

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**ACTIVIDAD FÍSICA Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN CHOFERES
DE TRANSPORTE URBANO CON SOBREPESO U OBESIDAD
DE LA EMPRESA “NUEVA AMÉRICA” CARABAYLLO
DICIEMBRE 2015**

TESIS

**PRESENTADA POR BACHILLER
FELIPE SOTO JESSICA JOSEFINA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**LIMA – PERÚ
2016**

RESUMEN

El sobrepeso u obesidad es una característica inherente a los choferes de transporte público por la actividad física sedentaria que exige su ocupación y por sus hábitos alimentarios. El objetivo de este estudio fue determinar la actividad física y hábitos alimentarios en choferes de transporte urbano con sobrepeso u obesidad de la Empresa “Nueva América” de Carabaylo – 2015. Material y métodos: El tipo de estudio fue cuantitativo, descriptivo, de corte trasversal. La muestra de estudio estuvo constituida por 45 choferes. Se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario. Resultados: Los choferes de transporte urbano tienen edades entre los 40 a 59 años en un 51.1%, nivel de instrucción secundaria en un 48.9%, estado civil solteros en un 35.6% y presentan diabetes en un 35.6%. La actividad física, es inadecuada en un 80% y adecuada en un 20%; y sus hábitos alimentarios, son inadecuados en un 91.1% y adecuados en un 8.9%. Conclusiones: La actividad física y los hábitos alimentarios son inadecuados en los choferes de transporte urbano, por lo que acepta la hipótesis planteada.

Palabras clave:

Actividad física, hábitos alimentarios, choferes, sobrepeso, obesidad