



DATOS PRELIMINARES DEL ESTUDIO ADVENTISTA DE SALUD, ESTILO DE VIDA Y MEDIO AMBIENTE EN ARGENTINA (AHLESA)

Dados preliminares do estudo adventista de saúde, estilo de vida e meio ambiente na Argentina (AHLESA)

Preliminary data from the Adventist Health, Lifestyle, and Environmental Study in Argentina (AHLESA)

Rocio Victoria Gili

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1530-7497>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: rociovictoriag@gmail.com

Sara Leeson

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1694-954X>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: saraleeson21@gmail.com

Belén Carlino

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4005-7672>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: ana.belen.carlino@gmail.com

Ismael Contreras

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0300-6622>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: ismael.contreras@uap.edu.ar

Daniel Xutuc

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2959-6982>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: danielxutuc@gmail.com

Marcia Cristina Teixeira Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9565-954X>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: marciactm@gmail.com

Fabio Juliano Pacheco

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1042-9428>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: fabio.pacheco@uap.edu.ar

Gina Segovia-Siapco

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0098-8373>

School of Public Health, Center for Nutrition, Healthy Lifestyle and Disease Prevention, Loma Linda University, Loma Linda, CA, United States

E-mail: gsiapco@llu.edu

Sandaly Oliveira da Silva Pacheco

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1712-3384>

Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento (CIICSAC);
Universidad Adventista del Plata (UAP), Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

E-mail: sandaly.oliveira@uap.edu.ar

Eixo temático: Ciências da saúde.



RESUMEN

Introducción: Se ha demostrado que los hábitos de estilo de vida saludables son elementos importantes en la prevención de factores de riesgo de enfermedades no transmisibles, como el aumento del índice de masa corporal (IMC) y la circunferencia abdominal (CA).

Objetivo: Evaluar la asociación entre diferentes aspectos del estilo de vida con el IMC y la CA.

Método: El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Adventista del Plata bajo el número de resolución 11.5/2020. Participaron del estudio mayores de 18 años, argentinos o residentes en el país a más de 1 año, reclutados durante el período de agosto del 2022 y abril del 2023. Los datos fueron recolectados a través de una aplicación web desarrollada especialmente para este estudio. Los resultados fueron descriptos con frecuencias y los análisis de correlación bivariada se realizaron con un nivel de confianza de 95%.

Resultados: Entre los 1084 participantes, el 65,9% fueron mujeres, 63,2% tenían entre 18 y 34 años, 44,7% tenían grado universitario o terciario y 53,2% tenían un trabajo remunerado. Las condiciones de salud más prevalentes fueron colesterol elevado (19,9%), trastorno de ansiedad (14,7%), hipotiroidismo (13%), triglicéridos elevados (12,3%), obesidad (12,2%), depresión (12%), hipertensión arterial (10,5%) y migraña (10,1%). En cuanto a las dimensiones de estilo de vida evaluadas, el 57% de los participantes presentó un nivel de actividad física alto, una puntuación media de estrés de $6,18 \pm 2,79$, y de bienestar de $7,63 \pm 1,45$. La puntuación media de calidad de sueño fue de $7,95 \pm 3,76$; el 28,1% fueron calificados como buenos dormidores. El 53,3% de los participantes se expone al sol en días cálidos 3 o más días por semana. El 65,1% nunca consume alcohol y el 93,4% no fuma tabaco. En cuanto a la alimentación, de los participantes que almuerzan el 76,5% declararon que ésta es su comida más abundante. El 29,2% de los participantes consume alimentos 4 o más veces entre sus comidas principales, y el 73,6% realiza más de 4 comidas por día. Del total de alimentos consumidos, el 31,44% correspondía al grupo 1 (frutas 14,72% y verduras 16,73%), 32,67% al grupo 2 (cereales refinados 23,39% y cereales integrales 9,27%), y 35,87% al grupo 3 (proteínas y grasas de origen animal 26,61% y proteínas y grasas de origen vegetal 9,27%). Los análisis de correlación mostraron que a medida que aumenta la CA disminuye el consumo de verduras ($\rho = -0,08$; $p = 0,008$), frutas ($\rho = -0,089$; $p = 0,003$), alimentos fuente de proteína y grasa de origen vegetal ($\rho = -0,090$; $p = 0,003$), así como el nivel de actividad física ($\rho = 0,062$; $p = 0,041$) y de estrés percibido ($\rho = -0,072$; $p = 0,019$). El aumento de la CA también se correlacionó con el aumento del consumo de cereales refinados ($\rho = 0,084$; $p = 0,006$) y alimentos fuente de proteína y grasa de origen animal ($\rho = 0,107$; $p < 0,001$). El aumento del IMC estuvo correlacionado positivamente con el consumo de alimentos fuente de proteína y grasa de origen animal ($\rho = 0,197$; $p < 0,001$). Se encontró también que a medida que aumenta el IMC disminuye significativamente el consumo de frutas ($\rho = -0,099$; $p = 0,001$), cereales integrales y tubérculos ($\rho = -0,062$; $p = 0,040$), alimentos fuente de proteína y grasa de origen vegetal ($\rho = 0,197$; $p < 0,001$) así como la calidad de sueño ($\rho = 0,072$; $p = 0,018$).

Descriptor: Estilo de vida; Índice de Masa Corporal; Circunferencia abdominal; nivel de actividad física; calidad de sueño; nivel de estrés percibido.

Eixo temático: Ciências da saúde.