

COMPARACIÓN DE LA RELACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DEL ESTILO DE VIDA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA POR GÉNERO EN ADULTOS JÓVENES DE CELAYA, MÉXICO

Castro López, Damaris (1), Padilla Raygoza, Nicolás (2), Ramírez Gómez, Xóchitl Sofía (3)

1 [Licenciatura en Nutrición, Universidad de Occidente] | [damaris.castro.10@outlook.es]

2 [Departamento de Enfermería y Obstetricia, División Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya Salvatierra, Universidad de Guanajuato] | [raygosan@ugto.mx]

3 [Departamento de Enfermería Clínica, División Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya Salvatierra, Universidad de Guanajuato] | [xosofira2002@yahoo.com.mx]

Resumen

El presente estudio busca comparar la relación de la percepción del estilo de vida y la actividad física por género en adultos jóvenes de Celaya. Las enfermedades crónicas degenerativas constituyen una de las primeras causas de muerte a nivel mundial. Un ejemplo de este padecimiento es la Diabetes Mellitus Tipo 2 con tendencia a presentarse en personas jóvenes. Fue un estudio transversal, observacional y analítico, realizando un muestreo aleatorio simple. Se invitó a hombres y mujeres de 18 años o más registrados como estudiantes de nivel superior en una Universidad pública en Celaya, Guanajuato. Se midió la percepción del estilo de vida y el nivel de actividad física con el cuestionario internacional de actividad física. Se obtuvo una muestra de 390 personas, predominando en ella el género femenino. Para los hombres no hubo asociación entre la percepción de estilo de vida y la actividad física ($p = .75$). Para las mujeres si se encontró una asociación entre la percepción de estilo de vida saludable y la actividad física ($p = .0001$).

Abstract

The present study seeks to compare the relationship of lifestyle perception and physical activity by gender in young adults of Celaya. Chronic degenerative diseases are one of the leading causes of death worldwide. An example of this condition is Type 2 Diabetes Mellitus with a tendency to occur in young people. It was a transversal, observational and analytical study, performing a simple random sampling. Men and women 18 years of age or more registered as high school students were invited to a public university in Celaya, Guanajuato. The perception of the lifestyle and the level of physical activity were measured with the international questionnaire of physical activity. A sample of 390 people was obtained, predominating in her the feminine gender. For men, there was no association between lifestyle perception and physical activity ($p = .75$). For women, an association was found between the perception of healthy lifestyle and physical activity ($p = .0001$).

Palabras Clave

Diabetes Mellitus tipo 2; Actividad física; Estilo de vida ; Sedentarismo

INTRODUCCIÓN

Las enfermedades crónicas degenerativas constituyen una de las primeras causas de muerte a nivel mundial. Entre este tipo de padecimientos se encuentra la Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) con tendencia a presentarse cada vez más en personas jóvenes. [1]

Hay varios factores posibles en el desarrollo de Diabetes Mellitus tipo 2, los cuales pueden clasificarse en factores modificables: obesidad, dieta hipercalórica, tabaquismo y falta de actividad física; y no modificables: edad avanzada, antecedente familiar de diabetes de primer grado, origen étnico y antecedentes gestacionales. [2]

En 1993 la prevalencia de los diabéticos con diagnóstico conocido en población mayor de 20 años fue de 4.0%, mientras que en 2000 y 2007 se describió una prevalencia del 5.8 y 7%, respectivamente. [3]

Casimiro et al., definen estilo de vida como "los comportamientos de una persona, tanto desde un punto de vista individual como de sus relaciones de grupo, que se construye en torno a una serie de patrones conductuales comunes". [4]

Actualmente los jóvenes dan preferencia a conductas que ponen en riesgo la salud como lo son el consumo de tabaco, de alcohol o algunas drogas, dejando a un lado las conductas de las cuales obtendrían beneficios, como lo son el practicar algunas actividades físicas y tener una alimentación saludable.

Actividad física se define internacionalmente como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que tiene como resultado un gasto de energía. [4]

Devís et al., definen actividad física como "cualquier movimiento corporal, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea". [4]

En México sólo el 35% de las personas entre 10 y 19 años de edad y el 40% de los adolescentes y adultos jóvenes de 12 a 29 años de edad, realizan alguna actividad física. La presencia de

sedentarismo es mayor en mujeres que en hombres. [5]

Las personas con antecedentes de DM2 normalmente presentan mayor porcentaje de sedentarismo, y a su vez, es más frecuente que presenten obesidad, que las personas sin antecedentes. [5]

El objetivo fue comparar la relación de la percepción del estilo de vida con la actividad física por género en personas con antecedentes heredofamiliares de DM2.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño del estudio. Transversal, observacional, analítico.

Sitio y Universo del estudio. Universidad pública en Celaya, Guanajuato, México, con 1910 estudiantes registrados en nivel superior.

Muestreo. Se realizó muestreo aleatorio simple utilizando números aleatorios.

Selección de la población del estudio

Criterios de inclusión. Hombres y mujeres de 18 o más años, registrados como estudiantes de nivel superior en una Universidad pública en Celaya, Guanajuato, que hayan aceptado participar firmando el consentimiento informado.

Criterios de exclusión. Que no hayan aceptado participar.

Procedimientos del estudio

A los sujetos se les explicaron los objetivos del estudio, así como las ventajas y las desventajas por participar. Se les solicitó firmar el consentimiento informado. Después de hacerlo, se procedió a aplicar la encuesta de identificación, el International Physical Activity Questionnaire, [6] [7] el cuestionario de percepción de estilo de vida [8]; se realizó antropometría con peso y estatura.

Variables

Sociodemográficas. Edad, género, estado civil, peso, estatura, índice de masa corporal

Independiente. Estilo de vida, es una variable dicotómica; son los hábitos en cuanto a actividad física, alimentación, tabaquismo, consumo de alcohol; su escala de medición es saludable de 40 a 78 puntos y no saludable de 0 a 39 puntos [8]; se resumirá con frecuencias y porcentajes.

Dependiente. Actividad física, es una variable categórica ordinal, es el ejercicio físico que rutinariamente realiza el individuo en los últimos 7 días; se clasifica en leve es el individuo que reporta <600 METS-minutos/semana, moderada/vigorosa son los individuos que reportan 600 o más METS/minutos/semana. [6] [7] Se resume con frecuencias y porcentajes.

Tamaño de muestra

Esperando que el 20% del grupo expuesto (con antecedentes de diabetes tipo 2), tengan estilo de vida no saludable, y que en el grupo no expuesto 30%, el tamaño mínimo de muestra es de 313 con antecedentes heredofamiliares de diabetes y 313 sin antecedentes de la misma patología, con 95% de precisión y 80% de poder (Eplnfo 3.5.1, 2008, CDC, Atlanta, GA, EUA).

Análisis estadístico

Para la descripción de variables se utilizó la estadística descriptiva con medias y desviaciones estándar para variables cuantitativas y frecuencias y porcentajes para variables categóricas. Se calculó la prueba de Chi cuadrada y el valor de p entre percepción del estilo de vida y actividad física para buscar asociación entre las variables. El valor de p se fijó en 0.05 para demostrar significancia estadística de los resultados. El análisis estadístico se realizó en STATA 13.0 (Stata Corp., College Station, TX, EUA).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este estudio se comparó la relación de la percepción del estilo de vida con la actividad física por género en adultos jóvenes de Celaya. La muestra estuvo integrada por 104 hombres y 286 mujeres, en los que predominaron los residentes en zona urbana, solteros (Tabla 1).

El promedio de edad fue similar entre hombres y mujeres, para el peso las mujeres presentaron promedio menor que los hombres, lo mismo que en la estatura, para índice de masa corporal las mujeres presentaron promedios más bajos que los hombres (Tabla 2).

Para los hombres no hubo asociación entre la percepción de estilo de vida y la actividad física ($p = .75$). Para las mujeres si se encontró una asociación entre la percepción de estilo de vida saludable y la actividad física ($p = .0001$) (Tabla 3).

La diabetes es la principal causa de demanda de consulta externa en instituciones públicas y privadas y uno de los principales motivos para la hospitalización. Es más frecuente en el medio urbano (63%) que en el rural (37%) y mayor en mujeres que en hombres. [9]

Los resultados mencionados coinciden con los que se obtuvieron en el presente estudio.

Entre los adolescentes y adultos jóvenes (de 12 a 29 años de edad) tan solo 40% practica algún tipo de actividad física, siendo el sedentarismo mayor en mujeres que en hombres [10]. Lo que coincide con los resultados obtenidos que indican que los hombres son más activos físicamente que las mujeres.

Al comparar los resultados obtenidos en cuando a la percepción del estilo de vida, con los resultados de una investigación en Madrid se encontró que coinciden siendo la percepción de estilo de vida saludable más positiva en los hombres, 49,6% frente al 46,1% de las mujeres. [11]

CONCLUSIONES

Se encontró una relación significativa en asociación entre la percepción del estilo de vida y la actividad física en mujeres, lo que no fue detectado en hombres.

AGRADECIMIENTOS

Al programa Delfín por permitirnos participar en un verano de investigación científica. Al personal administrativo de la Universidad de Occidente por darnos la asesoría y el apoyo. Al doctor Nicolás Padilla Raygoza por aceptarnos para formar parte de su línea de investigación.

REFERENCIAS

[1] Peralta-Peña, S., -Muñoz-Combs, N., Padilla-Languré, M., Ontiveros-Pérez, M., & Gutiérrez-Valverde, J. (2008). Intervención educativa en pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2 en Hermosillo, Sonora. *Epistemus*, 46-50.

[2] Lovera, M., Castillo-Rascón, M., Malarczok, C., Olivera-Castro, C., Bonneau, G., Ceballos, B., et al (2013). Incidencia de Diabetes Mellitus tipo 2 y factores de riesgo en una cohorte de trabajadores de la salud, 45-52.

[3] Hernández-Ávila, M., Gutiérrez, J., & Reynoso-Noverón, N. (2013). Diabetes Mellitus en México. El estado de la epidemia. *Salud Pública en México*, 129-136.

[4] López-Miñardo, P., & Rodríguez-García, P. (2012). Actividad física para la salud. Open CourseWare. Universidad de Murcia. Acceso 29 de junio de 2017 en (http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/contenidos/relaciones_entr_e_actividad_fsica_condicin_fsica_y_salud.html)

[5] López-Lemus, H., Pérez-Gallaga, R., & Monroy-Torres, R. (2011). Factores de riesgo y hábitos alimentarios en personas de 25-35 años con y sin antecedentes de Diabetes Mellitus tipo 2. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 1-11.

[6] International Physical Activity Questionnaire; 2015. Recuperado el 5 de julio de 2017 en (<http://www.ipaq.ki.se>)

[7] Booth M. Assessment of physical activity: an international perspective. *Research quarterly for exercise and sport*. 2000; 71 (suppl. 2): 114-20

[8] Baños-Benitez, A. & Gallat-Magaña, G. application of questionnaire healthy style to students and teacher of the Latin American school of medicine 2005. Sc v004.

[9] Moreno-Altamirano, L. (2001). Epidemiología y diabetes. *Revista Facultad de Medicina de la UNAM*, 35-37.

[10] Leija-Alva G., Aguilera-Sosa V.R., Lara-Padilla E., Rodríguez-Choreño, J.D., Trejo-Martínez J.I. & López de la Rosa, M.R. (2011). Diferencias en la modificación de hábitos, pensamientos y actitudes

relacionados con la obesidad entre dos distintos tratamientos en mujeres adultas. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*, 19-28.

[11] Serrano Zarceño, C., Belmonte Cortés, S., & Granado de la Orden, S. (2015). Percepción del estilo de vida saludable y práctica de actividad física de los universitarios de la Comunidad de Madrid. *Revista Andal Med Deporte*, 20-47.

Tabla 1: Distribución de variables sociodemográficas categóricas por género

Variable	Hombre		Mujer			
	Categoría de actividad física		Categoría de actividad física		Categoría de actividad física	
	Saludable	No saludable	Saludable	No saludable	Saludable	No saludable
	f	%	f	%	f	%
Categoría de estilo de vida						
Saludable	86	87.76	12	205	75.65	66
No saludable	5	83.33	1	5	83.33	10
		16.67			66.67	
X²		0.10			13.04	
gl		1			1	
Valor de p		.75			.0001	

Tabla 2: Distribución de variables sociodemográficas categóricas por género

Variables	Hombre		Mujer	
	f	%	f	%
Residencia				
Urbana	81	77.88	224	78.32
Suburbana	16	15.38	44	15.38
Rural	7	6.73	18	6.29
Estado civil				
Soltero	100	96.15	270	94.41
Casado	3	2.88	11	3.86
Separado	0	0	1	0.35
Divorciado	0	0	1	0.35
Unión libre	1	0.96	3	1.05

Tabla 3: Tabulación de la percepción del estilo de vida y actividad física por género

Variabes	Hombre (n= 104)	Mujer (n= 286)
Edad (años)		
Rango	18 a 29	2 a 51
Media	21.70	21.28
Desviación estándar	2.03	3.51
Peso (kg)		
Rango	22 a 171.2	41.5 a 143.55
Media	75.78	60.58
Desviación estándar	18.04	12.56
Estatura (m)		
Rango	1.51 a 1.98	1.17 a 1.79
Media	1.71	1.59
Desviación estándar	0.07	0.06
Índice de masa corporal (kg/m²)		
Rango	18 a 29	15.01 a 55.37
Media	25.57	23.90
Desviación estándar	4.40	4.48