

ACTIVIDAD FÍSICA REALIZADA Y PARÁMETROS DE ESTRUCTURA Y FUNCIÓN VASCULAR EN ADULTOS CONSULTANTES EN ATENCIÓN PRIMARIA

Cristina Martín Hernández; (1) Henar Pérez Ramos (2); Leticia Gómez Sánchez (3); Carmen Sánchez Montero(1); Cristina Sofía Baz Villoria (2) ;Marta Gómez Sánchez (3)

(1) Centro de Salud Garirido Sur. Salamanca. (2) Centro Salud La Alamedilla. Salamanca. (3) Unidad de investigación de la Alamedilla. Salamanca.

OBJETIVO:

Analizar la asociación entre la actividad física realizada, medida con el acelerómetro con la estructura y la función vascular evaluada con el grosor íntima media, la velocidad de la onda de pulso, el índice de aumento central y periférico y el índice de rigidez arterial ambulatorio en adultos.

RESULTADOS:

Los pacientes que realizaban durante más tiempo actividad física rigurosa o muy rigurosa presentaban valores menores de GIM ($p=0,05$); CAIx y PAIx: VOP ($p<0.05$ salvo IRAA ($p>0.05$)). La actividad física mostró una correlación inversa con el PAIx ($r= -0,18$, $p< 0,01$) y la actividad vigorosa durante el día con las GIM ($r=-0,17$), CAIx ($r=-0,22$) y el PAIx ($r= -0,32$) ($p < 0.01$, en todos). El tiempo dedicado a actividad sedentaria se correlacionó positivamente con CAIx ($r = 0,10$, $p < 0,05$).

CONCLUSIONES:

La actividad física realizada así como la cantidad de tiempo invertido en una actividad física moderada y vigorosa/muy vigorosa, presentan una asociación inversa con CAIx. Del mismo modo, el tiempo dedicado a la actividad sedentaria se asoció positivamente con el CAIx.

METODOLOGÍA:

Estudio descriptivo trasversal. Hemos analizado 261 pacientes (edad $55,85\pm 12,21$ años; 59,30% mujeres). La actividad física se evaluó durante 7 días usando el acelerómetro Actigraph GT3X, y con el cuestionario autoreportado por el paciente 7-PAR- día (equivalente metabólico (METs)/hour/week)). La ecografía carotídea se utilizó para medir el grosor de la íntima media (GIM). La velocidad de la onda del pulso (VOP), el índice de aumento central y el índice de aumento periférico (CAIx y PAIx) se midieron con el Sistema Sphygmo Cor. El B-pro se utilizó para medir el índice de rigidez arterial ambulatorio (IRAA).

Regresión múltiple tras ajustar por edad, tabaco, PAS, circunferencia de la cintura, diabetes mellitus y fármacos antihipertensivos e hipolipemiantes.

Variable	β	IC 95%	p	Variable	β	IC 95%	p
GIM				GIM			
Counts/minute	0.004	0.000 0.009	0.056	Vigorous intensity activity day time	0.087	-0.009 0.183	0.077
PAIX				PAIX			
Counts/minute	-0.011	-0.021 0.000	0.057	Vigorous intensity activity day time	-0.225	-0.461 0.012	0.063
CAIX				CAIX			
Counts/minute	-0.009	-0.015 -0.003	0.005	Vigorous intensity activity day time	-0.169	-0.301 -0.036	0.013
IRAA				IRAA			
Counts/minute	-0.002	-0.005 0.001	0.277	Vigorous intensity activity day time	-0.008	-0.080 0.063	0.816
VOP				VOP			
Counts/minute	0.000	-0.001 0.001	0.507	Vigorous intensity activity day time	0.011	-0.008 0.030	0.258