TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA**

# "ACTIVIDAD FÍSICA Y CONDUCTA ALIMENTARIA Y SU RELACIÓN CON EXCESO DE PESO EN CONTEXTO DE PANDEMIA COVID-19 EN TRABAJADORES DEL SISTEMA DE ATENCIÓN MÓVIL DE URGENCIA (SAMU)"

Tesis para optar el grado académico de:

MAESTRO EN MEDICINA OCUPACIONAL Y DEL MEDIO AMBIENTE

Presentado por

Wendy Ofelia Mateo Pachas (0009-0001-5927-8627)

Juninho De Jesus Sanez Torres (0000-0003-4978-4291)

Asesor

Juan Carlos Palomino Baldeon (0000-0001-7870-5391)

Lima – Perú

2025



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

**ACTA DE SUSTENTACIÓN**

Lima, 8 de septiembre de 2025.

Los integrantes del Jurado de tesis:

| |
|---|
| Presidente: **Maestro: Fernando Carlos Soncco Llulluy** |
| Miembro: **Maestro. Marco Antonio Bautista Macedo** |
| Miembro: **Dr. Jaime Alonso Rosales Rimache** |

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: **"ACTIVIDAD FÍSICA Y CONDUCTA ALIMENTARIA Y SU RELACIÓN CON EXCESO DE PESO EN CONTEXTO DE PANDEMIA COVID-19 EN TRABAJADORES DEL SISTEMA DE ATENCIÓN MÓVIL DE URGENCIA (SAMU)"**con código de proyecto **POS-60-2023-00108**

Presentada por la bachiler **Wendy Ofelia Mateo Pachas** y **Juninho De Jesus Sanez Torres**

Para optar por el Grado de **Maestro en Medicina Ocupacional y del Medio Ambiente**

Con la asesoría de: **Maestro. Juan Carlos Palomino Baldeon**

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado su desempeño en la sustentación, concluyen de manera unánime calificar a:

| | | | |
|---|---|---|---|
| Tesista: **Wendy Ofelia Mateo Pachas** | | | Nota (en letras): Trece |
| Aprobado (X ) | Aprobado - Muy buena ( ) | Aprobado - Sobresaliente ( ) | Desaprobado ( ) |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Tesista: **Juninho De Jesus Sanez Torres** | | | Nota (en letras): Trece |
| Aprobado (X) | Aprobado - Muy buena ( ) | Aprobado - Sobresaliente ( ) | Desaprobado ( ) |

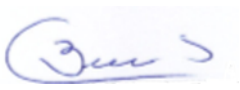
Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



**Maestro: Fernando Carlos Soncco Llulluy**
***Presidente del Jurado***



**: Maestro. Juan Carlos Palomino Baldeon**
***Asesor***



**Maestro. Marco Antonio Bautista Macedo**
***Miembro***



**Dr. Jaime Alonso Rosales Rimache**
***Miembro***

ANEXO 21: DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE INFORME FINAL DE TESIS

# UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR
# DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS[13]

Lima, 22 de Mayo del 2025

Señor,
Carlos Zavalaga
**Director General de Investigación, Desarrollo e Innovación**
**Universidad Científica del Sur**
**Presente. –**

De nuestra consideración,

Yo: Mateo Pachas Wendy Ofelia, Sanez Torres Juninho de Jesus, estudiante/egresado de la carrera de Medicina Humana de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor/la asesora de tesis Palomino Baldeon Juan Carlos, declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado: Actividad Física y conducta alimentaria y su relación con exceso de peso en el contexto de pandemia COVID-19 en trabajadores del Sistema de Atención Movil de Urgencia (SAMU), sustentado para obtener el título/grado de Maestría en Medicina Ocupacional y del Medio Ambiente es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mi (nuestra) investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos [14], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma tesista 1
DNI: 43596173



Firma del asesor de tesis
DNI: 21135971



Firma tesista 2
DNI: 70536721

[13] En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
[14] Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

**INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD**

**Título del documento evaluado.** Actividad física y conducta alimentaria y su relación con exceso de peso en contexto de pandemia COVID-19 en trabajadores del Sistema de Atención Móvil de Urgencia (SAMU)

**Autores.** Wendy Ofelia Mateo Pachas; Juninho De Jesus Sanez Torres

**Mecanismo de revisión de originalidad.** Evaluación con Turnitin (ID 2822599061).

**Código de registro.** POS-60-2023-00108

**Resultado de la evaluación.** 6%

**Revisado por.** Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

**Comentarios sobre la revisión.** Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



Actividad física y conducta alimentaria

INFORME DE ORIGINALIDAD

| 6% | 5% | 1% | 1% |
|---|---|---|---|
| INDICE DE SIMILITUD | FUENTES DE INTERNET | PUBLICACIONES | TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |

FUENTES PRIMARIAS

| | | |
|---|---|---|
| 1 | hdl.handle.net<br>Fuente de Internet | 1% |
| 2 | dspace.espoch.edu.ec<br>Fuente de Internet | <1% |
| 3 | repositorio.urp.edu.pe<br>Fuente de Internet | <1% |
| 4 | Submitted to Universidad de Salamanca<br>Trabajo del estudiante | <1% |
| 5 | Submitted to BENEMERITA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE PUEBLA BIBLIOTECA<br>Trabajo del estudiante | <1% |
| 6 | congresos.isfodosu.edu.do<br>Fuente de Internet | <1% |
| 7 | upc.aws.openrepository.com<br>Fuente de Internet | <1% |

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

# ÍNDICE

.

COPIA DEL ACTA DE SUSTENTACIÓN ..... I
DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD ..... III
ÍNDICE ..... V
1. RESUMEN ..... VI
2. ABSTRACT ..... VII
3. ARTÍCULO ..... 8
INTRODUCCIÓN ..... 8
MATERIAL Y MÉTODOS ..... 11
RESULTADOS ..... 16
CONCLUSIÓN ..... 35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS ..... 36
4. ANEXOS ..... 44
ANEXO 1: INSTRUMENTO(S) DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS ..... 44
ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO ..... 51
ANEXO 3: SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DEL PROYECTO ..... 54
ANEXO 4: PROCEDIMIENTO PARA EL CÁLCULO DE PERÍMETRO ABDOMINAL Y DE CINTURA ..... 55
ANEXO 5: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES ..... 56
ANEXO 6: CÁLCULO DE LA MUESTRA ..... 58
ANEXO 7: CÁLCULO DE LA MUESTRA ..... 59



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

## 1. Resumen

**Objetivo:** Determinar la relación entre actividad física (AF) y conducta alimentaria con el exceso de peso (EP) en contexto de pandemia COVID-19 en trabajadores del Sistema de Atención Móvil de Urgencia (SAMU) de Lima Metropolitana.

**Metodología:** Estudio observacional, analítico y transversal, la muestra fue de 105 trabajadores del SAMU. Se empleó la encuesta y el cuestionario IPAQ 7 versión corta (AF), y el cuestionario Three Factor Eating Questionnaire R-21 (conducta alimentaria). Para el análisis bivariado se aplicó la prueba Chi Cuadrado y U de Mann-Whitney; mientras que para el análisis multivariado se utilizó la regresión de Poisson.

**Resultados:** En el análisis bivariado, los trabajadores con instrucción superior de posgrado tuvieron mayor nivel de AF en comparación a los trabajadores sin posgrado (p=0,037). Además, los trabajadores con estudios de posgrado tuvieron mayor restricción cognitiva de su conducta alimentaria en comparación a los trabajadores sin posgrado (p=0,017). El antecedente de infección por COVID-19 fue más frecuente en los trabajadores con EP que en peso normal (p=0,017). El análisis multivariado demostró que AF y conducta alimentaria no tienen una relación con el EP (p>0,05); el trabajo administrativo incrementó la prevalencia del EP en comparación a los trabajadores que realizan otra actividad (p=0,024; RPa=1,207).

**Conclusión:** Se determinó que la AF y el EP no están relacionadas. Además, los elementos de la conducta alimentaria no presentaron diferencia significativa con respecto al EP.

**Palabras clave**: Actividad física; Conducta alimentaria; Exceso de peso.



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

## 2. Abstract

**Objective:** To determine the relationship between physical activity (PA) and eating behavior with overweight (OB) in the context of the COVID-19 pandemic among workers at the Mobile Emergency Care System (SAMU) in Metropolitan Lima.

**Methodology:** An observational, analytical, and cross-sectional study, the sample consisted of 105 SAMU workers. The survey and the short version of the IPAQ 7 questionnaire (AF) and the Three Factor Eating Questionnaire R-21 (eating behavior) were used. For bivariate analysis, the Chi-square test and Mann-Whitney U test were used; for multivariate analysis, Poisson regression was used.

**Results:** In the bivariate analysis, workers with postgraduate education had higher levels of PA compared to workers without postgraduate education (p=0.037). Furthermore, workers with postgraduate education had greater cognitive restriction in their eating behavior compared to workers without postgraduate education (p=0.017). A history of COVID-19 infection was more common in workers with PD than in those with normal weight (p=0.017). Multivariate analysis showed that PA and eating behavior were not related to PD (p>0.05); administrative work increased the prevalence of PD compared to workers with other occupations (p=0.024; RpA=1.207).

**Conclusion:** It was determined that PA and PD were not related. Furthermore, the elements of eating behavior did not differ significantly from PD.

**Keywords:** Physical activity; Eating behavior; Excess weight.



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis