



**Universidad del sureste carrera de medicina humana,
campus Comitán, Chiapas**

Protocolo

**Incidencia y prevalencia de obesidad como consecuencia
del sedentarismo durante el aislamiento por covid-19 en
estudiantes universitarios con modalidad online**

Presentado por: Espinosa Utrilla Carlos Alexis

Copyright 2021 por Espinosa Utrilla Carlos Alexis .Todos los derechos reservados

Tabla de Contenidos

Capítulo 1	7
A. Planteamiento del problema	7
1. Descripción del problema	7
2. Pregunta de investigación	7
1. Objetivo general	11
2. Objetivos específicos	12
G. Tipo de investigación	14
1. Orientación	14
3. Enfoque	14
4. Alcance	14
5. Diseño	14
6. Temporalidad	14
H. Limitaciones	15
I. Reseña capitular	16
Capítulo 1 Fundamentación de la investigación	17
A. Antecedentes	17
B. Marco teórico	18
1. Obesidad	18
1.1. Definición y conceptos	18
1.2. Incidencia y prevalencia	18
1.3. Cuadro clínico	18
1.3.1. Signos	19
1.3.2. Síntomas	19
1.4. Antecedentes	19
1.4.1. Antecedes Heredo Familiares	19
1.4.2. Antecedentes Patológicos no patológicos	20
1.4.3. Antecedentes Personales Patológicos	20
1.5. Historia natural de la enfermedad	20
1.6. Complicaciones	20
1.7. Tratamiento	21

	4
1.7.1. Farmacológico	21
1.7.2. Fisiológico/rehabilitación.	21
2. Sedentarismo	21
2.1. Definición y conceptos	21
2.2. Incidencia y prevalencia	22
2.3. Comorbilidades	22
2.4. Complicaciones	22
2.5. Rehabilitación.	22
3. Covid - 19	23
3.1. Definición y conceptos	23
3.2. Cuadro clínico	23
3.2.1. Signos	23
3.2.2. Síntomas	23
4. Universitarios UDS	24
5. Comitán de Domínguez	24
5.1. Ubicación geográfica	24
5.2. Orografía	24
5.3. Hidrografía	24
5.4. Cartografía	25
5.5. Reseña histórica	25
5.6. Política	25
5.7. Población	25
5.7.1. Pirámide poblacional	25
5.7.2. Natalidad	26
5.7.3. Fertilidad	26
5.7.4Migración	26
5.7.5Inmigración	26
5.7.6Emigración	26
5.7.7Economía	27
5.7.8 Ocupación	27
5.7.9 Agricultura	27
6.7.2 Comercio	27

	5
6.7.3 Cultura	28
6.7.4 Religión	28
6.7.5 Vías de comunicación	28
C. Marco normativo (opcional)	29
Bibliografía	32
Bibliografía	32
Trabajos citados	33

Lista de tablas

Tabla 1. El título debe ser breve y descriptivo.	3
--	---

Capítulo 1

A. Planteamiento del problema

1. Descripción del problema

La situación actualmente de la pandemia del coronavirus ha causado que se genere la alza de casos con obesidad , por el aislamiento social ya que gran parte de la sociedad o principalmente estudiantes universitarios han sido causantes de las consecuencias de la pandemia , haciendo que su IMC se eleve a tal grado de llegar a un tipo de obesidad , ya que este tipo de sector de personas han sido sometidas a un estrés por las clases en línea , dejando de lado toda aquella actividad física , dando como resultados negativos a la salud poniendo claramente las consecuencias que atraído la pandemia de covid-19 , de igual forma gran parte de la sociedad en general a sufrido cambios morfológicos en su organismo , ya que por todo el entorno de la enfermedad, muchas de nuestras actividades diarias se tuvieron que posponer por la cuarentena , y volviendo a la población mas sedentaria

2. Pregunta de investigación

Incidencia y prevalencia en obesidad en alumnos de la universidad del UDS Comitán

Situación sin resolver: la obesidad es un gran problema en la cual México ocupa unos de los primeros lugares en obesidad (México ocupa el segundo lugar de prevalencia mundial de obesidad en la población adulta, la cual es diez veces mayor que la de países como Japón y Corea (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016) causado especialmente por el sedentarismo y la falta de actividad física , es importante saber que es factor de riesgo para desarrollar enfermedades crónico degenerativas a futuro (el sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes, las enfermedades cardiovasculares)

Vacío del conocimiento : por lo tanto es importante determinar el numero de casos nuevos en universitarios de la UDS , así mismo los factores que mas intervienen en este proceso para poder determinar el impacto real del sedentarismo durante la pandemia del coronavirus y proyectar estos datos a un nivel mayor , de igual forma examinar los casos que se presente en el lapso de febrero a junio del 2021

Antes y después : el desconocimiento de los datos implica una limitante para el correcto control de casos de obesidad en los universitarios de UDS ,con lo que aumentara el numero de defunciones secundarias al problema , y la presencia de enfermedades relacionadas con a obesidad como seria la diabetes , hipertensión, etc.

B. Importancia, Justificación, viabilidad

Importancia

Dentro del estudio en los estudiantes de la universidad UDS , en tener controlado y estandarizado los datos de las personas que presente obesidad será de mucha importancia , ya que se tendrá un control y las consecuencias o factores que llevaron a desencadenarse dicha patología

Justificación

Dentro de los resultados y el aumento del sedentarismo en los estudiantes de la universidad UDS , desde el inicio de la pandemia del coronavirus , han llevado a distintos factores como que están sometidos a grandes demandas de estudio , estrés , haciendo que descuiden su alimentación y posteriormente su actividad física , haciendo mas susceptibles a que parezcan o estén produciendo un aumento corporal , dando como resultados casos de estudiantes con obesidad , por el aislamiento de la pandemia

Yo creo que es importante mi investigación para poder prevenir mas casos de obesidad, ya que es un serio problema en la sociedad , incluyendo las asistencias sanitarias , de igual forma la dentro de la prevalencia y incidencia , podemos reducir o contrarrestar enfermedades crónicas a asociadas con la obesidad

Servirá para mejorar la calidad de vida de la población y reducir los casos de enfermedades crónicas asociada a la obesidad

Finalmente con esto se lograra disminuir el índice de casos de obesidad y con ello también disminuir la asociación de enfermedades por dicho padecimiento

Viabilidad

Para detener y prevenir la presencia de enfermedades asociadas a la obesidad , en los estudiantes de la universidad UDS Comitán, ya que últimamente los casos han ido en aumento por la pandemia de covid-19 , y de esta manera también poder ayudar con evidencias y poder hacer recomendaciones particulares , y de esta manera frenar un poco la presencia de patologías asociadas a la obesidad .

Para lograrlo contamos con el apoyo de servicios escolares , administrativos , laborales de la instalaciones UDS , recursos económicos para los diversos proyectos a realizar , con los mismos integrantes de las instalaciones .

C. Objeto de estudio (identificación)

Analizar las múltiples variantes que se presentan en el entorno de los estudiantes de la universidad de UDS , estudiando los casos de obesidad que se presentaran en el periodo de febrero a junio del 2021 , de igual forma estudiar la actividad física de los individuos , el peso actual , altura , sexo , patologías crónicas , y dar seguimiento del problema

Incidencia

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Medición
Obesidad	Es la acumulación de grasa o aumento en IMC	Acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud	Se realizara la pregunta ¿ a presentado algún aumento de peso últimamente ? a) Si b) no
Ansiedad	es el estado de cambios emocionales , preocupaciones , miedo y múltiples emociones	Es un estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos , que puede presentar como una reacción adaptativa	Se realizara la pregunta ¿a presentado cambios emocionales últimamente? a) Si b) No

Estrés	Es la respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga mas allá de las propias fuerzas	Conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción	Se realizara la pregunta ¿ ha presentado dolor de cabeza , o sensaciones de ansiedad ? A)si b)no
Clases en línea	Educación por medio de la red o plataformas digitales	Educación en línea aquella en la que los docentes y estudiantes participan en un entorno digital a través de nuevas tecnologías y de las redes	Se realizara la pregunta ¿ a recibido o tomando clases en línea ? a) Si b)no
Covid -19	Enfermedad infecto contagiosa que afecta las vías respiratorias	Enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que afecta las vías respiratorias	Se le realizara la pregunta ¿a padecido el enfermedad de covid -19 a) Si b) no
Aislamiento	Encierro, aislamiento social, por la probabilidad de contagio	Separación de una persona , población o cosas , dejándolo solas e incomunicadas a la separación de una persona o población	Se le realizara la pregunta ¿ a realizado el aislamiento social durante la pandemia ? a)si b)no
Ejercicio o actividad física	Realización de un deporte en común , o actividad física como correr	Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos	Se le realizara la siguiente pregunta ¿ ha realizado actividad física en el lapso de la cuarentena ? a) si b) no
Dieta	Consumo de alimentos recurrentes	Control o regulación de la cantidad y tipo de alimentos que toma una persona	Se le realizará la siguiente pregunta ¿ ha llevado un dieta balanceada dentro de la pandemia? a)si b)no

3. Definición operacional

Hipótesis

1. se tendrá que identificar la incidencia y distribución por causa del confinamiento por covid-19 en los estudiantes en línea de la universidad del sureste
2. correlacionar la distribución de los casos de obesidad por consecuencia del sedentarismo durante la pandemia de covid -19
3. estudiar las causas de los caso de obesidad , dentro del estudio de la falta de actividad física durante la pandemia , en alumnos de la universidad UDS
4. estudiar y analizar los casos de obesidad como causa de no llevar una alimentación balanceada , durante la pandemia del coronavirus en alumnos de la universidad UDS
5. Estudiar los cosos de obesidad por causa del estrés ,en estudiantes de la universidad del sureste , en la pandemia del coronavirus
6. Analizar la presencia de casos por motivos personales causantes de obesidad , en el periodo de la pandemia de covi-19 en alumnos de la UDS
7. Recopilar información de los casos que no presenten un aumento en IMC , en los estudiantes de la UDS, durante la pandemia de covid -19
8. Analizar la distribución del intervalo de tiempo en que se presenta la patología , durante el aislamiento por covid-19 en estudiantes de la UDS con la modalidad online
9. Cuantificar la incidencia de los casos de obesidad , determinados por sexo del individuo , durante le aislamiento por covid-19 en estudiantes de la UDS con la modalidad online
10. Cuantificar todos los casos presentados de obesidad , durante el periodo de la pandemia del coronavirus , en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste UDS , en el periodo febrero – junio del 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.

F. Objetivos

1. Objetivo general

Identificar la incidencia y distribución a causa del confinamiento por el covid-19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas

2. Objetivos específicos

Cuantificar los casos localizados por la incidencia de obesidad como consecuencia del sedentarismo durante el aislamiento por covid-19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas

Alta incidencia y prevalencia de los casos con obesidad , por causa del confinamiento por covid-19 , dentro de los estudiantes de la universidad del sureste de Comitán

1. 1.cuantificar los casos de obesidad localizados en el estudio como causa del confinamiento por covid-19 y por la falta de actividad física , en estudiantes de la universidad UDS campus Comitán
2. Determinar la distribución de los casos de obesidad como consecuencia del sedentarismo durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.
3. Determinar los casos de obesidad en el estudio como causa de la falta de actividad física durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.
4. Determinar los casos de obesidad en el estudio como causa de no llevar una buena dieta , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.
5. Determinar los casos de obesidad en el estudio como causa del estrés , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.

6. Determinar los casos que se presentan de obesidad por causa de problemas personales , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.
7. Determinar la distribución de los casos que no presentaron algún incremento en su IMC , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.
8. Determinar la distribución del tiempo que se presenta la patología en su máximo nivel , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.
9. Determinar la incidencia de casos en cual de los dos sexos se presenta mayor índice de casos de obesidad , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas
10. Determinar los números de casos de obesidad que se presenten , durante el aislamiento por covid -19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas

G. Tipo de investigación

1. Orientación

Exploratoria: ya que obtendremos información directamente de la fuente aun cuando procesamos esta por un método estadístico

3. Enfoque

Cuantitativo : por que la información será tratada de forma estadística epidemiológica

4. Alcance

Explicativa : por que una vez obtenida la información se intentara dar explicación y se intentara comprobar las hipótesis emitidas

5. Diseño

Cuantitativo : a través de encuestas , cuestionarios , formularios ,etc.

6. Temporalidad

Es cohorte, ya que solamente se delimitara un espacio de tiempo determinado para la realización del proyecto

H. Limitaciones

- La limitación mas importante será la fidelidad y veracidad de los datos , por tratarse de un trabajo con un componente subjetivo muy importante
- El diseño a aplicarse , que no es experimental ,limitara establecer relación causa-efecto y solo establecerá relación
- Factor económico
- Factor tiempo : plazo de tiempo de realización de estudios de datos
- Empatía con la personas realizadas las encuetas , cuestionarios
- Obtención de datos de investigación
- Instalaciones o empresas que se opongan al seguimiento del proyecto
- No contar con el apoyo de las instalaciones necesarias para , la obtención de datos

1. Reseña capitular

Capítulo 1 Fundamentación de la investigación

A. Antecedentes

B. Marco teórico

Incidencia y prevalencia de obesidad como consecuencia del sedentarismo durante el aislamiento por covid-19 en estudiantes universitarios con modalidad online de la universidad del sureste (UDS) en el periodo febrero-junio 2021 en Comitán de Domínguez Chiapas.

1. Obesidad

1.1. Definición y conceptos

“Una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud” (Lopera, 2015)

“La obesidad tiene un origen multifactorial. Se reconocen factores genéticos, metabólicos, endocrinológicos y ambientales. Sin embargo, la obesidad exógena o por sobrealimentación constituye la principal causa. Entre los factores ambientales destacan tanto el aumento de la ingestión de alimento como la reducción de la actividad física” (Balderas Rentería & Balderas Rentería, 2015).

“La obesidad es una enfermedad crónica, compleja y multifactorial que se puede prevenir. Es un proceso que suele iniciarse en la infancia o adolescencia y establece por un desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético. Es enfermedad inflamatoria sistémica, crónica y recurrente, caracterizado por exceso de grasa y riesgos importantes para la salud” (GPC, 2012)

1.2. Incidencia y prevalencia

“El sobrepeso y la obesidad afectan a 7 de cada 10 adultos mexicanos de las distintas regiones, localidades y NSE. Esto implica que los esfuerzos para prevenir este problema deben tener prioridad nacional al mismo tiempo que se implementan esfuerzos multisectoriales y con participación social para su control.” (Barquera & Campos Nonato, 2018)

1.3. Cuadro clínico

“Esta fisiopatología da como resultado un cuadro clínico con alteración mayor del metabolismo de las lipoproteínas, hipertensión arterial, obesidad abdominal y otras alteraciones clínicas que

se consideran poco por ser menos frecuentes o tener menor relación con el síndrome como son: esteatosis hepática, hiperuricemia, inflamación crónica.”

1.3.1. Signos

“La piel se engruesa y oscurece en algunas partes del cuerpo (acantosis nigricans), aparición de estrías, demás y varices en extremidades inferiores, Índice de Masa Corporal mayor a 30 kg/m², circunferencia de cintura superior a 102 cm en hombres y 88 cm en mujeres.” (Balderas Rentería & Balderas Rentería, 2015)

1.3.2. Síntomas

“Problemas psicológicos. Depresión, baja autoestima, ansiedad, soledad, etcétera.” (Morales Gonzales, 2017)

1.4. Antecedentes

“La información genética de cada individuo tiene un papel determinante en la génesis de la obesidad; sin embargo, hoy día se reconoce que dicha información suele verse regulada por factores ambientales que detonan o regulan su expresión; de lo anterior pueden precisarse dos momentos de influencia ambiental para el desarrollo de la obesidad: prenatal y posnatal “. (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

“Es un padecimiento multifactorial con orígenes prenatales y posnatales que son bien conocidos y que permiten señalar claramente las oportunidades de prevención y tratamiento que deben ser llevadas a la práctica. Así, es necesario que el profesional de la salud cuente con un conocimiento profundo de la enfermedad y de sus complicaciones, así como de las opciones existentes para su tratamiento; desde el manejo de conductas para la adquisición de un estilo de vida saludable hasta los fármacos, nutrientes y opciones quirúrgicas” (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.4.1. Antecedes Heredo Familiares

“se reconoce que dicha información suele verse regulada por factores ambientales que detonan o regulan su expresión; de lo anterior pueden precisarse dos momentos de influencia ambiental

para el desarrollo de la obesidad: prenatal y posnatal.” (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.4.2. Antecedentes Patológicos no patológicos

Los factores prenatales se pueden considerar los de carácter pregestacional que están determinados, entre otras cosas, por el estado nutricional y de salud del hombre y la mujer, seguidos por aquellos que determinan la salud fetal, entre los que destacan la salud nutricional y metabólica de la mujer gestante, la integridad funcional y estructural de la placenta, además del bienestar y salud del producto en sí. (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.4.3. Antecedentes Personales Patológicos

“El antecedente de enfermedades crónicas que disminuyan el nivel de actividad física o favorezcan la ganancia de peso (fracturas, discapacidad física, síndromes asociados con obesidad como Prader, Bardet, Down, etc.) por su naturaleza o la frecuencia de sus agudizaciones. El consumo de medicamentos que induzcan apetito (valproato, antihistamínicos, esteroides, etc.) debe ser investigado. El inicio de su obesidad, evaluaciones y tratamiento previos” (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.5. Historia natural de la enfermedad

“La enfermedad de la obesidad no distingue color, raza, religión, edad, sexo, nivel socio económico entre otras características que presentan las personas, se sabe que la obesidad es una alteración que se produce por diversos factores.” (Morales Gonzales, 2017)

1.6. Complicaciones

Tradicionalmente se ha relacionado a la obesidad con el desarrollo de diabetes mellitus tipo 2 y con enfermedades cardiovasculares, por su impacto morbilidad y mortalidad; sin embargo, y sin reducir la importancia de esta aseveración, seguir en ese concepto es reducir sustantivamente el marco de atención que amerita un individuo enfermo de sobrepeso u obesidad. (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.7. Tratamiento

“Tanto en los aspectos nutricionales como de ejercicio, el equipo de salud tiene que establecer con el niño o paciente adulto y su familia metas factibles a corto plazo y que anticipadamente se conozca, por parte de los familiares, que se podrán cumplir” (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.7.1. Farmacológico

“Por tal razón, las propuestas realizadas en el marco de la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, deben motivar la corresponsabilidad de todos los actores, desde el Gobierno y sus instituciones, la iniciativa privada (en particular la relacionada con la industria de los alimentos y bebidas), los profesionales de los sectores referidos con anterioridad, la sociedad en general, las familias y los individuos, conformando un frente común contra éstas y otras enfermedades.” (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

1.7.2. Fisiológico/rehabilitación.

“Modificación del estilo de vida (terapia cognitivo conductual). Se ubica como la estrategia terapéutica más resolutive en niños, adolescentes y adultos obesos; es efectiva y segura para lograr la pérdida de peso. Útil y con impacto positivo para retardar la presentación de comorbilidades y disminución del riesgo de complicaciones. Se busca promover la Adquisición y mantenimiento de hábitos saludables, fundamentalmente una alimentación sana y equilibrada y actividad física regular” (Perea Martinez , Lopez Navarrete , Padron Martinez , & Ygan Durand, 2016)

2. Sedentarismo

2.1. Definición y conceptos

“Podemos afirmar que la actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad por medio de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales. La sociedad actual no favorece la actividad física, y factores tales como la automatización de las fábricas, los sistemas de transporte o la amplia gama de equipos electrónicos en las viviendas han reducido de forma muy apreciable la necesidad de desarrollar trabajo físico y han fomentado el sedentarismo. (Sara Márquez Rosa, 2016) “

“El 90% de los habitantes relataron desplazarse de su casa al trabajo en bicicleta o a pie, en un “pase mágico” casi 80% de los sedentarios “coopéranos” fueron diezmados. Curiosamente, los parámetros a partir de los cuales fue analizado el fenómeno del sedentarismo eran bien diferentes, no obstante, el nivel de actividad física era el mismo.”

2.2. Incidencia y prevalencia

“Si nos enfocamos en tres factores modificables como es la actividad física, capacidad pulmonar y obesidad, sabemos que el riesgo de desarrollar un cuadro clínico grave asociado a COVID-19 es 104% mayor en personas que tiene un ritmo de caminata lento, un 97% mayor en personas con obesidad y 18% menor por cada unidad de aumento en valores (Carlos Celis-Morales, 2020)

El 90% de los habitantes relataron desplazarse de su casa al trabajo en bicicleta o a pie, en un “pase mágico” casi 80% de los sedentarios “coopéranos” fueron diezmados. Curiosamente, los parámetros a partir de los cuales fue analizado el fenómeno del sedentarismo eran bien diferentes, no obstante, el nivel de actividad física era el mismo.” (Branco Fraga, 2016)

2.3. Comorbilidades

“El sedentarismo puede provocar problemas cardiacos (hipertensión arterial, infarto de miocardio, enfermedades coronarias), obesidad, problemas circulatorio, hipercolesterolemia, síndrome de metabolismo, diabetes mellitus, etc.” (Márquez Rosa & Rodríguez Ordz , 2006)

2.4. Complicaciones

2.5. Rehabilitación.

“La actividad física se puede definir como una acción que involucra gran parte de la masa muscular y produce una consiguiente elevación en el metabolismo energético. Por lo tanto la actividad física involucra desde actividades de muy poca intensidad como caminar lentamente o estar sentado trabajando en el computador, hasta actividades intensas a nivel deportivo. Las primeras no permiten generar cambios o adaptaciones celulares, de órganos o sistemas corporales. El ejercicio físico es aquella actividad que se programa, se controla en intensidad y duración y frecuencia semanal, además de tener un objetivo claro para lograr efectos positivos para la salud.” (Rodán A. & Esteban Redón, 2013)

“La energía mental se genera, mantiene, agota y renueva por medio de las emociones. Las emociones son estados anímicos temporales que sobrevienen como respuesta a acontecimientos que poseen componentes fisiológicos y psicológicos.” (Balderas Rentería & Balderas Rentería, 2015)

3. Covid - 19

3.1. Definición y conceptos

“**Covid-19** infectious contagious disease, produced by the coronavirus virus, which affects the respiratory tract” (Rosero, 2021)

“**Pandemia**, enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad” (Bartra Harry, 2020)

3.2. Cuadro clínico

“El coronavirus es una enfermedad muy característica que llega a presentar diversos síntomas y signos , dentro de la evolución de la enfermedad , en la cual diversos estudios realizados con pacientes con covid -19 , se a demostrado que los cuadros febriles es un parámetro crucial para la detención de la patología junto con los demás signos que se presentan ,de igual manera se ha observado que los cuadros febriles en pacientes con coronavirus han arrojado cifras muy altas” (Polanco, 2020)

3.2.1. Signos

“Los signos comunes de infección incluyen síntomas respiratorios, fiebre (38°C), tos, dificultad para respirar. En casos más graves, la infección puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, insuficiencia renal e incluso la muerte.” (Polanco, 2020)

3.2.2. Síntomas

“Los síntomas más habituales de la COVID-19 son la fiebre, la tos seca y el cansancio. Otros síntomas menos frecuentes que afectan a algunos pacientes son los dolores y molestias, la congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, la diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente” (Hernández, 2019)

Los síntomas notificados por personas con COVID-19 varían desde aquellos que presentan síntomas leves hasta quienes se enferman gravemente. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. Las personas con estos síntomas podrían tener COVID-19, Fiebre o escalofríos, tos, dificultad para respirar (sentir que le falta el aire, fatiga, dolores musculares y corporales, dolor de cabeza etc. (Eder Sánchez, 2019)

4. Universitarios UDS

4.1 universidad

“Institución destinada a la enseñanza superior (aquella que proporciona conocimientos especializados de cada rama del saber), que está constituida por varias facultades y que concede los grados académicos correspondientes.” (Abarca, 2012)

5. Comitán de Domínguez

5.1. Ubicación geográfica

“El municipio se localiza en los límites del Altiplano Central y de la Depresión Central, su relieve es semiplano con algunas elevaciones sobresalientes en el norte y en el sur, sus coordenadas geográficas son 16°15' N y 92° 08' W, su altitud es 1,600 msnm.

Limita al norte con los municipios de Amatenango del Valle y de Chanal, al este con Las Margaritas y La Independencia, al sur con La Trinitaria y Tzimol y al oeste con Socoltenango y Las Rosas.” (INEGI, 2010)

5.2. Orografía

“El municipio está constituido en su mayor parte por llanos que son interrumpidos por lomeríos, ya sea aislados o formando cordones, hacia el sur, el terreno desciende con rumbo a la depresión central ubicándose en esta zona terrenos accidentados.” (H. Ayuntamiento de Comitán de Domínguez , 2010)

5.3. Hidrografía

“La hidrografía del municipio la conforman el Grande de Comitán, que desagua en el lago de Tepancuapan en el vecino municipio de Comitán de Domínguez Chiapas y el lago más importante es el de Yusnajib.” (H. Ayuntamiento de Comitán de Domínguez , 2010)

5.4. Cartografía

5.5. Reseña histórica

“El antiguo poblado fue fundado en una ciénega por un nutrido grupo de indígenas tzeltales. En 1486, fue sometido por los aztecas quienes le cambiaron el nombre por el de Comitlán, del náhuatl komitl-tlán "Lugar de fiebres". En enero de 1528, fue conquistado por Pedro de Portocarrero, enviado por el conquistador de Guatemala, capitán Pedro de Alvarado; en 1556 el misionero Diego Tinoco traslada la población de Comitán junto con un numeroso grupo de indígenas tojolabales. En 1556 el misionero Diego Tinoco traslada la población de Comitán, anteponiéndole el nombre de San Pablo; en 1625 se le cambia la denominación por la de Santo Domingo de Comitán; el 29 de octubre de 1813 las Cortes de Cádiz, España, le conceden el título de ciudad de Santa María de Comitán; el 28 de agosto de 1821, proclama su independencia tanto de la Capitanía General de Guatemala como de España; el 3 de septiembre de 1915, se le agrega el apellido Domínguez, en memoria del héroe Belisario Domínguez. (H. Ayuntamiento de Comitán de Domínguez , 2010)

5.6. Política

En el marco de los procesos de cambio del sistema político mexicano, este trabajo intenta recuperar la experiencia de la primera alternancia en el poder municipal de Comitán, Chiapas, espacio tradicionalmente priísta y cuna de miembros destacados de la clase política de la entidad. Aún cuando existe el consenso de que el municipio es el espacio primario de la democratización del régimen, poco se ha reflexionado sobre las profundas limitaciones materiales y subjetivas que dicho espacio enfrenta para impulsar un proceso endógeno de cambio político de naturaleza democrática. (Jimenez, 2014)

5.7. Población

5.7.1. Pirámide poblacional

Dentro del municipio de Comitán de Domínguez Chiapas cada 100 habitantes 49 son hombres y 51 mujeres.” (ECONOMIA, 2015)

5.7.2. Natalidad

En la ciudad de Comitán de Domínguez Chiapas los 2 162 535 nacimientos registrados presentan una disminución de 3.3%, respecto a los registrados en 2017. Del total de personas registradas, 50.8% fueron hombres y 49.2% mujeres.” (Instituto del Estado de Chiapas, 2017)

5.7.3. Fertilidad

Los pacientes que precisan ayuda biomédica para ver realizado su proyecto reproductivo no deberían afrontar el proceso diagnóstico y de tratamiento desde el desconocimiento y la incertidumbre acerca de las características de estos procesos, sus resultados y riesgos, que Vías de comunicación

5.7.4 Migración

A causa del confinamiento muchos trabajadores de alrededores de trinitaria han quedado desempleados a causa de COVID 19 por lo que han tenido que migrar a otros estados” (Hernández, 2019)

En la ciudad de Comitán de Domínguez Chiapas abundan oficinas tijuaneñas que ofrecen viajes a Tijuana y Altar esto como consecuencia del desempleo por COVID 19” (Altuzar M. C., 2020)

5.7.5 Inmigración

“En los últimos meses se ha reportado el aumento de inmigrantes pertenecientes de países extranjeros como Honduras en alrededores del municipio de Comitán de Domínguez Chiapas.” (Sandoval, 2019)

5.7.6 Emigración

“En la frontera de Chiapas Guatemala los traficantes de migrantes encontraron la tierra de nadie una nueva ruta donde no hay vigilantes ni federal ni estatal ni municipal se encuentra en el municipio de Comitán .” (Eder Sánchez, 2019)

5.7.7 Economía

“Datos visualizados de Comitán nos indican que no ha existido una mejoría en cuanto a su economía en especial después de que inicio el confinamiento a nivel mundial” (Santos, 2017)

“El 41.1 de la población se encontraba en situación de pobreza moderada y un 36.6% de la población en situación de pobreza extrema, la población vulnerable por carencias alcanzo un 10.7% mientras la población vulnerable por ingresos fue de 1.8%”. (Correa, 2016)

5.7.8 Ocupación

“Mayoritariamente la población de este lugar se ocupa en agricultura, ganadería, bovinos y una de la población son profesionistas.” (Villatoro, 2016)

5.7.9 Agricultura

La agricultura del municipio de Comitán de Domínguez Chiapas se dedican , principalmente a la agricultura y la producción de maíz , frijol , café etc. (Alfaro, 2018)

6.7.1 Ganadería

“La ganadería de la población de Comitán de Domínguez Chiapas se dedica a la venta de reses ,parte de esta población se dedica a la crianza de toros para su posterior venta y reproducción para el consumo humano “ (Baltazar, 2015)

6.7.2 Comercio

“Dentro de las poblaciones del municipio de Comitán de Domínguez Chiapas , el comercio se basa en abarrotes , ganado, venta y compra de productos entre muchas cosas mas. “(Santis V. S., 2017)

6.7.3 Cultura

Comitán fue fundada por los Mayas con el nombre de Balún Canán, cuyo significado es “lugar de las nueve estrellas”. En 1482, la ciudad fue ocupada por los aztecas, quienes cambiaron su nombre a “Comitlán, lugar de alfareros”. En la época colonial, se le da título de ciudad como Comitán de las Flores. “(Santis V. S., 2017)

6.7.4 Religión

“Según datos del INEGI en el año 2016, el 67,59% de la población municipal profesaba el catolicismo, 6,93% protestantismo y 7,17% doctrinas bíblicas no evangélicas.” (Santis J. I., 2015)

6.7.5 Vías de comunicación

“Principales carreteras que cuenta Comitán de Domínguez Chiapas son la súper carreta libre que conectara san Cristóbal – Comitán ” (Villagran, 2015)

- “el radio
- Teléfonos
- Televisión
- Periódicos
- Redes sociales
- Carreteras calles
- Autobús
- Camiones carros particulares entre otros.” (Bartolome, 2015)

C. Marco normativo (opcional)

- NORMA Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2017, Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad
- NORMA Oficial Mexicana NOM-019-SSA32-2012. Manuales para la vigilancia epidemiológica dirección general de epidemiología
- NORMA Oficial Mexicana NOM-014-SSA3-2013, Para la asistencia social alimentaria a grupos de riesgo.
- NORMA Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009, Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios.
- NORMA Oficial Mexicana NOM-030-SSA2-1999 ,para le prevención , tratamiento y control de la hipertensión arterial
- NORMA Oficial Mexicana NOM-030-SAA2-2009, para la prevención , detección , diagnostico , tratamiento y control de la hipertensión arterial sistémica
- NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, factores de riesgos psicológicos en el trabajo , identificación , análisis y prevención

D. población

E. muestra

Anexos

El presente cuestionario es anónimo y confidencial y su uso únicamente está destinado a la recopilación de información sobre los tópicos de incidencia y prevalencia de obesidad como consecuencia del sedentarismo durante el aislamiento por covid-19 y es realizado por alumnos de la universidad del UDS campus Comitán

CUESTIONARIO INCIDENCIA Y PREVALENCIA DE OBESIDAD POR EL SEDENTARISMO DURANTE LA PANDEMIA

1. ¿a notado cambios en peso desde el inicio de la pandemia de covid-19 ?
 - a) Si
 - b) No
2. ¿Realiza actividades físicas dentro de aislamiento por la pandemia de covid-19?
 - a) Si
 - b) No
3. ¿a sufrido o estado a sometido a estrés últimamente ?
 - a) Si
 - b) No
4. ¿ La pandemia lo privo de la realización de actividades físicas al aire libre ?
 - a) Si
 - b) No
5. ¿ A tenido una dieta balanceada dentro del periodo de la pandemia ?
 - a) Si
 - b) No
6. ¿ A residido o tomado clases en línea ?
 - a) Si
 - b) No
7. ¿ Dentro de tu dieta ingerirías productos como galletas , pan ,productos enlatados , etc.?
 - a) Si
 - b) No
8. ¿ Es estudiante universitario de la universidad UDS ?
 - a) Si
 - b) No

9. ¿ A tenido un control en su IMC ?

a) Si

b) No

10. ¿ A tomado las medidas de quedarse en casa durante todo el periodo de la pandemia ?

a) Si

b) No

Bibliografía

Bibliografía

- Lopera, D. T. (2015). Aspectos psicológicos de la obesidad en adultos . *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 4 .
- Balderas Rentería, D., & Balderas Rentería, I. (2015). Control clínico integral del sobrepeso y la obesidad . En *Diabetes, obesidad y síndrome metabólico. Un abordaje multidisciplinario* (págs. 22-23). Mexico, DF: Editorial El Manual Moderno.
- GPC. (2012). prevención y diagnóstico de sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en el primer nivel de atención. (C. N. Salud, Ed.) *Guías Prácticas Clínicas*, 21. Obtenido de http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/025_GPC_SobrepesoObesidad/SSA_025_08_EyR.pdf
- Barquera, S., & Campos Nonato, I. (2018). Obesidad en adultos: los retos de la cuesta abajo. *Centro de Investigación en Nutrición y Salud. Instituto Nacional de Salud Pública. México.*
- Morales Gonzales, J. A. (2017). Obesidad un enfoque multidisciplinario. *Revista de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Hidalgo* , 149.
- Perea Martínez , A., López Navarrete , G. E., Padron Martínez , M., & Ygan Durand, M. A. (2016). Evaluación, diagnóstico, tratamiento. *SciELO Analytics*. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-23912014000400009
- Sara Márquez Rosa, J. o. (2016). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *apuntes, educación física y deportes*, 1-2.
- Carlos Celis-Morales, C. S.-B. (2020). Inactividad física y sedentarismo. La otra cara de los efectos secundarios de la Pandemia de COVID-19. *Rev Med Chile*, 1.
- Branco Fraga, A. (2016). El sedentarismo . *SciELO*, 2-3.
- Márquez Rosa, S., & Rodríguez Ordóñez , J. (2006). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *apuntes, educación física y deportes*, 1-2.
- Rodán A. , E., & Esteban Redón, D. (2013). Propuesta de prescripción del ejercicio en obesos. *Revista Politécnica*, 3-4.
- Rosero, M. R. (2021). Obesity a problem in covid-19 care . *Repertorio de medicina* , 14.
- Bartra Harry, L. (2020). Factor de riesgo en la pandemia covid-19. *Panacea*, 10.
- Polanco, J. P. (2020). Atención covid -19. *Repertorio*, 28.
- Hernández, M. A. (2019). Prevención y control de la infección por SARS-CoV2. *Conicyt*, 50-54.
- Eder Sánchez, F. L. (2019). Signos y síntomas del coronavirus . *Preventive Medicine* , 13.
- INEGI. (2010). *Instituto Nacional de Estadística, Geografía y Economía* . Obtenido de https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos_geograficos/07/07019.pdf
- H. Ayuntamiento de Comitán de Domínguez . (2010). *Enciclopedia de los Municipios y Delegaciones de México*. Obtenido de <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM07chiapas/municipios/07019a.html>
- Sandoval Gallegos, M. (2017). Historia natural de la Obesidad . *Revista de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Nuevo León*, 150 .
- García , M., & Simal, A. (2017). Tratamiento farmacológico de la obesidad . *terapéutica del sistema nacional de salud* , 26. Obtenido de http://www.msssi.gob.es/biblioPublic/publicaciones/docs/vol26_5_obesidad.

Carretero, M. (2015). tratamiento de la obesidad . *Elsevier* , 3.

Trabajos citados

- Lopera, D. T. (2015). Aspectos psicológicos de la obesidad en adultos . *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 4 .
- Balderas Rentería, D., & Balderas Rentería, I. (2015). Control clinico integral del sobrepeso y la obesidad . En *Diabetes, obesidad y síndrome metabólico. Un abordaje multidisciplinario* (págs. 22-23). Mexico, DF: Editorial El Manual Moderno.
- GPC. (2012). prevencion y diagnostico de sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en el primer nivel de atención. (C. N. Salud, Ed.) *Guías Practicas Clinicas*, 21. Obtenido de http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/025_GPC_Sobrepeso/SSA_025_08_EyR.pdf
- Barquera, S., & Campos Nonato, I. (2018). Obesidad en adultos: los retos de la cuesta abajo. *Centro de Investigación en Nutrición y Salud. Instituto Nacional de Salud Pública. México.*
- Morales Gonzales, J. A. (2017). Obesidad un enfoque multidisciplinario. *Revista de la Facultad de Medicina de la Universidad Autonoma de Hidalgo* , 149.
- Perea Martinez , A., Lopez Navarrete , G. E., Padron Martinez , M., & Ygan Durand, M. A. (2016). Evaluacion, diagnostico, tratamiento. *SciELO Analytics*. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-23912014000400009
- Sara Márquez Rosa, J. o. (2016). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *apunts, educación física y deportes*, 1-2.
- Carlos Celis-Morales, C. S.-B. (2020). Inactividad física y sedentarismo. La otra cara de los efectos secundarios de la Pandemia de COVID-19. *Rev Med Chile*, 1.
- Branco Fraga, A. (2016). El sedentarismo . *SciELO*, 2-3.
- Márquez Rosa, S., & Rodríguez Ordóñez , J. (2006). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *apunts, educación física y deportes*, 1-2.
- Rodán A. , E., & Esteban Redón, D. (2013). Propuesta de prescripción del ejercicio en obesos. *Revista Politécnica*, 3-4.
- Rosero, M. R. (2021). Obesity a problem in covid-19 care . *Repertorio de medicina* , 14.
- Bartra Harry, L. (2020). Factor de riesgo en la pandemia covid-19. *Panacea*, 10.
- Polanco, J. P. (2020). Atención covid -19. *Repertorio*, 28.
- Hernández, M. A. (2019). Prevención y control de la infección por SARS-CoV2. *Conicyt*, 50-54.
- Eder Sánchez, F. L. (2019). Signos y síntomas del coronavirus . *Preventive Medicine* , 13.
- INEGI. (2010). *Instituto Nacional de Estadística, Geografía y Economía* . Obtenido de https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos_geograficos/07/07019.pdf
- H. Ayuntamiento de Comitán de Domínguez . (2010). *Enciclopedia de los Municipios y Delegaciones de México*. Obtenido de <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM07chiapas/municipios/07019a.html>
- Sandoval Gallegos, M. (2017). Historia natural de la Obesidad . *Revista de la Facultad de Medicina de la Universidad Autonoma de Nuevo León*, 150 .

- Galicia , M., & Simal, A. (2017). Tratamiento farmacologico de la obesidad . *terapeutica del sistema nacional de salud* , 26. Obtenido de http://www.msssi.gob.es/biblioPublic/publicaciones/docs/vol26_5_obesidad.
- Carretero, M. (2015). tratamiento de la obesidad . *Elsevier* , 3.
- Abarca, J. I. (2012). Universidades de Mexico . *El interesante* , 12.
- Jimenez, X. M. (2014). Pueblos magicos . *El mexicano* , 13.
- ECONOMIA, S. D. (2015). INFORMACION ECONOMICA Y ESTATAL. *INFORMACION ECONOMICA Y ESTATAL*, 3-12.
- Instituto del Estado de Chiapas. (2017). *ANUARIO ESTADISTICO Y GEOGRAFICO DE CHIAPAS. LA TRINITARIA CHIASPAS*: Instituto Nacional de Estadística y Geografía.
- Gómez Sandoval, O. (2009). FERTILIDAD. *FERTILIDAD Y REPRODUCCION ASISTIDA*, 1-21.
- Hernández, C. T. (2019). migracion. *mexico lindo*, 12.
- Altuzar, M. C. (2020). La migracion en plena pandemia. *Migracion*, 19.
- Sandoval, J. D. (2019). Inmigracion en mexico. *politica y mas*, 18.
- Barreras, M. M. (2019). inmigracion en chiapas. *Mariposa*, 17.
- Castellanos, P. A. (2019). Emigracion en chiapas. *Un nuevo amanecer*, 14.
- Díaz, D. C. (2015). Emigracion. *Mexico al pie del cañon*, 15.
- Santos, C. A. (2017). Economia en trinitaria chiapas. *chiapas lindo*, 19.
- Correa, L. J. (2016). economia en trinitaria chiapas. *mexico lindo*, 17.
- Villatoro, F. p. (2016). ocupacion en trinitaria. *Economia*, 16.
- Aguillar, J. O. (2016). Lagos de montebello. *nexos*, 12.
- Alfaro, D. E. (2018). Trinitaria chiapas. *Expansion*, 16.
- Gutiérrez, J. J. (2015). Agricultura y mas. *Alianza*, 14.
- Alcázar, B. Y. (2016). Ganaderia. *ALmadia*, 15.
- Baltazar, f. V. (2015). Ganaderia. *maravillas azul*, 13.
- Santis , V. S. (2017). Comercio en chiapas. *gallo negro*, 15.
- Guillermina, M. v. (2015). comercio en los paisanos. *Gallo negro*, 12.
- Aguilar, F. R. (2016). cultura en chiapas. *chiapas verde*, 16.
- Santiago, H. T. (2016). cultura en trinitaria. *sexto piso*, 01.
- Santis, J. I. (2015). Religion en trinitaria. *Phaidon*, 04.
- Contreras, C. M. (2016). Religion en trinitaria. *Tusquets*, 14.
- Villagran, L. P. (2015). Vias de comunicacion trinitaria. *Valdemar*, 14.
- Bartolome, M. J. (2015). Trinitaria chiapas. *Trotta*, 12.

Nombre del alumno (a) Carlos Alexis Espinosa Utrilla				Sello de autoriz	
Profesor	Dr. Dario Cristiaderit Gutiérrez Gómez		Parcial		
Carrera	Medicina Humana	Semestre	O		Fecha
Materia	Diseño experimental		Grupo 4 A		
Total de Preguntas:					Calificación :

Ejercicios de valoración análisis de variantes y comprobación de hipótesis:
Dada la complejidad de los tópicos de esta unidad se evaluara con una bitácora que llevara a cabo un análisis de los datos recopilados en trabajo de campo. Que por tal motivo deberá contar con:

Numero	Item	Entregado	No entregado
1.	Portada	1	
2.	Informe general de la localidad trabajada	1	
3.	Mapa individual	1	
4.	Cuestionario	5	
5.	Cronograma	5	
6.	Variable	15	
7.	Marco teórico	25	
8.	Hipótesis	5	
9.	Objetivos	5	
10.	Marco metodológico	15	
11.	Diseño de análisis	5	
12.	Instrumento de captura y recolección hoja de paloteo	3	
13.	Delphi aprobado	5	
14.	Evidencia fotográfica	5	
15.	Introducción	4	
Total			

.Calificación:

La entrega total contara con el 50% y se repartirá en la forma señalada con un valor proporcional del examen al número de ítems entregados.