

Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de nuevo ingreso a medicina

Prevalence of overweight and obesity among newly admitted medical students

Vicente Panameño Cruz, Ernestina Fernández Gómez, Pedro Pérez Rodríguez, Jaime Paz Ávila, Alberto Federico Núñez Pulache, Jorge Alberto Díaz Pineda, María Angélica Maldonado López*

Resumen

El sobrepeso y la obesidad constituyen un importante problema de salud pública debido a su elevada prevalencia y a su asociación con enfermedades crónicas no transmisibles. Los estudiantes universitarios representan una población vulnerable a la adopción de conductas relacionadas con el desarrollo de exceso de peso. El objetivo de este estudio fue determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Médico Cirujano y analizar su distribución según sexo. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en 89 estudiantes durante el periodo agosto-diciembre de 2023. Se evaluaron peso corporal, talla, índice de masa corporal (IMC) y perímetro abdominal mediante procedimientos antropométricos estandarizados. El IMC se clasificó de acuerdo con los criterios de la Organización Mundial de la Salud y la asociación entre sexo y exceso de peso se evaluó mediante la prueba χ^2 de Pearson. El 60.7% de los participantes fueron mujeres y el 39.3% hombres. El IMC promedio fue de $24.8 \pm 4.4 \text{ kg/m}^2$ (IC95%: 23.91-25.79). La prevalencia global de exceso de peso fue de 44.9%. El exceso de peso fue más frecuente en hombres que en mujeres (60.0% vs. 35.2%; $p = 0.022$). Los hallazgos evidencian la necesidad de fortalecer las acciones de promoción de la salud y vigilancia nutricional desde el ingreso a la formación médica.

Palabras clave: obesidad; sobrepeso; estudiantes de medicina; prevalencia; índice de masa corporal

Abstract

Overweight and obesity constitute a major public health concern due to their high prevalence and their association with chronic noncommunicable diseases. University students represent a population particularly vulnerable to adopting behaviors associated with the development of excess body weight. This study aimed to determine the prevalence of overweight and obesity among first-year students enrolled in the Doctor of Medicine program and to analyze its distribution by sex. An observational, descriptive, cross-sectional study was conducted in 89 students during the August-December 2023 academic period. Body weight, height, body mass index (BMI), and waist circumference were assessed using standardized anthropometric procedures. BMI was classified according to the criteria established by the World Health Organization, and the association between sex and excess body weight was evaluated using Pearson's chi-square test. Women accounted for 60.7% of participants and men for 39.3%. Mean BMI was $24.8 \pm 4.4 \text{ kg/m}^2$ (95% CI: 23.91-25.79). The overall prevalence of excess body weight was 44.9%. Excess body weight was more frequent among men than women (60.0% vs. 35.2%; $p = 0.022$). These findings highlight the need to strengthen health promotion initiatives and nutritional surveillance from the beginning of medical training.

Keywords: obesity; overweight; medical students; prevalence; body mass index

Correspondencia: efernandez@docentes.uat.edu.mx

Fecha de recepción: 09/febrero/2026 | **Fecha de aceptación:** 17/julio/2026 | **Fecha de publicación:** 03/agosto/2026

*Universidad Autónoma de Tamaulipas. Facultad de Medicina de Tampico. Tampico, Tamaulipas, México



INTRODUCCIÓN

La obesidad y el sobrepeso constituyen uno de los principales desafíos para la salud pública mundial debido a su elevada prevalencia, tendencia creciente y estrecha asociación con enfermedades crónicas no transmisibles, entre ellas diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cardiovasculares, diversos tipos de cáncer y mortalidad prematura. La Organización Mundial de la Salud ha señalado que la frecuencia de estas condiciones continúa incrementándose en todos los grupos etarios, incluyendo adolescentes y adultos jóvenes, lo que representa una carga sustancial para los sistemas de salud y un importante reto para las estrategias de prevención poblacional.

En México, la magnitud del problema resulta particularmente relevante. La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2020-2022 reportó prevalencias de sobrepeso y obesidad de 23.9% y 17.2%, respectivamente, en adolescentes de 12 a 19 años, mientras que la ENSANUT Continua 2020-2023 documentó una prevalencia de obesidad de 37.1% en la población adulta. Estos datos evidencian que el exceso de peso constituye una condición ampliamente distribuida en la población mexicana y sugieren que una proporción importante de individuos alcanza la edad universitaria con alteraciones nutricionales previamente establecidas (Shamah-Levy et al., 2023; Barquera et al., 2024).

La etiología del exceso de peso es compleja y multifactorial, resultado de la interacción entre factores biológicos, conductuales, psicológicos, ambientales y socioculturales. Entre los

determinantes más consistentemente asociados se encuentran los patrones alimentarios inadecuados, el elevado consumo de alimentos ultraprocesados, la insuficiente práctica de actividad física, las conductas sedentarias, las alteraciones del sueño y la exposición crónica al estrés. La convergencia de estos factores favorece un balance energético positivo y contribuye al desarrollo progresivo de adiposidad excesiva desde etapas tempranas de la vida (World Health Organization, 2024; Poobalan et al., 2023).

La población universitaria representa un grupo particularmente vulnerable a la adopción de conductas asociadas con el incremento de peso corporal. El ingreso a la educación superior suele acompañarse de cambios significativos en los estilos de vida, incluyendo modificaciones en los hábitos alimentarios, mayor autonomía en la toma de decisiones relacionadas con la salud, variaciones en los horarios de sueño y mayores demandas académicas y sociales. Diversos estudios han documentado que estos cambios pueden favorecer patrones conductuales caracterizados por disminución de la actividad física, incremento del comportamiento sedentario y consumo frecuente de alimentos de alta densidad energética, factores relacionados con una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos jóvenes (Musaiger et al., 2022; Poobalan et al., 2023).

Dentro de este contexto, los estudiantes de medicina constituyen una población de especial interés debido a que, además de estar expuestos a importantes exigencias académicas y niveles elevados de estrés,

desempeñarán en el futuro un papel relevante en la promoción de estilos de vida saludables y en la prevención de enfermedades crónicas en la población general. Sin embargo, la evidencia disponible indica que este grupo no se encuentra exento de presentar factores de riesgo asociados con el exceso de peso. Se han descrito asociaciones entre obesidad, inactividad física, hábitos alimentarios deficientes, privación de sueño y estrés académico, así como una mayor frecuencia de sobrepeso y obesidad en hombres en comparación con mujeres (Estrada Nava et al., 2021; Li et al., 2022; Khan et al., 2024).

Además del índice de masa corporal, la distribución de la adiposidad ha adquirido una importancia creciente en la evaluación del riesgo cardiometabólico. En este sentido, el perímetro abdominal constituye un indicador antropométrico ampliamente utilizado para identificar acumulación de grasa central, condición asociada con resistencia a la insulina, síndrome metabólico y mayor riesgo cardiovascular. La evidencia disponible sugiere que la adiposidad abdominal puede estar presente incluso en individuos con valores de índice de masa corporal dentro de rangos considerados normales, por lo que la incorporación de indicadores complementarios resulta útil para una evaluación más integral del estado nutricional (Albaker et al., 2021; Alharbi et al., 2023).

A nivel internacional, la evidencia reciente confirma que el exceso de peso constituye un problema relevante entre estudiantes de medicina. Un metaanálisis realizado por Shafiee et al. (2024)

documentó una elevada prevalencia de sobrepeso y obesidad en esta población, con variaciones atribuibles a diferencias geográficas, socioculturales y económicas. De manera complementaria, estudios longitudinales han demostrado incrementos progresivos del índice de masa corporal durante la formación médica, lo que sugiere que la etapa universitaria puede representar un periodo crítico para el establecimiento y consolidación de conductas relacionadas con la alimentación, la actividad física y el control del peso corporal (Shafiee et al., 2024; Szemik et al., 2024).

A pesar de la disponibilidad de evidencia nacional e internacional, continúa siendo limitada la información local relacionada con el estado nutricional de los estudiantes al momento de incorporarse a la formación médica. La caracterización temprana de la prevalencia de sobrepeso y obesidad permite identificar grupos potencialmente vulnerables y generar evidencia para el diseño de intervenciones institucionales orientadas a la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles. En este contexto, el objetivo del presente estudio fue determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Médico Cirujano y describir su distribución según sexo mediante indicadores antropométricos convencionales.

MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y de corte transversal en estudiantes de nuevo ingreso a la

Licenciatura en Médico Cirujano de la Facultad de Medicina de Tampico “Dr. Alberto Romo Caballero” de la Universidad Autónoma de Tamaulipas durante el periodo académico agosto-diciembre de 2023, con el propósito de estimar la prevalencia de sobrepeso y obesidad mediante indicadores antropométricos obtenidos al inicio de la formación profesional.

La población de estudio estuvo integrada por estudiantes inscritos por primera vez en el primer semestre de la Licenciatura en Médico Cirujano, cuya selección se efectuó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia que incluyó a quienes asistieron a las actividades institucionales de evaluación inicial, aceptaron participar voluntariamente y cumplieron los criterios de elegibilidad establecidos, obteniéndose una muestra final de 89 estudiantes. Se consideraron elegibles aquellos estudiantes de ambos sexos con edad igual o superior a 17 años que otorgaron consentimiento informado para participar, mientras que fueron excluidos quienes no completaron las mediciones antropométricas o presentaron información insuficiente para los análisis previstos, por lo que los resultados deben interpretarse como estimaciones aplicables a la población evaluada.

Las variables analizadas incluyeron sexo, peso corporal, estatura, índice de masa corporal y perímetro abdominal, considerándose como variable principal de interés la presencia de exceso de peso, definida operacionalmente como la coexistencia de sobrepeso u obesidad de acuerdo con los criterios de clasificación del índice de masa corporal.

Las mediciones antropométricas fueron realizadas por personal previamente capacitado siguiendo procedimientos estandarizados, registrándose el peso corporal en kilogramos mediante una báscula digital calibrada con los participantes descalzos y con ropa ligera, mientras que la estatura se obtuvo mediante un estadímetro con el participante en posición erguida, cabeza orientada en el plano de Frankfurt, brazos relajados a los costados y talones en contacto con la superficie de apoyo. A partir de estas mediciones se calculó el índice de masa corporal mediante la fórmula $\text{peso (kg)}/\text{talla}^2 \text{ (m}^2\text{)}$, clasificándose de acuerdo con los criterios propuestos por la Organización Mundial de la Salud en bajo peso ($<18.5 \text{ kg/m}^2$), peso normal ($18.5\text{-}24.9 \text{ kg/m}^2$), sobrepeso ($25.0\text{-}29.9 \text{ kg/m}^2$), obesidad grado I ($30.0\text{-}34.9 \text{ kg/m}^2$), obesidad grado II ($35.0\text{-}39.9 \text{ kg/m}^2$) y obesidad grado III ($\geq 40.0 \text{ kg/m}^2$).

Por otra parte, el perímetro abdominal se determinó mediante una cinta antropométrica flexible e inextensible colocada horizontalmente en el punto medio entre el borde inferior de la última costilla y la cresta ilíaca, registrándose la medición al final de una espiración normal con el participante en posición de pie; todas las evaluaciones fueron realizadas durante las primeras semanas del ciclo escolar y cada estudiante fue medido una sola vez, mientras que la información obtenida fue registrada mediante un sistema de codificación diseñado para garantizar la confidencialidad de los datos.

La captura y el procesamiento de los datos se realizaron mediante el programa IBM SPSS Statistics versión 27, describiéndose las variables categóricas mediante frecuencias absolutas y porcentajes, en tanto que las variables cuantitativas se resumieron mediante medias, desviaciones estándar, intervalos de confianza al 95% y valores mínimo y máximo. Asimismo, la prevalencia de exceso de peso fue estimada como la proporción de estudiantes con sobrepeso u obesidad y se calculó su correspondiente intervalo de confianza al 95% mediante el método de Wilson; posteriormente, la asociación entre sexo y exceso de peso fue evaluada mediante la prueba χ^2 de Pearson y la magnitud de dicha asociación fue cuantificada mediante la razón de prevalencias con su respectivo intervalo de confianza al 95%, estableciéndose como criterio de significancia estadística un valor de p inferior a 0.05.

El estudio se condujo conforme a los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki y la normativa nacional vigente en materia de investigación en salud, garantizándose en todo momento la participación voluntaria, el respeto a la autonomía de los participantes y la confidencialidad de la información proporcionada; previo al inicio de las evaluaciones, todos los estudiantes recibieron información detallada acerca de los objetivos y procedimientos de la investigación y otorgaron su consentimiento informado por escrito, precisándose además que los datos obtenidos serían utilizados exclusivamente con fines científicos y académicos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se incluyeron 89 estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Médico Cirujano, de los cuales 54 correspondieron al sexo femenino (60.7%) y 35 al sexo masculino (39.3%). El peso corporal promedio de la población estudiada fue de 67.7 ± 17.2 kg, con valores comprendidos entre 44.5 y 122.0 kg, mientras que el índice de masa corporal presentó una media de 24.8 ± 4.4 kg/m² y un intervalo de confianza al 95% de 23.91 a 25.79 kg/m², observándose un rango de valores entre 16.8 y 37.3 kg/m². Respecto al perímetro abdominal, se registró una media de 75.8 ± 10.5 cm en las mujeres y de 88.1 ± 12.2 cm en los hombres, con intervalos de confianza al 95% de 73.0 a 78.7 cm y de 84.0 a 92.0 cm, respectivamente (Tabla 1).

Tabla 1. Características generales y antropométricas de la población estudiada

Variable	Resultado
Total de participantes, n	89
Sexo femenino, n (%)	54 (60.7)
Sexo masculino, n (%)	35 (39.3)
Peso corporal, media $\pm$ DE (kg)	67.7 ± 17.2
Peso corporal, mínimo–máximo (kg)	44.5–122.0
IMC, media $\pm$ DE (kg/m ²)	24.8 ± 4.4
IMC, IC 95% (kg/m ²)	23.91–25.79
IMC, mínimo–máximo (kg/m ²)	16.8–37.3
Perímetro abdominal en mujeres, media $\pm$ DE (cm)	75.8 ± 10.5
Perímetro abdominal en mujeres, IC 95% (cm)	73.0–78.7
Perímetro abdominal en hombres, media $\pm$ DE (cm)	88.1 ± 12.2
Perímetro abdominal en hombres, IC 95% (cm)	84.0–92.0

Fuente: Elaboración propia, 2026. Nota: DE = desviación estándar; IMC = índice de masa corporal; IC 95% = Intervalo de confianza al 95%.

De acuerdo con la clasificación del índice de masa corporal propuesta por la Organización Mundial de la Salud, el 52.8% de los estudiantes presentó peso normal, mientras que el 31.5% fue clasificado con sobrepeso, el 9.0% con obesidad grado I y el 4.5%

con obesidad grado II; adicionalmente, el 2.2% presentó bajo peso. En conjunto, 40 de los 89 participantes fueron identificados con exceso de peso, definido como la presencia de sobrepeso u obesidad, lo que correspondió a una prevalencia global de 44.9% (IC95%: 35.0-55.3) (Tabla 2).

Tabla 2. *Clasificación del índice de masa corporal en los estudiantes evaluados*

Categoría de IMC	n	%
Bajo peso	2	2.2
Peso normal	47	52.8
Sobrepeso	28	31.5
Obesidad grado 1	8	9.0
Obesidad grado 2	4	4.5
Total	89	100.0

Fuente: Elaboración propia, 2026. Nota. IMC = índice de masa corporal.

Al analizar la distribución del exceso de peso según sexo, se observó que esta condición estuvo presente en 21 de los 35 hombres evaluados (60.0%) y en 19 de las 54 mujeres (35.2%). La comparación entre ambos grupos mostró diferencias estadísticamente significativas ($\chi^2 = 5.28$; $p = 0.022$), evidenciando una mayor frecuencia de exceso de peso en el sexo masculino. Asimismo, la razón de prevalencias indicó que los hombres presentaron una frecuencia de exceso de peso 1.71 veces superior a la observada en las mujeres (IC95%: 1.09-2.68) (Tabla 3).

Tabla 3. *Distribución del exceso de peso según sexo*

Sexo	Sin exceso de peso, n (%)	Con exceso de peso, n (%)	Total
Mujeres	35 (64.8)	19 (35.2)	54
Hombres	14 (40.0)	21 (60.0)	35
Total	49 (55.1)	40 (44.9)	89

Fuente: Elaboración propia, 2026. Nota. Exceso de peso definido como sobrepeso más obesidad. $\chi^2 = 5.2$; $p = 0.02$.

Los resultados antropométricos muestran que, aunque el peso normal constituyó la categoría nutricional predominante, cerca de la mitad de los estudiantes presentó exceso de peso al momento de ingresar a la licenciatura. De igual manera, las diferencias observadas en el perímetro abdominal y en la prevalencia de exceso de peso sugieren un patrón antropométrico menos favorable en los estudiantes varones en comparación con las mujeres dentro de la población analizada.

La prevalencia de exceso de peso observada en la población estudiada alcanzó 44.9%, lo que indica que aproximadamente uno de cada dos estudiantes ingresó a la formación médica con sobrepeso u obesidad, situación que adquiere relevancia debido a que la acumulación excesiva de adiposidad durante la adolescencia tardía y la adultez temprana se asocia con una mayor probabilidad de persistencia de la obesidad a lo largo del curso de vida y con un incremento posterior del riesgo cardiometabólico; en este contexto, los hallazgos sugieren que una proporción importante de las alteraciones nutricionales identificadas se encontraba presente antes del ingreso a la educación superior, hecho que resulta congruente con la situación epidemiológica descrita en México, donde las encuestas nacionales de salud han documentado elevadas prevalencias de sobrepeso y obesidad tanto en adolescentes como en adultos (Shamah-Levy et al., 2023; Barquera et al., 2024).

Aunque el peso normal constituyó la categoría predominante, el sobrepeso representó

aproximadamente una tercera parte de la población evaluada y las diferentes categorías de obesidad concentraron más de una décima parte de los participantes, patrón que evidencia una importante carga de alteraciones nutricionales en etapas tempranas del continuo de ganancia ponderal y que podría representar una ventana de oportunidad para la implementación de intervenciones preventivas antes de la progresión hacia formas más severas de obesidad y sus complicaciones metabólicas; esta interpretación coincide con lo señalado por Szemik et al. (2024), quienes documentaron incrementos significativos del índice de masa corporal durante la formación médica y destacaron que el periodo universitario constituye una etapa crítica para la consolidación de conductas relacionadas con la alimentación, la actividad física y el control del peso corporal.

La magnitud de la prevalencia observada también debe analizarse a la luz de la evidencia internacional disponible, ya que el metaanálisis desarrollado por Shafiee et al. (2024) identificó que el sobrepeso y la obesidad representan problemas de considerable relevancia entre estudiantes de medicina de distintas regiones del mundo, aunque con variaciones asociadas a factores geográficos, socioculturales y económicos; desde esta perspectiva, los resultados obtenidos confirman que los estudiantes de medicina no se encuentran exentos de la transición epidemiológica nutricional observada en la población general y respaldan la necesidad de fortalecer las estrategias preventivas dirigidas específicamente a este grupo poblacional.

La comparación con los datos nacionales aporta elementos adicionales para la interpretación de los hallazgos, debido a que la prevalencia de exceso de peso identificada en el presente estudio resulta similar a la reportada en adolescentes mexicanos por la ENSANUT Continua 2020-2022 y coherente con la elevada frecuencia de obesidad observada en la población adulta mexicana según la ENSANUT Continua 2020-2023; si bien las diferencias metodológicas y demográficas impiden realizar comparaciones directas, la consistencia de estas cifras sugiere que los estudiantes universitarios permanecen expuestos a los mismos determinantes ambientales y conductuales que favorecen el desarrollo del exceso de peso en la población general, por lo que la formación en ciencias de la salud no parece constituir un factor protector suficiente frente a esta problemática (Shamah-Levy et al., 2023; Barquera et al., 2024).

Uno de los hallazgos más relevantes del estudio correspondió a las diferencias observadas según sexo, puesto que la prevalencia de exceso de peso fue significativamente mayor en hombres que en mujeres y la razón de prevalencias mostró una frecuencia 71% superior en los estudiantes varones; estos resultados coinciden con los reportados por Li et al. (2022), quienes identificaron una mayor proporción de sobrepeso y obesidad en hombres dentro de una población de estudiantes de medicina, así como con los hallazgos de Szemik et al. (2024), quienes señalaron al sexo masculino como un factor asociado con una mayor probabilidad de presentar exceso de peso durante el seguimiento de estudiantes

universitarios, circunstancia que sugiere la posible participación de factores biológicos, conductuales y socioculturales que condicionan diferencias en la acumulación de adiposidad entre ambos grupos.

Asimismo, el perímetro abdominal promedio fue superior en los hombres respecto a las mujeres, observación que adquiere importancia debido a que la adiposidad central constituye un marcador reconocido de riesgo cardiometabólico y se ha relacionado con alteraciones metabólicas tempranas, resistencia a la insulina y enfermedad cardiovascular; en este sentido, Albaker et al. (2021) documentaron asociaciones entre adiposidad corporal y riesgo cardiometabólico en estudiantes universitarios, mientras que Alharbi et al. (2023) destacaron la utilidad del perímetro abdominal para identificar individuos con riesgo metabólico elevado incluso en ausencia de obesidad definida por índice de masa corporal, lo que respalda la importancia de incorporar indicadores complementarios en la valoración nutricional de población joven.

Los hallazgos obtenidos también respaldan la necesidad de fortalecer las estrategias institucionales orientadas a la promoción de estilos de vida saludables desde el inicio de la formación profesional, particularmente aquellas relacionadas con alimentación equilibrada, incremento de la actividad física, reducción del sedentarismo y fortalecimiento de hábitos adecuados de sueño; esta recomendación encuentra sustento en la evidencia disponible, ya que diversos estudios han señalado que los factores conductuales asociados con el estilo de vida

desempeñan un papel determinante en el desarrollo y mantenimiento del exceso de peso en estudiantes universitarios (Musaiger et al., 2022; Poobalan et al., 2023), mientras que investigaciones recientes en estudiantes de medicina han destacado la influencia de conductas relacionadas con alimentación, actividad física y estrés académico sobre el estado nutricional (Estrada Nava et al., 2021; Khan et al., 2024).

Entre las principales fortalezas del estudio destaca la obtención de mediciones antropométricas directas mediante procedimientos estandarizados y personal capacitado, lo que reduce el sesgo asociado con la utilización de datos autorreportados; adicionalmente, la evaluación fue realizada durante las primeras semanas de ingreso a la licenciatura, permitiendo caracterizar el estado nutricional de los participantes antes de una exposición prolongada a las exigencias académicas y a los cambios conductuales potencialmente asociados con la formación médica. No obstante, los resultados deben interpretarse considerando algunas limitaciones, entre las que destacan el diseño transversal, que impide establecer relaciones causales, el empleo de un muestreo no probabilístico por conveniencia, que limita la validez externa de los hallazgos, y la ausencia de variables relacionadas con alimentación, actividad física, calidad del sueño, estrés académico, consumo de alcohol, antecedentes familiares y composición corporal, factores que podrían contribuir a explicar las diferencias observadas en la prevalencia de exceso de peso.

En conjunto, la evidencia generada demuestra que el exceso de peso constituye una condición frecuente desde el momento de ingreso a la carrera de Medicina y pone de manifiesto la necesidad de fortalecer los programas de vigilancia nutricional, promoción de la salud y prevención de enfermedades crónicas dirigidos a estudiantes universitarios; asimismo, resalta la conveniencia de desarrollar investigaciones longitudinales y multicéntricas que permitan analizar la evolución del estado nutricional durante la formación profesional e identificar con mayor precisión los factores biológicos, conductuales y ambientales involucrados en el desarrollo de sobrepeso y obesidad en esta población (Shafiee et al., 2024; Szemik et al., 2024).

CONCLUSIONES

La evaluación del estado nutricional de estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Médico Cirujano permitió documentar la presencia de exceso de peso desde el inicio de la formación profesional, lo que pone de manifiesto la necesidad de considerar esta condición como un aspecto prioritario dentro de las estrategias institucionales de promoción de la salud dirigidas a población universitaria.

Los hallazgos sugieren que la incorporación a una carrera del área de la salud ocurre en un contexto donde ya existen alteraciones nutricionales relevantes, por lo que las acciones preventivas deberían implementarse tempranamente y formar parte de programas integrales orientados al fortalecimiento de hábitos saludables y al autocuidado.

Asimismo, la evidencia generada aporta información local útil para la planificación de intervenciones universitarias orientadas a la vigilancia del estado nutricional y a la prevención de factores de riesgo cardiometabólico, al tiempo que resalta la necesidad de desarrollar estudios longitudinales que permitan comprender la evolución de los indicadores antropométricos durante la formación médica e identificar los determinantes asociados con su modificación a lo largo del tiempo.

REFERENCIAS

- Albaker, W., El-Ashker, S., Baraka, M. A., El-Tanahi, N., Ahsan, M., & Al-Hariri, M. (2021). Adiposity and cardiometabolic risk assessment among university students in Saudi Arabia. *Science Progress*, 104(1). <https://doi.org/10.1177/0036850421998532>
- Barquera, S., Hernández-Barrera, L., Oviedo-Solís, C., Rodríguez-Ramírez, S., Monterrubio-Flores, E., Trejo-Valdivia, B., Martínez-Tapia, B., Aguilar-Salinas, C., Galván-Valencia, O., Chávez-Manzanera, E., Rivera-Dommarco, J., & Campos-Nonato, I. (2024). Obesidad en adultos. *Salud Pública de México*, 66(4), 414-424. <https://doi.org/10.21149/15863>
- Estrada Nava, E. Y., Veytia López, M., Guadarrama, R., & Gaona, L. S. (2021). Porcentaje de grasa corporal asociado a calidad de la dieta y consumo de alcohol en estudiantes de medicina de una universidad pública de

- México. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 27(2), Artículo 6.
- Khan, M. A., Fatima, K., & Ali, R. (2024). Lifestyle behaviors and obesity among medical students: A multicenter cross-sectional study. *BMC Medical Education*.
- Li, B., Sun, L., Yu, Y., Xin, H., Zhang, H., Liu, J., & Zhang, Z. (2022). Associations between body composition and physical fitness among Chinese medical students: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 22, 2041. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14548-0>
- Musaiger, A. O., Al-Mannai, M., Al-Lalla, O., Al-Haifi, A., Al-Shookri, A., Al-Qalaf, W., & colaboradores. (2022). Lifestyle factors associated with obesity among university students: A multicountry study. *Nutrition & Food Science*.
- Poobalan, A., Aucott, L., Clarke, A., & Smith, W. (2023). Obesity among young adults: Determinants and prevention strategies. *Public Health Reviews*.
- Shafiee, A., Nakhaee, Z., Bahri, R. A., Amini, M. J., Salehi, A., Jafarabady, K., Seighali, N., Rashidian, P., Fathi, H., Esmacilpur Abianeh, F., Parvizi Omran, S., Bakhtiyari, M., & Alirezaei, A. (2024). Global prevalence of obesity and overweight among medical students: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 24, 1673. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19184-4>
- Shamah-Levy, T., Gaona-Pineda, E. B., Cuevas-Nasu, L., Morales-Ruan, C., Valenzuela-Bravo, D. G., Méndez-Gómez Humarán, I., & Ávila-Arcos, M. A. (2023). Prevalencias de sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente de México. *ENSANUT Continua 2020-2022. Salud Pública de México*, 65(Supl. 1), S218-S224. <https://doi.org/10.21149/14762>
- Szemik, S., Zieleń-Zynek, I., Szklarek, E., & Kowalska, M. (2024). Prevalence and determinants of overweight or obesity among medical students over a 2-year observation. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1437292. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1437292>
- World Health Organization. (2024). Obesity and overweight. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>