los factores de riesgo representan cualquier característica que incrementa la posibilidad de que los seres humanos tengan una determinada enfermedad⁴⁵.

2.3.7. Factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en los policías

Según las premisas y definiciones presentadas previamente se puede establecer que los factores constituyen todas aquellas características inherentes de las personas que incrementan de manera significativa la probabilidad de que presenten y obesidad¹⁶.

Los factores que guardan relación con el sobrepeso u obesidad se clasifican en:

2.3.7.1. Factores sociodemográficos.

Según Bustinza⁴⁶ constituyen las características propias del contexto demográfico y el ambiente social de las personas que incrementan significativamente el riesgo de que presenten problemas de sobrepeso y obesidad en algún momento de su vida, siendo los principales los siguientes:

- a) Grupo etáreo:** García y García⁴⁷ refieren que la edad es un factor que aumenta el riesgo de tener sobrepeso u obesidad por la presencia de problemas metabólicos en el organismo de las personas; al respecto se ha reportado que las tasas de prevalencia de sobrepeso y obesidad se incrementan a partir de los 40 años; estableciendo que la mayoría de personas que son mayores de este grupo etáreo son las que mayor predisposición tienen de presentar obesidad y obesidad, aseverando que este riesgo se incrementa de manera exponencial si se asocian con otros factores predisponentes como los hábitos alimenticios inadecuados y la práctica del sedentarismo.
- b) Sexo:** Según reportes estadísticos presentado por diversos organismos nacionales se ha reportado que las tasas de prevalencia de casos de sobrepeso u obesidad es similar en personas de ambos sexos, que permite establecer que estas patologías nutricionales afectan a la población en general; sin embargo, es conveniente resaltar que algunos estudios de reportan que esta problemática es más frecuente en personas del sexo femenino⁴⁸.

- c) Lugar de procedencia:** Los cambios propios de la modernización están influenciando en la adopción de hábitos alimenticios no saludables; por tal razón, los individuos que residen en áreas urbanas tienen mayor probabilidad de tener sobrepeso u obesidad que las personas que proceden de las zonas rurales, debido a las características y bagaje cultural de las personas que residen en este contexto demográfico⁴⁸.
- d) Tenencia de pareja:** Los resultados de investigaciones establecen que existe algún tipo de correspondencia entre la tenencia de pareja y el desarrollo de sobrepeso u obesidad; pues los resultados de las investigaciones concordaron en establecer que las personas que no tienen pareja estable presentan mayor riesgo de tener estos padecimientos nutricionales, por los hábitos de vida propios de su estado civil⁴⁹.

2.3.7.2. Factores laborales.

Según Izquierdo⁵⁰ representan todas aquellas características relacionadas al contexto laboral de las personas que incrementan de manera significativa el riesgo de que presenten sobrepeso y obesidad; siendo los más relevantes los siguientes factores:

- a) Trabajo en oficina:** Las personas que laboran en una oficina tienen probabilidad incrementada de sufrir de sobrepeso u obesidad respecto a las personas que laboran en otros ambientes de trabajo; ello debido a que el trabajo que se realiza en las oficinas se caracteriza por ser mayormente de tipo sedentarias, implicando la adopción de posturas estáticas con un

mínimo de movimiento articular que predispone para el desarrollo de enfermedades nutricionales por exceso y de patologías cardiovasculares⁵⁰.

b) Trabajo en patrullero: Según Cárdenas²⁰ la labor que realizan los policías en sus funciones de vigilancia y patrullaje de la seguridad ciudadana implica que este por periodos de tiempo prolongados en una misma posición anatómica ya sea si encuentra a cargo de la conducción del vehículo o si actúa como copiloto; los expone a que tengan un riesgo elevado de presentar sobrepeso u obesidad como consecuencia de las actividades propias del ámbito laboral.

c) Realizar trabajo administrativo: En diversos trabajos de investigación se ha catalogado el trabajo administrativo como una actividad sedentaria por las funciones inherentes a esta actividad ocupacional donde se realizan una menor cantidad de esfuerzo físico; por ello se ha reportado que los sujetos que laboran en áreas administrativas desarrollan un riesgo mayor de tener sobrepeso u obesidad que las personas que laboran áreas operativas o desempeño asistencial²⁰.

d) Trabajar sentado por tiempo prolongado: Las personas que laboran en una misma posición anatómica durante periodos de tiempo prolongados son los que mayor riesgo tienen de presentar patologías nutricionales como el sobrepeso y la obesidad, debido a que se limita la movilidad de las articulaciones, incrementando la probabilidad de aumentar de

peso; y aumentando el riesgo de morbimortalidad por enfermedades cardiovasculares y patologías crónicas no transmisibles¹⁷.

- e) Consumo de alimentos en el trabajo:** En algunos estudios de investigación se ha identificado que la mayoría de personas que laboran en oficinas o se dedican a realizar funciones administrativas tienen la costumbre de ingerir algunos alimentos y bebidas mientras trabajan como una medida de saciar su hambre en el contexto laboral; y los alimentos que mayormente consumen en su ambiente de trabajo son aquellos alimentos catalogados como alimentos superfluos debido a que tienen escaso o nulo valor nutricional y un alto contenido de calorías que propician el aumento de la masa corporal y por consiguiente el desarrollo de patologías como el sobrepeso y la obesidad que alteran significativamente su estado de salud³⁹.

2.3.7.3. Factores de los estilos de vida.

- a) Hábitos alimenticios inadecuados:** Según Flores⁵¹, los hábitos alimenticios tienen marcada influencia en el estado nutricional de las personas, estableciéndose que los patrones alimentarios saludables guardan relación con el mantenimiento de un buen estado nutricional; y los hábitos alimenticios no saludables o inadecuados predisponen para que las personas presenten alteraciones nutricionales por exceso.

Los principales hábitos alimenticios asociados al sobrepeso y la obesidad son el horario en que se ingieren los

alimentos, estableciéndose que mientras más horas trascurren entre las comidas mayor es el apetito y se incrementa el consumo de comidas y alimentos que influyen en el aumento de peso; el consumo de más de 5 comidas diarias, la ingesta inadecuada de agua y el elevado consumo de carbohidratos y alimentos ricos en grasas⁵¹.

Por ello Hurtado⁵² menciona que en diversas investigaciones se ha reportado que las personas que tienen hábitos alimenticios inadecuados tienen mayor posibilidad de tener sobrepeso u obesidad que las personas con hábitos alimenticios saludables.

b) Consumo de comidas rápidas: Según Ferro y Maguiña⁵³ el elevado consumo de comida rápida conocida coloquialmente como “comida chatarra” se han asociado de manera permanente al desarrollo de alteraciones nutricionales, metabólicas, cardíacas y vasculares, por ello, el consumo de este tipo de comidas representan un factor predisponente para presentar problemas de sobrepeso u obesidad; en este contexto en diversas investigaciones han reportado que un alto consumo de grasas saturadas condiciona un incremento de peso en los humanos, estableciéndose que las personas que consumen comida rápida con frecuencia son las que presentan mayores tasas de sobrepeso u obesidad que aquellos individuos que consumen comidas catalogadas como saludables.

- c) Consumo de alimentos dulces:** Según reportes de diversas investigaciones el consumo de alimentos dulces como los azúcares, postres, helados, mermeladas, etc., constituyen un factor de riesgo relacionados al sobrepeso u obesidad, debido a que este tipo de alimentos tienen un alto contenido nutricional de calorías que influyen en el incremento del peso corporal y predisponen para la presencia de enfermedades crónicas no transmisibles⁵³.
- d) Consumo de alimentos salados:** La ingesta de alimentos salados o con alto contenido de sodio y baja ingesta de potasio se ha relacionado con la prevalencia de problemas nutricionales como el sobrepeso u obesidad, debido a que la ingesta de alimentos salados predispone a que haya retención de líquidos en el organismo que condicionan un incremento del peso y a la vez se constituye en el principal factor para tener patologías metabólicas, crónicas no transmisibles y cardiovasculares⁵³.
- e) Sedentarismo:** Según Milla⁵⁴ el sedentarismo constituye la nula o escasa realización de ejercicios de actividad física que limita el gasto energético del organismo de las personas; siendo considerado por la OMS como un factor predisponente de patologías nutricionales, metabólicas y cardiovasculares; al respecto diversas investigaciones han reportado que las personas que realizan actividades sedentarias presentan más casos de sobrepeso u obesidad que los individuos que se encuentran físicamente activos.

- f) Consumo de bebidas gaseosas:** La ingesta frecuente de bebidas gaseosas causa efectos perjudiciales en la salud de las personas, constituyéndose en factor predisponente para los problemas de sobrepeso u obesidad; que a su vez favorecen el desarrollo de patologías metabólicas y cardiovasculares⁵³.
- g) Consumo de bebidas alcohólicas:** Galván⁵⁵ manifiesta que el consumo de alcohol constituye es un factor que favorece la presencia del sobrepeso u obesidad, porque el consumo de alcohol en exceso brinda un aporte adicional de calorías que eleva los niveles de colesterol en sangre, aumentando los valores de presión arterial, predisponiendo para que las personas puedan desarrollar enfermedades coronarias; y otras patologías de tipo crónicas no transmisibles.
- h) Tener el hábito de fumar:** Los individuos que fuman con frecuencia presentan mayor posibilidad de tener sobrepeso u obesidad que aquellos sujetos que no tienen el hábito de fumar o fuman cigarrillos de manera ocasional⁵⁵.
- i) Hábitos de sueño inadecuados:** Carbajal y Laurente⁸ establecen que el sueño representa un fenómeno complejo que tiene funciones de restauración, protección y conservación de los sistemas biológicos del organismo, siendo esencial para tener una salud óptima; estableciéndose que los seres humanos deben dormir de 6 a 8 horas diarias para tener un descanso reparador; y que una las consecuencias que trae para el organismo el no

dormir las horas suficientes es la presencia de problemas de sobrepeso u obesidad a largo plazo.

Al respecto se ha reportado que las personas que duermen menos de 6 horas diarias y que tienen hábitos de sueño inadecuados tienden a tener problemas de sobrepeso u obesidad que las personas que tienen hábitos de descanso saludables⁸.

2.3.8. Rol de la Policía Nacional del Perú (PNP)

La PNP es una entidad estatal que cuya misión inherente es garantizar el sostenimiento y reposición del orden interno en el país, así como brindar protección y ayuda a la población, supervisar el acatamiento de las normativas gubernamentales, hacer frente a las conductas delictivas; patrullar y monitorear los puntos limítrofes; para defender a la sociedad y conseguir su desarrollo integral basado en el respeto permanente de los derechos humanos⁵⁶.

La razón de ser de la PNP es dar protección a todas las personas y a la sociedad pública; garantizando la salvaguarda de las entidades gubernamentales y la seguridad de la propiedad pública y privado; combatiendo la delincuencia; y realizando vigilancia de las fronteras de nuestro país⁵⁶.

2.4. Hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

Hi: Existen factores que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019.

Ho: No existen factores que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019.

2.4.2. Hipótesis específicas

Hi₁: Los factores de riesgo sociodemográficos se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.

Ho₁: Los factores de riesgo sociodemográficos no se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.

Hi₂: Los factores de riesgo laborales se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.

Ho₂: Los factores de riesgo laborales no se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.

Hi₃: Los factores de riesgo de los estilos de vida se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.

Ho₃: Los factores de riesgo de los estilos de vida no se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.

2.5. Identificación de variables

2.5.1. Variable Independiente

Factores de riesgo.

2.5.2. Variable Dependiente

Sobrepeso y obesidad.

2.6. Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	TIPO DE VARIABLE	VALOR FINAL	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE INDEPENDIENTE					
Factores de riesgo	Factores Sociodemográficos	Grupo etéreo	Categórica	Joven Adulto	Nominal Dicotómica
		Género	Categórica	Masculino Femenino	Nominal Dicotómica
		Lugar de procedencia	Categórica	Urbana Rural	Nominal Dicotómica
		Tenencia de pareja	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
	Factores Laborales	Trabajo en oficina	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Trabajo en patrullero	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica

		Realizar funciones administrativas	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Pasar varias horas sentado(a) en el trabajo	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Tener el hábito de comer en el trabajo	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
	Factores de los estilos de vida	Consumir más de 5 comidas al día	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Consumo de comida rápida	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Consumo de alimentos dulces	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Consumo de alimentos salados	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Practicar el sedentarismo	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica

		Consumo de bebidas gaseosas	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Consumo de bebidas alcohólicas	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Fumar cigarrillos	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
		Dormir menos de 6 horas diarias	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
VARIABLE DEPENDIENTE					
Sobrepeso y Obesidad	Diagnóstico nutricional	Presencia de sobrepeso u obesidad	Categórica	Si No	Nominal Dicotómica
	Clasificación de estado nutricional	Índice de Masa Corporal	Categórica	Delgadez Normal Sobrepeso Obesidad	Nominal Politómica

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

Esta investigación fue de tipo observacional, pues no se manipularon ninguna de las variables; prospectivo, debido a que los datos se recolectaron en tiempo presente; transversal, porque ambas variables fueron analizadas una sola vez; y por último, el estudio fue analítico, pues se utilizó la estadístico bivariado para comprobar las hipótesis de estudio e identificar los diversos factores relacionados al sobrepeso u obesidad en los policías participantes del trabajo de investigación.

3.1.1. Enfoque

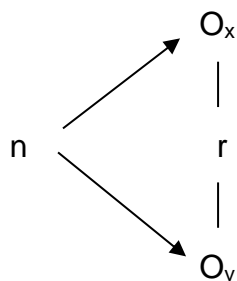
La investigación tuvo enfoque cuantitativo, porque los resultados fueron evaluados cuantitativamente mediante la aplicación de la estadística; que permitió determinar adecuadamente los factores relacionados al sobrepeso u obesidad en los policías.

3.1.2. Alcance o nivel

El estudio fue de nivel correlacional; pues las variables fueron medidas individualmente y posteriormente relacionadas mediante la aplicación de técnicas estadísticas que permitieron comprobar las hipótesis y establecer los factores de riesgo que se relacionan al sobrepeso u obesidad en policías de la Comisaria de Huánuco.

3.1.3. Diseño

El diseño aplicado en este trabajo fue de tipo correlacional, según lo estandarizado en este diagrama:



Donde:

- n** : Muestra de policías de la Comisaria de Huánuco.
- O_x** : Factores de riesgo.
- O_y** : Sobrepeso u obesidad
- r** : Relación entre las variables.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población fue de 80 policías de la comisaria de Huánuco, según reportes obtenidas de la oficina de personal esta entidad policial; siendo su principal característica que realizan actividades administrativas, de patrullaje y vigilancia en las calles y localidades ubicadas en la jurisdicción del distrito de Huánuco

- a) Criterios de inclusión:** Se incluyeron a los policías que estuvieron trabajando en la comisaría de Huánuco y consintieron participar voluntariamente del estudio firmando el consentimiento informado.

- b) Criterios de exclusión:** No se consideró en la investigación a tres policías, dos policías estuvieron de vacaciones y un policía se encontraba con descanso médico por enfermedad.
- c) Ubicación en el espacio:** Se realizó en la sede de la comisaría de Huánuco, ubicada en el Jr. Constitución N° 621 de esta ciudad.
- d) Ubicación en el tiempo:** El estudio se ejecutó durante el mes de diciembre del año 2019.

3.2.2. Muestra

- a) Unidad de análisis:** Policías de la comisaría de Huánuco.
- b) Unidad de muestreo:** Fue semejante a la unidad de análisis.
- c) Marco muestral:** Relación de policías de la comisaría de Huánuco.
- d) Tamaño muestral:** La muestra fue de 77 policías que estuvieron laborando en la comisaría de Huánuco; debido a que tres policías fueron excluidos para participar de esta investigación.
- e) Tipo de muestreo:** No se utilizó ningún muestreo pues se encuestaron a todos de policías que estuvieron laborando en la comisaría de Huánuco en las fechas de recojo de información.

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.3.1. Para la recolección de datos

- a) Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 1:	
1. Técnica de administración	Encuesta
2. Nombre de instrumento	Cuestionario de factores de riesgo

	de sobrepeso u obesidad.
3. Autor	Autoconstruido
4. Objetivo del instrumento.	Identificar los factores que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco.
5. Estructura del instrumento	Tiene 18 ítems dividido en 3 categorías: <ul style="list-style-type: none"> • Factores sociodemográficos (4 ítems). • Factores laborales (5 ítems). • Factores de los estilos de vida (9 ítems)
6. Momento de aplicación.	Durante la formación institucional en la comisaría.
7. Tiempo de aplicación.	5 minutos

FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 2:	
1. Técnicas de administración	Observación y documentación
2. Nombre de instrumento	Ficha de registro de estado nutricional
3. Autor	Vásquez M.
4. Objetivo del instrumento.	Evaluar la presencia de sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco.
6. Estructura del instrumento	Estuvo compuesto por 4 ítems: <ul style="list-style-type: none"> • Peso • Talla • IMC.

	<ul style="list-style-type: none"> • Diagnóstico nutricional: Delgadez, Normal, Sobrepeso u Obesidad
7. Momento de aplicación.	Durante la formación institucional en la comisaría
8. Tiempo de aplicación.	5 minutos

b) Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación:

- **Validez por jueces expertos:** Los instrumentos fueron sometidos al juicio de expertos donde se consultaron a 5 profesionales especialistas en el tema analizado, quienes evaluaron los instrumentos de investigación según criterios estructura, suficiencia, vigencia, pertinencia, claridad, objetividad, estrategia y consistencia de los ítems; concordando todos los expertos consultados que los instrumentos eran adecuados para la medición de la variable de estudio; brindando individualmente estas recomendaciones y aportes:

Experto N° 1: Mg. Eler Borneo Cantalicio (Docente de del Programa de Enfermería de la UDH); no realizó observaciones, sugiriendo proseguir con la validación cuantitativa.

Experta N° 2: Mg. Diana Palma Lozano (Docente de del Programa de Enfermería de la UDH); recomendó verificar la pertinencia de algunos ítems antes de su aplicación.

Experta N° 3: Mg. Diza Berríos Esteban (Docente del Programa de Enfermería de la UDH); no realizó mayores observaciones, considerando que los instrumentos estaban aptos para ser aplicados.

Experta N° 4: Mg. Nidia Rosales Córdova (Docente del Programa de Enfermería de la UDH); consideró que se podían aplicar los instrumentos en los policías en estudio.

Experta N° 5: Lic. Bertha Serna Román (Docente del Programa de Enfermería de la UDH); recomendó corregir algunos errores de redacción en la formulación de los ítems de utilizarlos en el ámbito de estudio.

- **Confiabilidad de los instrumentos de investigación:** Para realizar el análisis de confiabilidad de los instrumentos se aplicó una prueba piloto en la comisaría de Amarilis el día 22 de diciembre del 2019, en una muestra de 10 efectivos policiales seleccionados por muestreo no probabilístico intencionado, quienes respondieron las preguntas de los instrumentos; y donde se consideraron los siguientes indicadores de evaluación del estudio piloto:

Tasa de abandono = 0%.

Tasa de no respuesta = 0%.

Tasa de no respuesta por ítems = 0%.

Tiempo promedio de aplicación de instrumentos = 10 minutos por policía.

Posteriormente se determinó la confiabilidad del “Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad”, con el KR 20 de Kuder Richardson cuya fórmula es la siguiente:

$$r_{tt} = \frac{k}{k-1} * \frac{st^2 - \sum p.q}{st^2}$$

Donde:

r_{tt} = Coeficiente de confiabilidad.

k = Número de ítems del instrumento.

p = Proporción de respuestas correctas a cada ítem.

q = Proporción de respuestas incorrectas a cada ítem.

st^2 = Varianza total del instrumento.

$\sum pq$ = Sumatoria de la varianza individual de ítems.

En la confiabilidad de este instrumento se realizaron los siguientes procedimientos:

1. Tabla matriz de base de datos de la prueba piloto.

Sujetos	Ítems																		Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	17
3	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
5	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	09
6	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17
7	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
9	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18

2. Cálculo de la varianza total del instrumento (St^2).

Nº de sujetos	Puntaje total (Xi)	Media (X = 163/10)	(Xi - X)	(Xi - X) ²
1	17	16.3	0.7	0.49
2	17	16.3	0.7	0.49
3	16	16.3	-0.3	0.09
4	18	16.3	1.7	2.89
5	09	16.3	-7.3	53.29

6	17	16.3	0.7	0.49
7	16	16.3	-0.3	0.09
8	18	16.3	1.7	2.89
9	17	16.3	0.7	0.49
10	18	16.3	1.7	2.89
Total	163	$\sum (X - \bar{X})^2$		64.1

Hallando Varianza (St^2):

$$st^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n}$$

$$St^2 = 64.1 / 10$$

$$St^2 = 6.41$$

3. Cálculo de la sumatoria individual de los ítems ($\sum pq$)

Nº ítems	Respuestas correctas	Respuestas incorrectas	p	q	pq
1	9	1	0.8	0.2	0.09
2	8	2	0.9	0.1	0.16
3	8	2	0.8	0.2	0.16
4	10	0	1	0	0.00
5	8	2	0.8	0.2	0.16
6	9	1	0.9	0.1	0.09
7	8	2	0.8	0.2	0.16
8	9	1	0.9	0.1	0.09
9	9	1	0.9	0.1	0.09
10	10	0	1	0	0.00
11	10	0	1	0	0.00
12	9	1	0.9	0.1	0.09
13	10	0	1	0	0.00
14	9	1	0.9	0.1	0.09
15	10	0	1	0	0.00
16	8	2	0.8	0.2	0.16
17	9	1	0.9	0.1	0.09
18	10	0	1	0	0.00

Total = $\sum pq$	1.43
-------------------------------------	------

4. Cálculo de la confiabilidad del instrumento:

$$r_{tt} = \frac{k}{k-1} * \frac{st^2 - \sum p.q}{st^2}$$

$$\text{KR 20} = \frac{18}{17} * \frac{6.41 - 1.43}{6.41}$$

$$\text{KR20} = \frac{18}{17} * \frac{4.98}{6.41}$$

$$\text{KR20} = \frac{89.64}{108.97}$$

$$\text{KR20} = 0.822$$

Este resultado corroboró que el instrumento “Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad” tuvo un nivel alto de confiabilidad quedando apto para ser aplicado en el ámbito de estudio.

Y para la “Ficha de registro de estado nutricional” no se aplicó ninguna prueba de confiabilidad porque este instrumento estuvo situado dentro del nivel de documentación y observación cuyos datos fueron recolectados según la medición de las medidas antropométricas de los policías en estudio, dependiendo netamente de la percepción de la persona que registra los datos; por ende, no ameritó que se determine su rango de confiabilidad.

3.3.2. Para la presentación de datos

a) **Autorización:** El día 30 de diciembre del 2019 se presentó un oficio al Jefe de la Comisaria de Huánuco solicitando el salvoconducto institucional para realizar el estudio (Anexo 06).

b) **Aplicación de instrumentos:** Se realizó estas actividades:

- El día 31 de diciembre del 2019 se obtuvo la autorización emitida por el Jefe de la comisaria de Huánuco. (Anexo 06).
- Se coordinó con el Comandante de Guardia y el Oficial de Permanencia de la Comisaría de Huánuco para la identificación de los policías y programar la fecha de aplicación.
- Se contrató dos encuestadores a quienes inicialmente se capacitó en la metodología y pasos del trabajo de campo.
- Se conformó el equipo de investigación donde se asignaron las funciones de los supervisores, encuestadores y personas responsables de proveer la logística para ejecutar el estudio.
- Se acondicionó un ambiente tranquilo e idóneo para la toma de medidas antropométricas de los policías.
- El día 31 de diciembre del 2019, el Oficial de Permanencia de la Comisaría de Huánuco reunió a todos los policías durante la formación de guardia que se realiza todos los días en esta institución.
- Se explicó a los policías el propósito del estudio de investigación, solicitando su colaboración y firma del consentimiento informado, identificándose que todos los policías aceptaron participar de la investigación.

- Se proporcionó el instrumento “Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso u obesidad” a los policías quienes respondieron todas las preguntas en un tiempo de 5 minutos.
- Posteriormente se realizó la medición del peso de cada uno de los policías participantes de la investigación, y luego cada uno de ellos brindo información sobre su talla que fue registrado en la “Ficha de registro de estado nutricional”:
- Una vez realizada la recopilación de información y medidas antropométricas de todos los policías de la comisaría de Huánuco y se dio por concluida la fase ejecutiva del estudio.

c) Revisión de los datos: Se realizó la verificación de la calidad de los instrumentos aplicados en la ejecución del trabajo; no se eliminó ni depuró ningún instrumento en esta etapa de la investigación.

d) Codificación de datos: Los datos fueron codificados numéricamente mediante la elaboración de la base de datos del estudio (Anexo 07).

e) Procesamiento de datos: Los resultados fueron procesados con el software IBM SPSS Versión 23,0.

f) Plan de tabulación de datos: Los datos obtenidos fueron agrupados en cuadros de frecuencias y porcentajes.

g) Presentación de datos- Los hallazgos se mostraron en tablas estadísticas según directivas de presentación de las Normas Vancouver para trabajos de investigación.

3.3.3. Para el análisis e interpretación de datos

- a) **Análisis descriptivo:** Se puntualizaron las características individuales de las variables en estudio, utilizando los estadísticos descriptivos de frecuencias y proporciones; y medidas de dispersión y tendencia central para variables numéricas.
- b) **Análisis inferencial:** Para comprobar cada una de las hipótesis se realizó una evaluación estadístico bivariada, siguiendo los cinco pasos del ritual de significancia estadística, donde inicialmente se plantearon las hipótesis del estudio, estableciendo como margen de error el 5%; aplicando el estadístico Chi Cuadrado de Independencia, por ser las variables de estudio de tipo nominales dicotómicas, con un valor $p < 0.05$ como criterio de decisión para aceptar las hipótesis estudio, y posteriormente establecer las conclusiones finales del estudio; todo este proceso se realizó con el software SPSS 23.0.
- c) **Consideraciones éticas de la investigación:** En esta investigación se refrendó el acatamiento de los criterios éticos en investigación en salud, pues antes de la aplicación de la encuesta se pidió la firma del consentimiento informado de los policías de la Comisaría de Huánuco que aceptaron participar del estudio; resaltando que no se dañó la integridad física y moral de ninguno de ellos porque la investigación fue observacional y que los datos presentados en el informe serán de beneficio para los policías pues sirven de base para la implementación de estrategias de

afrontamiento de esta problemática en el ámbito personal e institucional.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Procesamiento de datos

4.1.1. Factores de riesgo en los policías en estudio

Tabla 1 Factores de riesgo sociodemográficos en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Factores de Riesgo Sociodemográficos	n = 77	
	Frecuencia	%
Grupo etáreo		
Joven (21 a 29 años)	51	66,2
Adulto (30 a 56 años)	26	33,8
Género:		
Masculino	53	68,8
Femenino	24	31,2
Lugar de procedencia		
Urbana	72	93,5
Rural	05	6,5
Tenencia de pareja		
Si	57	74,0
No	20	26,0

Fuente: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad

Respecto a los factores de riesgo sociodemográficos identificados en los policías se encontró que:

En el grupo etáreo de los policías en estudio, se encontró que 66,2% (51) fueron jóvenes y 33,8% (26) fueron adultos.

En relación al género predominante, se observó que 68,8% (53) fueron varones y 31,2% (24) fueron mujeres.

Respecto al lugar de procedencia, se halló que 93,5% (72) procedieron de la zona urbana y 6,5% (5) procedieron de la zona rural.

Y finalmente, en cuanto a la tenencia de pareja, 74,0% (57) refirieron que si tienen pareja y 26,0% (20) manifestaron no tener pareja.

Tabla 2 Factores de riesgo laborales en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Factores de Riesgo Laborales	n = 77	
	Frecuencia	%
Trabajo en oficina		
Si	40	51,9
No	37	48,1
Trabajo en patrullero:		
Si	24	31,2
No	53	68,8
Realizar funciones administrativas		
Si	46	59,7
No	31	40,3
Pasar varias horas sentado(a) en el trabajo		
Si	60	77,9
No	17	22,1
Tener el hábito de comer en el trabajo		
Si	29	37,7
No	48	62,3

Fuente: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad

En el análisis de los factores de riesgo laborales evidenciados en los policías, se identificó que del 100,0% (77) de policías encuestados, el 51,9% (40) trabajan en una oficina, 31,2% (24) laboran en patrullero; evidenciándose también que más de la mitad de policías realiza funciones administrativas en la institución con 59,7% (46).

Asimismo, se encontró que 77,9% (60) de policías pasan varias horas sentados(as) en su horario de trabajo; y 37,7% (29) tienen el hábito de comer algún aperitivo mientras realizan sus funciones laborales en la comisaria de Huánuco.

Tabla 3 Factores de riesgo de los estilos de vida en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Factores de Riesgo Estilos de Vida	n = 77	
	Frecuencia	%
Consumir más de 5 comidas al día		
Si	11	14,3
No	66	85,7
Consumo de comidas rápidas		
Si	59	76,6
No	18	23,4
Consumo de alimentos dulces		
Si	49	63,6
No	28	36,4
Consumo de alimentos salados		
Si	42	54,5
No	35	45,5
Practicar el sedentarismo		
Si	34	44,2
No	43	55,8
Consumo de bebidas gaseosas		
Si	64	83,1
No	13	16,9
Consumo de bebidas alcohólicas		
Si	28	36,4
No	49	63,6
Fumar cigarrillos		
Si	06	7,8
No	71	92,2
Dormir menos de 6 horas		
Si	63	81,8
No	14	18,2

Fuente: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso y obesidad

En cuanto a los factores de riesgo propios de los estilos de vida de los policías, se identificó que del 100,0% (77) de encuestados, 14,3% (11) consumen más de 5 alimentos al día; 76,6% (59) tiene la costumbre de

consumir comidas rápidas (pollo a la brasa, salchipapa, pizza, etc.); 63,6% (49) acostumbran consumir alimentos dulces (helados, postres, golosinas, etc.); y 54,5% (42) tienen el hábito de consumir alimentos salados.

Asimismo, se encontró que 44,2% (34) de encuestados practican el sedentarismo en sus labores cotidianas pues no tienen el hábito de realizar ejercicios de actividad física de manera frecuente; 83,1% (64) tienen la costumbre de consumir bebidas gaseosas con frecuencia; 36,4% (28) acostumbran consumir bebidas alcohólicas en sus días libres; solo 7,8% (6) de policías encuestados tienen el hábito de fumar cigarrillos; y finalmente un alto porcentaje de ellos representada en el 81,8% (63) refirieron que duermen menos de 6 horas diarias.

4.1.2. Sobrepeso y obesidad en los policías en estudio

Tabla 4 Peso en kilogramos de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Peso	n = 77					
	X	Mediana	Moda	DE	Min.	Máx.
Peso en Kg.	73.46	72	70	9.40	58	96

Fuente: Ficha de registro de estado nutricional

En la presente tabla se visualiza el peso en kilogramos de los policías de la comisaria en estudio, donde se identifica que el promedio de pesos de los policías fue 73.46 kg.; teniendo la mitad de ellos un peso mayor a 72 kg.; siendo el peso más frecuente el de 70 kg.; con una variabilidad de 9.40 kg; evidenciándose también que el peso mínimo fue 58 kg. y el peso máximo fue 96 kg.

Tabla 5 Talla en centímetros de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Talla	n = 77					
	X	Mediana	Moda	DE	Min.	Máx.
Talla en cms	168.38	168	168	4.94	160	181

Fuente: Ficha de registro de estado nutricional

En la tabla 05 se observa la talla en centímetros de los policías participantes del estudio, donde se evidencia que el promedio de las tallas de los policías fue de 168.38 cms., teniendo la mitad de ellos una talla mayor de 168 cms.; la talla más frecuente fue de 168 cms con una desviación estándar de 4.94 cms; identificándose que la talla mínima fue 160 cms y la talla máxima 180 cms.

Tabla 6 Índice de masa corporal de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Índice de Masa Corporal	n = 77					
	X	Mediana	Moda	DE	Min.	Máx.
IMC en Kg/m ²	25.47	25	24	2.01	21	33

Fuente: Ficha de registro de estado nutricional

En la tabla 06 se aprecia el IMC de los policías, identificándose que el promedio del IMC de los policías fue 25.47 Kg/m²., teniendo la mitad de ellos un IMC mayor de 25 Kg/m²; siendo el índice de masa corporal más frecuente 24 Kg/m², con una variabilidad o desviación estándar de 2.01 Kg/m²; evidenciándose que el IMC mínimo fue 21 Kg/m² y el IMC corporal máximo 33 Kg/m².

Tabla 7 Estado nutricional de los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Estado Nutricional	Frecuencia	%
Normal	34	44,2
Sobrepeso	38	49,3
Obesidad	05	6,5
Total	77	100,0

Fuente: Ficha de registro de estado nutricional

En cuanto a la valoración del estado nutricional de los policías se identificó que 49,3% (38) de policías evaluados presentaron obesidad; seguido de un 44,2% (34) que tuvieron un estado nutricional normal; y finalmente solo 6,5% (5) fueron diagnosticados con obesidad.

Tabla 8 Diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Diagnóstico Sobrepeso u Obesidad	Frecuencia	%
Si	43	55,8
No	34	44,2
Total	77	100,0

Fuente: Ficha de registro de estado nutricional

Respecto al diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los efectivos policiales, 55,8% (43) de policías evaluados fueron diagnosticados con sobrepeso u obesidad; y 44,2% (34) no fueron diagnosticados con estas alteraciones nutricionales en la evaluación nutricional respectiva.

4.2. Contrastación y prueba de hipótesis

Tabla 9 Factores de riesgo sociodemográficos que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Factores de riesgo sociodemográficos	Diagnóstico de sobrepeso u obesidad (n = 77)				Total		Chi Cuadrado (X ²)	P (valor)
	Si		No		Nº	%		
	Nº	%	Nº	%				
Grupo etáreo								
Joven	25	32,4	26	33,8	51	66,2	2,853	0,091
Adulto	18	23,4	08	10,4	26	33,8		
Género								
Masculino	34	44,1	19	24,7	53	68,8	4,758	0,029
Femenino	09	11,7	15	19,5	24	31,2		
Lugar de procedencia								
Urbano	42	54,5	30	39,0	72	93,5	2,786	0,095
Rural	01	1,3	04	5,2	05	6,5		
Tenencia de pareja								
Si	32	41,5	25	32,5	57	74,0	0,008	0,930
No	11	14,3	09	11,7	20	26,0		

Fuente: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso – obesidad y Ficha de registro de estado nutricional

En cuanto a los factores sociodemográficos que se relacionan al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio se evidenciaron los siguientes resultados inferenciales.

Respecto a la asociación entre el grupo etáreo y el sobrepeso u obesidad en la muestra en estudio, no se halló relación entre las variables [$X^2 = 2,853$; $p = 0,091$] concluyéndose que el grupo etáreo no es un factor que se relaciona con el sobrepeso u obesidad en los policías de la institución en estudio.

En referencia a la conexión entre el género y el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio; se encontró que 44,1% de policías que fueron diagnosticados con sobrepeso fueron del género masculino, encontrándose relación entre las variables [$X^2 = 4,758$; $p = 0,029$]; se concluye que ser del género masculino se relaciona con el sobrepeso u obesidad en los policías.

En el análisis de la relación del lugar de procedencia con el sobrepeso u obesidad en la muestra en estudio, no se obtuvo asociación entre las variables [$X^2 = 2,786$; $p = 0,095$] concluyéndose que el lugar de procedencia no es un factor que se asocia con el sobrepeso u obesidad en los policías participantes de la investigación.

Y, por último, en cuanto a la relación entre la tenencia de pareja y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías; no se identificó relación entre las variables [$X^2 = 0,008$; $p = 0,930$] se establece como conclusión que la tenencia de pareja no es un factor que guarda relación con la presencia de sobrepeso u obesidad en policías de comisaría de Huánuco.

Tabla 10 Factores de riesgo laborales que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Factores de riesgo laborales	Diagnóstico de sobrepeso u obesidad (n = 77)				Total		Chi Cuadrado (X ²)	P (valor)
	Si		No		Nº	%		
	Nº	%	Nº	%				
Trabajo en oficina								
Si	28	36,3	12	15,6	40	51,9	6,765	0,009
No	12	19,5	21	28,6	37	48,1		
Trabajo en patrullero								
Si	15	19,5	09	11,7	24	31,2	0,626	0,429
No	28	36,3	25	32,5	53	68,8		
Realizar funciones administrativas								
Si	30	38,9	16	20,8	46	59,7	4,071	0,044
No	13	16,9	18	23,4	31	40,3		
Pasar varias horas sentado(a) en el trabajo								
Si	38	49,3	22	28,6	60	77,9	6,182	0,013
No	05	6,5	12	15,6	17	22,1		
Tener el hábito de comer en el trabajo								
Si	15	19,5	14	18,2	29	37,7	0,320	0,571
No	28	36,3	20	26,0	48	62,3		

Fuente: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso – obesidad y Ficha de registro de estado nutricional

Respecto a los factores de riesgo laborales que se relacionan con el diagnóstico nutricional de sobrepeso u obesidad en los policías se evidenció estos resultados:

En cuanto a la evaluación de la relación entre el trabajo en oficina y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en la muestra en estudio, se evidenció que 36,6% de policías que tuvieron sobrepeso u obesidad trabajan en una oficina; identificándose que estas variables se relacionan significativamente [$X^2 = 6,765$; $p = 0,009$] se concluye que el trabajo en oficina es un factor que

se relaciona al sobrepeso u obesidad en los policías participantes de la investigación.

En referencia a la asociación entre el trabajo en patrullero y el diagnóstico sobrepeso u obesidad en los policías en estudio, no hubo relación entre las variables [$X^2 = 0,626$; $p = 0,429$] concluyéndose que trabajar en patrullero no es un factor que se asocia al sobrepeso u obesidad en los policías.

En la evaluación de la relación entre realizar funciones administrativas y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías en estudio, se halló que 38,9% de policías que fueron diagnosticados con sobrepeso u obesidad realizan funciones administrativas; evidenciándose relación estadística entre las variables [$X^2 = 4,071$; $p = 0,044$] por tanto se establece que realizar funciones administrativas es un factor que guarda relación significativa con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.

En cuanto a la relación entre el factor pasar varias horas sentado(a) en el trabajo y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en la muestra en estudio, se halló que 49,3% de policías con sobrepeso u obesidad pasan varias horas sentado(a); hallándose asociación entre variables [$X^2 = 6,182$; $p = 0,013$] por ende, se concluye que pasar varias horas sentado(a) en el trabajo es un factor que guarda relación con el sobrepeso u obesidad en los policías participantes del estudio.

Y respecto a la relación entre comer en el trabajo y el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio, no se halló relación entre estas variables [$X^2 = 0,320$; $p = 0,571$] concluyéndose que comer en el trabajo es un factor que no se relaciona con el sobrepeso u obesidad en los policías.

Tabla 11 Factores de riesgo de los estilos de vida que se relacionan con el sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco 2019.

Factores de riesgo estilos de vida	Diagnóstico de sobrepeso u obesidad (n = 77)				Total		Chi Cuadrado (X ²)	P (valor)
	Si		No		Nº	%		
	Nº	%	Nº	%				
Consumir más de 5 comidas al día								
Si	09	11,7	02	2,6	11	14,3	3,511	0,061
No	34	44,1	32	41,6	66	85,7		
Consumo de comidas rápidas								
Si	38	49,3	21	27,3	59	76,6	7,504	0,006
No	05	6,5	13	16,9	18	23,4		
Consumo de alimentos dulces								
Si	32	41,6	17	22,1	49	63,6	4,892	0,027
No	11	14,3	17	22,1	28	36,4		
Consumo de alimentos salados								
Si	26	33,7	16	20,8	42	54,5	1,376	0,241
No	17	22,1	18	23,4	35	45,5		
Practicar el sedentarismo								
Si	25	32,5	09	11,7	34	44,2	7,723	0,005
No	18	23,4	25	32,5	43	55,8		
Consumo de bebidas gaseosas								
Si	40	51,9	24	31,2	64	83,1	6,810	0,009
No	03	3,9	10	13,0	13	16,9		
Consumo de bebidas alcohólicas								
Si	19	24,7	09	11,7	28	36,4	2,575	0,109
No	24	31,1	25	32,5	49	63,6		
Fumar cigarrillos								
Si	05	6,5	01	1,3	06	7,8	1,994	0,158
No	38	49,3	33	42,9	71	92,2		
Dormir menos de 6 horas								
Si	41	53,2	22	28,6	63	81,8	11,985	0,002
No	02	2,6	12	15,6	14	18,2		

Fuente: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso – obesidad y Ficha de registro de estado nutricional

En la tabla 11 se muestran los factores propios de los estilos de vida que se relacionan al diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías en estudio, identificándose que:

En cuanto a la asociación entre el consumo de más de 5 comidas o alimentos al día y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías, no se halló asociación entre estas variables [$X^2 = 3,511$; $p = 0,061$]; llegando a la conclusión de que consumir más de 5 comidas al día es un factor que no representa un factor que favorece el desarrollo de sobrepeso u obesidad en los policías participantes del estudio.

En la evaluación de la relación entre el consumo de comidas rápidas y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en efectivos policiales, 49,3% de policías que fueron diagnosticados con sobrepeso u obesidad consumen comidas rápidas; demostrando que existe relación entre estas variables [$X^2 = 7,504$; $p = 0,006$]; concluyéndose que el consumo de comidas rápidas es un factor que se relaciona con el sobrepeso u obesidad en los policías.

En referencia a la asociación del consumo de alimentos dulces con el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en policías, se identificó que 41,6% de policías con sobrepeso u obesidad consumen alimentos dulces; demostrando que estas variables se relacionan significativamente [$X^2 = 4,892$; $p = 0,027$]; por consiguiente, se concluye que la ingesta de alimentos dulces es un factor que tiene relación con el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías participantes del estudio.

En el análisis de la relación del consumo de alimentos salados con el diagnóstico nutricional de sobrepeso u obesidad en los policías, no se identificó relación estadística entre las variables [$X^2 = 1,376$; $p = 0,241$]; se

concluye que el consumo de alimentos salados no es un factor que se asocia al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.

Respecto a la correlación entre la práctica del sedentarismo y el sobrepeso u obesidad en la muestra participante del estudio, se halló que 32,5% de policías diagnosticados con sobrepeso u obesidad practican el sedentarismo (no realizan ejercicios de actividad física), confirmando que existe relación entre las variables [$X^2 = 7,723$; $p = 0,005$]; por consiguiente, se llega a la conclusión que la práctica del sedentarismo es un factor que se asocia al sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.

En referencia a la relación entre consumir bebidas gaseosas y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías en estudio, se evidenció que 51,9% de policías que presentan sobrepeso u obesidad consumen bebidas gaseosas con frecuencia; evidenciando que estas variables se relacionan significativamente [$X^2 = 6,810$; $p = 0,008$]; por tanto, se llega a la conclusión que consumir bebidas gaseosas es un factor que tiene relación con el sobrepeso u obesidad en los policías.

Al analizar la relación del consumo de bebidas alcohólicas con el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los policías en estudio, no se encontró relación significativa entre estas variables [$X^2 = 2,575$; $p = 0,109$]; por ende, se establece que la ingesta de bebidas alcohólicas es un factor que no se relaciona con el sobrepeso u obesidad en los policías.

Respecto al análisis de la relación entre la práctica de fumar cigarrillos con el sobrepeso u obesidad en los policías, no se halló asociación significativa entre las variables [$X^2 = 1,994$; $p = 0,158$] por consiguiente, se

establece que fumar cigarrillos no se relaciona con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio.

Y finalmente, en cuanto a la relación entre dormir menos de 6 horas y el diagnóstico de sobrepeso u obesidad en los efectivos policiales en estudio, se evidenció que 53,2% de policías que tienen sobrepeso u obesidad refieren que duermen menos de 6 horas diarias; demostrando que estas variables se relacionan significativamente [$X^2 = 6,810$; $p = 0,008$] por tanto, se concluye que dormir menos de 6 horas diarias es un factor que se asocia al sobrepeso u obesidad en los policías de la comisaría de Huánuco.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Contrastación de resultados

Esta tesis de investigación surge de la premisa que establece la OMS³ al referir que el sobrepeso y la obesidad constituyen las alteraciones nutricionales cuya prevalencia de casos se incrementando de manera alarmante siendo considerado como una pandemia a nivel mundial; siendo ratificada por Carbajal y Laurente⁸ quienes refieren que estas patologías son causadas por diversos factores que, directa o indirectamente, favorecen para que los casos de sobrepeso y obesidad tengan elevada prevalencia en los policías del país.

Por ello, la investigación sobre los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la Comisaría de Huánuco 2019, permitió corroborar mediante el Chi Cuadrado de Independencia que existen factores de riesgo sociodemográficos, laborales y de los estilos de vida que se relacionan al sobrepeso y la obesidad en los policías ($p < 0.05$).

En este contexto, se halló que el factor sociodemográfico que se relacionó con el sobrepeso y la obesidad en los policías fue ser del género masculino ($p = 0,029$).

Estos hallazgos son afines a los hallados por Fagoaga²¹ que también evidenció que el sobrepeso u obesidad son patologías que se presentan con mayor frecuencia en los efectivos policiales del género masculino debido a que en esta profesión predominan los policías

varones en contraste de los efectivos policiales del género femenino; que también se corroboró en los resultados de este estudio.

Al respecto Alba y Mantilla¹⁴ menciona que el sobrepeso y obesidad afecta de manera distinta tanto a personas del género masculino como a las del género femenino; siendo más común en los varones por ser personas que practican estilos no saludables que predisponen al desarrollo de estas alteraciones nutricionales; tal como se evidenció en esta investigación.

Valdiviezo¹⁹ también corroboró los resultados obtenidos pues demostró que la mayoría de efectivos policiales del sexo masculino presentaron sobrepeso u obesidad; manifestando que ello es preocupante pues a su vez presentan riesgo elevado de presentar diabetes, hipertensión arterial u otras patologías cardiovasculares.

Asimismo, se evidenció que los factores de riesgo laborales que tuvieron asociación con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio fueron el trabajo en oficina ($p = 0,009$); realizar funciones administrativas ($p = 0,044$) y pasar varias horas sentado(a) en el trabajo ($p = 0,013$).

Estos resultados se asemejan a los presentados por Zanabria¹² quien estableció que los trabajos en oficina tienden a hacer que las personas aumenten de peso, debido a que la mayoría de personas no les brindan importancia a los riesgos de estar sentado todos los días, que también se presentó en el estudio donde se encontró que una proporción mayoritaria de policías que trabajan en una oficina presentan sobrepeso u obesidad.

Por su parte Bedregal²³ concordó en señalar que realizar funciones administrativas incrementan de manera significativa el IMC de los policías; estableciendo que ello se asocia al trabajo que realizan en oficinas, que muchas veces puede perjudicar su salud y deteriorar su calidad de vida laboral.

Asimismo, Vásquez⁴ también evidenció que los policías que trabajan en oficinas tienden a pasar varias horas del día sentados, constituyéndose en factores que se relacionan directamente con el sobrepeso u obesidad en los efectivos policiales debido a la realización de actividades catalogadas como sedentarias, que repercute negativamente en su salud y productividad laboral, como se ha identificado en los policías evaluados en esta tesis investigativa.

Falcón¹⁶ coincidió en identificar que las labores realizadas en la oficina como la de realizar funciones administrativas y pasar varias horas sentado son factores que predisponen para el desarrollo del sobrepeso u obesidad, manifestando que es indispensable que se implemente programas de intervención y salud ocupacional para prevenir la incidencia de estas patologías en el contexto laboral.

Finalmente, los factores de riesgo de los estilos de vida que se relacionaron con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio fueron el consumo de comidas rápidas ($p = 0,006$), consumo de alimentos dulces ($p = 0,027$); practicar el sedentarismo ($p = 0,005$); consumo de bebidas gaseosas ($p = 0,009$) y dormir menos de seis horas diarias ($p = 0,002$).

Estos resultados son similares a los presentados por Fagoaga²¹ quien también estableció que el consumo de comida rápida, bebidas gaseosas y las prácticas del sedentarismo fueron los factores mayor nivel de asociación presentaron con el diagnóstico nutricional de sobrepeso y obesidad en policías; refiriendo que tener comportamientos no saludables influyen negativamente en la salud de los policías, que también fue corroborado en este estudio.

Cañar²² coincidió en identificar que la práctica del sedentarismo es un factor que favorece el desarrollo de sobrepeso u obesidad en los efectivos policiales, concluyendo que la realización frecuente de ejercicios de actividad física es una medida efectiva de prevención de estas patologías nutricionales, dando validez a los resultados del trabajo ejecutado.

Por su parte Valdiviezo¹⁹ evidenció que la alta ingesta de comida rápida y gaseosas fueron factores que se asociaron al sobrepeso u obesidad de los policías, señalando que las comidas rápidas tienen un alto porcentaje de calorías y un escaso valor nutricional; así como el consumo de gaseosas, por tener alta proporción de azúcares, incrementa significativamente la posibilidad de presentar sobrepeso u obesidad.

Falcón¹⁶ concordó en establecer que el sobrepeso u obesidad se relaciona con la actividad física que realizan los policías, evidenciando que aquellos que realizan un mayor tiempo de actividad física son los que tienen un estado nutricional normal; y los que realizan bajos niveles de actividad física son los que tienen mayor riesgo de tener

exceso de peso, que se asemejó a lo presentado en los hallazgos obtenidos en este estudio.

Bedregal²³ también pudo evidenciar que dormir menos de seis horas diarias es un factor que guarda relación con el sobrepeso u obesidad en los policías, reportando que las horas inadecuadas de sueño y la falta de descanso nocturno son factores que incrementa la probabilidad de presentar obesidad, siendo este factor frecuente en los policías analizados en la investigación.

En esta línea Carbajal y Laurente²⁶ demostraron que la práctica de estilos de vida no saludables repercute en el desarrollo en el sobrepeso u obesidad en los policías, influyendo negativamente en su estado de salud y productividad laboral.

Asimismo, Tapia¹⁷ coincidió en señalar que el sueño inadecuado, la ingesta de comidas rápidas, sedentarismo y la ingesta de gaseosas tuvieron asociación con el exceso de peso en los policías.

Por su parte Cárdenas²⁰ reportó que la falta de actividad física y los patrones alimentarios no saludables influyen en la presencia de sobrepeso u obesidad en los efectivos policiales; señalando que es fundamental que se formulen medidas de intervención desde el ámbito de la salud ocupacional para la prevención de estas alteraciones nutricionales en las entidades de la PNP.

Y, por último, Vásquez⁴ concordó en establecer que consumir comidas rápidas y consumir alimentos salados fueron los factores que mayor relación tuvieron con el exceso de peso en los policías; manifestando que es importante realizar actividades preventivo

promocionales en el ámbito institucional donde se promueva la prevención del sobrepeso u obesidad en las dependencias policiales.

Este panorama no hace más que evidenciar que el sobrepeso y la obesidad representan una problemática arraigada y de magnitud creciente en los efectivos policiales que, como se evidencia en diversos estudios de investigación, es causada por varios factores que provocan que estas patologías nutricionales afecten a una gran proporción de policías, siendo este problema de larga data, y que repercute en la salud y productividad de los policías en el desempeño de sus funciones en las entidades policiales y de las actividades de seguridad ciudadana en las calles de la ciudad.

En esta perspectiva también se resalta que este trabajo investigativo no está exento de limitaciones, que se relacionan con el diseño aplicado en el estudio, y que el muestreo utilizado dificulta la generalización de resultados y la extrapolación otros grupos de riesgo; considerándose necesario desarrollar estudios análogos para una mejor valoración de esta problemática; y en base a esto se puedan identificar adecuadamente los diversos factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías; que favorezcan la implementación de diversos programas y estrategias de intervención institucional y de salud ocupacional que promocióne la importancia de la alimentación saludable, práctica regular de actividad física, horas adecuadas de descanso, entre otras medidas saludables encaminadas a prevenir y disminuir los casos de sobrepeso u obesidad en los policías de las diversas comisarías de Huánuco.

CONCLUSIONES

- ❖ Los factores sociodemográficos, laborales y de los estilos se relacionaron con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco, siendo estos resultados significativos ($p < 0,05$).
- ❖ El factor sociodemográfico que se relacionó con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio fue ser del género femenino ($p = 0,029$); siendo esta relación significativa.
- ❖ Los factores laborales que se relacionaron con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio fueron el trabajo en oficina ($p = 0,009$); realizar funciones administrativas ($p = 0,044$) y pasar varias horas sentado(a) en el trabajo ($p = 0,013$); siendo las relaciones significativas.
- ❖ Y, por último, los factores de los estilos de vida que se relacionaron con el sobrepeso u obesidad en los policías en estudio fueron el consumo de comidas rápidas ($p = 0,006$), consumo de alimentos dulces ($p = 0,027$); practicar el sedentarismo ($p = 0,005$); consumo de bebidas gaseosas ($p = 0,009$) y dormir menos de seis horas diarias ($p = 0,002$); siendo las relaciones analizadas significativas.

RECOMENDACIONES

A los enfermeros investigadores:

- Continuar ejecutando investigaciones sobre los factores que favorecen la presencia de sobrepeso u obesidad en policías de las comisarías de la región Huánuco, que permitan establecer medidas efectivas de afrontamiento y abordaje de la problemática en el ámbito laboral.
- Desarrollar estudios cuasi experimentales que permitan evaluar la efectividad de los programas de estilos de vida saludables como estrategia que permita prevenir y disminuir los casos de sobrepeso u obesidad en policías de la Comisaría de Huánuco.

Al Jefe de la Comisaría de Huánuco.

- Socializar los resultados de este estudio con los policías de la Comisaría de Huánuco para establecer estrategias de intervención de esta problemática en la institución.
- Gestionar la implementación de un cafetín donde se promueva el consumo de dietas y alimentos saludables como estrategia de prevención, control y reducción de casos de sobrepeso u obesidad en los efectivos policiales.
- Gestionar la contratación de un nutricionista para realizar la evaluación periódica del estado nutricional de los policías y brindar consejerías sobre las dietas saludables para prevenir el sobrepeso y obesidad.
- Implementar espacios de recreación y gimnasio donde los policías puedan realizar ejercicios de actividad física que les permitan tener un óptimo estado nutricional.

A las enfermeras de la Sanidad de la Policía Nacional de Huánuco.

- Realizar actividades educativas que promuevan los patrones alimentarios saludables y la práctica permanente de la actividad física para prevenir y controlar los casos de sobrepeso y obesidad en la PNP.
- Promover la realización de ejercicios de gimnasia laboral en los policías que trabajan en las oficinas de la comisaría de Huánuco como medida de prevención del sobrepeso, obesidad y otras patologías no transmisibles.

A los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huánuco.

- Realizar sesiones educativas dirigidas a los policías de la comisaría de Huánuco respecto a la práctica de comportamientos saludables en el ámbito policial, por ser un grupo vulnerable para el desarrollo del sobrepeso, obesidad y otras patologías no transmisibles.

A los policías de la Comisaría de Huánuco.

- Realizar de manera periódica la medición de su peso y evaluación de su estado nutricional para detectar oportunamente el sobrepeso u obesidad y seguir el tratamiento nutricional respectivo
- Priorizar la ingesta de alimentos saludables, limitando el consumo de comidas rápidas, azúcares y bebidas, como estrategia de intervención para tener un buen estado nutricional y un adecuado estado de salud.
- Realizar ejercicios de actividad física de manera frecuente como medida prevención y tratamiento del sobrepeso, obesidad y otras patologías no transmisibles.
- Mantener un patrón adecuado de descanso y sueño, durmiendo por lo menos 6 horas diarias, para poder tener un adecuado nutricional y mejorar su productividad en el desarrollo de sus funciones policiales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Roca L, Mejía H. Prevalencia y factores de riesgo asociado a obesidad y sobrepeso. [Internet] [Consultado 2019 enero 8] Disponible en http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S10240675008000100003&script=sci_arttext
2. Zanabria P. Factores de riesgo relacionados a la Diabetes Mellitus tipo 2 en el personal policial que acude al Policlínico de la Policía Nacional Del Perú. [Tesis para optar el Grado Académico de Maestra en Salud Pública] Trujillo: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2018.
3. Organización Mundial de la Salud. Sobrepeso y obesidad [Sitio en Internet] [Consultado 2019 enero 8] Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
4. Organización Mundial de la Salud. Nota informativa: obesidad y sobrepeso [Internet]; 2016 [Consultado 2019 enero 9] Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesityandoverweight>
5. Vásquez M. Factores relacionados a la obesidad en el personal policial atendidos en la Posta Médica Policía Nacional del Perú - Tingo María – 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Tingo María: Universidad de Huánuco; 2018.
6. Ministerio de Salud. Un gordo problema: Sobrepeso y obesidad en el Perú. Lima: MINSA; 2017.
7. Trujillo H. Factores asociados a sobrepeso y obesidad en trabajadores de una Institución Pública. [Tesis para optar el grado académico de Maestro en Salud Pública con mención en Epidemiología] Lima: Universidad Nacional Federico Villareal; 2017.
8. Carbajal A, Laurente M. Estilos de vida e índice de masa corporal en efectivos policiales, Comisaria Sectorial Santa Ana - Huancavelica 2017. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería] Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica; 2017.
9. Comisión Nacional de Seguridad de Colombia. Reporte de sobrepeso y obesidad en efectivos policiales Julio 2016. Colombia: Vanguardia; 2016.
10. NotiAmerica. Ocho de cada diez policías sufren problemas de sobrepeso. Argentina: NotiAmerica. 2015.
11. Cascaes F, Da Rosa R, Zilch M, Celio E, Da Silva R, Andrade A. Policías militares presentan alteraciones antropométricas, riesgo coronario y una baja calidad de vida. Revista Cubana de Medicina Militar [Internet] 2017; 46(4): 1- 15 [Consultado 2020 enero 18]

Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedmil/cmm2016/cmm164e.pdf>

12. Arias S. Más de 18 mil policías fueron diagnosticados con problemas de obesidad. *Publimetro.pe*. 2017 mar 09; Sec actualidad nacional: Disponible en: <http://publimetro.pe/actualidad/noticia-mas-18-mil-policiasfuerondiagnostico-problemas-obesidad-57453>.
13. Naranjo C. Condiciones laborales que influyen en la alteración del índice de masa corporal del personal del Ala de Combate N° 21 Taura de la FAE. Ambato. [Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería] Ecuador: Universidad Técnica de Ambato; 2014.
14. Alba D, Mantilla S. Estado nutricional, hábitos alimentarios y actividad física en adultos mayores del servicio pasivo de la policía de la Ciudad de Ibarra 2012 – 2013. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2014.
15. Tuta H, Lee B, Martínez J. Prevalencia y factores asociados a sobrepeso y obesidad, en estudiantes universitarios de 18 a 25 años, en Pamplona Norte de Santander. *CES Salud Pública*. 2015; 6: 19 – 24.
16. Falcón A. Relación entre estado nutricional antropométrico y nivel de actividad física en policías de la Comisaría de Lince. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Nutrición] Lima: Universidad Nacional Federico Villareal; 2018.
17. Tapia P. Relación de actividad física, el tiempo de servicio y consumo de alimentos con el estado nutricional de los miembros de la policía de Los Olivos. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Nutrición] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2017.
18. Yenque M. Nivel de atención del perfil de la obesidad y patologías cardiometabólicas en pacientes adultos del servicio de Endocrinología del Hospital “Luis Nicasio Sáenz” de la Policía Nacional del Perú, abril – mayo 2017. [Tesis para optar el grado académico de Magíster de Gestión de Salud] Lima: Universidad Norbert Wiener; 2017.
19. Valdiviezo K. Valoración del estado nutricional, consumo de alimentos y estilos de vida del Grupo de Operaciones Especiales (GOE) de la Policía Nacional del Cantón Guano provincia de Chimborazo. [Tesis para optar el título de Nutricionista Dietista] Ecuador: Escuela Superior Politécnica De Chimborazo; 2014.
20. Cárdenas S. Estilos de vida e índice de masa corporal de los policías que laboran en la comisaría Alfonso Ugarte Lima. [Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2013.

21. Fagoaga W. Percepciones sobre alimentación, salud y autocuidado en personal de la Policía Nacional Civil de El Salvador. *Revista Policía y Seguridad Pública* 2017; 7(2): 227 – 300.
22. Cañar L. El sedentarismo en la preparación física de los señores clases y policías del Distrito Quitumbe, Cantón Quito, Provincia de Pichincha. [Tesis para optar el título de Licenciado en Ciencias de la Educación] Ecuador: Universidad Técnica de Ámbato; 2015.
23. Bedregal M. Influencia de los estilos de vida en el índice de masa corporal de los policías que se atienden en el Hospital Regional PNP Julio Pinto Manrique, Arequipa 2017. [Tesis para optar el grado de Maestro en Salud Pública] Arequipa: Universidad Católica de Santa Marta; 2018.
24. Macedo M, Meléndez R. Relación del estado nutricional con los estilos de vida de policías que laboran en Iquitos. [Tesis para obtener el título de Licenciado en Bromatología y Nutrición Humana] Iquitos: Universidad Nacional de la Amazonia Peruana; 2017.
25. Fasanando L. Factores de riesgo a sobrepeso y obesidad en los alumnos del primer y segundo grado de secundaria de la Institución Educativa Parroquial Padre Abad – Tingo María, 2016. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Tingo María: Universidad de Huánuco; 2018.
26. Lalonde M. Determinantes de la Salud. [Internet] [Consultado 2019 enero 6] Disponible en: www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172859172011000400011&script=sci.
27. Vilar M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. *Acta Méd. Peruana* [Internet] 2011; 28(4): 237 – 241. Disponible en: [Consultado 2019 enero 6] Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172859172011000400011
28. Pender N. Modelo de Promoción de la Salud. En: Maerriner TA, Rayle – Alligood M, editores. *Modelos y teorías de enfermería*, 6° ed. España: Elsevier – Mosby; 2007.
29. Sakraida J. Modelo de Promoción de la Salud. Nola J Pender. En: Maerriner TA, Rayle – Alligood M. *Modelos y teorías de enfermería*, 6° ed. España: Elsevier – Mosby; 2007.
30. Organización Mundial de la Salud. Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas. Ginebra. OMS 2003; 2(1): 50 - 62.
31. Villa A. *Salud y Nutrición*. México: Paraninfo; 2008.
32. Orellana A, Urrutia K. Evaluación del estado nutricional, a nivel de actividad física y conducta sedentaria en los estudiantes universitarios de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias

- Aplicadas [tesis de pregrado] Lima. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2013.
33. Jürschik P, Torres J, Román M, Nuin C, Botigué T. Estado nutricional de la población mayor de Cataluña de diferentes niveles asistenciales (ISSN) Esc. Enf Lleida. 2009; 59 (1): 38 – 46.
 34. Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Estado nutricional en el Perú por etapas de vida 2013 – 2014. Lima: MINSA; 2015.
 35. Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Nutrición. Guía Técnica para la valoración nutricional antropométrica de la persona adulta. Lima: Ministerio de Salud; 2013.
 36. Arellano M, Beltrán M, Jiménez E, Troncoso D. Sobrepeso y obesidad, hábitos alimenticios, actividad física y actividades de ocio en escolares de una localidad de la Ciudad Cartagena, 2014. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Colombia: Universidad de Cartagena; 2014.
 37. Vásquez M. Factores relacionados a la obesidad en el personal policial atendidos en la Posta Médica Policía Nacional del Perú - Tingo María – 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Tingo María: Universidad de Huánuco; 2018.
 38. Cedeño R. Relación entre la obesidad y el consumo de comida chatarra en escolares de 5 a 10 años de edad atendidos en el Centro de Salud Dra. Mabel Estupiñán de enero a abril del 2013. [Tesis de Licenciatura] Ecuador: Universidad Técnica de Machala; 2014.
 39. Mengarelli S. Hábitos alimentarios en policías de la ciudad de Casilda. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería] Argentina: Universidad Abierta Interamericana; 2011.
 40. Percca Y. Factores asociados al sobrepeso y obesidad de preescolares de Instituciones Educativas Iniciales de la ciudad de Huancavelica, 2014. [Tesis de Licenciatura] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2014.
 41. Organización Mundial de la Salud, Temas de Salud. [Internet] [Consultado 2019 enero 9] Disponible en: http://www.who.int/topics/risk_factors/es/.
 42. Arroyo A. Prevalencia de factores de riesgo cardiovasculares en adultos jóvenes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos – Perú, 2017. [Tesis para optar el título de Médico Cirujano] Iquitos: Universidad Nacional de la Amazonía Peruana; 2017.
 43. Evans P. Determinantes sociales en salud. 8va Edición. Venezuela: Interamericana; 2008.

44. Román R. Factores de riesgo asociados a la enfermedad periodontal. *Revista Mexicana de Periodontología* 2015; 6 (2): 62 – 66.
45. Neciosup C. Factores asociados al no tratamiento de enfermedades cardiovasculares en personas mayores de 40 años. Análisis de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar ENDES 2011. [Tesis para optar el título de Médico Cirujano] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2014.
46. Bustinza K. Factores predisponentes de enfermedades cardiovasculares en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional Del Altiplano-Puno, enero – abril 2014. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Nutrición Humana] Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2016.
47. García M, García A. Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes de una institución universitaria. *Revista de Salud Pública* 2014, 14(5), 822 – 830.
48. Adrianzen C, Villegas S. Descripción de los factores de riesgo cardiovascular modificables (obesidad, obesidad abdominal e hipercolesterolemia) de pacientes adultos del consultorio de nutrición del Hospital Nacional Guillermo Almenara Irigoyen (HNGAI). [Tesis para optar el título de Licenciada en Nutrición y Dietética] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2014.
49. Escobedo J, De Jesús R, Schargrotsky H, Champagne B. Prevalencia de dislipidemias en la ciudad de México y su asociación con otros factores de riesgo cardiovascular. Resultados del estudio Carmela. *Gaceta Médica de México*. 2014; 150 (2):128 – 136.
50. Izquierdo H. Factores asociados al sobrepeso y obesidad en personal médico de un hospital público. [Tesis para obtener el grado de Maestro en Medicina con mención en Medicina Ocupacional y del Medio Ambiente] Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2017.
51. Flores I. El perfil lipídico en relación con el índice de masa corporal en el personal de la Policía Nacional del Perú Puno, 2014. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería] Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2014.
52. Hurtado B. Factores que determinan los hábitos alimentarios en estudiantes universitarios. *Rev Sal. Publ.* 2001; 5(2): 11 – 15.
53. Ferro M. Maguiña R. Relación entre hábitos alimentarios e índice de masa corporal en estudiantes de una universidad pública según área de estudio. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2012
54. Milla S. La actividad física y su efecto en la obesidad y el sobrepeso en las personas que laboran en el Centro de Salud Materno Infantil del Rímac, en el distrito del Rímac, 2016. [Tesis para optar el grado

académico de Maestra en Gestión de los Servicios de Salud] Lima: Universidad César Vallejo; 2017.

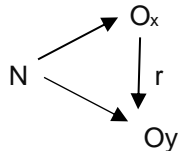
55. Galván D. Factores de riesgo para enfermedades crónicas de origen cardiovascular en uniformados de la Policía Nacional De Colombia, 2009. [Internet] [Consultado 2019 enero 8] Disponible en: <http://www.bdigital.unal.edu.co/3073/1/598226.2010.pdf>
56. Policía Nacional del Perú. Rol y funciones del Policía Nacional del Perú. [Consultado 2019 enero 8]. Disponible en: <http://www.pnp.gob.pe/nosotros.html>



ANEXOS

Anexo 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES		
<p>Problema general: ¿Cuáles son los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco 2019?</p>	<p>Objetivo general: Determinar los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco 2019.</p>	<p>Hipótesis general: Hi: Existen factores que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019. Ho: No existen factores que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019.</p>	VARIABLE INDEPENDIENTE	DIMENSIONES	INDICADORES
			Factores de riesgo	Factores sociodemográficos	Si No
				Factores laborales	Si No
				Factores de los estilos de vida	Si No
<p>Problemas específicos: ¿Cuáles son los factores sociodemográficos que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio?</p> <p>¿Cuáles son los factores laborales que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio?</p> <p>¿Cuáles son los factores de los estilos de vida que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio?</p>	<p>Objetivos Específicos: Identificar los factores sociodemográficos que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.</p> <p>Conocer los factores laborales que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.</p> <p>Analizar los factores de los estilos de vida que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.</p>	<p>Hipótesis Específicas: Hi1: Los factores sociodemográficos se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio. Ho1: Los factores sociodemográficos no se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.</p> <p>Hi2: Los factores laborales se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio. Ho2: Los factores laborales no se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio.</p> <p>Hi3: Los factores de los estilos de vida se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio. Ho3: Los factores de los estilos de vida no se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías en estudio..</p>	VARIABLE DEPENDIENTE	DIMENSIONES	INDICADORES
			Sobrepeso y obesidad	Diagnóstico de sobrepeso u obesidad	Si No

DISEÑO	POBLACION Y MUESTRA	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p>TIPO DE ESTUDIO: Relacional</p> <p>Según la intervención de la investigadora: Observacional.</p> <p>Según la planificación de la recolección de datos: Prospectivo.</p> <p>Según el número de mediciones de las variables: Transversal,</p> <p>Según el número de variables: Analítico.</p> <p>Diseño de estudio: Diseño relacional.</p>  <p>Donde:</p> <p>N : Muestra de policías</p> <p>O_x : Factores de riesgo</p> <p>O_y : Sobrepeso y obesidad.</p> <p>r : Relación entre las variables.</p>	<p>POBLACION</p> <p>La población estuvo constituida por 80 policías que laboran en la comisaria de Huánuco, según reportes obtenidos de la oficina de personal de esta entidad policial; quienes realizan labores administrativas, de patrullaje y vigilancia en el distrito de Huánuco</p> <p>MUESTRA</p> <p>La muestra estuvo constituida por 77 policías que laboraron en la comisaría de Huánuco durante el proceso de recolección de datos; que fueron seleccionados considerando los criterios de inclusión y selección establecidos en esta investigación.</p>	<p>PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS:</p> <p>Técnicas: Encuesta y Observación.</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso u obesidad Ficha de registro de estado nutricional</p> <p>ANÁLISIS DE DATOS:</p> <p>Análisis descriptivo: Se utilizaron estadísticos descriptivos de frecuencias y porcentajes en el análisis de variables categóricas y medidas de tendencia central (media, moda, mediana y desviación estándar) para el análisis de las variables numéricas.</p> <p>Análisis inferencial. Para contrastar cada una de las hipótesis planteadas en el estudio se siguieron los cinco pasos del ritual de significancia estadística; utilizando como estadístico de prueba el Chi Cuadrado de independencia con un nivel de significancia $p < 0.05$ como criterio de referencia para establecer la relación entre las variables en estudio.</p>

Anexo 2 INSTRUMENTOS ANTES DE LA VALIDACIÓN

Código:

Fecha:/...../.....

CUESTIONARIO DE FACTORES DE RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD

TITULO DE LA INVESTIGACION: “Factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019”.

INSTRUCCIONES. Estimado(a) policía: Este cuestionario forma parte de un estudio orientado a obtener información sobre los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías de esta institución; por lo que a continuación se le proporcionan una serie de preguntas que usted deberá leer detenidamente y responder marcando con un aspa (x) dentro de los paréntesis según las respuestas que usted considere pertinentes. se le solicita veracidad al contestar las interrogantes planteadas.

I. FACTORES DE RIESGO DEMOGRÁFICOS:

1. ¿Cuál es su edad?

_____ Años

2. ¿Cuál es su género?

- a) Masculino ()
b) Femenino ()

3. ¿Cuál es tu lugar de procedencia?

- c) Zona urbana ()
d) Zona rural ()
e) Zona periurbana ()

4. ¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltera ()
b) Casada ()
c) Conviviente ()
d) Separada ()
e) Viuda ()

II. FACTORES DE RIESGO LABORALES:

5. ¿Qué rango tiene en su institución laboral?

- a) Oficial ()
b) Sub Oficial ()

6. ¿En qué ambiente se encuentra laborando?

- a) En oficina ()
b) En patrullero ()
c) En la vía pública ()

7. ¿Cuáles son las funciones que desempeña en esta institución?

- a) Administrativa ()

- b) Patrullaje ()
- c) Vigilancia ()
- d) Otras Funciones ()

8. Mientras se encuentra trabajando en esta institución ¿Pasa usted largos periodos de tiempo sentado?

- a) Si ()
- b) No ()

III. FACTORES DE RIESGO DE LOS ESTILOS DE VIDA:

9. ¿Considera que su alimentación es saludable?

- a) Si ()
- b) No ()

10. ¿Cuántas veces al día come?

- a) Menos de 3 veces ()
- b) 3 a 5 veces ()
- c) Más de 5 veces ()

11. ¿Tiene el hábito de comer en su trabajo?

- a) Si ()
- b) No ()

12. ¿Consume comidas rápidas (pollo a la brasa, salchipapas, pizza, etc.)?

- a) Si ()
- b) No ()

13. ¿Consume bebidas gaseosas?

- a) Si ()
- b) No ()

14. ¿Consume bebidas alcohólicas?

- a) Si ()
- b) No ()

15. ¿Practica actividad física?

- a) Si ()
- b) No ()

16. ¿Fuma cigarrillos?

- a) Si ()
- b) No ()

17. ¿Tiene el hábito de realizar actividades recreativas (salir a pasear con la familia, etc.)?

- a) Si ()
- b) No ()

18. ¿Acude a consulta médica una vez al año?

- a) Si ()
- b) No ()

19. ¿Padece usted alguna patología diagnosticada por un médico?

a) Si ()

b) No ()

20. ¿Realiza la evaluación de su estado nutricional de manera periódica?

a) Si ()

b) No ()

Gracias por su colaboración...

Código:

Fecha: ----/----/---

FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL

TITULO DE LA INVESTIGACION. “Factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019”.

INSTRUCCIONES: Estimado(a) Policía: El presente instrumento forma parte de un estudio orientado a realizar la valoración del estado nutricional de los policías que laboran en esta institución; por lo que a continuación se le procederá a realizar la medición de su peso y talla para realizar la evaluación nutricional respectiva.

1. **Edad** : _____ años .

2. **Sexo** :
a) Masculino ()
b) Femenino ()

3. **Peso Actual:** _____ kg.

4. **Talla Actual:** _____ cm.

5. **Índice de masa corporal (IMC):** _____ Kg/m².

6. **Índice de masa corporal para la Edad:**

- a) Bajo peso o delgadez ()
- b) Normal ()
- c) Sobrepeso ()
- d) Obesidad grado I ()
- e) Obesidad grado II ()
- f) Obesidad grado III ()

Gracias por su colaboración...

Anexo 3 INSTRUMENTOS DESPUÉS DE LA VALIDACIÓN

Código:

Fecha: ---/---/---

CUESTIONARIO DE FACTORES RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: “Factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y obesidad en los policías de la Comisaría de Huánuco 2019”

INSTRUCCIONES. Estimado(a) Policía: El presente cuestionario forma parte de un estudio orientado a identificar los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías que laboran en esta institución; por lo que a continuación se le presentan una serie de preguntas relacionadas a la problemática en estudio, que usted deberá responder marcando con un aspa (x) dentro de los paréntesis según las respuestas que considere pertinente, agradezco de antemano su gentil colaboración.

I. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

1. **¿Cuántos años tiene?**

_____ Años.

2. **¿Cuál es su género?**

a) Masculino ()

b) Femenino ()

3. **¿Procede de la zona urbana?**

a) Si ()

b) No ()

4. **¿Tiene pareja?**

a) Si ()

b) No ()

II. FACTORES LABORALES:

5. **¿Trabaja en una oficina?**

a) Si ()

b) No ()

6. **¿Trabaja en un patrullero?**

a) Si ()

b) No ()

7. **¿Realiza funciones administrativas en esta institución?**

a) Si ()

b) No ()

8. **¿Pasa varias horas sentado(a) mientras labora en esta institución?**

a) Si ()

b) No ()

9. **¿Tiene el hábito de comer en su trabajo?**

a) Si ()

b) No ()

III.FACTORES DE LOS ESTILOS DE VIDA

10. ¿Consumes más de 5 comidas al día?

a) Si ()

b) No ()

11. ¿Consumes comidas rápidas (salchipapas, pollo broaster, etc.)?

a) Si ()

b) No ()

12. ¿Consumes alimentos dulces (helados, postres, golosinas, etc.)?

a) Si ()

b) No ()

13. ¿Consumes alimentos salados?

a) Si ()

b) No ()

14. ¿Practicas el sedentarismo (no realizas ejercicios de actividad física)?

a) Si ()

b) No ()

15. ¿Consumes bebidas gaseosas?

a) Si ()

b) No ()

16. ¿Consumes bebidas alcohólicas?

a) Si ()

b) No ()

17. ¿Acostumbra fumar?

a) Si ()

b) No ()

18. ¿Duermes menos de 6 horas diarias?

a) Si ()

b) No ()

Gracias por su colaboración

Código:

Fecha: ----/----/---

FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL

TITULO DE LA INVESTIGACION. “Factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019”.

INSTRUCCIONES: Estimado(a) Policía: El presente instrumento forma parte de un estudio orientado a identificar la presencia de sobrepeso u obesidad en los policías que laboran en esta institución; por lo que a continuación se le procederá a realizar la medición de su peso y talla para realizar la evaluación nutricional respectiva y poder implementar medidas de afrontamiento y abordaje de esta problemática a nivel institucional. Agradezco de antemano su gentil colaboración.

I. DATOS INFORMATIVOS:

1. **Peso Actual:** _____ kg.

2. **Talla Actual:** _____ cm.

3. **Índice de masa corporal (IMC):** _____ Kg/m².

4. Diagnóstico Nutricional según IMC:

- a) Bajo peso o delgadez ()
- b) Normal ()
- c) Sobrepeso ()
- d) Obesidad ()

Gracias por su colaboración...

Anexo 4 CONSENTIMIENTO INFORMADO

- **Título del proyecto.**

“Factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y obesidad en los policías de la Comisaria de Huánuco 2019.”

- **Responsable de la investigación.**

Zambrano Santiago, Ricarda; alumna de la Escuela Académica Profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco, celular N° 952349737.

- **Introducción / Propósito**

Los resultados del presente estudio permitirán identificar los factores de riesgo que se relacionan con el sobrepeso y la obesidad en los policías que laboran en la comisaria de Huánuco, que permita tener una perspectiva general esta problemática en la institución y se puedan proponer alternativas de solución frente a la misma en el ámbito institucional.

- **Participación.**

Participan los policías que laboran en la comisaria de Huánuco.

- **Procedimientos**

Se utiliza un cuestionario de factores de riesgo de sobrepeso u obesidad; y una ficha de registro de estado nutricional; en un tiempo aproximado de 20 minutos.

- **Riesgos / incomodidades**

No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted, en caso que decida no participar de esta investigación.

- **Beneficios**

El beneficio de la participación del estudio es tener información confiable sobre los factores que se relacionan al sobrepeso y la obesidad en los policías de la comisaria de Huánuco, poder establecer estrategias de afrontamiento de esta problemática en el ámbito institucional.

- **Alternativas**

La participación en el estudio es voluntaria; usted puede escoger no participar o puede abandonar el estudio en cualquier momento de la recolección de datos.

- **Compensación**

No recibirá pago alguno por su participación en el estudio; usted puede solicitar información al respecto a la investigadora responsable del trabajo de investigación.

- **Confidencialidad de la información**

La información recolectada será mantenida confidencialmente en los archivos de la Universidad de Huánuco; los resultados serán manejados anónimamente por lo que se garantiza confidencialidad absoluta en el análisis de la información proporcionada.

- **Problemas o preguntas**

Escribir al

Email: ric_zambra_san@hotmail.com o comunicarse al Cel. 952349737.

- **Consentimiento / Participación voluntaria**

Acepto participar en el estudio: he leído la información proporcionada por la investigadora y también he tenido la oportunidad de expresar mis dudas sobre la investigación y todas han sido respondido satisfactoriamente; por tanto, doy mi consentimiento voluntario para

participar en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la encuesta sin que ello me afecte de ninguna manera.

- **Firma del participante**

Firma del policía

Firma de la investigadora:

Huánuco, a los.....días del mes de.... del 2019.

Anexo 5 CONSTANCIAS DE VALIDACION



UDH
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Eler Barneo Cantalicio.....

De profesión Enfermero....., actualmente ejerciendo el cargo de Docente Universitario Bioestadística e Investigación.....por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sta. Ricarda Zambrano Santiago, con DNI 47402793, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **“FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO 2019”**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

INSTRUMENTO 1. CUESTIONARIO DE FACTORES RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
INSTRUMENTO 2. FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Barneo Cantalicio Eler.....

DNI: 40613742.....

Especialidad del validador:.....

PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

Mg. Eler Barneo Cantalicio
 DOCENTE UNIVERSITARIO
 BIOESTADÍSTICA E INVESTIGACIÓN

Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, DIANA KARINA PALMA LOZANO

De profesión ENFERMERA, actualmente ejerciendo el cargo de DIRECCION DE GESTION DE LA INVESTIGACION por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sta. Ricarda Zambrano Santiago, con DNI 47402793, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

INSTRUMENTO 1. CUESTIONARIO DE FACTORES RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
INSTRUMENTO 2. FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
PALMA LOZANO DIANA KARINA

DNI: 43211803

Especialidad del validador:.....

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

Mg. Diana Karina Palma Lozano
 DIRECCIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, DIZA BENAÉS ESTEBAN

De profesión ENFERMERA, actualmente ejerciendo el cargo de DOCENTE CAP. ENFERMERÍA

-----por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sta. Ricarda Zambrano Santiago, con DNI 47402793, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO 2019".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

INSTRUMENTO 1. CUESTIONARIO DE FACTORES RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
INSTRUMENTO 2. FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:

.....

DNI: 22515625

Especialidad del validador:.....

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
 Dirección Regional de Salud
 Hospital Regional "Herminio Valderrama Mocciano"

 DIZA BENAÉS ESTEBAN
 C.E.S. - 19224 - R.E. 7234
 ENFERMERA ESPECIALISTA

Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, NIDIA ROSALES CORDOVA

De profesión ENFERMERA, actualmente ejerciendo el cargo de COORDINADORA CURSO DE VIDA NIÑO DEL HOSPITAL HUM - HCO por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sta. Ricarda Zambrano Santiago, con DNI 47402793, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

INSTRUMENTO 1. CUESTIONARIO DE FACTORES RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
INSTRUMENTO 2. FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Lic. ROSALES CORDOVA NIDIA

DNI: 3.242.5745

Especialidad del validador: SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIO

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
 Dirección Regional de Salud
 Hospital Regional "Bernabé Cabello Medina"

 Lic. Enf. Nidia Rosales Cordova
 COORDINADORA ARTICULADORA
 NUTRICIONAL

Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, BERTHA SERNA ROMÁN

De profesión ENFERMERA, actualmente ejerciendo el cargo de DOCENTE E.A.P. ENFERMERIA

por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Sta. Ricarda Zambrano Santiago, con DNI 47402793, aspirante al título de Licenciada en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado **"FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO 2019"**.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

INSTRUMENTO 1. CUESTIONARIO DE FACTORES RIESGO DE SOBREPESO Y OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
INSTRUMENTO 2. FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
SERNA ROMÁN BERTHA

DNI: 22518726

Especialidad del validador:.....

Lic. Bertha Serna Román
 CEP. 2101

Firma/sello

Anexo 6 OFICIO DE AUTORIZACIÓN PARA EJECUCIÓN DE ESTUDIO



UDH "AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN Y LA IMPUNIDAD"

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



Huánuco, 30 de diciembre del 2019

OFICIO Mult. - N° 070 - 2019 - D/EAP – ENF - UDH

Mayor PNP. Pool Carlos Solano Pérez
JEFE DE LA COMISARIA DE HUÁNUCO

Presente:

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez hacer de su conocimiento que la alumna **RICARDA ZAMBRANO SANTIAGO** de la Escuela Profesional Académico de Enfermería de la Universidad de Huánuco, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado: "**FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD EN LOS POLICÍAS DE LA COMISARÍA DE HUÁNUCO 2019**" por lo que solicitó autorización del campo de estudio para aplicar el proceso de recolección de datos de dicha investigación, que tendrá como muestra a los policías que laboran en la institución que usted dirige.

Esperando contar con su apoyo y comprensión, agradezco anticipadamente a usted reiteradamente las muestras de mi consideración y estima personal.

Atentamente



AMELIA V. LEIVA YARO
DIRECT. E.A.P. ENFERMERÍA



POLICIA NACIONAL DEL PERU
REGION POLICIAL HUANUCO
COMISARIA PNP HUANUCO

AUTORIZACION

EL Mayor PNP, COMISARIA PNP-HUANUCO, QUE AL FINAL
SUSCRIBE:

HACE CONSTAR QUE TOMO CONOCIMIENTO DEL OFC.MULT. N°070-2019-D/E.A.P-ENF-UDH, DE FECHA 30 DIC. 2019, PROCEDENTE DE LA LIC. ENF.AMELIA LEIVA JARO, DIRECTORA DE LA E.A.P DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO, MEDIANTE EL CUAL PONE EN CONOCIMIENTO QUE LA ALUMNA RICARDA ZAMBRANO SANTIAGO, DEL PROGRAMA ACADEMICA DE ENFERMERIA DE DICHA CASA DE ESTUDIOS SE ENCUENTRA DESARROLLANDO EL TRABAJO DE INVESTIGACION TITULADA "FACTORES DE RIESGO QUE SE RELACIONAN CON EL SOBREPESO Y OBESIDAD EN LOS POLICIAS DE LA COMISARIA DE HUANUCO 2019", A FIN DE PONER EN EJECUCION LA CITADA INVESTIGACION CON PERSONAL DE LA COMISARIA PNP HUANUCO, POR TAL MOTIVO ESTE DESPACHO LE BRINDA LA AUTORIZACION RESPECTIVA, PARA QUE EL OFICIAL DE PERMANENCIA Y COMANDANTE DE GUARDIA DE LA COMISARIA PNP DE HUANUCO LE OTORGUE LAS FACILIDADES A LA ALUMNA RICARDA ZAMBRANO SANTIAGO PREVIA IDENTIFICACION, A FIN DE CONCRETAR SU PETICION RESPECTO A LA INVESTIGACION ANTES MENCION

HUANUCO 31 DE DICIEMBRE DEL 2019



OA.344569
Pool Carlos SOLANO PEREZ
MAYOR PNP
COMISARIO (E) PNP HUANUCO

Anexo 7 BASE DE DATOS INFORME DE INVESTIGACIÓN

Nº	ANEXO 01 CUESTIONARIO DE FACTORES DE RIESGO DE SOBREPESO U OBESIDAD																		ANEXO 02 FICHA DE REGISTRO DE ESTADO NUTRICIONAL			
	FACTORES SOCIODEMOGRÁFICAS				FACTORES LABORALES					FACTORES DE LOS ESTILOS DE VIDA									1	2	3	4
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18				
1	25	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	78	172	26	3
2	30	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	69	166	26	3
3	23	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	62	160	24	2
4	24	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	66	165	24	2
5	29	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	70	168	24	2
6	30	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	64	162	24	2
7	28	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	62	160	24	2
8	38	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	82	173	27	3
9	45	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	88	170	30	4
10	40	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	80	168	28	3
11	32	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	84	172	28	3
12	25	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	70	168	24	2
13	28	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	85	176	27	3
14	25	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	80	174	26	3
15	30	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	90	172	30	4
16	37	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	72	165	26	3

17	28	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	70	168	24	2
18	25	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	68	170	23	2
19	23	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	60	165	25	3
20	24	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	65	160	25	3
21	26	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	70	169	24	2
22	24	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	75	172	25	3
23	30	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	80	178	25	3
24	56	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	78	169	27	3
25	32	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	65	170	22	2
26	23	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	65	169	22	2
27	24	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	70	169	22	2
28	30	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	70	169	24	2
29	27	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	75	166	27	3
30	30	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	65	166	24	2
31	36	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	70	164	26	3
32	30	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	96	173	32	3
33	38	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	68	163	25	3
34	50	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	80	180	24	2
35	26	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	76	165	27	3
36	29	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	78	166	28	3
37	24	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	58	165	21	2
38	23	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	59	166	21	2
39	28	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	73	168	25	3
40	23	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	78	168	27	3
41	28	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	74	178	23	2

42	21	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	65	170	22	2
43	25	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	89	170	30	3
44	25	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	70	168	24	2
45	34	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	72	169	28	3
46	27	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	91	177	29	3
47	30	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	66	166	24	2
48	25	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	60	162	22	2
49	29	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	76	170	25	3
50	31	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	89	163	33	4
51	28	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	68	163	25	3
52	29	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	93	181	28	3
53	25	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	59	166	21	2
54	23	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	73	174	23	2
55	29	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	87	168	31	4
56	29	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	76	163	28	3
57	29	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	83	178	26	3
58	28	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	60	162	22	2
59	40	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	90	168	31	4
60	34	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	80	168	28	3
61	26	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	83	170	28	3
62	24	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	82	168	29	3
63	29	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	60	161	23	2
64	30	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	62	160	24	2
65	28	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	70	165	25	3
66	25	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	60	163	22	2

67	26	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	82	176	26	3
68	23	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	72	172	24	2
69	26	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	78	170	26	3
70	29	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	68	160	26	3
71	30	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	72	172	24	2
72	25	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	75	176	24	2
73	24	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	62	165	22	2
74	28	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	69	168	24	2
75	23	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	68	170	23	2
76	38	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	86	170	29	3
77	30	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	73	166	26	3