

Perfil de riesgo en la población universitaria del área de la salud: un estudio transversal

Risk profile in the university population of the health sciences: a cross-sectional study

Diana Sthefany Castillo Aran, Dra. Sarahí González Reyes, Dra. Martha Palomino Castro,
Dr. Sergio Antonio Ramírez Ríos, Dr. David Ramírez Pineda*

Resumen

El sobrepeso y la obesidad constituyen un problema de salud pública de alcance mundial, estrechamente asociados con un mayor riesgo de diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial y dislipidemias. En México, estas condiciones alcanzan cifras alarmantes y los estudiantes universitarios del área de la salud no están exentos, debido a factores como jornadas académicas extensas, estrés, privación del sueño y hábitos alimentarios inadecuados. Evaluar estos factores en etapas tempranas resulta fundamental para el diseño de estrategias preventivas dirigidas a los futuros profesionales de la salud. El objetivo del estudio fue evaluar el estado antropométrico y los factores de riesgo metabólico en estudiantes del área de la salud al inicio del periodo escolar, como fase diagnóstica preliminar de un estudio longitudinal sobre la variación del peso corporal. Se realizó un estudio descriptivo, transversal y de enfoque epidemiológico en una muestra de 60 estudiantes de la Facultad de Medicina “Dr. Alberto Romo Caballero” de la Universidad Autónoma de Tamaulipas, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado por semestre. La recolección de datos incluyó encuestas digitales basadas en la NOM-008-SSA3-2010, mediciones antropométricas, presión arterial y análisis de laboratorio. Los resultados mostraron que más del 50 % de los estudiantes presentó exceso de peso, con perímetro de cintura elevado y alteraciones en triglicéridos y colesterol. Asimismo, se identificaron altos niveles de estrés, privación del sueño y una importante carga hereditaria de enfermedades crónicas. Estos hallazgos evidencian un perfil preocupante de riesgo metabólico y emocional, lo que subraya la necesidad de intervenciones tempranas desde la formación universitaria para fortalecer la salud integral de los estudiantes.

Palabras clave: perfil de riesgo; estudiantes universitarios; sobrepeso y obesidad; factores de riesgo metabólico; salud universitaria

Correspondencia: gonzalezr@docentes.uat.edu.mx

Fecha de recepción: 08/julio/2025 | **Fecha de aceptación:** 02/octubre/2025 | **Fecha de publicación:** 26/marzo/2026

*Universidad Autónoma de Tamaulipas, México

Abstract

Overweight and obesity constitute a global public health problem and are closely associated with an increased risk of type 2 diabetes mellitus, arterial hypertension, and dyslipidemia. In Mexico, these conditions have reached alarming levels, and university students in the health sciences are not exempt, due to factors such as prolonged academic schedules, stress, sleep deprivation, and unhealthy dietary habits. Evaluating these factors at early stages is essential for designing preventive strategies aimed at future health professionals. The objective of this study was to assess anthropometric status and metabolic risk factors among health sciences students at the beginning of the academic term, as a preliminary diagnostic phase of a longitudinal study on body weight variation. A descriptive, cross-sectional study with an epidemiological approach was conducted in a sample of 60 students from the Faculty of Medicine “Dr. Alberto Romo Caballero” of the Autonomous University of Tamaulipas, selected through stratified probabilistic sampling by semester. Data collection included digital surveys based on NOM-008-SSA3-2010, anthropometric measurements, blood pressure assessment, and laboratory analyses. The results showed that more than 50% of students presented excess body weight, with increased waist circumference and alterations in triglyceride and cholesterol levels. High levels of stress, sleep deprivation, and a significant family history of chronic diseases were also identified. These findings reveal a concerning metabolic and emotional risk profile, underscoring the need for early interventions during university training to strengthen students' overall health.

Keywords: profile of risk; university students; overweight and obesity; metabolic risk factors; university health





Universidad Autónoma de TAMAUlipas



Facultad de Medicina de Tampico
Dr. Alberto Romo Caballero



75 Aniversario
1950-2025



Centro de Investigación Educativa y Ciencias

Perfil de riesgo en la población universitaria del área de la salud: un estudio transversal

Diana Sthefany Castillo Aran, Sarahí González Reyes, Martha Palomino Castro, Sergio Antonio Ramírez Ríos, David Ramírez Pineda
Universidad Autónoma de Tamaulipas
"Dr. Alberto Romo Caballero"

INTRODUCCIÓN

El sobrepeso y la obesidad constituyen un problema de salud pública mundial, asociados con un mayor riesgo de diabetes tipo 2, hipertensión y dislipidemias. En México, estas condiciones alcanzan cifras alarmantes.

Los estudiantes universitarios del área de la salud no están exentos: largas jornadas académicas, estrés, horarios irregulares y hábitos alimentarios inadecuados pueden favorecer el exceso de peso y estilos de vida poco saludables. Comprender la magnitud de estos factores en los futuros profesionales es esencial para diseñar estrategias preventivas tempranas. Esta primera fase presenta los hallazgos al inicio del ciclo académico, estableciendo un punto de referencia del estado nutricional, metabólico y psicosocial de los estudiantes de medicina.

RESULTADOS

Más del 50% de los estudiantes presenta exceso de peso (sobrepeso u obesidad), con perímetro de cintura elevado en un porcentaje considerable. En los análisis de laboratorio, se detectaron triglicéridos y colesterol elevados en varios participantes. En cuanto a los hábitos de vida, se observó que 48% consume alimentos ultraprocesados con frecuencia y 66% come fuera de casa o mientras realiza otras actividades, reflejando patrones alimentarios poco saludables. Aunque 49% realiza actividad física regular, la duración e intensidad resultan insuficientes para un beneficio metabólico óptimo.

El estrés académico y la privación del sueño fueron hallazgos relevantes: 93% duerme seis horas o menos o reporta sueño de mala calidad, mientras que 83% manifiesta estrés moderado o alto. Además, 65% reporta síntomas emocionales como cansancio, falta de concentración o cambios en el apetito, y 42% presenta anhedonia.

Finalmente, se identificó una alta carga familiar de enfermedades crónicas, destacando diabetes (81%), hipertensión (70%), obesidad (46%) y dislipidemias o cáncer (30%).

OBJETIVO

Evaluar el estado antropométrico y los factores de riesgo metabólico en estudiantes del área de la salud al inicio del periodo escolar, como fase diagnóstica preliminar de un estudio longitudinal sobre variación del peso corporal.

- Medir el peso, la talla, índice de masa corporal y otras variables antropométricas (cuello, cintura) al inicio del periodo escolar.
- Aplicar encuestas para conocer los hábitos de alimentación, consumo de azúcares, alcohol y tabaco.
- Identificar factores de riesgo para enfermedades crónico-degenerativas y antecedentes familiares asociados.



CONCLUSIONES

Los estudiantes de medicina presentan un perfil preocupante de riesgo metabólico y emocional, marcado por exceso de peso, hábitos poco saludables, estrés y deterioro del sueño. Más que cifras, estos hallazgos representan una alerta temprana: los futuros profesionales de la salud enfrentan factores que no deben normalizarse. Intervenir desde la formación universitaria es esencial para fortalecer su bienestar dentro de la formación profesional.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio descriptivo, transversal y de enfoque epidemiológico, correspondiente a la primera fase de una investigación orientada a valorar el perfil antropométrico, hábitos de vida y factores de riesgo metabólico en estudiantes del área de la salud. La muestra estuvo integrada por 60 alumnos (17-24 años) de la Facultad de Medicina "Dr. Alberto Romo Caballero", UAT, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado por semestre académico.

La recolección de datos se realizó durante el periodo escolar otoño 2025 - 3 e incluyó una encuesta digital (Google Forms) basada en la NOM-008-SSA3-2010, mediciones antropométricas (peso, talla, IMC, perímetro de cintura y cuello), tensión arterial medida con esfigmomanómetro manual validado y análisis de laboratorio: citometría hemática y química sanguínea de seis elementos. Se garantizó el anonimato, confidencialidad y consentimiento informado digital.

CONCLUSIONES




BIBLIOGRAFÍA

• Eudon-Enriquez DM, Bilbao-Acosta DS, Benítez-Gómez JL, Benavides-Castellanos LM, Santofimio-Semal OA, Martínez A, Mejía-González AM. (2020). Obesidad, riesgo cardiovascular y actividad física en estudiantes de Medicina de tres universidades colombianas. Estudio multicéntrico. *Revista Colombiana de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo*, volumen (7), 154-166.

• Maza-Avila, F. J., Canedo-Bernardo, M. C., & Vivas-Castillo, A. C. (2022). Hábitos alimentarios y sus efectos en la salud de los estudiantes universitarios. Una revisión sistemática de la literatura. *Proyecto 25(47)*, 1-35. <https://revistas.usistemas.edu.co/index.php/guestoposte/article/view/4051>

• Miranda-Sosa Philippe, S., & Sandoval Valencia, J. L. (2020). Modificaciones del índice de masa corporal en estudiantes de medicina de una universidad privada de Lima (2013-2018). *Universidad Peruana Cayetano Heredia*.

• Peña, A. A., Guerra, J. E., Sánchez, W., y Torres, F. R. (2024). Gestión de programas de atención a la salud: Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios de medicina en México. *Revista Venezolana De Gerencia*, 20(106), 793-803. <https://doi.org/10.6036/revger.23.106.71>

• Romero Vázquez Angue, V., Rivera Barragán, M. del R., & León Méndez, M. J. (2021). Estilos de vida asociados al sobrepeso y obesidad en estudiantes de medicina de Jalapa -UV. *Salud y Tabaco* 2(1), 7-18.

• Shabat-Levy T, Gonen-Pineda EB, Cuevas-Nasu L, Morales-Ruiz C, Valenzuela-Suave DG, Méndez-Gómez Humarán I, Ávila-Arcos MA. Prevalencias de sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente de México. *Ensayos Clínicos* 2020-2022. *Salud Pública Mex*. 2023;65(supl 1):S218-S224. <https://doi.org/10.31002/65.1.S218>

CONCLUSIONES

