



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

**“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS
DURANTE LA PANDEMIA COVID-19”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Enfermería

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Toaingá Cunalata, Jhoana Maribel

Tutora: Lic Mg. Cortéz Flores, Carola del Rocío

Ambato – Ecuador

Mayo, 2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutora del Artículo Científico sobre el tema:

“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS

DURANTE LA PANDEMIA COVID-19” desarrollado por Toaingá Cunalata Jhoana Maribel, estudiante de la Carrera de Enfermería, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, mayo del 2023

LA TUTORA



Firmado electrónicamente por:
CAROLA DEL ROCIO
CORTEZ FLORES

Cortéz Flores, Carola del Rocio

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo de Revisión “**ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19**”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos

Ambato, mayo del 2023

LA AUTORA



firmado electrónicamente por:
JHOANA MARIBEL
TOAINGA CUNALATA

Toainga Cunalata Jhoana Maribel

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lic. Mg Cortéz Flores Carola del Rocio con CC: 0502525223 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación

“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS

DURANTE LA PANDEMIA COVID-19”, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Mayo 2023



Firmado electrónicamente por:
CAROLA DEL ROCIO
CORTEZ FLORES

.....
Cortéz Flores Carola del Rocio

CC: 0502525223

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Toaingá Cunalata Jhoana Maribel con CC: 1850443373 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS**

DURANTE LA PANDEMIA COVID-19”, Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo de Revisión o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo de Revisión a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Mayo 2023



.....
Toaingá Cunalata Jhoana Maribel

C.C1850443373

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador, aprueban en el informe del Proyecto de Investigación: **“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19”**, de Jhoana Maribel Toaingá Cunalata, estudiante de la Carrera de Enfermería

Ambato, Mayo 2023

Parar su constancia firma

.....
Presidente

.....
1er Vocal

.....
2 do Vocal



Brazilian Journal of Health Review

CARTA DE ACEITE

A revista Revista Brazilian Journal of Health Review, ISSN: 2595-6825, Qualis B3 (2019), editado por Brazilian Publicações de Periódicos e Editora Ltda. (Cnpj 32.432.868/0001-57), declara que el artículo "*Estado físico-mental en estudiantes secundarios durante la pandemia COVID-19*" escrito por Jhoana Maribel Toainga Cunalata, Carola del Rocio Cortez Flores de la Universidad Técnica de Ambato - Ecuador, ha sido aceptado para su publicación.

Como expresión de la verdad, firmamos esta declaración.

São José dos Pinhais PR Brasil, 12 de agosto de 2022.

Prof. Dr. Edilson Antonio Catapan
Editor Chefe

DEDICATORIA

El presente Artículo de Revisión lo dedico a Dios, ya que gracias a él he logrado concluir mi carrera, a mis padres, por ser mi inspiración y la fuerza para seguir superándome día a día a quien va dedicado todo mi esfuerzo y sacrificio para llegar a esta meta importante en mi vida, por apoyarme y ser los promotores para iniciar mi carrera, a mis hermanos por estar siempre presentes, acompañándome, a mi bendición que aún sigue creciendo dentro de mí, te agradezco por ayudarme a encontrar un lado dulce y no amargo de la vida, gracias a ustedes, personas de bien, seres que ofrecen amor, bienestar y finos deleites de la vida, he logrado llegar hasta aquí y poder seguir cumpliendo mis metas.

Jhoana Toaingá

AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento se dirige a quien ha forjado mi camino y me ha dirigido por el sendero correcto, a Dios, el que en todo momento está conmigo ayudándome a aprender de mis errores y a no cometerlos otra vez.

Le agradezco a mi familia por su apoyo incondicional, por siempre creer en mí, por siempre apoyarme y extender su mano en cada momento de mi vida. A mis amigos de clase con los que he compartido grandes momentos e historias que jamás serán olvidadas. A mi tutora la Lic. Carola Cortéz por su gran apoyo y estar pendiente siempre para lograr el desarrollo de este trabajo con éxito.

A mis docentes de la carrera que siempre estuvieron para darme un consejo y brindándome sus conocimientos y su amistad, a mi querida Universidad Técnica de Ambato por abrirme las puertas y permitirme formarme en ella, después de años de esfuerzo, sacrificios, dedicación y grandes alegrías llegó el día en que miraría hacia atrás el camino recorrido por tus pasillos y aulas, y me detendría para agradecerte mi ALMA MATER, por acogerme para poder desarrollarme como profesional, muchas gracias.

Jhoana Toainga

“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19”

RESUMEN

La pandemia por COVID-19 ha tenido un gran impacto en la salud tanto física como mental de la población a nivel mundial, lo cual ha llevado a cuestionarse en qué medida esta situación ha afectado a la población adolescente, para lo cual se propone el uso de una escala que evalúa depresión, ansiedad y estrés correspondientes al campo de lo mental, y una encuesta para calcular el índice de masa muscular con el fin de saber el estado físico de los estudiantes. **Objetivo:** identificar si la pandemia por COVID-19, ha afectado o no el estado físico-mental de los estudiantes secundarios de la Unidad Educativa Pelileo. **Resultados:** el estado físico durante la pandemia COVID-19 se mantuvo dentro de los rangos normales según el IMC, mientras que, acorde a la escala DASS-21 los estudiantes mostraron haber tenido alteraciones en su estado de ánimo presentando cuadros de depresión, ansiedad y/o estrés.

PALABRAS CLAVES: ESTADO FÍSICO; ESTADO MENTAL; PANDEMIA .

“ESTADO FÍSICO-MENTAL EN ESTUDIANTES SECUNDARIOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19”

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has had a great impact on the physical and mental health of the population worldwide, which has led to the questioning of the extent to which this situation has affected the adolescent population, for this purpose it has been used a scale that evaluates depression, anxiety and stress corresponding to mental field, and a survey to calculate the muscle mass index in order to know the physical state of the students. **Objective:** identify whether or not the COVID-19 pandemic has affected the physical-mental state of the secondary students of the “Unidad Educativa Pelileo”. **Results:** the physical state during COVID-19 pandemic remained within the normal ranges according to the IMC, while, according to the DASS -21 scale, the students showed that they had alterations in their mood, presenting symptoms of depression, anxiety and stress.

KEY WORDS: PHYSICAL CONDITION; MENTAL CONDITION; PANDEMIC.

INTRODUCCIÓN

A finales del 2019 aparece en china un virus denominado SARS-CoV-2, al convertirse en una pandemia, esta enfermedad fue provocando en la población miedo, preocupación y un estado constante de estrés tanto físico como mental (Violant-Holz, y otros, 2020). Las consecuencias de este virus se han dado a nivel físico y psicológico, los cuales se influyen el uno al otro, ya que según estudios recientes el tener una buena condición física ayuda al bienestar mental debido a que el realizar actividades como caminar, practicar un deporte sirven como mitigantes del estrés y ansiedad generados por el confinamiento que provocó la pandemia por COVID -19 (Ramírez-Ortiz, Castro-Quintero, Lerma-Córdoba, Yela-Ceballos, y Escobar-Córdoba, 2020).

Acorde a la Organización Panamericana de la Salud (2022) actitudes de miedo, preocupación y estrés son normales ya que las personas tienen miedo de contraer el virus de la COVID-19, esto sumado a los cambios en la vida cotidiana como el “distanciamiento físico, el trabajo desde el hogar, el desempleo temporal, la educación de los niños en el hogar y la falta de contacto físico con los seres queridos y amigos” (PAHO, 2022, p. 1) afectan a la población en su salud física y mental.

Según Ramírez-Ortiz, Castro-Quintero, Lerma-Córdoba, Yela-Ceballos, y Escobar-Córdoba (2020) “son múltiples las alteraciones psicológicas asociadas que van desde síntomas aislados hasta trastornos complejos con un deterioro marcado de la funcionalidad tales como insomnio, ansiedad,

depresión y trastorno por estrés postraumático” (p. 2); a nivel mundial se han registrado “76 millones de casos de desorden de ansiedad y 53 millones de casos de desorden depresivo mayor” (COVID-19 Mental Disorders Collaborators, 2021, p. 1700).

En las regiones de América Latina y el Caribe el impacto en la salud mental fue más pronunciado en comparación con los países de ingresos elevados; la población económicamente activa de los países de América Latina y el Caribe es más vulnerable a desarrollar problemas en su salud mental, debido a que por la pandemia hubo un incremento de la tasa de desempleo y el empleo informal, lo cual ha tenido un impacto negativo en la salud de las personas (Merino-Salazar, 2022).

Tusev, Tonon y Capella (2020) realizan una investigación a nivel nacional en donde se puede apreciar que la salud mental de las personas se encuentra afectada, ya que “un número alarmante presenta niveles entre severos y extremadamente severos de depresión (10.3%), ansiedad (19.4%) y estrés (13.5%)” (p. 11). A raíz de esto se explicará brevemente de que se tratan estos trastornos emocionales.

La depresión ha sido y sigue siendo un problema de salud pública que tiene varios orígenes (psicosociales, genéticos y biológicos), cada año más adolescentes y adultos jóvenes son diagnosticados alrededor del mundo y es precisamente en esta población donde los factores psicosociales “pueden exacerbar la intensidad de la enfermedad y aumentar exponencialmente las

ideaciones suicidas, los intentos suicidas e incluso lograr el cometido con éxito” (Corea, 2021, p. 46). Según la OMS la depresión es una respuesta emocional distinta a la esperada cuando se presentan problemas en la vida cotidiana, y “puede convertirse en un problema de salud serio, especialmente cuando es recurrente y de intensidad moderada a grave, puede causar gran sufrimiento a la persona afectada y alterar sus actividades laborales, escolares y familiares” (Organización Mundial de la Salud, 2021, p. 1).

La ansiedad al igual que la depresión también es una patología mental frecuente que genera sufrimiento y discapacidad, este trastorno emocional es más común en las mujeres; según Chacón, Xatruch, Fernández y Murillo (2021) la ansiedad “es una reacción emocional normal ante situaciones amenazantes para el individuo... cuando estas reacciones se vuelven cotidianas y perturbadoras, se deben evaluar para identificar su connotación de ansiedad patológica” (p. 23).

Por último, el estrés es una respuesta tanto fisiológica como psicológica que experimentan las personas cuando se someten a exigencias que superan las capacidades y tienen el potencial de poner en peligro su bienestar; para superar esto, y según el enfoque psicosocial, “las personas se esfuerzan continuamente y de diferente manera para afrontar cognitivamente y conductualmente las demandas tanto internas como externas de la situación valorada como estresante” (Naranjo, 2009, p. 173).

Estos tres tipos de trastornos emocionales son en un inicio una herramienta adaptativa para superar los problemas cotidianos, sin embargo, si la situación que genera problemas se repite continuamente, con más intensidad o varias situaciones se van sumando sin haber solucionado las anteriores nos encontraremos ya con patologías que necesitan de tratamiento psicológico y en ocasiones farmacológico.

En cuanto al estado físico de las personas durante el confinamiento por esta pandemia, han cambiado los hábitos alimenticios, de sueño, de actividad, de trabajo, “se reconstruyeron las dinámicas familiares y habitacionales, compartiendo mayor tiempo con familiares o agudizando la percepción de soledad” (Posada-López y Vásquez-López, 2022, p. 2), todo esto generó cambios emocionales que fueron mitigados por la práctica de algún tipo de actividad física.

Uno de los indicadores que se tomaron en cuenta para poder determinar el estado físico de los estudiantes es el Índice de Masa Muscular, el cual es “un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar sobrepeso y obesidad” (Organización Mundial de la Salud, 2021), para calcular el IMC se divide el peso en kilos por el cuadrado de la estatura en metros (kg/m^2).

El presente estudio se justifica en la necesidad de conocer el estado tanto físico como mental de los estudiantes secundarios durante la pandemia por COVID-19, ya que existe evidencia que estos estados se han alterado en la

población adulta y adulta mayor, para poder conocer el estado físico de los adolescentes encuestados se aplicó un pequeño cuestionario de preguntas abiertas con el fin de recabar información para poder obtener el Índice de Masa Corporal o IMC, además de una pregunta de percepción del peso propio durante la pandemia; para el estado mental se aplicó la escala DASS -21 que si bien no da el estado mental *per se*, si brinda información acerca del estado emocional que puede afectar al estado mental, mediante la calificación de diferentes preguntas las cuales ayudan a un posible diagnóstico de depresión, ansiedad y estrés.

Se ha planteado como pregunta de investigación si ¿la alteración del estado físico-mental en estudiantes secundarios se ha visto relacionado con la pandemia COVID-19?, dicha pregunta lleva a dos hipótesis:

- Hipótesis alterna: tiene alguna relación la afectación del estado físico-mental en estudiantes secundarios con la pandemia COVID-19.
- Hipótesis nula: no tiene relación la afectación del estado físico -mental en estudiantes secundarios con la pandemia COVID-19.

METODOLOGÍA

El presente artículo corresponde a una investigación de tipo cuantitativa, no experimental, correlacional, con un corte transversal; con este trabajo se busca

describir las variables relacionadas al estado tanto físico como mental de los estudiantes secundarios durante la pandemia por COVID-19.

La investigación se enmarca en realizar un análisis del impacto en la Salud física y emocional producto de una enfermedad que conmovió mundialmente, que a diferencia de otras enfermedades su afectación involucro toda estrato de tipo social, sin discriminar edad y sexo.

Es así que abordar la condición física y mental de un grupo de estudiantes, y su afectación por la COVID-19, dará **la pauta** para que Profesionales de la Salud, Maestros y Padres de Familia pongan especial atención en la ayuda terapéutica que necesitan, y estén **vigilantes de las secuelas futuras** que podrían derivar de la misma, se hace necesario encaminar estrategias de salud sobre todo enmarcado en el cuidado de la **salud mental**, a nivel no solo de Pacientes que acuden a una Institución de Salud, sino de la población en general que vivió este suceso de gran impacto en la salud pública.

La población con la que se trabajó corresponde a los estudiantes secundarios de la Unidad Educativa Pelileo, de la cual se tomó una muestra de 224 participantes.

Los criterios de elegibilidad de la presente investigación serán los siguientes:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de género masculino o femenino.
- Estudiantes secundarios de la Unidad Educativa Pelileo.

- Estudiantes cuyos padres de familia hayan firmado el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes con discapacidad visual, auditiva y/o cognitiva.
- Estudiantes cuyos padres no hayan firmado el consentimiento informado.
- Estudiantes que no deseen participar en el estudio.

La información se recolectó mediante la aplicación de las escalas: DASS-21 (escala tipo Likert que evalúa depresión, ansiedad y estrés), una encuesta para obtener el Índice de Masa Muscular o IMC por sus siglas en inglés, y para conocer si los estudiantes subieron o no de peso durante la pandemia; el rango de IMC se calculó según la siguiente escala obtenida del Texas Heart Institute (2022):

- Peso bajo: ≥ 17.0 a < 18.5
- Peso normal: ≥ 18.5 a < 24.9
- Pre-obesidad: ≥ 25.0 a < 29.9
- Obesidad tipo 1: más de 30

El análisis de la información se realizó con el programa SPSS en su versión 25 y con Microsoft Excel; se utilizaron tablas y gráficos para representar los resultados.

RESULTADOS

Considerando los criterios de exclusión se trabajó con la totalidad de la muestra planteada inicialmente, es decir, con 224 estudiantes de la Unidad Educativa Pelileo.

Estado físico-mental de los estudiantes secundarios durante la pandemia COVID-19.

Los estudiantes que participaron en el estudio presentaron un estado físico adecuado, sin embargo, su estado mental presentó perturbaciones ya que tanto hombres como mujeres presentaron cierto nivel de depresión, ansiedad y estrés durante la pandemia COVID-19.

Género y estado emocional de los estudiantes secundarios durante la pandemia COVID-19.

Acorde a lo obtenido luego de aplicar la escala DASS -21 se obtuvo como resultado que el grado de depresión y estrés en mujeres es severo, mientras que la ansiedad llega a niveles extremadamente severos (tabla 1); en cuanto a los hombres, el nivel de depresión es moderado, la ansiedad es severa y el grado de estrés es leve (tabla 2); se puede apreciar que las mujeres presentan niveles más elevados de perturbación emocional en comparación a los hombres.

Tabla 1.

Estado emocional en mujeres según la escala DASS-21

Estado	Puntaje medio	%	Interpretación
Depresión	11	25.6	Severa
Ansiedad	10	26.3	Extremadamente severa
Estrés	13	28.3	Severa

Tabla 2.

Estado emocional en hombres según la escala DASS-21

Estado	Puntaje medio	%	Interpretación
Depresión	9	23.0	Moderado
Ansiedad	8	25.0	Severa
Estrés	9	21.9	Leve

Estado físico y percepción del peso de los estudiantes secundarios durante la pandemia COVID-19

La mayor parte de los estudiantes (58%) refirieron no haber subido de peso durante el confinamiento (véase figura 1), esta situación que se ve reflejada en su estado físico, ya que más del 60% de los estudiantes presentan un peso normal, según el rango de IMC obtenido (véase figura 2).

Figura 1.

Aumento de peso de los estudiantes secundario durante la pandemia COVID -19

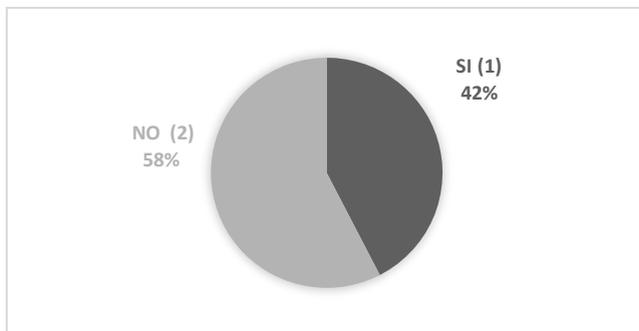
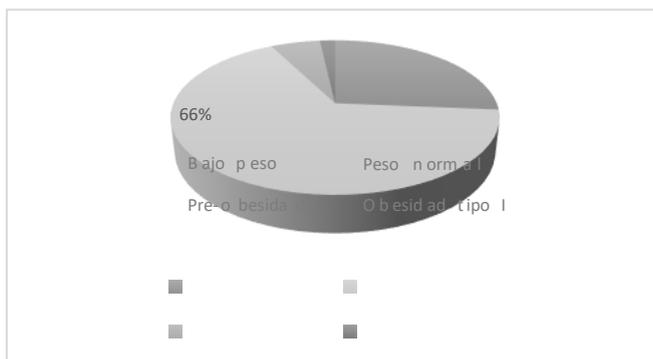


Figura 2.

Peso de los estudiantes según IMC



Percepción del estado físico y emocional de los estudiantes según el género.

Según los datos obtenidos, las mujeres presentan una mayor tendencia a subir de peso en comparación a los hombres, de la misma forma se puede apreciar que son las mujeres quienes tienen una mayor perturbación del estado emocional durante la pandemia COVID-19.

Tabla 3.

Percepción del estado físico y emocional según género

		Hombres	Mujeres
Aumento de peso	Si	33	62
	No	63	66
Estado emocional	Depresión	Moderada	Severa
	Ansiedad	Severa	Extremadamente severa
	Estrés	Leve	Severa

DISCUSIÓN

Según los datos obtenidos luego de aplicar la escala DASS-21 tenemos que son las mujeres quienes presentan niveles más elevados de depresión, ansiedad y estrés en relación con los hombres, este resultado también se encontró en el trabajo de Ochoa y Bravo (2020) donde se obtuvo que los mayores niveles de sintomatología lo presentan las mujeres.

El estado físico de los estudiantes secundarios estudiados no presento cambios, ya que el IMC de la mayoría está dentro del rango normal de peso, sin embargo, esta situación no se repite en el estudio de Sánchez (2021) donde se pudo apreciar que la interrupción de la rutina cotidiana ha llevado a implementar nuevos hábitos perjudiciales para la salud de niños y adolescentes, los cuales derivan en problemas físicos, ganancia exagerada de peso y obesidad.

En general se puede decir que la pandemia por COVID-19 y el consecuente confinamiento al que toda la población se vio obligada, han tenido efectos negativos en la vida de las personas, según Paricio y Pando (2020), las pandemias se suelen asociar con un aumento de los factores de riesgo psicosociales y por lo tanto un aumento de la sintomatología ansiosa, depresiva y postraumática en la población infanto-juvenil, así como un deterioro de los hábitos saludables y un empeoramiento de la salud física; respecto a esto la presente investigación se tienen dos realidades, una respecto al estado mental donde efectivamente la salud mental de los adolescentes presentó alteraciones, pero respecto a la salud física esta no empeoró como mencionan Paricio y Pando (2020).

CONCLUSIONES

Entre el estado físico y el estado mental de los estudiantes, se obtuvo que el primero fue adecuado, mientras que el segundo presentó afectación.

El estado mental de los estudiantes se vio afectado según la escala DASS-21, donde se obtuvo que la ansiedad tanto en hombres como mujeres estuvo entre severa y extremadamente severa.

La mayor parte de los estudiantes tienen un peso normal según el IMC calculado de su peso y estatura, de igual manera a población en general no reportó un aumento de peso durante la pandemia COVID-19.

Las mujeres mostraron ser quienes más cambios presentaron respecto a su estado de ánimo, mostrando niveles muy altos de depresión, ansiedad y estrés.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M., y Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
- Corea, M. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista Médica Hondureña*(1), 46-52.
- COVID-19 Mental Disorders Collaborators. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *Lancet*, 398, 1700-1712.
- Merino-Salazar, P. (2022). El impacto de la COVID-19 en la salud mental: una prioridad en salud ocupacional. *Investigatio*(17), 1-3.
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33 (2), 171-190.
- Ochoa, K., y Bravo, V. (2020). *Estrés, ansiedad y depresión en los trabajadores de una empresa nacional durante la emergencia sanitaria por COVID -19*. [Tesis de pregrado, Universidad del Azuay].
- Organización Mundial de la Salud. (13 de Septiembre de 2021). *Depresión*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>,
- Organización Mundial de la Salud. (9 de Junio de 2021). *Obesidad y sobrepeso*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and->

Pandemic: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 1-19.