Rev Clin Esp. 2021;222(Espec Congr 2):528

Revista Clínica Española

https://www.revclinesp.es

319 - HÁBITOS NUTRICIONALES Y AUTOPERCEPCIÓN DEL PESO EN LOS SANITARIOS DEL ÁREA DE FERROL

C. Santiago Vázquez[1] *y C. Tejera Pérez*[2]

[1]*Universidad de Santiago de Compostela. Ferrol.* [2]*Complejo Hospitalario Universitario de Ferrol. Ferrol.*

Resumen

Objetivos: Analizar la autopercepción de sufrir sobrepeso y obesidad en una población de trabajadores y estudiantes sanitarios del Área Sanitaria de Ferrol, de acuerdo con la clasificación del IMC de la OMS.

Métodos: Se estudia la población trabajadora y estudiantes del Área Sanitario de Ferrol a través de una encuesta autoadministrada. El estudio fue presentado a la Gerencia del Área Sanitaria de Ferrol y al Comité de Ética de la Investigación de La Coruña. El cuestionario administrado constaba de variables generales y preguntas sobre hábitos y estilos de vida. Aproximadamente, los trabajadores con tareas sanitarias y estudiantes, dentro del área, son 1.900 personas. Para un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, asumiendo un 20% de pérdidas y con la prevalencia de obesidad en población general según estudio ENPE 21,6%, la población muestral debería ser de 279 personas. Se realizó un análisis estadístico descriptivo de todas y cada una de las variables recogidas con el paquete estadístico SPSS versión 24.0.

Resultados: Se observó que los grupos de bajo y sobrepeso sobreestiman su estado de salud. Respecto a la actividad física, los sujetos que más realizan ejercicio siempre son los normopeso; sin embargo, los encuestados con sobrepeso y obesidad tienen las tasas más altas respecto a no realizar deporte nunca. Además, el grupo de obesidad en su tiempo libre es el que realiza preferentemente actividades como trabajar con el ordenador o ver la televisión. Los sanitarios con sobrepeso y obesidad tienen un hábito de picoteo normalmente mayor que el resto. Los obesos tienen una mayor tasa de no desayuno, así como mayor consumo diario de comidas procesadas y carne. Se comprobó que, por otra parte, las personas con obesidad tienen más frecuentemente familiares con sobrepeso u obesidad. Además, tienen más frecuentemente un patrón de sueño desorganizado o de menos de seis horas al día. No se vio una clara asociación entre el número de horas que los sujetos pasan sentados y su IMC. Tampoco entre la realización y frecuencia de guardias. El hábito tabáquico resultó más frecuente en los sujetos de bajo peso.

Valores IMC (kg/m^2)	Grupo
18,5	Peso insuficiente
18,5-24,9	Normopeso

25-26,9	Sobrepeso grado I
27-29,9	Sobrepeso grado II (preobesidad)
30-34,9	Obesidad leve o clase I
35-39,9	Obesidad moderada o clase II
40-49,9	Obesidad grave, mórbida o clase III
? 50	Obesidad extrema o clase IV

Valores IMC (kg/m^2)	Grupo
18,5	Peso insuficiente
18,5-24,9	Normopeso
25-29,9	Sobrepeso
30-34,9	Obesidad grado I
35-39,9	Obesidad grado II
? 40	Obesidad grado III

Percentiles

	25	50	75
Edad	32 años	43 años	56 años
Peso	58 kg	66 kg	78 kg
Altura	1,60 m	1,65 m	1,70 m

0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.

IMC	21,3 kg/m^2	23,8 kg/m^2	26,8 kg/m^2

	Malo	Regular	Bueno	Muy bueno
Bajo peso	0%	25%	75%	0%
Normopeso	0,5%	5%	68,5%	25%
Sobrepeso	0%	15,1%	74,2%	8,6%
Obesidad	0%	56,7%	36,7%	6,7%

	Muy delgado	Delgado	Normal	Sobrepeso	Obesidad
Bajo peso	25%	75%	0%	0%	0%
Normopeso	0%	27,5%	68,5%	4%	0%
Sobrepeso	0%	0%	36,6%	62,4%	0%
Obesidad	0%	0%	3,3%	43,3%	53,3%

	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Bajo peso	0%	25%	75%	0%
Normopeso	3,5%	49%	34,5%	13%
Sobrepeso	14%	35,5%	44,1%	4,3%
Obesidad	16,7%	63,3%	16,7%	3,3%

	Actividad física	Dormir	Trabajar/estudiar con el ordenador	Ver la televisión
Bajo peso	50%	0%	50%	0%

0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.

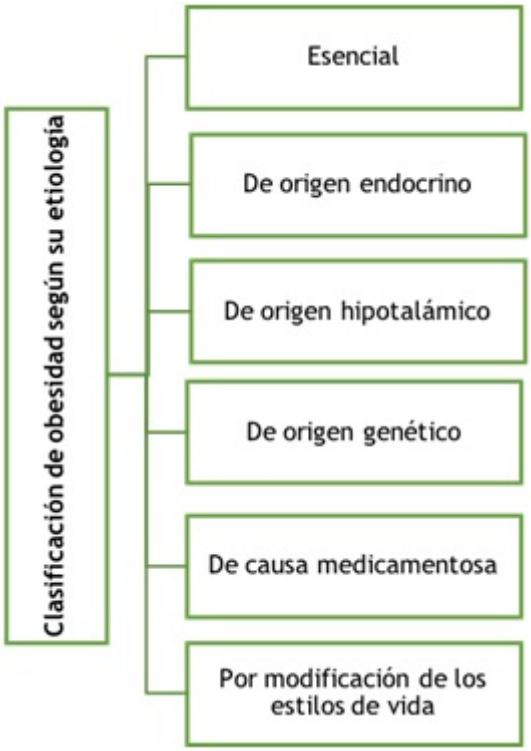
Normopeso	41%	9,5%	35%	13,5%
Sobrepeso	35,5%	6,5%	36,6%	18,3%
Obesidad	20%	3,3%	43,3%	33,3%

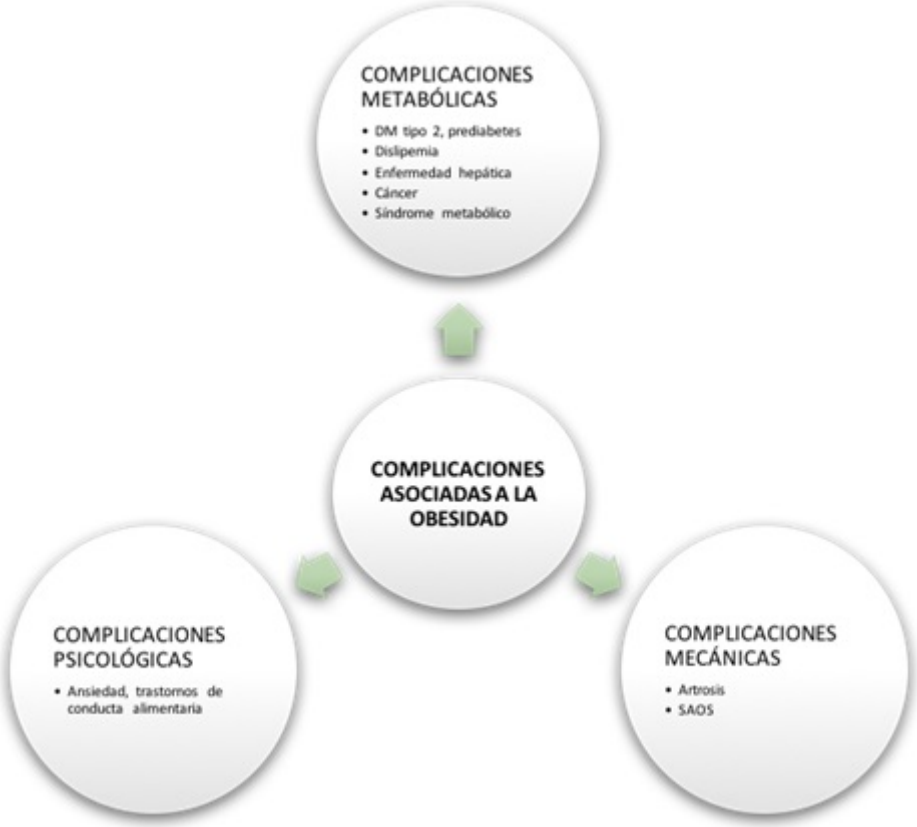
	3-4 horas	4-5 horas	Algún día más de 5 horas	Todos más de 5 horas
Bajo peso	25%	0%	50%	25%
Normopeso	22,5%	20,5%	23,5%	33,5%
Sobrepeso	26,9%	28%	19,4%	23,7%
Obesidad	30%	23,3%	10%	33,3%

	Nunca	A veces	Normalmente
Bajo peso	25%	75%	0%
Normopeso	45%	49%	5,5%
Sobrepeso	39,8%	46,2%	12,9%
Obesidad	30%	43,3%	26,7%

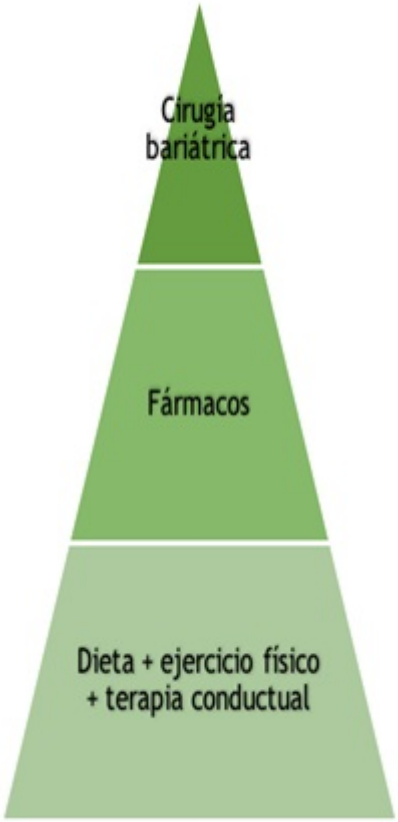
	Nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
Bajo peso	0%	25%	0%	50%
Normopeso	2,5%	3,5%	3,5%	90%
Sobrepeso	2,2%	4,3%	3,2%	89,2%
Obesidad	6,7%	16,7%	0%	76,7%

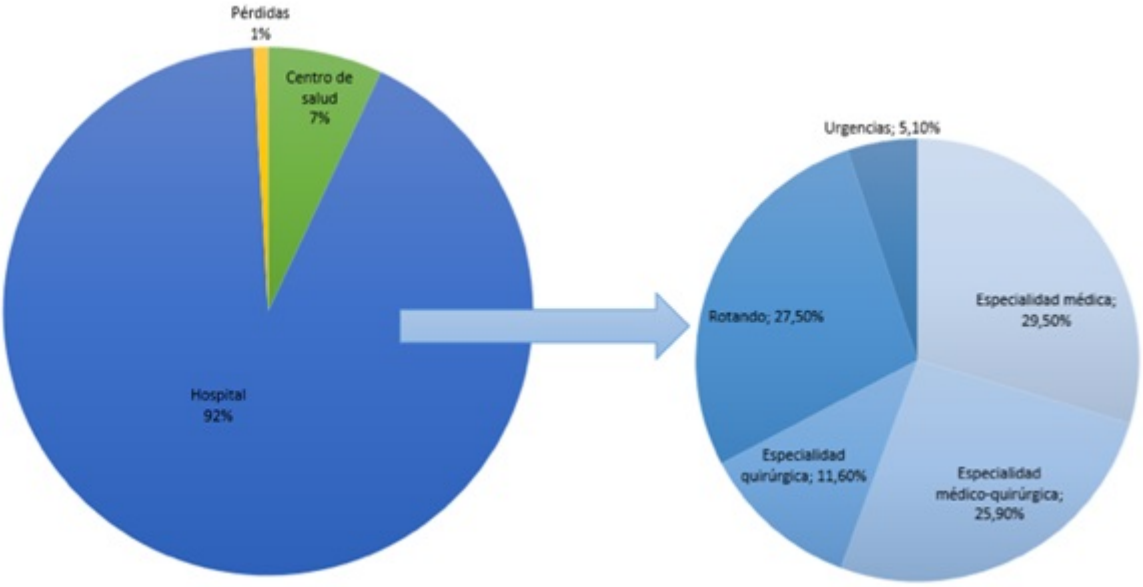
0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.



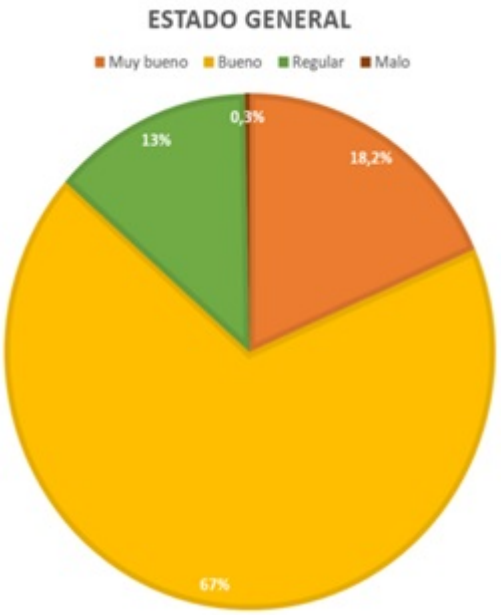


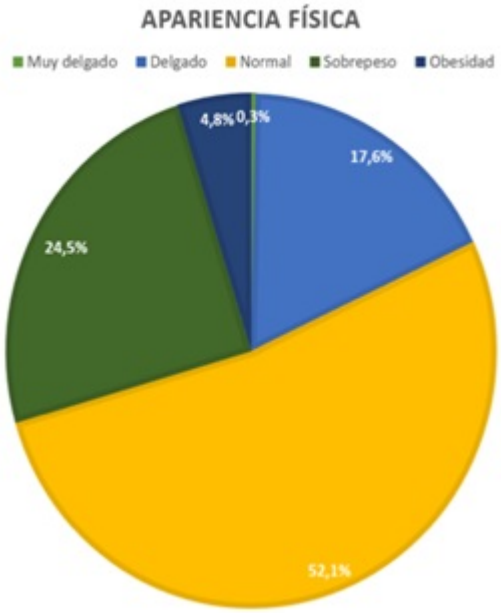
0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.



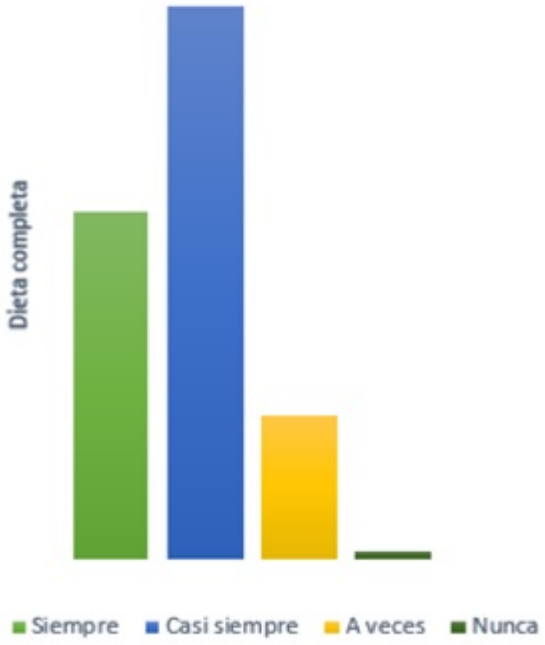


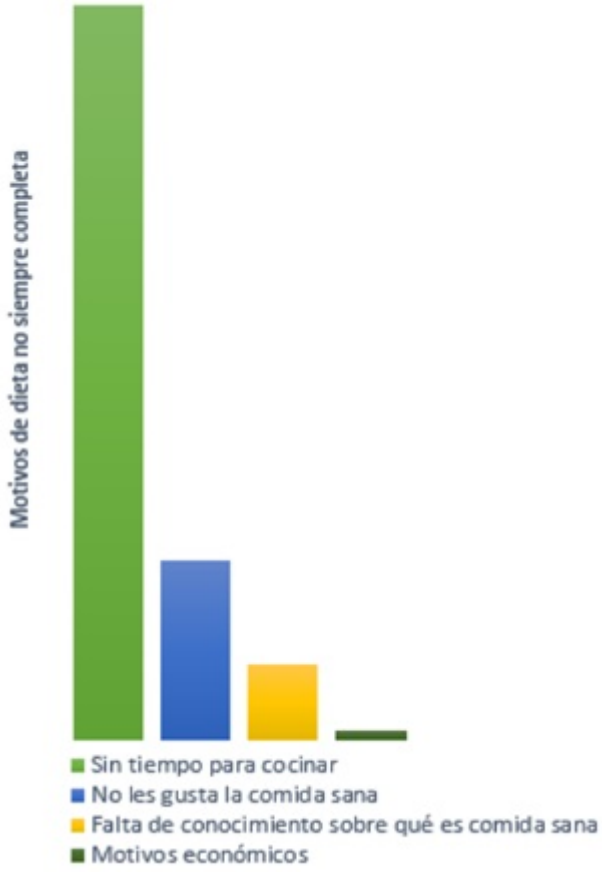
0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.

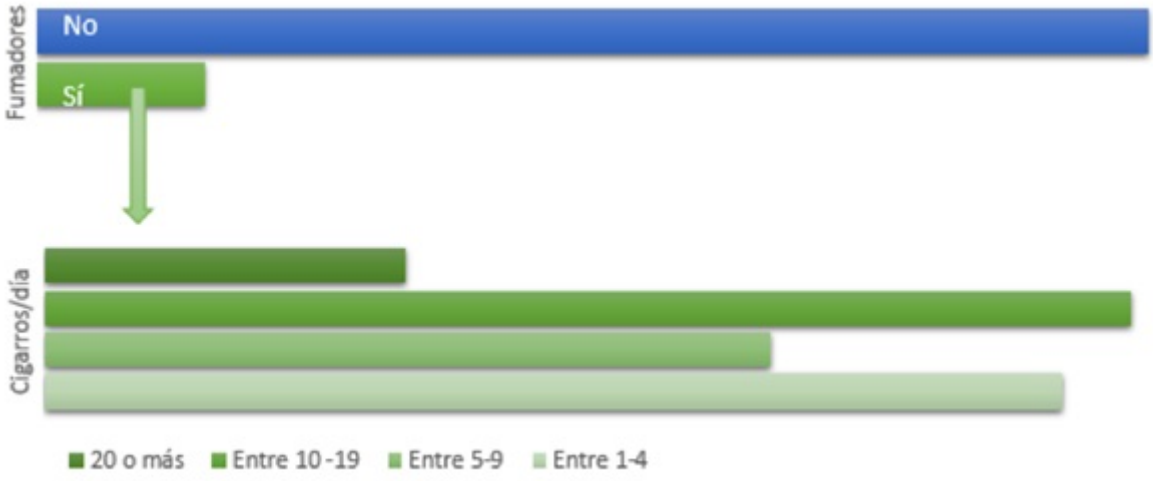


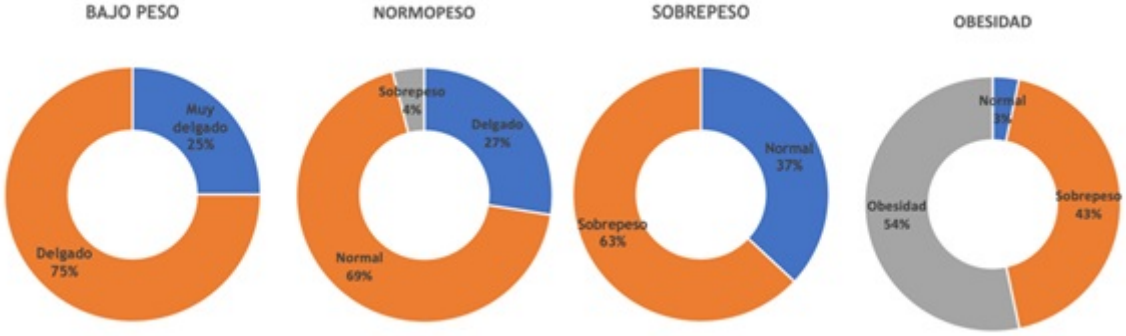


0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.

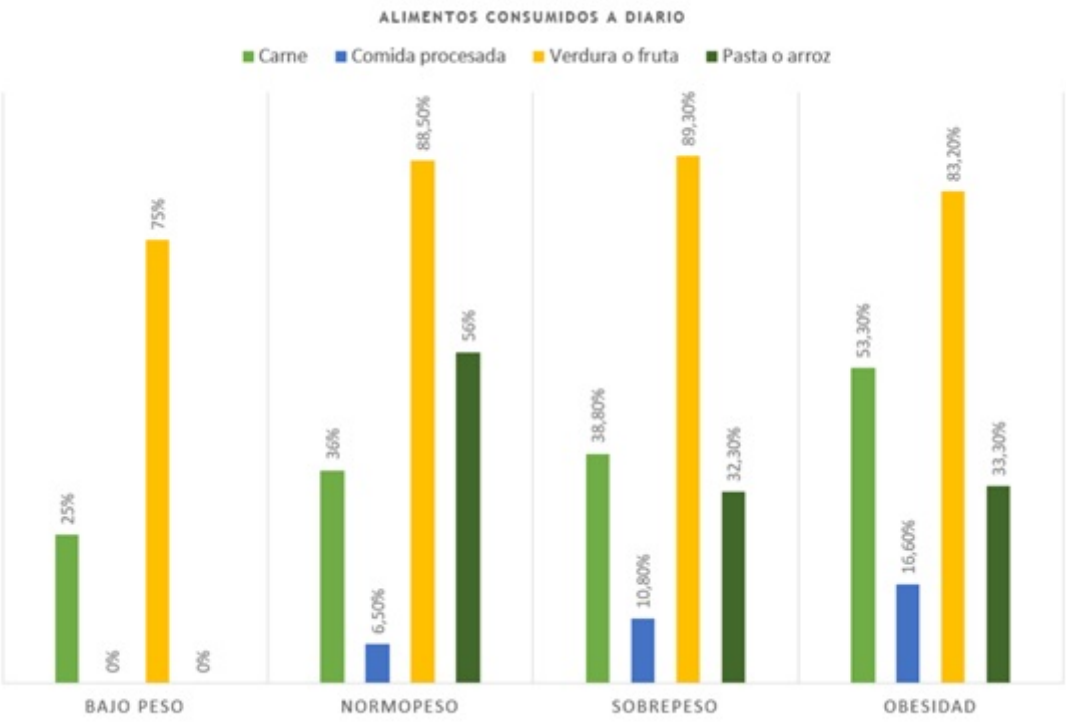








0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.



Conclusiones: Analizando la autopercepción de sufrir sobrepeso y obesidad en la población de trabajadores y estudiantes sanitarios del Área Sanitaria de Ferrol se ha visto que, al menos, la mayor parte de cada grupo tiene una buena percepción de su peso, clasificando su apariencia física de forma acorde al mismo. Respecto al estado de salud de los encuestados, la mayoría considera que este es bueno, incluso aquellos sujetos con bajo peso y sobrepeso. Sin embargo, el grupo de obesidad valora su estado de salud como regular mayoritariamente. La ausencia de actividad física, así como el hábito de picotear entre horas de forma frecuente, el saltarse el desayuno, las pocas horas de sueño o el consumo de comidas procesadas a diario se asocian con los sujetos con un mayor IMC. Por otra parte, la realización de turnos de 24 horas y su frecuencia o el hábito tabáquico no parecen influenciar un aumento en el IMC de los sujetos de la muestra.

0014-2565 / © 2021, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.