



Medicina de Familia. SEMERGEN



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

212/875 - RELACIÓN ENTRE RIESGO CARDIOVASCULAR Y CONSUMO EXCESIVO DE AZÚCAR

N. Mingarro Lago^a, R. Martín Iglesias^a, L. Martín Callejón^b, N. Relaño Rodríguez^c, B.R. Hernández Hernández^c, M.G. Agostino^c, L. Muntó Montserrat^a, M. Torra Rovirosa^b y M. Vila Royo^c

^aEnfermero; ^cMédico de Familia. Centro de Salud Nova Lloreda. Badalona. ^bEnfermero. Área Básica de Salud Progrés-Raval. Badalona.

Resumen

Objetivos: Analizar la relación entre el consumo excesivo de azúcar y las enfermedades cardiovasculares, la relación entre el consumo excesivo de azúcar y la obesidad, así como el nivel de ejercicio físico de la población estudiada.

Metodología: Estudio descriptivo con una muestra de 153 pacientes, donde se utilizó una encuesta para valorar el consumo excesivo de azúcar. Se analizaron variables socio-demográficas tales como edad y sexo, cuantitativas como peso, talla e IMC, y cualitativas como el ejercicio físico.

Resultados: De la muestra recogida un 34,65% eran hombres con una media de edad de 58,8 años de los cuales un 62,26% presentaba enfermedades cardiovasculares. En un 30,18% se detectó un consumo excesivo de azúcar. Se analizó también el IMC dando como resultado en un 35,85% normopeso, un 41,50% sobrepeso, un 16,98% obesidad grado I y un 5,67% obesidad grado II. Cabe destacar que un 52,83% de los hombres que presentaban sobrepeso u obesidad tenían una actividad física insuficiente o sedentarismo. Un 65,35% de la muestra eran mujeres con una media de edad de 46,64 años y de las cuales un 42% presentaba enfermedades cardiovasculares. En un 47% se detectó un consumo excesivo de azúcar. Se analizó también el IMC dando como resultado en un 2% delgadez aceptable, un 34% normopeso, un 26% sobrepeso, un 15% obesidad grado I, un 17% obesidad grado II y un 6% obesidad grado III. Cabe destacar que un 51% de las mujeres que presentaban sobrepeso u obesidad tenían una actividad física insuficiente o sedentarismo.

Conclusiones: Los profesionales de la salud disponemos de una oportunidad para abordar este problema y para ello debemos prestar atención en aspectos importantes como el ejercicio físico, revisar el consumo excesivo de cualquier alimento que pueda conllevar desequilibrios nutricionales así como impactar negativamente en el estado de salud, y contribuir así a reducir la incidencia de los factores de riesgo vascular y de las enfermedades cardiovasculares.

Palabras clave: Estilos de vida saludables. Consumo de azúcar. Enfermedades cardiovasculares. Ejercicio físico.