



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Profesional de Nutrición

**Motivos para realizar ejercicio físico y su relación con
la obesidad abdominal en estudiantes de la Facultad de
Medicina, San Fernando**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición

AUTOR

Juan Esteban SANCHEZ CONTRERAS

ASESOR

Luzmila Victoria TRONCOSO CORZO

Lima, Perú

2018



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Sanchez J. Motivos para realizar ejercicio físico y su relación con la obesidad abdominal en estudiantes de la Facultad de Medicina, San Fernando [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Nutrición; 2018.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS ✓
 Universidad del Perú. DECANA DE AMÉRICA ✓
 FACULTAD DE MEDICINA ✓



Escuela Profesional de Nutrición ✓

"Año del Centenario del Museo de Historia Natural y de la Revista
 Anales de la Facultad de Medicina"
 "Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

9 ps R
 37 ps A

**ACTA DE EXAMEN DE TITULACIÓN
 MODALIDAD DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

Conforme a lo estipulado en el artículo 45° de la Ley Universitaria 30220, el Jurado de Sustentación nombrado por el Comité de Gestión y la Dirección de la Escuela Profesional de Nutrición, conformado por los siguientes Docentes:

Presidente: Mg. Oscar Gustavo Huamán Gutiérrez

Miembros: Q.F. Rosa Lorenza Oriundo Gates

Mg. Henry Guija Guerra

Asesora: Dra. Luzmila Victoria Troncoso Corzo

Se reunió en la ciudad de Lima, el día miércoles 04 de julio del 2018, para proceder a evaluar la Sustentación de Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición del bachiller:

Juan Esteban Sanchez Contreras ✓

Código de Matricula N° 13010619

Tesis: «MOTIVOS PARA REALIZAR EJERCICIO FÍSICO Y SU RELACIÓN CON LA OBESIDAD ABDOMINAL EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE MEDICINA, SAN FERNANDO.» ✓

(Aprobado con RD N° 02729-D-FM-2016)

El mencionado bachiller aprueba el examen de titulación, mediante la modalidad de sustentación de tesis, obteniendo la calificación de:

..... Diecisiete (17) (En letras)

Estando de acuerdo con la presente acta, el Jurado de Sustentación firma en señal de conformidad.

Mg. Oscar Gustavo Huamán Gutiérrez
 Presidente

Q.F. Rosa Lorenza Oriundo Gates
 Miembro

Mg. Henry Guija Guerra
 Miembro

Dra. Luzmila Victoria Troncoso Corzo
 Asesora

Juan Esteban Sanchez Contreras
 juan-esteban-66@hotmail.com
 DNI: 46589963



DHDP/desa

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre los motivos para realizar ejercicio físico con la obesidad abdominal en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. **Metodología:** La muestra estuvo conformada por 300 estudiantes de 18 a 23 años de edad de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, la información fue obtenida mediante la aplicación del instrumento “Cuestionario de motivos para realizar ejercicio físico” y la medición de la circunferencia de cintura. **Resultados:** Los principales motivos para realizar ejercicio físico fueron por diversión y pasar el tiempo, salud y mantenerse en forma; mientras que los motivos para no realizar, fueron, por falta de tiempo, salir cansado de clases y pereza y/o desgano. El 23,6% de los estudiantes que no realizan ejercicio físico y el 5,5% de los que sí realizan, presentaron obesidad abdominal respectivamente. No hubo relación significativa entre los motivos para realizar ejercicio físico y la obesidad abdominal ($p > 0,05$). **Conclusiones:** No se halló relación entre los motivos para realizar ejercicio físico con la obesidad abdominal, en los estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Palabras clave: Motivos, Ejercicio Físico, Obesidad Abdominal.

SUMMARY

Objective: To determine the relationship between the reasons for performing physical exercise with abdominal obesity in students of the Faculty of Medicine of the National University of San Marcos. **Methodology:** The sample consisted of 300 students from 18 to 23 years of age from the Faculty of Medicine of the National University of San Marcos; the information was obtained through the application of the "Questionnaire of motives to perform physical exercise" instrument and the measurement of the waist circumference. **Results:** The main reasons for physical exercise were for fun and spending time, health and staying fit; while the reasons for not doing, were, due to lack of time, leaving tired of classes and laziness and / or reluctance. 23.6% of the students who do not perform physical exercise and 5.5% of those who do perform abdominal obesity respectively. There was no significant relationship between the reasons for physical exercise and abdominal obesity ($p > 0.05$). **Conclusions:** No relationship was found between the reasons for performing physical exercise with abdominal obesity in the students of the Faculty of Medicine of the National University of San Marcos.

Key words: Motives, Physical Exercise, Abdominal Obesity