



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<http://www.elsevier.es/semergen>

## 424/1808 - EFECTO DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS SOBRE LOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y DE ACTIVIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL ESTUDIO EVIDENT 2

A. García-Puente García<sup>1</sup>, I. Marcos Romero<sup>1</sup> y L. García Ortiz<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud La Alamedilla. Salamanca. <sup>2</sup>Médico de Familia. Centro de Salud La Alamedilla. Salamanca.

### Resumen

**Objetivos:** El objetivo del estudio fue analizar la relación entre las variables sociodemográficas con los estilos de vida saludable (alimentación, actividad física y sedentarismo) en una población adulta que participó en el estudio EVIDENT 2.

**Metodología:** Diseño: descriptivo trasversal de la evaluación basal del estudio EVIDENT 2. Población: se incluyeron 833 sujetos procedentes de las consultas de Atención Primaria. La edad media fue  $51,8 \pm 12,1$  años, siendo mujeres el 62,1% (517). Mediciones: variables sociodemográficas (estado civil, situación laboral, nivel estudios), actividad física con cuestionario 7-day-Physical-Activity-Recall, sedentarismo con el test de Marshall y alimentación con cuestionario MEDAS (adherencia a la dieta mediterránea).

**Resultados:** El 73,2% estaban casados; 65,2% en situación laboral activa; 29,9% tenían estudios universitarios. El 33,4% hipertensos; 7,4% diabéticos; 70,2% obesos. El cumplimiento medio de la dieta mediterránea fue 31,3%. Cumplían más criterios de la dieta las mujeres, los sujetos mayores, los casados, los jubilados y los que tenían estudios universitarios. En relación a actividad física los jubilados realizan más minutos de actividad moderada y los estudiantes y los sujetos con educación secundaria actividad muy intensa. La actividad física medida en METS/h/semana es mayor en varones 19,8 respecto a 11,13 en mujeres. En relación al sedentarismo son más activos los varones y los pacientes más mayores, pasan más horas sentados a la semana los varones, los solteros, los trabajadores activos y los que tienen estudios universitarios.

**Conclusiones:** Los sujetos mayores, las mujeres, los casados, los jubilados y los que tienen estudios universitarios tienen más adherencia a la dieta mediterránea. Los varones hacen más ejercicio y los mayores son más activos. Las mujeres pasan menos tiempo sentadas que los varones.

**Palabras clave:** Variables sociodemográficas. Alimentación. Actividad física.