

Asociación entre obesidad y los cambios en la duración y calidad del sueño en adultos de Bucaramanga Colombia.

Rodríguez-Corredor LC, Vera-Cala LM

INTRODUCCIÓN

Los trastornos del sueño se caracterizan por un tiempo y una calidad insuficientes dedicados al descanso. Los cambios en la duración y la calidad del sueño se han relacionado con la obesidad en la población general, utilizando diferentes medidas, como el índice de masa corporal (IMC), la relación cintura-cadera y la circunferencia de la cintura. Sin embargo, son pocas las evaluaciones de esta asociación en la población latinoamericana.

METODOLOGÍA

Estudio analítico de tipo cohorte prospectiva, en adultos mayores de 18 años de Bucaramanga Santander, anidado en la cohorte INEFAC II. La presente investigación se realizó con la información obtenida del primer seguimiento de la cohorte en el año 2007 y el segundo seguimiento llevado a cabo en dos fases, durante los años 2013 y 2016-2017.

Se evaluó la asociación entre la obesidad con diferentes índices clínicos y los cambios en la calidad y la duración del sueño mediante la escala de Pittsburgh.

RESULTADOS

Duración y calidad del sueño (n993)	Modelo 1 †		Modelo 2 §		Modelo 3 φ	
	β (p)	IC 95%	β (p)	IC 95%	OR (p)	IC 95%
Sexo	0,007	-0,25;	-0,09	-0,53;	1,07	0,63;
Femenino (Ref)	(0,95)	0,26	(0,65)	0,33	(0,27)	1,82
Edad	0,019	0,009;	-0,005	-0,02;	0,97	0,12;
	(0,01)*	0,30	(0,54)	0,011	(0,06)	0,33
Ocupación - Comerciante (Ref.)						
profesional	0,22	-0,20;	-0,78	-1,50;	0,46	0,14;
	(0,30)	0,64	(0,03)*	-0,67	(0,20)	1,51
Depresión - sin síntomas depresivos (Ref.)						
Con síntomas	0,03	-0,23;	-0,56	-0,99;	0,20	0,12;
depresivos	(0,77)	0,30	(0,07)*	-0,15	(0,01)*	0,33
BMI	-0,014	-0,03;	0,048	0,004;	1,05	1,00;
	(0,24)	0,009	(0,03)*	0,092	(0,02)*	1,10
Índice cintura cadera (ICC) - Normal (Ref.)						
Obesidad	0,12	-1,33;	-0,39	-1,72;	0,29	0,12;
abdominal	(0,48)	0,62	(0,89)	1,50	(0,07)*	0,71

†:RLM para el cambio en el número de horas de sueño; §: RLM para el cambio en el puntaje de la escala de Pittsburgh; φ: Modelo Log-binomial para el cambio en la calidad del sueño (bueno-malo); p<0.05

REFERENCIAS: Di L, Vandelanotte C, Duncan MJ. The association between short sleep and obesity after controlling for demographic , lifestyle , work and health related factors. Sleep Med. 2013;14(4):319–23.

OBJETIVOS

Determinar si existe asociación entre la obesidad y los cambios en la duración y calidad del sueño en adultos mayores de 18 años de Bucaramanga, Santander.

- Describir los cambios en la calidad del sueño
- Establecer los cambios en la duración del sueño.

Se construyeron modelos de regresión lineal múltiple (RLM) para evaluar los cambios en la duración (basada en el número de horas de sueño por noche) y la calidad del sueño (basada en el puntaje de la escala de Pittsburgh). Además, se hizo un modelo log-binomial para evaluar el cambio en la calidad del sueño (buena a mala calidad).

Por otro lado, se realizó un análisis de sensibilidad para la evaluación de las pérdidas al seguimiento, mediante el uso de un puntaje de propensión a participar, con lo cual se crearon pesos por participación y se ajustaron todos los análisis.

Horas de sueño	Media (DE)	Min-Max
2007	6,60 (1,42)	1 -12
2016	6,55 (1,45)	2 -12
Delta	-0,005 (1,74)	-6 -8
Puntaje total escala de Pittsburgh		
2007	7,47 (2,7)	1 -20
2016	7,57 (2,7)	1 -18
Delta	0,09 (2,8)	-10 -10
Calidad del sueño		
	Sin alteración	Con alteración
2007	163	1452
2016	108	1040
Delta (buena-malo)	910	83

Como se puede evidenciar, los cambios en la calidad del sueño se asocian con la obesidad teniendo en cuenta el IMC y el ICC. Sin embargo, no se observa esta asociación con los cambios en el número de horas de sueño por noche. Otras variables asociadas fueron la edad, ocupación y síntomas depresivos.