

CALIDAD DE VIDA Y SU RELACION CON EL ESTADO NUTRICIONAL, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA EXPOSICIÓN A PANTALLAS EN MUJERES ADOLESCENTES

OLIVA, Laura; LUCHELLI, Eugenia; MARTINEZ, Georgina; PERROTTA, Micaela; VERA, Camila; JANJETIC, Mariana.

Universidad de Buenos Aires, Facultad de Medicina, Escuela de Nutrición, Buenos Aires, Argentina

RESUMEN

Introducción: En la adolescencia los cambios físicos y psicosociales propios de esta etapa pueden influir en la calidad de vida. Sumado a esto el estado nutricional y el grado de actividad física pueden afectar la misma.

Objetivo: Evaluar la calidad de vida y su relación con el estado nutricional, el nivel de actividad física y exposición a pantallas en mujeres adolescentes.

Materiales y métodos: Se realizó un estudio observacional, analítico y transversal en mujeres adolescentes en CABA y provincia de Buenos Aires. Las características sociodemográficas y la exposición a pantallas se evaluaron mediante un cuestionario, el estado nutricional a través del índice de masa corporal y la circunferencia de cintura. Para evaluar la actividad física se utilizó el cuestionario PAQ-A y para calidad de vida (CV) el cuestionario Peds-QL. El análisis estadístico fue realizado con el programa SPSS 19.0 (SPSS Inc. Chicago, IL).

Resultados: Se incluyeron 130 adolescentes. La prevalencia de sobrepeso y obesidad fue del 30%. El 83,1% de las mujeres fueron sedentarias. El 74,61% pasó más de 2hs/día expuesto a pantallas. Se encontraron diferencias significativas entre el estado nutricional y la calidad de vida total ($p= 0,0013$), la psicosocial ($p=0,0122$) y la física ($p= 0,0007$). La actividad física se asoció a la calidad de vida total ($p= 0,0091$) y psicosocial ($p= 0,0092$), pero no así con el dominio físico ($p= 0,085$). La calidad de vida no se asoció al tiempo de exposición a pantallas.

Conclusiones: La calidad de vida total se asoció de manera inversa al estado nutricional y de manera directa a la realización de actividad física. Sin embargo, la CV no se asoció al tiempo de exposición a pantallas.

Palabras clave: Calidad de vida, estado nutricional, actividad física, uso de pantallas, mujeres, adolescentes

ABSTRACT

Introduction: Adolescence is a stage in life in which physical and psychosocial changes occur which can influence the quality of life. Along with this, it can also be affected by the nutritional status and degree of physical activity.

Objective: To evaluate the quality of life of adolescent women, and its relationship with their nutritional status, their level of physical activity and their exposure to screen-based media.

Materials and methods: An observational, analytical and transversal study was conducted in adolescent women from CABA and Buenos Aires province. The sociodemographic characteristics and the exposure to screen based media were evaluated through a questionnaire, the nutrition status was measured using the body mass index and waist circumference. The physical activity was measured by the PAQ-A questionnaire and the quality of life (QoL) was evaluated using the Peds-QL questionnaire. The statistical analysis was carried out using the program SPSS 19.0 (SPSS Inc. Chicago, IL).

Results: 130 adolescents were included. The prevalence of weight excess was 30%. The 83.1% of women were sedentary. The 74.61% were exposed to over 2 hours of screen based media per day. There were significant differences between the nutritional status and the total ($p=0.0013$), psychosocial ($p=0.0122$) and physical ($p=0.0007$) dominions of the quality of life. Quality of life was associated with the practice of physical activity in its total ($p= 0.0091$) and psychosocial dominions ($p= 0.0092$), but not so when it comes to its physical dominion ($p=0.085$). Quality of life was not associated with screen exposure time.

Conclusions: Total quality of life was inversely associated with the state nutritional and directly to the realization of physical activity. However, the CV was not associated with screen exposure time.

Key words: Quality of life, nutritional status, physical activity, screen use, women, adolescent