



ASOCIACIÓN DE LAS ADICCIONES DEL COMPORTAMIENTO CON LA COMPOSICIÓN CORPORAL, LA CALIDAD Y CANTIDAD DEL SUEÑO, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA RIGIDEZ Y ENVEJECIMIENTO VASCULAR.

SARA M^a VICENTE GABRIEL





Relación de las adicciones con la obesidad, la actividad física y con el envejecimiento vascular en adultos jóvenes

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN • GRS 25000/B/22

Investigadora colaboradora: Sara M^a Vicente Gabriel



**Criterios inclusión de la
muestra**



Variables del estudio

1. POBLACIÓN Y FILTRADO

Población Urbana (Salamanca)

N = 34.044

Hombres: 15.594 | Mujeres: 18.450



Screening de Selección

Criterios de inclusión:

- **Edad:** Entre 18 y 34 años.
- **Movilidad:** Poder desplazarse de forma autónoma al centro.
- **Consentimiento:** Haber firmado el consentimiento informado.



2. EVALUACIÓN Y MUESTRA

Evaluación Basal

Sujetos aptos evaluados tras el cumplimiento estricto de criterios.



Muestra Final Seleccionada

Mujeres

N = 250

Hombres

N = 250

Total muestra: N = 500 participantes



3. RESULTADOS DE CRIBADO

Presencia de Adicciones

Evaluación sistemática de adicciones..



Prevalencia Diagnosticada

Con Adicción (Sí)

N = 108

(23.1%)

Sin Adicción (No)

N = 360

(76.9%)

Total evaluados: N = 468 sujetos

SOCIODEMOGRÁFICAS & ANTROPOMÉTRICAS

Sociodemográficas: Edad, sexo, estado civil, nivel educativo, situación laboral.

Antropométricas: Peso, talla, IMC, perímetro de cintura, presión arterial.

Composición Corporal: Analizador multifrecuencia Inbody 230® (Biospace).

ESTILO DE VIDA (LIFESTYLES)

Calidad de Dieta: Adherencia a dieta mediterránea (MEDAS).

Actividad Física: Cuestionario IPAQ-SF, acelerómetro ActiGraph-GT3X, cuestionario de sedentarismo de Marshall (MSQ).

Calidad del Sueño: Índice de Pittsburgh (PSQI), test de insomnio ante el estrés de Ford.

ADICCIONES COMPORTAMENTALES

Juego: Cuestionario Breve de Juego Patológico, escala Lie/Bet.

Uso de Internet: Escala de Uso Compulsivo de Internet (CIUS).

Móvil & Videojuegos: Escala de dependencia del móvil (EDAS-18), cuestionario de experiencias de videojuegos (CERV).

CONSUMO DE SUSTANCIAS

Tabaco: Adaptado de estudio MONICA (OMS), test de Fagerström.

Alcohol: Consumo últimos 7 días, test de identificación AUDIT.

Otras Drogas: Cribado de implicación de sustancias ASSIST V3.0, test de abuso de drogas DAST-20.

FUNCIÓN VASCULAR Y ENVEJECIMIENTO

cfPWV: Velocidad de onda de pulso carótido-femoral (SphygmoCor).

CAIx: Índice de aumentación central (SphygmoCor).

CAVI & baPWV: Índice vascular cardio-tobillo y velocidad de onda tobillo-brazo mediante dispositivo VaSera VS-2000®.

DAÑO ORGÁNICO & COGNICIÓN

Daño Cardíaco: Evaluación por electrocardiograma (GE 5000).

Daño Renal: Creatinina sérica, tasa de filtrado glomerular y cociente albúmina-creatinina.

Alteración Cognitiva: Función cognitiva global mediante escala MoCA.

RESUMEN METODOLÓGICO Y HERRAMIENTAS

- **Dispositivos Clínicos Avanzados:** Se emplean tecnologías de referencia internacional como el analizador corporal Inbody 230®, electrocardiógrafos General Electric 5000 y sistemas de rigidez arterial SphygmoCor y VaSera VS-2000® para asegurar la máxima precisión fisiológica.
- **Cuestionarios Validados:** Protocolo de evaluación estandarizado que abarca esferas físicas, nutricionales, adicciones conductuales, de sueño y test de cribado de sustancias validados por la OMS para una caracterización fenotípica completa.

INTEGRACIÓN DE LA VARIABLE DE SUEÑO

En el protocolo ya queda incorporada de forma definitiva la variable del **sueño**.

Esta inclusión fundamenta y expande el marco metodológico para evaluar la salud fisiológica y los factores conductuales en la cohorte analizada.

PRIMEROS RESULTADOS OBTENIDOS

Estudio de Referencia:

IBYE22/00003

Título del Proyecto:

Asociación de las adicciones del comportamiento con la calidad y cantidad del sueño en adultos jóvenes.

DIRECCIÓN CIENTÍFICA

Investigadora Principal (IP): Sara M. Vicente Gabriel

Asociación de las adicciones del comportamiento con la calidad y cantidad del sueño en adultos jóvenes.

Estudio e integración de variables conductuales, de estilo de vida y de salud fisiológica en población joven.

Dificultad para iniciar o mantener el sueño

Estimación: 10% población

Más en mujeres

Metaanálisis en adultos jóvenes de 2022: Prevalencia del 57%

Nuevas tecnologías

ADICCIONES DEL COMPORTAMIENTO

Uso del teléfono móvil

Uso de internet

Uso de videojuegos

Juego con dinero

**58% de la población
entre 15-65 años ha
utilizado el juego con
dinero en el último año.**

**97% de la población ha
utilizado internet con
fines lúdicos en el
último mes.**

**50% de los jóvenes
juegan a videojuegos al
menos una vez a la
semana.**

OBJETIVO

Analizar la relación de la calidad del sueño en adultos jóvenes con las adicciones del comportamiento

METODOLOGÍA

**Estudio
observacional
descriptivo
transversal**

**Adultos jóvenes
18-34 años**

VARIABLES

Variables sociodemográficas y estilos de vida

Variables de sueño:

- **Pittsburgh Quality Index (PSQI)**
- **Ford Insomnia Response to Stress Test**

Adicciones del comportamiento:

- **Lie/Bet Scale**
- **Compulsive Internet Use Scale (CIUS)**
- **Smartphone Dependence and Addiction Scale (EDAS-18)**
- **Video Game Related Experiences Questionnaire (CERV)**

RESULTADOS

N=501

Edad: 26.584.40

Mujeres: N=279 (55.69%)

Hombres: N=222 (44.31%)

Fumadores: 90 (18.0%)

Consumo de riesgo de alcohol: 16 (3.2%)

RESULTADOS

Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh (PSQI)



PSQI ≥ 5

Mala calidad de sueño

60.1%

201 casos



PSQI ≥ 5 (Hombres)

Mala calidad de sueño

26.0%

130 casos



PSQI ≥ 5 (Mujeres)

Mala calidad de sueño

34.0%

170 casos

FORD



Puntuación Total FORD

Reactividad del sueño

52.2%

235 casos



FORD (Mujeres)

Reactividad del sueño

36.0%

176 casos



FORD (Hombres)

Reactividad del sueño

16.0%

78 casos

RESULTADOS



EDAS-18

86.5%

429 casos



CIUS

10.5%

52 casos



Lie / Bet

3.6%

18 casos

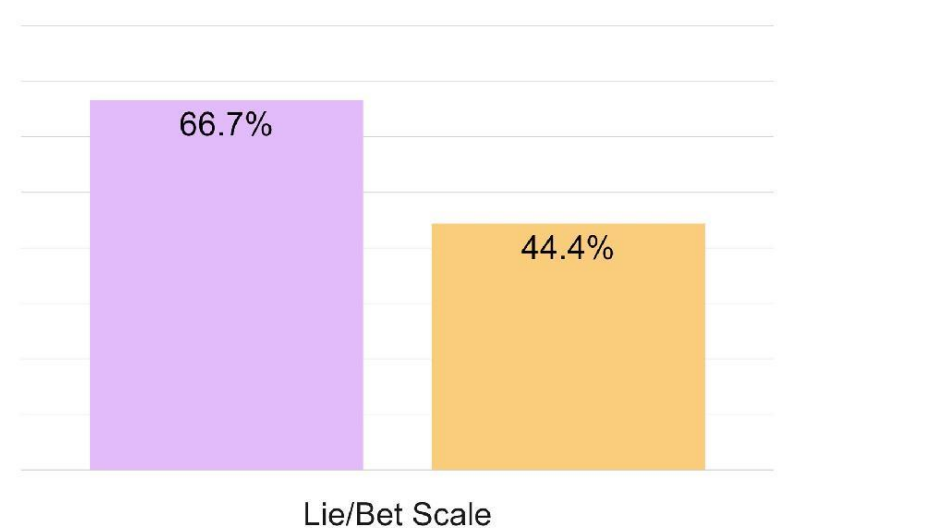
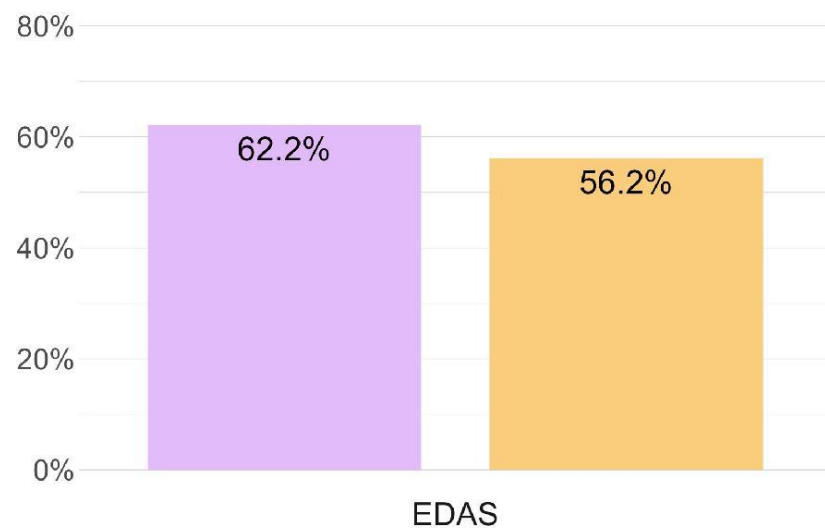
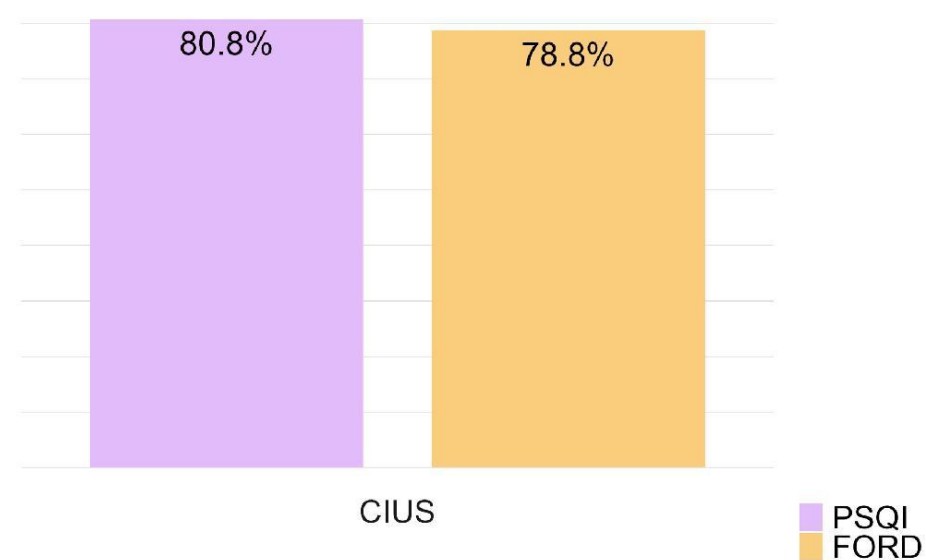
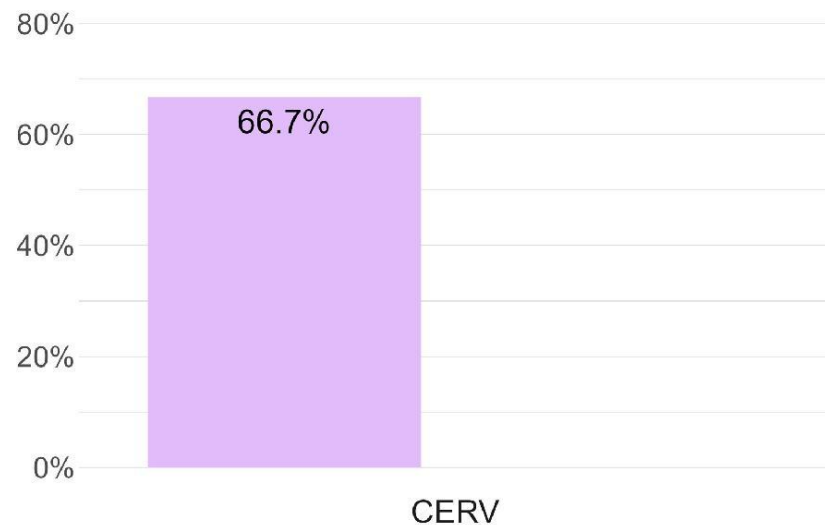


CERV

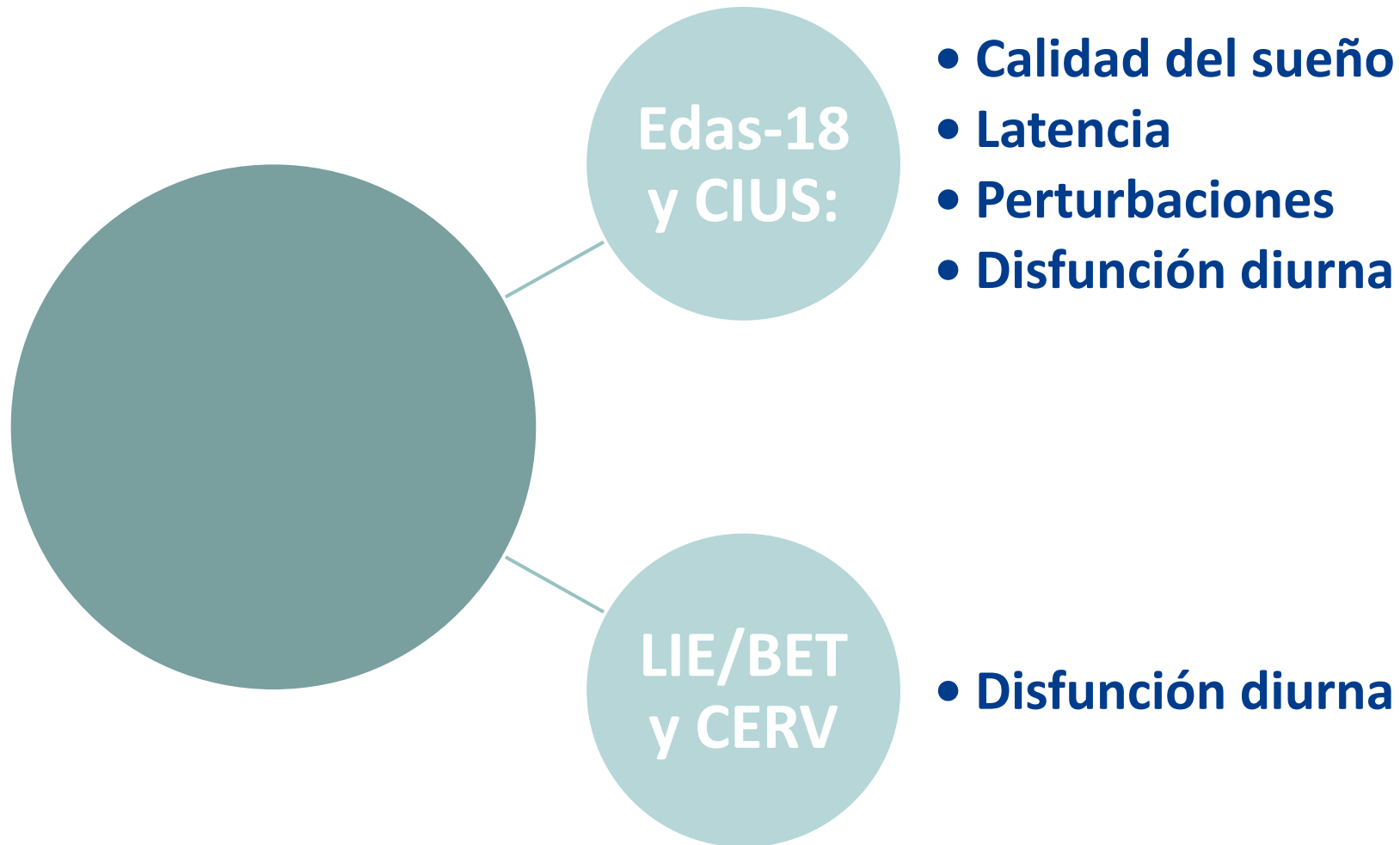
0.6%

3 casos

RESULTADOS



RESULTADOS: CORRELACIÓN



RESULTADOS: REGRESIÓN PSQI

CIUS	0.067 (0.041 – 0.092)	<0.001
Edad	0.170 (0.099 – 0.241)	<0.001
Sexo	0.538 (0.027 – 1.049)	0.039
Situación laboral	0.198 (0.065 – 0.331)	0.004
Nivel de escolarización	-0.484 (-0.972 - -0.004)	0.052

RESULTADOS: REGRESIÓN FORD

EDAS-18	0.069 (0.021 – 0.116)	0.005
CIUS	0.129 (0.071 – 0.188)	<0.001
Edad	0.183 (0.075 – 0.290)	<0.001
Sexo	3.694 (2.821 – 4.566)	<0.001
Estado Civil	-1.628 (-2.752 - -0.503)	0.005

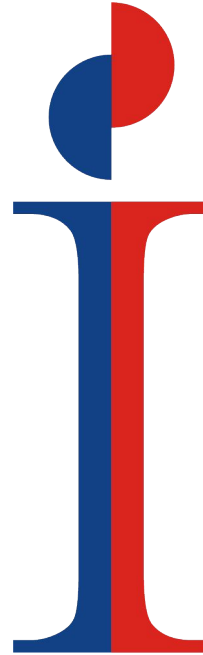
CONCLUSIONES

**Uso del teléfono móvil es el más frecuente
(86.5%)**

**Calidad del sueño afectada (60.1%)
Interrupciones durante la noche (52.20%)**

**Es esencial abordar estas adicciones para mejorar
la calidad del sueño y la vida de los afectados**

La concienciación y prevención son cruciales



SARA MARIA VICENTE GABRIEL

APISAL

Av. Portugal, nº 83

923255994 EXT. 54750

smvicenteg@saludcastillayleon.es

www.apisal.es