

375 - SEDENTARISMO VS ACTIVIDAD FÍSICA. EFICACIA PARA REDUCIR LA OBESIDAD EN EL ADOLESCENTE

Dr. BARONE, Fernando Pablo | Dr. SOKN, Fernando José | Dr. ALLENDE, Norberto Gustavo | Dra. RENES, María Paola | Dr. EZQUERRO, Mariano Blas | Dr. AHUAD GUERRERO, Rodolfo Andrés | Dr. PICAREL, Anibal Enrique | Dra. ROBILOTTE, Analía Noemí

CLINICA INSTITUTO MEDICO ADROGUE

Objetivos: Comparar la influencia del ejercicio físico sobre la prevalencia de obesidad y sobrepeso en adolescentes varones de 13 a 18 años.

Materiales y Métodos: Se relevaron los datos antropométricos (peso, talla y perímetro de cintura) de dos muestras poblacionales de varones entre 13 y 18 años: 1) Deportistas pertenecientes a clubes de rugby del sur del conurbano bonaerense sujetos a un programa regular de entrenamiento de 90 min 2 a 3 días por semana (n 302). 2) Muestra de adolescentes pertenecientes a establecimientos escolares de la misma región geográfica (n 267). El IMC se calculó por la fórmula habitual (peso/altura²). Se consideró rango de SOBREPESO cuando se encontraba por encima del percentilo 85 y OBESIDAD por encima del percentilo 95 ajustados a edad y sexo según nomograma de la sociedad argentina de pediatría. El perímetro de cintura (PC) se consideró aumentado cuando se encontraba por encima del percentilo 90 ajustado a la edad y sexo. Se comparó la prevalencia de diagnóstico de sobrepeso, obesidad, y PC aumentado entre ambas muestras a través de la prueba de chi².

Resultados: De la muestra de 267 escolares se seleccionaron 95 adolescentes que refirieron en el interrogatorio no practicar actividad física (grupo A) y se compararon contra los 302 adolescentes deportistas (grupo B). La edad promedio fue de 15.25 +/- 2DS para el grupo A y de 14.47 +/- 2DS para el grupo B (p: NS). Los medidas antropométricas así como la prevalencia de sobrepeso, obesidad y PC aumentado se describen en la tabla 1.

La prevalencia de sobrepeso fue similar en ambos grupos, mientras que la de obesidad definida por IMC fue mayor en el grupo B. El PC no mostró diferencias entre ambos grupos.

	Edad Promedio	Sobrepeso no	Sobrepeso si	Obesidad no	Obesidad si	PC aumentado no	PC aumentado si
Grupo A	15,25	76 (80%)	19 (20%)	92 (24,4%)	3 (15%)	92 (91,7%)	4 (8,3%)
Grupo B	15,47	200 (66,2%)	202 (33,8%)	285 (14,4%)	17 (5,6%)	264 (87,4%)	38 (12,6%)
P	NS	0,016	0,016	0,48	0,48	0,54	0,54

Conclusiones: La prevalencia de sobrepeso y perímetro de cintura fue similar en ambos grupos. La tasa de obesidad por IMC fue mayor en el grupo de deportistas, a pesar de no haber diferencias en el PC, lo que podría reflejar las limitaciones de este índice para categorizar algunos grupos poblacionales (no refleja la distribución corporal de la grasa). La actividad física de moderada intensidad y frecuencia no se correlacionó en nuestra población con la disminución esperada de la tasa de sobrepeso/obesidad.