

# FACTORES DE RIESGO COMPORTAMENTALES DE ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES, EN RELACIÓN AL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS TRABAJADORES DE UNA INSTITUCIÓN BANCARIA ESTATAL

Angela Díaz, Anaí Medina, Shully Saravia.

Tutora: Prof. Estela Skapino<sup>1</sup>\*

<sup>1</sup> Depto. Nutrición Clínica; Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.

\*E-mail: eskapino@nutricion.edu.uy

## INTRODUCCIÓN:

Los factores de riesgo comportamentales de Las Enfermedades No Transmisibles (ENT), son la alimentación poco saludable, el consumo excesivo de alcohol, el tabaquismo y el sedentarismo. La disminución de la actividad física, estilos de vida sedentario, y una mayor disponibilidad de alimentos poco saludables, explican el aumento del sobrepeso y la obesidad, factores de riesgo metabólicos de las ENT. En actividades de oficina, el riesgo de enfermedades relacionadas con el estilo de vida sedentario, aumenta.

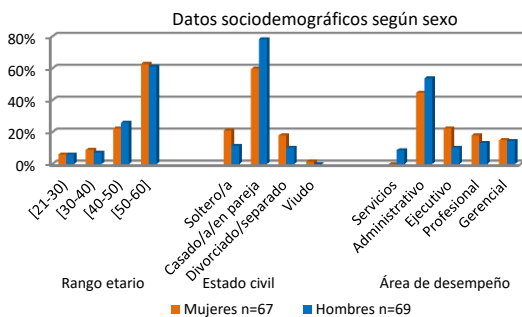
## OBJETIVO:

Conocer la prevalencia de factores de riesgo comportamentales de ENT según el estado nutricional, en trabajadores de una institución bancaria estatal uruguaya.

## METODOLOGÍA:

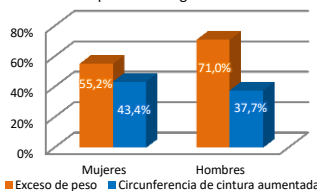
Se utilizó un muestreo aleatorio sistemático, con una tasa de muestreo de 50%, en funcionarios bancarios, resultando encuestados 136 personas. La recolección de datos se realizó a través de una encuesta y de mediciones antropométricas. Para establecer la correlación entre los factores de riesgo comportamentales y el estado nutricional, se utilizó el test estadístico chi cuadrado, con  $\alpha=0,05$ ; y OR. Para contrarrestar con IMC se usó prueba U- Mann Withney y para CC prueba t-Student.

## RESULTADOS:



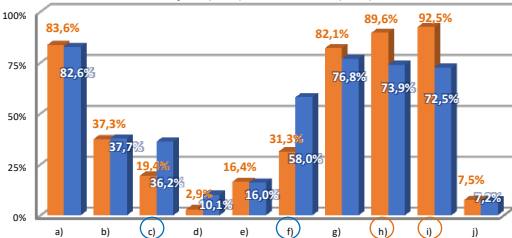
En el total de la muestra, cuyo promedio de edad fue de 48 años, el 83,1% tuvo un bajo consumo de frutas y verduras, el 79,4% no hacían actividad física moderada, y el 81,6% no realizaba actividad física intensa. En el trabajo, el 82,4% fue sedentario.

Estado nutricional inadecuado de la población según sexo



Un 63,24% de la muestra presentó sobrepeso u obesidad, y el 40,44% tuvo una circunferencia de cintura de riesgo.

Presencia de factores de riesgo conductuales, según sexo



- a) Bajo consumo de frutas y verduras
- b) Consumo de grasas de mala calidad más de dos veces por semana
- c) Bebidas azucaradas más de dos veces por semana
- d) Sobre agregado de sodio
- e) Tabaquismo
- f) Consumo de alcohol semanal
- g) Menos de 150 minutos de actividad física moderada por semana
- h) Menos de 75 minutos de actividad física intensa por semana
- i) Sedentarismo en el trabajo (más de 4 horas sentado)
- j) Sedentarismo fuera del trabajo (más de 4 horas sentado)

Se encontró una diferencia significativa al contrastar el consumo de grasas saturadas y trans más de dos veces por semana con IMC. Existió una asociación estadísticamente significativa entre las variables presencia de CC de riesgo y actividad física intensa insuficiente.

Presencia de factores de riesgo conductuales según Estado nutricional

	Normo peso (%)	Exceso de peso (%)	p*	OR	CC Normal (%)	CC de riesgo (%)	p*	OR
Consumo de grasas saturadas y trans > 2 veces/semana	17,65	19,12	0,038	0,47	25,00	11,76	0,126	
Consumo de bebidas azucaradas > 2 veces/semana	10,29	17,65	0,991		22,06	5,88	0,004	0,29
Realizar < de 75 min de AF intensa/semana	27,94	53,68	0,197		42,65	38,97	0,000	10,51

\*p del estadístico chi2  
CC: circunferencia de cintura.

La mediana de IMC del grupo que no practicaba actividad física intensa fue mayor en comparación con el grupo que sí practicaba.

Media de CC y Mediana de IMC para factores de riesgo comportamentales de ENT.

	IMC (kg/m <sup>2</sup> ) (Mediana)	Valor p*	CC en cm (media±DE)	Valor p**
<b>Actividad física intensa</b>				
Suficiente (n=25)	25,00	0,021	90,04 ± 10,94	0,116
Insuficiente (n=111)	27,20		94,11 ± 13,51	
<b>Sedentarismo en el trabajo</b>				
> de 4 horas (n=112)	26,60	0,373	92,22 ± 13,6	0,006
≤ de 4 horas (n=24)			98,69 ± 9,18	

\*\*valor obtenido de la prueba t de Student  
\* Valor obtenido de la prueba U de Mann-Whitney  
IMC: Índice de masa corporal; CC: circunferencia de cintura.

## CONCLUSIÓN:

La presencia de factores de riesgo conductuales para las ENT ha sido elevada, en comparación con la población uruguaya, sobre todo en sedentarismo y actividad física insuficiente. La mayor parte de la población presentó exceso de peso, sin embargo, analizando los factores de riesgo comportamentales en relación a esta variable, no se encontraron asociaciones significativas.