

PRADLAD

Puerto Rico Assessment of Diet, Lifestyle + Disease



La Evaluación de la Dieta, Estilos de vida y Enfermedades en Puerto Rico (PRADLAD por sus siglas en inglés) es un estudio transversal en colaboración con tres clínicas de salud en el área metropolitana de San Juan. PRADLAD tiene como objetivo documentar los factores de estilo de vida (por ejemplo: dieta, actividad física, sueño) y las condiciones de salud de hombres y mujeres entre las edades de 30 a 75 años que viven en Puerto Rico. Los resultados se usarán para informar futuros proyectos epidemiológicos y de intervención que ayuden a mejorar la salud de la población.

Nuestros datos se obtuvieron con ayuda de las siguientes clínicas: Health ProMed Santurce (206 participantes), Hospital El Maestro-Hato Rey (73 participantes), y FDI Clinical Research (101 participantes).



Grupo Étnico:

82%: puertorriqueños
14%: dominicanos
4%: otros



Sexo:

66%: mujeres
34%: hombres



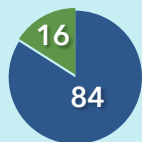
Edad promedio:

52 años

Recibe asistencia alimentaria:

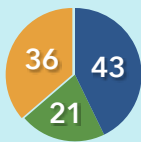
PAN: 51%
WIC: 7%

Vive solo: 25%



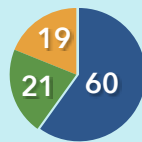
Área de Residencia:

■ Urbano / Suburbano: 84%
■ Rural: 16%



Estado civil:

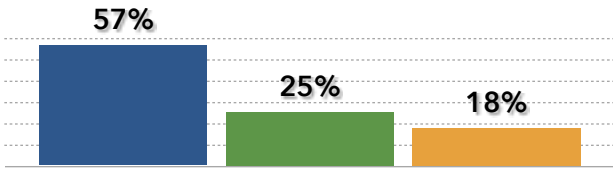
■ Casado/ Unión libre: 43%
■ Divorciado/ Separado/ Viudo: 21%
■ Soltero: 36%



Ingresos del hogar:

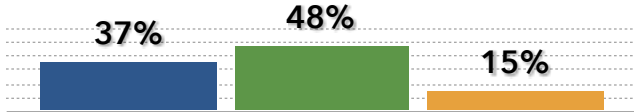
■ \$0-\$10,000: 60%
■ \$10,001-\$20,000: 21%
■ > \$20,000: 19%

Nivel educativo



- Algo de universidad, grado universitario, o postgrado
- 12mo grado
- Sin escolaridad o <11mo grado

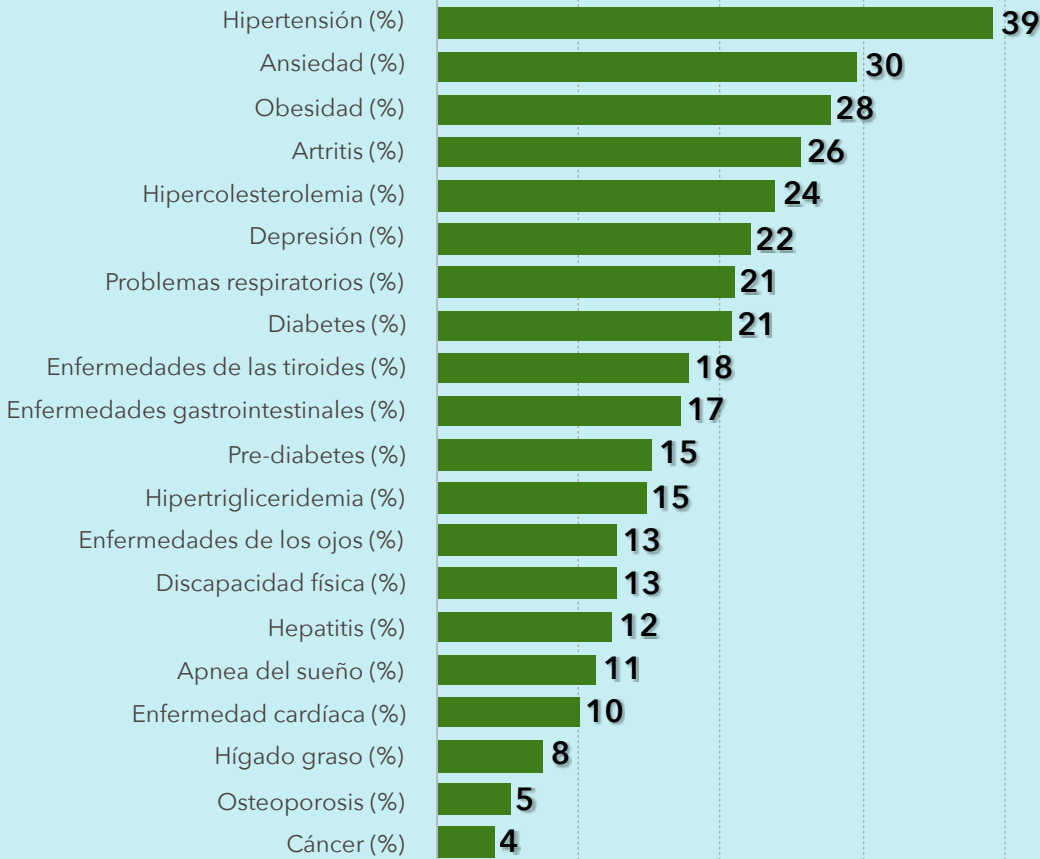
Empleo



- Actualmente empleado
- Jubilado / Se queda en casa
- Desempleado



DIAGNÓSTICOS MÉDICOS REPORTADOS POR PARTICIPANTES

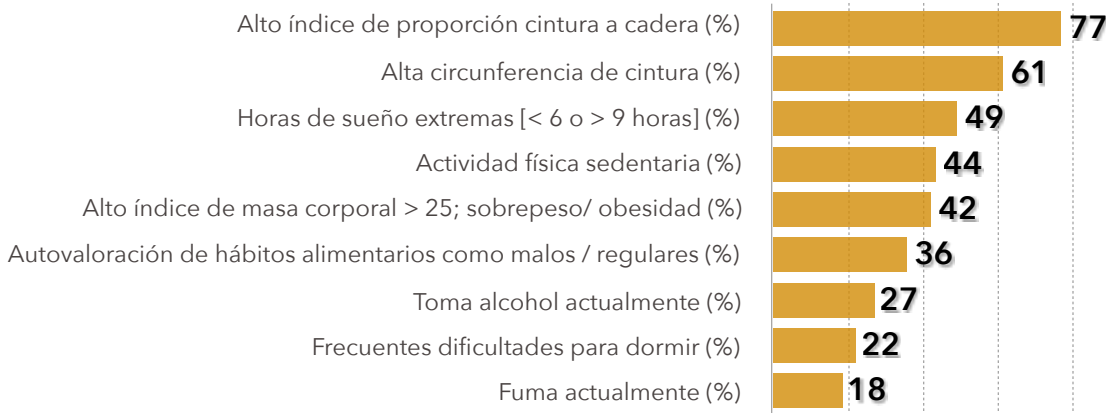


Alta prevalencia de enfermedades cardiometabólicas: **hipertensión, obesidad, diabetes, e hipercolesterolemia**



Alta prevalencia de condiciones de salud mental: **ansiedad y depresión**

Estilo de vida

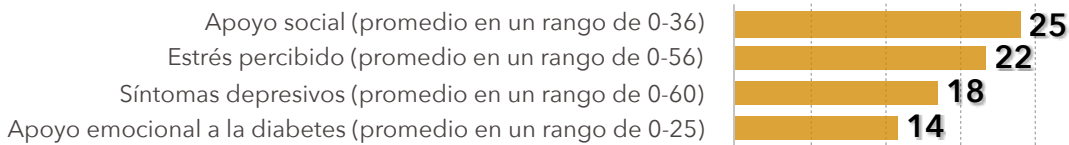


Los dos factores de alto riesgo más prevalentes son el **alto índice de proporción cintura a cadera**, seguida por **una alta circunferencia de cintura**.

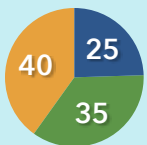
La mitad de los participantes también informaron tener **horas de sueño extremas**, y **casi la mitad lleva un estilo de vida sedentario**.

Hubo un **menor porcentaje de participantes con sobrepeso y obesidad definidos por el índice de masa corporal**, probablemente porque el peso fue reportado por los participantes, en comparación con la prevalencia de **obesidad abdominal basada en mediciones de cintura**.

Factores de riesgo psicosociales

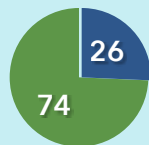


Los hallazgos mostraron un apoyo social moderado. El promedio de estrés percibido por los participantes también fue moderado. La mitad de los participantes clasificaron con síntomas depresivos ya que su puntuación en la escala fue de 16 o más.



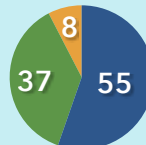
Salud autocalificada:

- Excelente / muy buena: **25%**
- Buena: **35%**
- Moderada / mala: **40%**



Vacuna contra la influenza:

- Cada año: **26%**
- Algunos años o nunca: **74%**



Tipos de seguro médico:

- Público: **55%**
- Privado: **37%**
- Ninguno: **8%**

Fuentes de información sobre la salud

79%: Médico

62%: Otro profesional de la salud

61%: Medios de comunicación: periódicos / revistas

52%: Familia / amigos



Confianza en las fuentes de información de salud (si la usa)

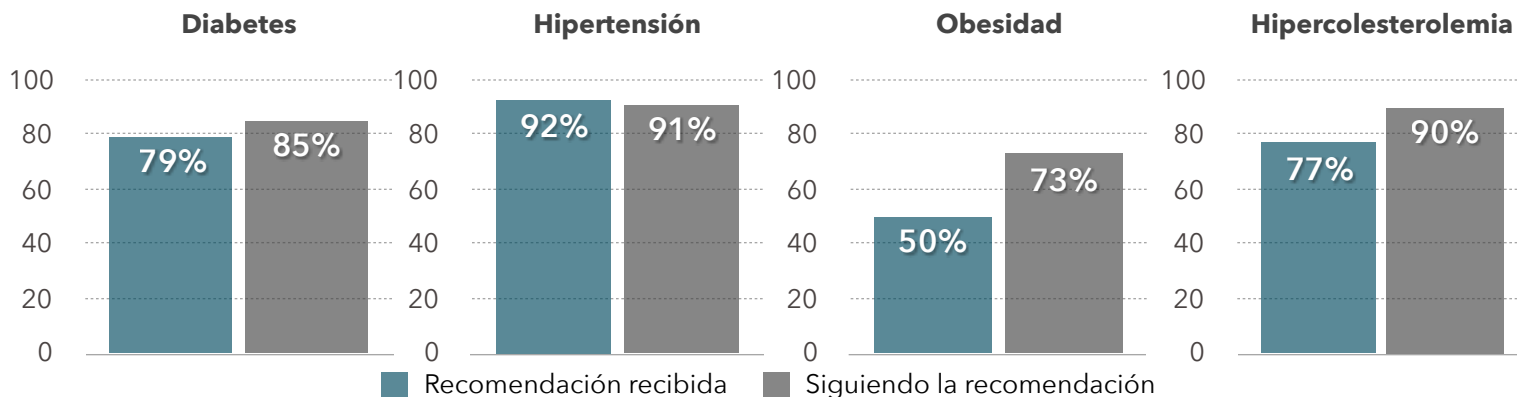
92%: Médico

78%: Otro profesional de la salud

53%: Medios de comunicación: periódicos / revistas

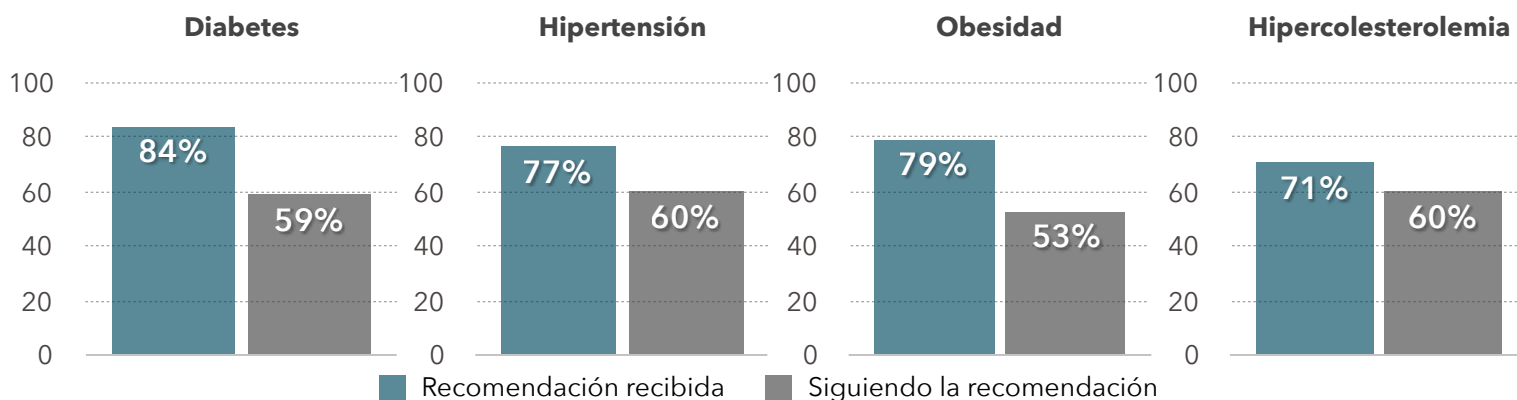
46%: Familia / amigos

Participantes con recomendación médica para tomar medicinas, por condición



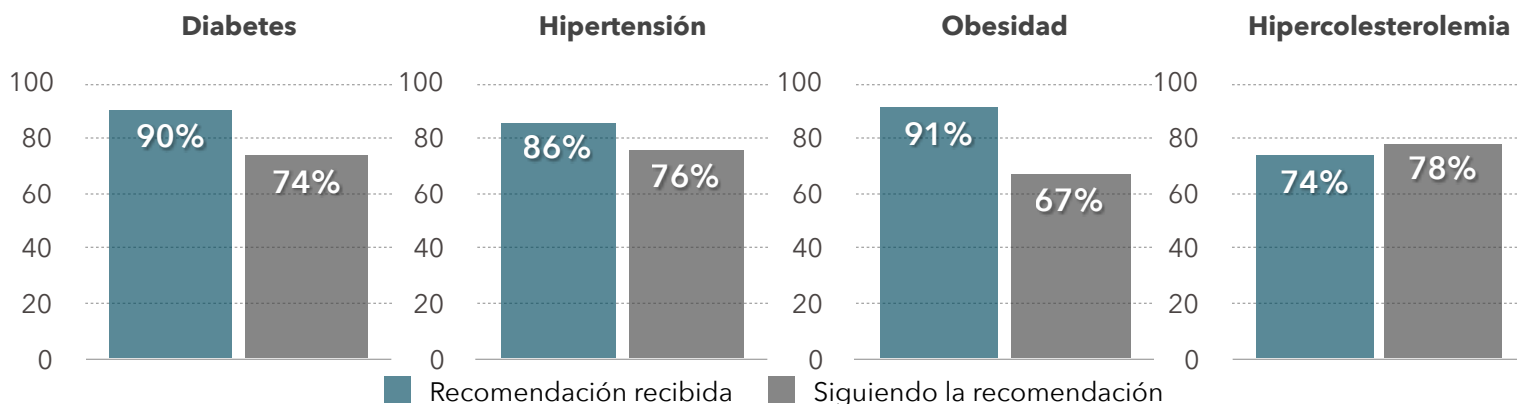
De los participantes que recibieron recomendación médica para tomar medicinas, el porcentaje más alto reportó tomar medicinas para la **hipertensión** y el menor porcentaje fue reportado para **obesidad**.

Participantes con recomendación médica para hacer actividad física, por condición



De los participantes que recibieron recomendación médica para hacer actividad física, el porcentaje más alto reportó hacer actividad física para la **hipertensión** e **hipercolesterolemia** y el menor porcentaje fue reportado para **obesidad**.

Participantes con recomendación médica para hacer cambios en la dieta, por condición



De los participantes que recibieron recomendación médica para hacer cambios en la dieta, el porcentaje más alto reportó hacer los cambios recomendados para la **hipercolesterolemia** y el menor porcentaje fue reportado para **obesidad**.