

## **Risk factors and prevention strategies associated with overweight and obesity in adults globally**

### **Factores de riesgo y estrategias de prevención asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global**

#### **Autores:**

Lcda. Mg Zavala-Hoppe, Arianna Nicole  
Licenciada en Laboratorio Clínico, Magister en Ciencias de Laboratorio Clínico  
Universidad Estatal del sur de Manabí  
Jipijapa- Ecuador  
 [arianna.zavala@unesum.edu.ec](mailto:arianna.zavala@unesum.edu.ec)

 <https://orcid.org/0000-0002-9725-4511>.

Pincay-Pincay, María José  
Universidad Estatal del sur de Manabí  
Estudiante investigador de la carrera de Laboratorio Clínico  
Jipijapa- Ecuador  
 [pincay-maria3797@unesum.edu.ec](mailto:pincay-maria3797@unesum.edu.ec)

 <https://orcid.org/0009-0002-1644-918X>

Ponce-Calie, Luis Damián  
Universidad Estatal del sur de Manabí  
Estudiante investigador de la carrera de Laboratorio Clínico  
Jipijapa- Ecuador  
 [ponce-luis7399@unesum.edu.ec](mailto:ponce-luis7399@unesum.edu.ec)

 <https://orcid.org/0009-0004-7754-9541>

Pozo-Pozo, Merly Eliana  
Universidad Estatal del sur de Manabí  
Estudiante investigador de la carrera de Laboratorio Clínico  
Jipijapa- Ecuador  
 [pozo-merly4019@unesum.edu.ec](mailto:pozo-merly4019@unesum.edu.ec)

 <https://orcid.org/0009-0006-4679-2949>

Fechas de recepción: 04-ENE-2024 aceptación: 08-FEB-2024 publicación: 15-MAR-2024

 <https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>  
<http://mqrinvestigar.com/>

Autor para correspondencia: [arianna.zavala@unesum.edu.ec](mailto:arianna.zavala@unesum.edu.ec)



## Resumen

**Introducción:** La obesidad y el sobrepeso es considerada un problema que desafía a la salud pública en todo el mundo y según la organización mundial de la salud el sobrepeso y la obesidad afectan más debido a factores emocionales, metabólicos, hormonales y endocrinos. **Objetos de estudio:** Identificar los factores de riesgos y estrategias de prevención asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global. **Metodología:** Se basó en el diseño documental y el tipo de estudio es explicativo y bibliográfico. **Resultados:** Se evidenció que el sobrepeso y obesidad está presente en países y provincias como Brasil, México, Santa Elena, Perú, Chile, Colombia, Manabí, Caráquez, Jipijapa, es el causante de enfermedades crónicas y se presentan por factores de riesgo como daños psicoemocionales, hábitos alimentarios, sedentarismo y niveles de actividad física y genéticos. Estos provocan un impacto negativo en la salud de las personas adultas, también se centra en brindar estrategias como debates, programas de promoción de la actividad física, tratamientos para mejorar los sistemas alimentario. **Conclusión:** La obesidad y el sobrepeso es un problema de salud a nivel global y afectan a personas adultas, y están asociados a múltiples factores que se llevan a cabo en la vida diaria, es por ello la importancia de implementar estrategias tanto políticas gubernamentales que regulen la publicidad y promoción de alimentos no saludables y fomenten prácticas más responsables con el fin de evitar una mayor elevación de personas con problemas de salud.

**Palabras clave:** alimentación; actividad física; sedentarismo; masa corporal; síntomas

## Abstract

**Introduction:** Obesity and overweight are considered a problem that challenges public health around the world and according to the World Health Organization, overweight and obesity affects more due to emotional, metabolic, hormonal and endocrine factors. **Objects of study:** Identify the risk factors and prevention strategies associated with overweight and obesity in adults globally. **Methodology:** It was based on documentary design and the type of study is explanatory and bibliographic. **Results:** It is evident that overweight and obesity is present in countries and provinces such as Brazil, Mexico, Santa Elena, Peru, Chile, Colombia, Manabí, Caráquez, Jipijapa, it is the cause of chronic diseases and occurs due to risk factors such as Psychoemotional damages, eating habits, sedentary lifestyle and levels of physical and genetic activity. These cause a negative impact on the health of adults; it also focuses on providing strategies such as debates, programs to promote physical activity, and treatments to improve food systems. **Conclusion:** obesity and overweight is a global health problem and affects adults, and is associated with multiple factors that occur in daily life, which is why it is important to implement strategies, both government policies that regulate advertising and promotion of unhealthy foods and encourage more responsible practices in order to avoid a greater rise in people with health problems.

**Keyword:** diet; physical activity; sedentary lifestyle; body mass; symptoms



## Introducción

La obesidad y el sobrepeso son un verdadero problema de salud pública actualmente presentes en todo el mundo (Arrieta F, Botet J, 2021), ha provocado un sinnúmero de muertes, esto por lo general se le considera como un desafío multifacético que requiere de una atención urgente (Morales L, Ruvalcaba J, 2018), y puede ser diagnosticada midiendo el índice de masa corporal (IMC), pero también en términos de su distribución de la grasa a través de la circunferencia de la cintura o la medida del índice cintura cadera (González N, González A, 2019).

Según la OMS (Organización mundial de la salud, 2023), en el mundo había aproximadamente 462 millones de adultos con insuficiencia ponderal, mientras que más de 1.900 millones de adultos tienen sobrepeso y más de 600 millones de ellos son obesos. El sobrepeso y la obesidad afectan más a las mujeres que a los hombres debido a factores emocionales, metabólicos, hormonales y endocrinos. La obesidad y el sobrepeso afectan cada año a 2,8 millones de vidas en todo el mundo, es la quinta causa de muerte en el mundo. La tendencia actual es considerar la actividad física como un pilar de las estrategias y programas de salud pública a nivel mundial, no por los múltiples beneficios que aporta, sino por su debilidad (Huaman L, Bolaños N, 2020).

La Organización Mundial de la Salud afirma que en América Latina el consumo de alcohol ocupa el primer lugar, Chile tiene 9,6 litros por cápita y México ocupa el décimo lugar en consumo per cápita. Podemos decir que una bebida alcohólica estándar contiene de 12 a 15 gramos. Por lo que se considera ingesta excesiva cuando una mujer consume más de 40 gramos y 60 gramos para hombres, entonces si se consume más de 50 se considera un problema de salud (Vázquez E, Calderón Z, Arias J, Ruvalcaba J, Rivera L, Ramírez E, 2019). De acuerdo con la World Obesity Federation (World Obesity Federation, 2022). En el año 2019, 13% de los adultos en el mundo tenía obesidad, 39% tenía sobrepeso y cinco millones de muertes estuvieron asociadas con la obesidad. Hoy en día se han realizado diversos estudios en varios países y regiones de América Latina y en el Caribe, por el cual mediante esta redacta una correlación estadística que establece el riesgo de DM2 es significativamente diferente del riesgo de los factores asociados, especialmente la obesidad, en ella se pueden encontrar obesidad central y obesidad global, falta de actividad física, Hipertensión, síndrome metabólico, intolerancia a la prueba de glucosa, e incluso cambios a nivel de glucosa en sangre en ayunas, nivel de HDL y hábitos alimentarios (Rodríguez M, Mendoza M, Sirtori A, Caballero I, 2018).

En México se incrementan significativamente el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles, la mortalidad prematura y el costo social de la salud (Kaufer M, Pérez J, 2022). Está ocupando uno de los primeros lugares en la prevalencia mundial de obesidad en población adulta, la cual es diez veces mayor que la en países como Japón y Corea. En nuestro país, más del 70 % de la población adulta tiene exceso de peso. La prevalencia de sobrepeso

es más alta en hombres que en mujeres, mientras que la prevalencia de obesidad es mayor en las mujeres (Ramos E, Reyes R, Vieyra J, 2021).

En Ecuador, las dislipidemias, el sobrepeso y la obesidad se consideran un problema de salud pública. Según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), el 63,3% de la población adulta en el país tiene sobrepeso u obesidad. Además, el estudio encontró que el 31,4% de los adultos tienen niveles elevados de colesterol en la sangre (Chávez V, Zurita N, 2023).

En Ecuador la encuesta ENSANUT-2 012 establece que a nivel nacional el 62.8% de la población adulta presenta sobrepeso y obesidad, en cuanto a las provincias de la serranía ecuatoriana (provincias de Carchi, Imbabura, Pichincha, Santo Domingo, Cotopaxi, Chimborazo Bolívar, Cañar, Azuay y Loja) se describe una prevalencia de sobrepeso y obesidad del 27% y 17% en adultos jóvenes de Riobamba (Chimborazo) y Quito (Pichincha) respectivamente (Freire W, Ramírez M, Belmont P, Tomo I, 2021).

Mediante de estudios realizados en adultos atendidos en el centro de Salud Portoviejo, Manabí se recopilaban datos demográficos, perfil lipídico, comorbilidades y el índice de masa corporal. 31,34% de los pacientes estudiados presentaban obesidad, mientras que el sobrepeso alcanzó 27,51%. Este estudio identificó las características en pacientes con dislipidemia siendo más frecuente la forma mixta, en la edad de 55 a 59 años, la cual representa a uno de los grupos considerados vulnerables (Anzules J, Linares S, Véliz I, Delgado L, Valdiviezo R, Fernández J, 2021).

Mediante esta presente investigación documental se busca conocer cuáles son los principales factores de riesgos y cuáles son las estrategias que se deben tener en cuenta para prevenir el sobrepeso y obesidad específica de en los adultos, para ello utilizaremos información científica de los últimos 6 años haciendo énfasis al nivel global además de implementar estrategias de prevención a la gran problemática que se vive hoy en día.

## **Materiales y métodos**

### **Materiales y métodos**

**Diseño y tipo de estudio:** La presente investigación es de diseño documental y el tipo de estudio es explicativo y bibliográfico

**Estrategia de búsqueda:** Se realizó una revisión bibliográfica de artículos científicos en idioma castellano y portugués en revistas indexadas en Scopus, Biomed Central, Scielo y Science Direct. Para la recopilación de información se utilizaron palabras claves tales como: diabetes, presión arterial, sobrepeso, metabolismo, anomalías. Se empleó el uso del booleano ``and``, ``or`` ya que el interés fue examinar las publicaciones acerca el sobrepeso y la obesidad que tienen las personas adultas los países de Latinoamérica

### **Criterios de Inclusión y Exclusión**

#### **Criterios de Inclusión**

Se incluyó todo artículo en castellano y portugués publicado en los años correspondientes a partir de 2018 hasta 2023. Se analizaron los materiales y métodos de cada artículo, cuyo diseño cumpliera con los criterios definidos, se seleccionaron para resultados aquellos

artículos con definición clara acorde a los objetivos, y con conclusiones acordes a los resultados del análisis

### Criterios Exclusión

Se exceptuó todo artículo con información insuficiente y publicada en años inferiores al 2017. Además, los trabajos publicados que no permitieron acceso libre.

### Materiales, equipos e instrumentos

Los materiales, equipos e instrumentos que se emplearon en la investigación fueron los siguientes: hojas, lapiceros, internet y laptop

**Consideraciones Éticas:** De acuerdo a la ley 23 de 1983, se respetaron los derechos de autor, realizándose una adecuada citación y referenciarían de la información de acuerdo a las normas APA 7ma edición (Daza F, Riaño J, 2021) .

## Resultados

**Tabla 1.** Fundamentación teórica referente al sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global

Autor/Autores	Año de estudio	País o Ciudad de estudio	Tipo de investigación	Fundamentación teórica	Ref.
Arnaiz M y col	2020	Brasil	Investigación cualitativa, descriptivo	Es una enfermedad crónica no transmisible y asociada con factores biológicos.	(Arnaiz M, Demonte F, Kraemer F, 2020).
Medina M y col	2020	México	Estudio de diseño probabilístico, descriptivo	Cobra relevancia por el impacto en la aparición de enfermedades crónicas en la vida adulta, lo que resulta en menor calidad de vida.	(Medina M, Shamah T, Cuevas L, Gómez I, Hernández S, 2022).
Tomalá M y col	2022	Santa Elena	Estudio Transversal, observacional, descriptivo prospectivo	Es una enfermedad que va en aumento en estos últimos años que está ocasionan fallecimientos.	(Tomalá M, 2022).
Morocho J y col	2022	Perú	Revisión cuantitativa y no experimental	Se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa.	(Morocho J, Llallahui W, 2022).
Vinueza A y col	2022	Latinoamérica	Estudio observacional de tipo transversal	Han evaluado estudios de carácter nacional, para permitir una prevalencia del sobrepeso y la obesidad.	(Vinueza A, Tapia E, Tapia G, Nicolald e T, Carpio, 2023).
Bascuñán F	2022	Chile	Investigación cualitativa, bibliográfica, documental.	Existen enfermedades crónicas no transmisibles de las principales causas de morbimortalidad en mundo.	(Bascuñán F, 2022).

Vázquez Valencia C y col	2023	México	Estudio cuantitativo y transversal	Estos dos tipos de enfermedades son considerados graves problemas de salud por su gran magnitud y por su asociación con el desarrollo de otras enfermedades.	(Vázquez C, Campos Y, 2023).
Díaz S y col	2023	Colombia	Estudio de diseño documental de tipo informativo	Son un problema prioritario de salud pública debido, por un lado, al gran número de personas afectadas, que sigue creciendo, y por otro, a sus nefastas consecuencias para la salud.	(Díaz S, Marciallo A, Macias L, Medrand a A., 2023).
Tomás J.	2023	Chile	Investigación bibliográfica	Hoy en día un problema global, calificado por la Organización Mundial de la Salud.	(Tomás J, 2023).
Hernández D y col.	2023	Manabí – Ecuador	Estudio observacional descriptiva	Son expresión de un exceso de grasa con reflejo en el incremento de la masa corporal.	(Hernández D, Arencibia R, Hidalgo T, Mendoza L, de la Caridad Maqueira G, García M, 2023).
Flores R y col.	2023	Caráquez – Manabí	Estudio experimental	Tiene exceso de grasa, un aumento de peso, índice de masa corporal	(Flores R, Mera O, Valdiviezo J, 2023).
Azua M y col.	2023	Jipijapa – Manabí - Ecuador	Estudio descriptivo, prospectivo y corte transversal	Es una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede provocar problemas de salud, que a menudo se miden mediante un índice de masa corporal elevado.	(Azua M, Arteaga A, Jaramillo A, 2023).

**Análisis e Interpretación.** En la tabla 1 se pudo evidenciar investigaciones de alto impacto focalizados al primer objetivo acerca fundamentación teórica del sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global, en el cual intervinieron los siguientes países: Brasil, México, Perú, Chile, Colombia, Ecuador correspondientes del año 2018 hasta el 2023, evidenciado que el sobrepeso y obesidad en los adultos es una enfermedad crónica la cual puede ocasionar fallecimiento por la excesiva grasa.

**Tabla 2.-** Factores de riesgo asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global

Autor/ Autores	Año de estudio	País o Ciudad	Tipo de investigación	Factores de riesgo	Ref.
Gómez A y col.	2018	Ecuador/ Milagro	Investigación documental, descriptivo	Ocasionan daños psicoemocionales, dado que la mayoría se aísla o sufre marginaciones, la autoestima muy baja lo convierte en el centro de burlas	(Gómez A, Mosquera M., 2018).
Moreira D y col	2018	Ecuador	Revisión documental, bibliográfica	Cambios de estilo de vida principalmente los malos hábitos alimentarios y el sedentarismo.	(Moreira D, Rodríguez V, Mera J, Medranda R, Medranda F, Avendaño G, 2018).
Balza A y col	2018	Venezuela	Investigación prospectiva, descriptiva	Problemas cardiovasculares como dislipidemias, hipertensión arterial, además se dan por la inactividad física y el consumo de tabaquismo	(Balza A, Canache B, Hernández R, Camacho C, Camacho J, 2018).
Vázquez E y col	2019	México	Revisión metodológica	Sedentarismo, la inactividad física y los incorrectos hábitos de alimentación están asociados al estado nutricional y emocional de las personas pueden incrementar el consumo diario de alimentos con alta densidad energética	(Vázquez E, Calderón Z, Arias J, Ruvalcaba J, Rivera L, Ramírez M).
Alcázar M, Caceres S y col	2019	Ecuador- Portoviejo	Estudio descriptivo transversal, correlacional	Estilo de vida, sedentarismo, hábitos alimenticios inadecuados, inactividad física,	(Alcázar M, Caceres S, Pincay V, Lucas I, 2019).
Salazar L y col	2020	Bogotá /Colombia	Estudio de corte transversal.	Hábitos alimentarios, particularmente la cantidad y la calidad de los alimentos ingeridos.	(Salazar L, Polit N, Díaz L, Estrada K, 2020).
Concepción M. y col.	2020	México	Estudio descriptivo cuantitativo	Aumento en el consumo de alimentos discrecionales altos en azúcar y grasas que brindan un bajo aporte nutricional para la humanidad	(Concepción M, Levy T, Nasu L, Gómez I, Hernández S, 2020).

Montaya V y col	2021	Ecuador-Quevedo	Estudio descriptivo, enfoque cuantitativo, no experimental, de cohorte transversal	Deficiencia alimentaria, sedentarismo y cambios en la microbiótica intestinal.	(Montoya V, Martínez J, 2021).
Falcón Cabrera k	2022	lima	Investigación observacional, analítico, retrospectivo, de corte transversal	Pueden desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles como: enfermedades cardiovasculares, problemas del aparato locomotor e incluso diversos tipos de cáncer.	( Falcón Cabrera k, 2022).
Sinchiguano B y col	2022	Ecuador	Revisión bibliográfica, tipo documental.	Se relacionan con el estilo de vida: actividad laboral, dieta obesogénica, reducción de actividad física, el excesivo consumo de alimentos procesados, además de problemas psicológicos.	(Sinchiguano B, Sinchiguano Y, Vera E, Peña S, 2022).
Etchegaray K y col	2023	Chile	Diseño de estudio transversal	Elección de alimentos y el nivel de actividad física, el entorno familiar juega un papel crucial además de ser un contribuyente a la sobrealimentación y al sedentarismo.	(Etchegaray K, Fuentealba S, Bustos E, 2023).
Silvestre R.	2023	Riobamba /Ecuador	Investigación descriptiva, documental, retrospectivo, transversal, correlacional, y de corte transversal	Pueden presentarse por factores genéticos, por la dieta, ya que pueden estar relacionadas con grasas saturadas, fructosa, sedentarismo.	(Silvestre R, Narvaez M, 2023).

**Análisis e Interpretación.** - En la tabla 2 se muestran investigaciones de alto impacto que se centran en el segundo objetivo referido a los Factores de riesgo asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global, en el cual interactúan diversos países: Ecuador, Venezuela, México, Bogotá, lima, Chile, en esta investigación intervienen revisiones de los años 2018-2023 que evidencian los diferentes factores asociados a sobrepeso y obesidad en los que destacan cambios de estilo de vida, Sedentarismo, factores genéticos e incluso los hábitos alimentarios.

**Tabla 3.-** Estrategias de prevención asociados a sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global.

Autor/Autores	Año de estudio	País o Ciudad de estudio	Tipo de investigación	Estrategias	Ref.
Arnaiz M y col.	2020	España	Investigación de corte transversal.	Promover opciones saludables de alimentación y ejercicio físico, centrando el debate en la necesidad de mejorar los sistemas alimentarios.	(Arnaiz M, Demonte F, Kraemer F, 2020).
Hernández D y col.	2021	México	Revisión Integrativa	Implementar una alimentación menos calórica y comidas más naturales.	(Hernández D, González M, Vázquez J Lima A, Vázquez C, Rodríguez C, 2021).
Mérida L y col.	2022	México	Revisión documental de estudio transversal descriptivo	Promover la actividad física en todos los entornos (académico, laboral, comunitario) para prevenir la obesidad y mejorar la salud.	(Mérida L, Maruri J, González C, 2022).
Ortiz L y col.	2022	México	Revisión documental, descriptivo.	Documentar programas propiciando que las personas con obesidad reciban diagnóstico y tratamiento eficaz para la obesidad y pérdida intencional de peso en adultos.	(Ortiz L, Pérez D, 2022).
Díaz S y col.	2023	Jipijapa/Ecuador	Investigación documental de tipo informativo	Implementar el acceso a un tratamiento asequible, incluida la insulina.	(Díaz S, Marcillo A, Macías L, Medranda A, 2023).
Calle S y col.	2023	Cuenca/Ecuador	Revisión bibliográfica, tipo documental	Incluir la promoción de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras y granos enteros, y baja en alimentos procesados y azucarados.	(Calle S, Vanegas P, 2023).
Gordillo M y col.	2023	Guayaquil/Ecuador	Estudio descriptivo transversal, correlacional	Fomentar una alimentación saludable y de la práctica de la actividad física con intervenciones en distintos ámbitos familiar, educativo, empresarial, sanitario, laboral, comunitario	(Gordillo M, Guerrero M, 2023).

Carrasco J.	2023	Riobamba/Ecuador	Estudio observacional descriptiva	Promover la educación nutricional como papel fundamental para mejorar la nutrición en la seguridad alimentaria, la nutrición comunitaria y las intervenciones en materia de salud.	(Carrasco J, 2023).
Nathan A y col.	2023	Australia	Investigación cualitativa, bibliográfica, documental.	Incluir programas de promoción de la actividad física y la alimentación saludable.	(Nathan A, Sultana R, Brown W, Bauman A, Gill T, 2023).
Méndez N y col.	2023	España	Revisión bibliográfica, tipo documental	Generar espacios y procesos que permitan impactar y modificar este comportamiento sedentario y se estimule la práctica del deporte o de la actividad física.	(Méndez N, Arias A, Bejarano J, Pérez D, Rodríguez K, 2023).
Gonzales J y col.	2023	Cuenca/Ecuador	Estudio descriptivo, correlacional, transversal con enfoque cuantitativo	El propósito es crear condiciones de salud favorable para que los grupos e individuos actúen, se empoderen y tomen decisiones para su propia salud y bienestar.	(Gonzales J, Torres J, 2023).
Ruales y col.	2023	Quito/Ecuador	Revisión sistemática, prisma, metaanálisis	Implementar el ayuno intermitente para la perdida y control del peso.	(Ruales C, Sigcho S, 2023).

**Análisis e Interpretación.** – En la tabla 3 se pudo evidenciar investigaciones de alto impacto focalizados a las estrategias de prevención relacionadas al sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global, en el cual intervinieron los siguientes países: México, España, Australia y Ecuador correspondientes del año 2020 hasta el 2023, evidenciado que la implementación de estrategias de prevención del sobrepeso y la obesidad a nivel global implica abordar diversos aspectos del estilo de vida y del entorno social. Promover hábitos alimenticios saludables es fundamental, fomentando el consumo de alimentos nutritivos y balanceados, así como limitando el acceso a opciones ultra procesadas y ricas en grasas saturadas y azúcares.

### Discusión

Mediante esta investigación se revisó un promedio de 50 artículos científicos en las cuales fueron 36 los que especificaron los objetivos empleados, acerca de fundamentación teórica referente al sobrepeso y obesidad, factores de riesgo, estrategias de prevención en el sobrepeso y obesidad en adultos, los artículos tomados en consideración fueron de revistas como: Scopus, Biomed Central, Scielo y Science Direct, en idioma castellano -y portugués, realizados en un periodo de estudios durante los años 2018-2023.

En la tabla 1. Hace referencia al primer objetivo, los autores Arnaiz M y col., Medina M y col., (Arnaiz M, Demonte F, Kraemer F, 2020); (Medina M, Shamah T, Cuevas L, Gómez I,

Hernández S, 2022) aquellos coinciden en que comer saludable ayuda a tener una dieta equilibrada como puede ser con frutas , verduras, granos enteros ya que esto tiene menos calorías, no obstante Tomalá M y col., Morocho J y col., Vázquez Valencia C y col., (Tomalá M, 2022); (Morocho J, Llallahui W, 2022); (Vázquez C, Campos Y, 2023) difiere con los anteriores autores debido a que es una enfermedad que ha aumentado en los últimos años por el exceso de grasa ya que hay problemas de salud por su gran magnitud de enfermedades la cual ocasiona fallecimientos, por lo tanto Vinueza A y col., Bascuñán F., Hernández D y col., Flores R y col., (Vinueza A, Tapia E, Tapia G, Nicolalde T ,Carpio, 2023); (Bascuñán F, 2022); (Hernández D, Arencibia R , Hidalgo T, Mendoza L, de la Caridad Maqueira G, García M, 2023); (Flores R, Mera O, Valdiviezo J, 2023) nos dicen que se han evaluado la prevalencia del sobrepeso y la obesidad como una enfermedad crónica no transmisibles la cual son expresiones de un exceso de grasa que incrementa la masa corporal, Tomás J., (Tomás J, 2023) hacen referencia que esto ya es un problema global, pero Díaz S y col., Azua M y col., (Díaz S, Marcillo A, Macias L, Medranda A, 2023); ( Azua M, Arteaga A, Jaramillo A, 2023) define que esto es un problema prioritario de salud pública por la acumulación normal o excesiva de gasa la cual esto es lo que provoca problemas de salud por el índice de masa corporal elevado.

En la tabla 2 .Se indica el segundo objetivo, el autor Gómez A y col (Gómez A, Mosquera M., 2018), Sinchiguano B y col (Sinchiguano B, Sinchiguano Y, Vera E, Peña S, 2022) afirman que los factores pueden ocasionar daños psicoemocionales, debido a la gran frecuencia de burlas que obtienen las personas con obesidad y sobre peso, por consiguiente los autores Moreira D y col (Moreira D, Rodríguez V, Mera J, Medranda R, Medranda F, Avendaño G, 2018), Vázquez E y col (Vázquez E, Calderón Z, Arias J, Ruvalcaba J, Rivera L, Ramírez M), Alcázar M, Caceres S y col (Alcázar M, Caceres S, Pincay V, Lucas I, 2019), Montaya V y col (Montoya V ,Martínez J, 2021) Silvestre R. (Silvestre R ,Narvaez M, 2023) coinciden que los factores se dan por un cambio del estilo de vida entre ellas la inactividad física ,el incorrecto hábitos de alimentación que ocasionan una densidad de energía, por consiguiente Balza A y col (Balza A, Canache B, Hernández R, Camacho C, Camacho J, 2018), Falcón Cabrera k ( Falcón Cabrera k, 2022), por lo tanto estos autores concuerdan que estas pueden ocasionar enfermedades crónicas como dislipidemias, hipertensión arterial e incluso ocasionar e incluso pueden causar problemas del aparato locomotor y diversos tipos de cáncer, del mismo modo Salazar L y col (Salazar L, Polit N, Díaz L, Estrada K, 2020) y Concepción M. y col. (Concepción M, Levy T, Nasu L, Gómez I, Hernández S, 2020) coinciden que los alimentos ingeridos ,altos en azúcar y grasas que pueden ocasionar cambios microbióticos en el intestino y brindar un aporte muy bajo en la nutrición del ser humano.

En la tabla 3. Se observa la diversidad de estrategias propuestas por diferentes autores en distintos países y cantones. Desde España hasta Ecuador y Australia, Arnaiz M y col, Mérida L y col, (Arnaiz M, Demonte F, Kraemer F, 2020); (Mérida L, Maruri J, González C, 2022), (Mérida L, Maruri J, González C, 2022) revelan un enfoque global en la promoción de hábitos de vida saludables, haciendo hincapié en la alimentación equilibrada y la actividad física.

Los autores concuerdan que la falta de práctica de deportes o ejercicio y el consumo excesivo de productos procesados con alto contenido de grasas son factores determinantes en el desarrollo de estas condiciones. Esta correlación entre el estilo de vida sedentario y la dieta poco saludable destaca la importancia de intervenir en múltiples niveles, desde la promoción de la actividad física hasta la educación nutricional. Hernández D y col, (Hernández D, González M, Vázquez J Lima A, Vázquez C, Rodríguez C, 2021) Gordillo M y col (; (Gordillo M, Guerrero M, 2023) coincidieron en la implementación de estrategias sobre una alimentación saludable en personas con sobrepeso para que ellos tengan un enfoque alimenticio que utilice productos comestibles envasados, como batidos nutricionales o comidas preenvasadas, como parte de un programa estructurado para el control del peso. Ortiz L y col, (Ortiz L, Pérez D, 2022) Díaz S y col, (Díaz S, Marcillo A, Macias L, Medranda A, 2023) Implementaron el acceso para las personas con obesidad a que reciban un diagnóstico y tratamiento adecuado para ellos. Calle S y col, (Calle S, Vanegas P, 2023) Carrasco J (Carrasco J, 2023), Nathan A y col, (Nathan A, Sultana R, Brown W, Bauman A, Gill T, 2023), consideraron que un programa sería muy bueno para tener un enfoque integral que abarque diversos aspectos de la salud, incluyendo la alimentación, el ejercicio, la salud mental y la educación sobre hábitos de vida saludables.

### **Conclusiones**

En conclusión. Se evidencio científicamente que sobrepeso y obesidad en adultos a nivel global en países de Latinoamérica como Brasil, México, Perú, Chile y Ecuador revela que el sobrepeso y la obesidad en estos países se da por la acumulación anormal o excesiva grasa que se refleja en el incremento de la masa corporal, ya que se da enfermedades crónicas que son asociadas a los factores biológicos en la vida adulta, existen problema de salud por la magnitud y por la asociación con el desarrollo de otras enfermedades, también son un problema prioritario de salud pública debido al gran número de personas afectadas, que sigue creciendo, y también sus nefastas consecuencias para la salud, esto es una enfermedad que se ha aumentado en éstos últimos años que ocasionan los fallecimientos.

Los factores de riesgo asociados con el sobrepeso y la obesidad en adultos a nivel global son multifacéticos y complejos, que involucran una interacción entre diversos aspectos genéticos, ambientales, sociales. Estos ocasionan daños psicoemocionales, hábitos alimentarios, sedentarismo y niveles de actividad física e incluso factores genéticos. La obesidad y sobrepeso puede afectar la distribución de la grasa corporal, y a su vez presentan condiciones que provocan un daño en la salud causando enfermedades como problemas cardiovasculares, dislipidemias, hipertensión arterial, problemas del aparato locomotor, cáncer.

Cabe destacar que la obesidad y el sobrepeso en adultos a nivel mundial es un problema latente es por ello la importancia de plantear estrategias de prevención para la obesidad van más allá de la importancia de una dieta equilibrada y actividad física las cuales son fundamentales para abordar el problema de sobrepeso y la obesidad en adultos en todo el mundo, estas estrategias incluyen políticas gubernamentales que regulen la publicidad y

promoción de alimentos no saludables y fomenten prácticas más responsables en la industria alimentaria. Además, se debe implementar educación nutricional desde edades tempranas para que las personas sean conscientes de la importancia de desarrollar un estilo de vida saludable y o a cooperación entre gobiernos, organizaciones internacionales, la industria alimentaria y la sociedad civil es crucial, solo trabajando juntos se podrán lograr cambios significativos en la prevención y el tratamiento del sobrepeso y la obesidad, reduciendo así su impacto en la salud global.

### Referencias bibliográficas

- Azua M,Arteaga A,Jaramillo A. (2023). Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa. *Revista Multidisciplinaria Arbitraria de Investigación Científica*, 7(4), 1050-1061. doi:<https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.4.2023.1050-1061>
- Falcón Cabrera k. (2022). Factores de riesgo asociados a obesidad en mayores de 15 años en Lima, durante el año 2018. lima: [tesis]. doi:0000-0002-6189-8104
- Alcázar M, Caceres S,Pincay V,Lucas I. (2019). Prevalencia de sobrepeso y obesidad como factores asociados en escolares. *Digital científica*, 2(15). doi:<https://doi.org/10.37117/s.v2i15.213>
- Anzules J,Linares S, Véliz I,Delgado L,Valdiviezo R,Fernández J. (10 de 10 de 2021). Caracterización de dislipidemia en una población adulta. *Revista del Grupo de Investigación*, VI(4), 84-84. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de [https://www.researchgate.net/profile/Joan-Chipia-Lobo/publication/355406524\\_Revista\\_GICOS\\_Vol\\_6\\_Num\\_4/links/616ec8a43d9af67ad7362178/Revista-GICOS-Vol-6-Num-4.pdf#page=85](https://www.researchgate.net/profile/Joan-Chipia-Lobo/publication/355406524_Revista_GICOS_Vol_6_Num_4/links/616ec8a43d9af67ad7362178/Revista-GICOS-Vol-6-Num-4.pdf#page=85)
- Arnaiz M, Demonte F, Kraemer F. (2020). Prevenir la obesidad en contextos de precarización: respuestas locales a estrategias globales Preventing obesity in precarious contexts: local responses to global strategies. *Salud Pública*, 16(1), 04041-050. doi:10.18294/sc.2020.2838
- Arnaiz M, Demonte F, Kraemer F. (18 de 11 de 2020). Prevenir la obesidad en contextos de precarización. *Salud colectiva*, XVI. doi:<http://dx.doi.org/10.18294/sc.2020.2838>.
- Arrieta F,Botet J. (Noviembre de 2021). Reconocer la obesidad como enfermedad: todo un reto. *Rev Clin Esp (Barc)*, 221(9), 544-546. doi:10.1016/j.rce.2020.08.003
- Balza A, Canache B,Hernández R,Camacho C,Camacho J. (2018). Factores de riesgo cardiovasculares en adolescentes. *Venezolana de Salud Pública*, 6(2), 17-25. Recuperado el 20 de 12 de 2023, de <https://revistas.uclave.org/index.php/rvsp/article/view/1955/1064>
- Bascuñán F. (2022). Análisis de las políticas públicas de salud para el combate del sobrepeso y la obesidad en Chile. *Instituto latino-americano de economía, sociedad y política*, 216. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <http://dspace.unila.edu.br/123456789/7047>

- Calle S, Vanegas P. (02 de 11 de 2023). Relación entre la ingesta de alimentos ultra procesados y la prevalencia de la obesidad. *Salud ConCiencia*, 11(2), 5-5. doi:<https://doi.org/10.55204/scc.v2i2.e44>
- Carrasco J. (24 de 01 de 2023). Estrategias de salud para promover la reducción del sobrepeso y obesidad en usuarios del centro médico - Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Escuela superior politécnica de chimborazo. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de <http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/18314/1/20T01680.pdf>
- Chávez V, Zurita N. (2023). Prevalencia de dislipidemias con relación a sobrepeso y obesidad en el personal de una unidad educativa particular de la ciudad de Quito, año 2022. Quito: [Master's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2023]. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14718>
- Concepción M, Levy T, Nasu L, Gómez I, Hernández S. (Marzo de 2020). Factores de riesgo asociados con sobrepeso y obesidad en adolescentes mexicanas. *Salud Pública Mex.*, 62(2), 125-136. doi:10.21149/10388.
- Daza F, Riaño J. (2021). Guía: Citas y referencias en Vancouver. Universidad de La Salle Universidad de La Salle. Recuperado el 2 de Febrero de 2023, de [https://ciencia.lasalle.edu.co/recursos\\_bibliograficos](https://ciencia.lasalle.edu.co/recursos_bibliograficos)
- Díaz S, Marcillo A, Macías L, Medranda A. (07 de 07 de 2023). Prevalencia De Diabetes Mellitus Tipo 2, Sobrepeso Y Obesidad En Adultos A Nivel Global. Grupo Editorial "ALEMA-Pentaciencias", V(5), 355-355. Recuperado el 21 de 12 de 2023, de PREVALENCIA DE DIABETES MELLITUS TIPO 2, SOBREPESO Y OBESIDAD EN ADULTOS A NIVEL GLOBAL: <https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/742/1038>
- Díaz S, Marcillo A, Macías L, Medranda A. (2023). El sobrepeso y la obesidad es un problema prioritario de salud pública debido, por un lado, al gran número de personas afectadas, que sigue creciendo, y por otro, a sus nefastas consecuencias para la salud. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria Pentaciencias*, 5(5), 353-363. doi:<https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v5i5.742>
- Etcheagaray K, Fuentealba S, Bustos E. (2023). Factores de riesgo asociados al sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes durante la pandemia por COVID-19 en Chile. *Chil Nutr*, 50(1), 56-65. doi:10.4067/S0717-75182023000100056.
- Flores R, Mera O, Valdiviezo J. (2023). Programa de ejercicios físicos para reducir los problemas de obesidad en estudiantes de 10 a 12 años de la Institución Educativa Eloy Alfaro. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(1), 3556. doi:<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.507>
- Freire W, Ramírez M, Belmont P, Tomo I. (11 de 2021). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos de la serranía ecuatoriana. *ESPOCH - Facultad de la salud pública*, 12(2).
- Gómez A, Mosquera M. (2018). Factores de riesgo asociados al sobrepeso y obesidad en adolescentes. [MILAGRO]: Tesis. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/4193/1/FACTORES%20DE>

%20RIESGO%20ASOCIADOS%20AL%20SOBREPESO%20Y%20OBESIDAD  
%20EN%20ADOLESCENTES.pdf

- Gonzales J ,Torres J. (24 de 02 de 2023). Enfermedades no transmisibles: conocimientos y prácticas del adulto sobre estrategias de prevención de obesidad. UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/7085c62c-a2af-4d2c-adbe-d312aaacbfd3>
- González N, González A. (2019). La obesidad. Clasificación. Causas que la provocan. Consecuencias para la salud. Medidas para combatirla. Anatomía Digital, 2(3), 18-33. doi:<https://doi.org/10.33262/anatomiadigital.v2i3.1084>
- Gordillo M,Guerrero M. (10 de 06 de 2023). Prevención del síndrome metabólico en adultos en la fundación Sra. Cleotilde Guerrero sector Isla Trinitaria, Guayaquil. Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria Pentaciencias, V(4), 601. doi:<https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v5i4.680>
- Hernández D, Arencibia R , Hidalgo T,Mendoza L,de la Caridad Maqueira G,García M. (2023). Obesidad central en estudiantes universitarios masculinos de Manabí, Ecuador. Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria, 43(3), 57-62. doi:<https://doi.org/10.12873/433hernandez>
- Hernández D, González M, Vázquez J Lima A, Vázquez C, Rodríguez C. (12 de 06 de 2021). Hábitos De Alimentación Asociados A Sobrepeso Y Obesidad En Adultos Mexicanos. Ciencia y enfermería, XXVII. doi:<http://dx.doi.org/10.29393/ce27-7hadh60007>
- Huaman L, Bolaños N. (05 de octubre de 2020). Sobrepeso, obesidad y actividad física en estudiantes de enfermería pregrado de una universidad privada. Enfermería Nefrológica, 23(2), 184-190. doi:<https://dx.doi.org/10.37551/s2254-28842020018>
- Kaufer M,Pérez J. (Abril de 2022). La obesidad: aspectos fisiopatológicos y clínicos. Inter disciplina, 147-175. doi:<https://doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2022.26.80973>
- Medina M, Shamah T, Cuevas L, Gómez I, Hernández S. (2022). Factores de riesgo asociados con sobrepeso y obesidad en adolescentes mexicanas Risk factors associated with overweight and obesity among female Mexican teenagers. Salud Pública de México, 62(2), 125-136. doi:10.21149/10388
- Méndez N, Arias A, Bejarano J, Pérez D, Rodríguez K. (06 de 10 de 2023). Índice de masa corporal y su relación con factores de riesgo. en estudiantes universitarios de Iberoamérica una revisión bibliográfica. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de <https://repositorio.uceva.edu.co/handle/20.500.12993/3937>
- Mérida L,Maruri J, González C. (08 de 05 de 2022). Sustentabilidad de los programas de salud nacionales de reducción de sobrepeso y obesidad en México. Investigación en Ciencias Administrativas, II(5), 325-326. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de [https://pure.udem.edu.mx/ws/portalfiles/portal/47531218/Investigaci\\_n\\_en\\_Ciencias\\_Administrativas\\_J\\_venes\\_hacia\\_la\\_investigaci\\_n\\_UNAM\\_ITESM.pdf#page=321](https://pure.udem.edu.mx/ws/portalfiles/portal/47531218/Investigaci_n_en_Ciencias_Administrativas_J_venes_hacia_la_investigaci_n_UNAM_ITESM.pdf#page=321)
- Montoya V ,Martínez J. (2021). Sobrepeso, obesidad y factores de riesgo asociados en escolares de la unidad educativa padre jorge quevedo, nambacola. Ocronos., IV(12),

330. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <https://revistamedica.com/sobrepeso-obesidad-factores-riesgo-escolares/>
- Morales L, Ruvalcaba J. (2018). La obesidad, un verdadero problema de salud pública. *Of negative & no positive results*, 3(8), 643-654. doi:10.19230/jonnpr.2544
- Moreira D, Rodríguez V, Mera J, Medranda R, Medranda F, Avendaño G. (Diciembre de 2018). Factores de Riesgo más relevantes en el aumento de obesidad infantil. *eciamuc.*, 2(4), 24-40. doi:[https://doi.org/10.26820/reciamuc/2.\(4\).diciembre.2018.24-40](https://doi.org/10.26820/reciamuc/2.(4).diciembre.2018.24-40)
- Morocho J, Llallahui W. (2022). Educación y obesidad en el Perú. Universidad Del Pacífico Escuela de Posgrado, 091. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <https://hdl.handle.net/11354/3750>
- Nathan A, Sultana R, Brown W, Bauman A, Gill T. (25 de 10 de 2023). La actividad física en la gestión de la obesidad en adultos. una ponencia de Exercise and Sport Science Australia, XXI(2). Recuperado el 22 de 12 de 2023, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9217002>
- Organización mundial de la salud. (2023). Malnutrición. OMS. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- Ortiz L, Pérez D. (02 de 07 de 2022). Diagnóstico y tratamiento de la obesidad en México : cambios entre 2006 y 2018. División De Ciencias Biológicas Y De La Salud Licenciatura En Nutrición Humana. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/26685>
- Ramos E, Reyes R, Vieyra J. (2021). Revisión de la epidemiología del sobrepeso y obesidad. *Psic-Obesidad*, 7(25). doi:<https://doi.org/10.22201/fesz.20075502e.2017.7.25.80749>
- Rodríguez M, Mendoza M, Sirtori A, Caballero I. (12 de Noviembre de 2018). Riesgo de diabetes mellitus tipo 2, sobrepeso y obesidad en adultos. (D. C. Esteban G. Ramos Peña, Ed.) *Salud Pública y Nutrición*, 1-10. Recuperado el 2 de Diciembre de 2023, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2018/spn184a.pdf>
- Ruales C, Sigcho S. (08 de 11 de 2023). Efectos del ayuno intermitente en la disminución de peso en comparación con la restricción de energía continua en personas adultas con obesidad y sobrepeso. masterThesis. Recuperado el 22 de 12 de 2023, de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/15309/1/UDLA-EC-TMND-2023-92.pdf>
- Salazar L, Polit N, Díaz L, Estrada K. (2020). Prevalencia de sobrepeso, obesidad y factores de riesgo en una cohorte de escolares en Bogotá, Colombia. *Pediatría*, 53(1), 5-13. doi:<https://doi.org/10.14295/pediatr.v50i4.89>
- Silvestre R, Narvaez M. (2023). Resistencia a la insulina en adultos con sobrepeso y obesidad hospital Instituto Ecuatoriano de seguridad social, Riobamba .2019. Riobamba: [Bachekor's thesis, UNIVER]. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/11271/1/Narvaez%20Ramos%2c%20M%282023%29%20Resistencia%20a%20la%20insulina%20en%20adultos%20con%20sobrepeso%20y%20obesidad.%20Hospital%20Instituto%20Ecuatoriano%20de%20Seguridad%20Social.%20Riobamba%2c%202019%28T>

- Sinchiguano B, Sinchiguano Y, Vera E, Peña S. (octubre de 2022). Prevalencia y factores de riesgo de sobrepeso y obesidad en Ecuador. *Reciamuc*, 6(4), 75-87. doi:10.26820
- Tomalá M. (2022). Calidad de vida del adulto con diabetes mellitus tipo II de 40 a 65 años. Centro de Salud Santa Elena, cantón Santa Elena, 2022. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/9553>
- Tomás J. (2023). Sobrepeso y obesidad en Chile: Consideraciones para su abordaje en un contexto de inequidad social *Overweight and obesity in Chile: Considerations for its approach in a context of social inequality*. *Revista chilena de nutrición*, 50(4), 457-463. doi:10.4067/s0717-75182023000400457
- Vázquez C, Campos Y. (2023). Inteligencia emocional, rasgos de personalidad y percepción de crianza parental en jóvenes: implicaciones en la presencia de obesidad. *Instituto de Investigaciones Psicológicas*, 114-158. Recuperado el 16 de 12 de 2023, de <https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/1944/52997/VazquezValenciaClaudia.pdf?sequence=1>
- Vázquez E, Calderón Z, Arias J, Ruvalcaba J, Rivera L, Ramírez M. (s.f.). Sedentarismo, alimentación, obesidad, consumo de alcohol y tabaco como factores de riesgo para el desarrollo de diabetes tipo 2. *Of negative & No positive results*, 4(10), 1011-1021. doi: 10.19230/jonnpr.3068
- Vázquez E, Calderón Z, Arias J, Ruvalcaba J, Rivera L, Ramírez E. (2019). Sedentarismo, alimentación, obesidad, consumo de alcohol y tabaco como factores de riesgo para el desarrollo de diabetes tipo 2. *Sedentary lifestyle, feeding, obesity, alcohol and tobacco consumption as risk factors for the development of type 2 diabetes*. *Negative and No Positive Results*, 4(10), 1011-1021. doi:DOI: <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3068>
- Vinueza A, Tapia E, Tapia G, Nicolalde T, Carpio. (2023). Estado nutricional de los adultos ecuatorianos y su distribución según las características sociodemográficas. *Estudio transversal Nutritional status in Ecuadorian adults and its distribution according to socio-demographic characteristics. A cross-section*. *Nutrición Hospitalaria*, 40(1), 102-108. doi:10.20960/nh.04083
- World Obesity Federation. (2022). *The Economic Impact of Overweight & Obesity in 2020 and 2060*. Orti international. Recuperado el 2 de Diciembre de 2023, de <https://data.worldobesity.org/publications/WOF-Economic-Impacts-2-V2.pdf>

**Conflicto de intereses:**

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

**Financiamiento:**

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

**Agradecimiento:**

N/A

**Nota:**

El artículo no es producto de una publicación anterior.

