Gac Sanit. 2025;39(S2):524

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

53 - PREVALENCIA DE OBESIDAD Y PATRONES DE SUEÑO EN NIÑOS DE 5-10 AÑOS EN URUGUAY

P. Caro, C. Elvers

Departamento de Bienestar y Salud, Universidad Católica del Uruguay; Instituto de Salud Pública, Universidad Andrés Bello.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Dormir es un acto fundamental para el normal funcionamiento del organismo promoviendo un desarrollo y crecimiento normal en niños, sin embargo, los estilos de vida actuales han tenido un efecto tanto en la duración como en la calidad del sueño siendo un factor que pudiese estar relacionado con la obesidad infantil. El objetivo fue determinar la asociación entre la duración y patrones de sueño durante los días de semana y fines de semana con el estado nutricional en niños de Uruguay.

Métodos: Estudio transversal en niños de 5-10 años participantes de la Encuesta Nacional de Desarrollo infantil, nutrición y salud del Uruguay. Se determinó el estado nutricional según las directrices de la Organización Mundial de la Salud. La duración del sueño se determina por la diferencia entre la hora de levantarse y la hora de acostarse diferenciada por días de semana y fines de semana. A través modelo de clasificación basado en árboles de decisión se evalúa la relación entre sueño y estado nutricional.

Resultados: Se incluyeron 2.257 niños (52% varones) con una edad promedio 7,3 +1,18) años y un 47% tiene sobrepeso u obesidad. El modelo mostró que la hora de acostarse fue la variable más importante para la clasificación, seguida de la hora de levantarse. Los niños que se acuestan tarde (> 22:00 h), aun levantándose temprano (#2 09:00 h), tienen una probabilidad del 52% de presentar sobrepeso y obesidad. Los niños que se despiertan posterior a las 09:00 h tienen un 43% de probabilidad de presentar sobrepeso/obesidad. El sexo no resulta una variable importante a la hora de clasificar. El modelo de árbol de decisión utilizado ha mostrado una precisión del 57,3% en su clasificación, con una sensibilidad notablemente alta (83,9%).

Conclusiones/Recomendaciones: La hora de acostarse se representa como variable clave asociada con el sobrepeso/obesidad de los niños en Uruguay. Se deben fomentar las intervenciones que promuevan la importancia del sueño en el desarrollo y salud de los niños.

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