Gac Sanit. 2025;39(S2):318

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

497 - ESTILOS DE VIDA Y SALUD CARDIOVASCULAR EN ADOLESCENTES DE CASTILLA Y LEÓN

P. Vaquero-Cepeda, I. Martínez-Pino, M.T. Herrero-Díez, A. Ordax Díez, J.E. Lozano Alonso, T. Vega Alonso

Servicio de Medicina Preventiva. CAUSA; Dirección General de Salud Pública. JCYL; SGPPES, DGSPES, Ministerio de Sanidad.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Las enfermedades cardiovasculares representan la segunda causa de muerte en Castilla y León (CyL) después del cáncer. Los estilos de vida asociados al riesgo cardiovascular comienzan en etapas tempranas. El objetivo fue conocer el estado de salud cardiovascular en adolescentes de 12 a 14 años en CyL y los factores que predisponen al desarrollo de estas enfermedades.

Métodos: La Red Centinela Sanitaria de CyL seleccionó una muestra de adolescentes en los 38 cupos de pediatría colaboradores. Se seleccionaron 494 adolescentes de 12-14 años (error 5%, IC95%), de los que finalmente 475 realizaron el estudio. Se excluyeron casos con enfermedades o situaciones médicas específicas que condicionaran la alimentación o la actividad física o incapacidad para rellenar los cuestionarios. A los participantes se les realizó una encuesta de salud y estilos de vida, exploración física, analítica básica y ECG. El estudio se llevó a cabo entre octubre de 2023 y febrero de 2024.

Resultados: Participaron 474 adolescentes, siendo el 50,5% mujeres. El 94,1% su país de nacimiento fue España. El 80% de los padres o tutores tenía estudios secundarios o superiores y empleo. El 46,1% de los hogares superaba los 30.000 € anuales. El 24,9% tuvo calidad dietética (CD) óptima según el Score Kidmed. La puntuación media fue de 5,8 (DE 2,5), similar entre sexos. El 64,3% realizaba < 1 h diaria de ejercicio físico, más frecuente en mujeres (74,5%) que en varones (53,2%), sin diferencias por nivel de renta. El uso medio de pantallas fue de 4,2 h/día entre semana y 7,4 h en fin de semana, mayor en varones (8,4 vs. 6,4). El tiempo frente a pantallas fue mayor en rentas bajas (4,6 h vs. 3,9 h). El 42,1% se acostaba mirando una pantalla. El 36,3% presentó exceso de peso (23,3% sobrepeso, 13,1% obesidad), más en varones (37,8%) que en mujeres (34,8%). Un 16,2% mostró alteración en el metabolismo de la glucosa (valores de glucosa entre 100 mg/dL y 125 mg/dL y/o metabolismo de hemoglobina glicosilada entre 5,7% y 6.4%), sin casos de diabetes tipo 2.

Conclusiones/Recomendaciones: El exceso de peso en adolescentes de CyL (36,3%) supera levemente la media nacional (32,5%) y es mayor en varones. Dos tercios no cumplen las recomendaciones de actividad física, con peor situación en mujeres. El uso de pantallas es superior en varones y hogares con rentas bajas. Es necesario implementar medidas de intervención en salud pública con enfoque integral específico para adolescentes que promuevan hábitos y estilos de vida saludables para prevenir futuros problemas cardiovasculares.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados