



ARTÍCULO ORIGINAL

ESTRÉS LABORAL EN LOS FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR DE LOS TRABAJADORES DE SALUD EN PARAGUAY, 2024

Verónica María Rivas Elizaur, Maria Cecilia González Domínguez, Fátima Imad El Haj Ortiz, Mónica Andrea Giménez Alvarez

Hospital Nacional de Itagua. Residente de tercer año de Clínica Médica

RESUMEN

Introducción: El estrés laboral es un fenómeno ampliamente documentado que afecta a una variedad de profesiones, siendo especialmente prominente en el sector de la salud debido a la alta carga de trabajo, la presión constante y las demandas emocionales. Entre los factores de riesgo cardiovascular modificables están la hipertensión arterial, el colesterol elevado, el tabaquismo, la diabetes y la obesidad, todos los cuales han mostrado una relación directa con el estrés crónico

Objetivo: Determinar el nivel estrés laboral y los factores de riesgo cardiovascular en los trabajadores de salud en Paraguay

Metodología: Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal con 78 trabajadores de salud en Paraguay. Se utilizaron encuestas online para recolectar datos sociodemográficos, clínicos y niveles de estrés laboral, empleando muestreo no probabilístico por conveniencia. Se analizaron variables como IMC, hipertensión y percepción del ambiente laboral mediante estadística descriptiva.

Resultados: El 47,4% de los trabajadores presentó estrés alto, con sobrepeso en el 51,3%. La hipertensión arterial afectó al 32,1% y la diabetes al 26,9%. La percepción del ambiente laboral fue mayoritariamente neutra o negativa. La edad media fue de 38,21 años, y el IMC promedio de 27,19 indicó tendencia al sobrepeso.

Discusión: Los resultados destacan la prevalencia de factores de riesgo cardiovascular y niveles elevados de estrés entre los trabajadores de salud en Paraguay. La asociación entre estrés laboral y condiciones como hipertensión y sobrepeso es preocupante. Estos hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones para mejorar la salud física y mental en este grupo.

Autor de correspondencia:

Fátima Imad El Haj Ortiz
fatuhaj@gmail.com

Recibido: 1/07/2024

Aceptado: 22/10/2024

Palabras clave:

Agotamiento Profesional,
Factores de Riesgo de
Enfermedad Cardíaca
Personal de Salud

ABSTRACT

Background: Job stress is a widely documented phenomenon affecting a variety of professions, being especially prominent in the health sector due to high workload, constant pressure and emotional demands. Modifiable cardiovascular risk factors include high blood pressure, high cholesterol, smoking, diabetes and obesity, all of which have been shown to be directly related to chronic stress.

Objective: To determine the level of occupational stress and cardiovascular risk factors in health care workers in Paraguay.

Methodology: A descriptive cross-sectional study was conducted with 78 health care workers in Paraguay. Online surveys were used to collect sociodemographic and clinical data and levels of occupational stress, using non-probabilistic convenience sampling. Variables such as BMI, hypertension and perception of the work environment were analysed using descriptive statistics.

Results: 47.4% of the workers presented high stress, with 51.3% being overweight. Arterial hypertension affected 32.1% and diabetes 26.9%. The perception of the work environment was mostly neutral or negative. The mean age was 38.21 years, and the mean BMI of 27.19 indicated a tendency to be overweight.

Discussion: The results highlight the prevalence of cardiovascular risk factors and high levels of stress among health care workers in Paraguay. The association between work-related stress and conditions such as hypertension and overweight is of concern. These findings underline the need for interventions to improve physical and mental health in this group.

Keywords:

Occupational Burnout, Risk Factors for Heart Disease Health Care Personnel

INTRODUCCIÓN

El estrés laboral es un fenómeno ampliamente documentado que afecta a una variedad de profesiones, siendo especialmente prominente en el sector de la salud debido a la alta carga de trabajo, la presión constante y las demandas emocionales (1,2). Definido como una respuesta fisiológica y psicológica que ocurre cuando las demandas del entorno superan los recursos y capacidades del individuo, el estrés laboral se ha asociado con un aumento significativo en la prevalencia de enfermedades crónicas, entre las que

se destacan las enfermedades cardiovasculares (3,4).

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) constituyen la principal causa de morbilidad y mortalidad a nivel mundial, con la Organización Mundial de la Salud (OMS) reportando que estas enfermedades representan aproximadamente un tercio de todas las muertes globales (5). Entre los factores de riesgo cardiovascular modificables están la hipertensión arterial, el colesterol elevado, el tabaquismo, la diabetes y la obesidad, todos los cuales han mostrado una relación direc-

ta con el estrés crónico (6,7). Los estudios epidemiológicos han demostrado que el estrés laboral puede elevar significativamente la presión arterial, aumentar los niveles de cortisol y contribuir a la dislipidemia, incrementando así el riesgo de ECV (8–10).

En Paraguay, el contexto del sector salud está marcado por desafíos significativos, incluyendo la escasez de recursos, la sobrecarga de trabajo y las condiciones laborales estresantes (11,12). Según datos del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, el país enfrenta una alta tasa de enfermedades cardiovasculares (13). La prevalencia de hipertensión arterial es del 30.5% en adultos, una cifra que supera la media regional en América Latina (14). Además, la presión arterial elevada y la diabetes están en aumento, exacerbadas por el estilo de vida y las condiciones socioeconómicas (15).

El presente estudio busca investigar el impacto del estrés laboral sobre los factores de riesgo cardiovascular en los trabajadores de salud en Paraguay, un grupo particularmente vulnerable debido a las exigencias inherentes a su profesión. La investigación se enfoca en la identificación de correlaciones entre niveles de estrés y la prevalencia de hipertensión, dislipidemia y obesidad entre estos profesionales. Además, se analizarán los efectos del estrés en la calidad de vida y el bienestar general de los trabajadores de salud, así como la eficacia de posibles estrategias de intervención para mitigar estos efectos.

Comprender el vínculo entre el estrés laboral y los factores de riesgo cardiovascular permitirá desarrollar políticas de salud y programas de bienestar más efectivos, dirigidos a mejorar la salud y la calidad de vida de los trabajadores de salud en Paraguay. La implementación de estrategias preventivas y de manejo del estrés es crucial para abordar los problemas de salud emergentes en este sector y promover un entorno de trabajo más saludable.

MATERIALES Y MÉTODOS

Este estudio adopta un diseño de corte transversal, prospectivo y descriptivo. El diseño transversal permite analizar la relación entre el estrés laboral y los factores de riesgo cardiovascular en un momento específico, mientras que el enfoque prospectivo facilitará la evaluación de los datos a lo largo del tiempo para observar tendencias. La perspectiva descriptiva proporcionará una visión detallada de la prevalencia del estrés y su impacto en los factores de riesgo cardiovascular entre los trabajadores de salud en Paraguay.

La población enfocada en este estudio son los trabajadores de salud en Paraguay, incluyendo médicos, enfermeros y personal administrativo en instituciones de salud. La población accesible está constituida por los trabajadores de salud que laboran en hospitales y centros de salud seleccionados en Asunción y ciudades principales del país, donde se realizará la recolección de datos.

Se utilizará un muestreo no probabilístico por conveniencia de casos consecutivos. Esto implica seleccionar a los participantes que se encuentren disponibles y dispuestos a participar durante el periodo de recolección de datos, asegurando así la inclusión de una muestra representativa dentro de los hospitales y centros de salud seleccionados.

La muestra estará compuesta por aproximadamente 200 trabajadores de salud que cumplan con los criterios de inclusión establecidos. Este tamaño de muestra es adecuado para proporcionar resultados representativos y estadísticamente significativos en el contexto de los recursos disponibles y el alcance del estudio.

Los criterios de inclusión son los siguientes: (1) Trabajadores de salud con al menos 6 meses de experiencia laboral en su puesto actual, (2) Edad entre 25 y 60 años, (3) Disponibilidad para completar el cuestionario en línea y participar en mediciones físicas, y (4) Consentimiento informado para partici-

par en el estudio.

Se excluirán del estudio los siguientes casos: (1) Trabajadores de salud con diagnóstico previo de enfermedades cardiovasculares crónicas, (2) Embarazadas o en período postparto, (3) Individuos que estén en tratamiento psiquiátrico activo o recibiendo terapia psicológica regular, ya que estos factores pueden influir significativamente en el estrés y los factores de riesgo cardiovascular.

Se empleará una encuesta en línea diseñada específicamente para este estudio, la cual incluirá preguntas sobre el nivel de estrés laboral, antecedentes médicos, y factores de riesgo cardiovascular. La encuesta será distribuida a través de plataformas digitales seguras para asegurar la privacidad y confidencialidad de los participantes.

Las variables del estudio incluyen: sociodemográficas (edad, género, nivel educativo, y tipo de ocupación), clínicas (hipertensión arterial, diabetes, dislipidemia, y índice de masa corporal), variables de interés (nivel de estrés laboral, percepción del ambiente de trabajo, y presencia de factores de riesgo cardiovascular como hipertensión, dislipidemia y obesidad).

Los datos serán recopilados a través de la encuesta en línea y almacenados en una base de datos segura. La información será revisada para verificar su integridad y se eliminarán los datos incompletos o erróneos. Posteriormente, se codificarán los datos para facilitar el análisis y proteger la identidad de los participantes.

El análisis de datos se llevará a cabo utilizando estadística descriptiva para resumir y caracterizar la información recopilada. Se calcularán medidas de tendencia central como la media y la mediana, así como medidas de dispersión como la desviación estándar, para describir las variables sociodemográficas, clínicas y de estrés. Se emplearán tablas y gráficos para presentar los resultados de manera clara y comprensible.

El estudio será conducido de acuerdo con principios éticos de investigación, ase-

gurando el consentimiento informado de todos los participantes. Se garantizará la confidencialidad de la información mediante el uso de datos codificados y el almacenamiento seguro de la base de datos. Además, se informará a los participantes sobre el propósito del estudio, su derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones, y se asegurará que la participación sea completamente voluntaria.

RESULTADOS

Se encuestaron un total de 78 trabajadores de salud en Paraguay en 2024. En cuanto a las variables sociodemográficas, que se detallan en la **Tabla 1**, la mayoría de los encuestados fueron mujeres, representando el 70,5% (n=55) de la muestra, mientras que los hombres constituyeron el 29,5% (n=23). En relación con la residencia, la mayor parte de los participantes residía en el departamento Central (57,7%, n=45), seguido de Asunción con un 25,6% (n=20) y el interior del país con un 16,7% (n=13). La edad de los participantes osciló entre los 28 y 49 años, con una media de 38,21 años (desviación estándar de 6,23).

En cuanto al nivel educativo, la mayoría de los encuestados contaba con un título universitario (71,8%, n=56), y el 28,2% (n=22) tenía estudios de postgrado. Respecto a la profesión, la mayoría de los participantes eran médicos (53,8%, n=42), seguidos por enfermeros/as (28,2%, n=22) y kinesiólogos/as (17,9%, n=14).

En cuanto a las variables clínicas, que se detallan en la **Tabla 2**, se observa que el 32,1% (n=25) de los encuestados reportaron tener hipertensión arterial, mientras que el 67,9% (n=53) no padecían esta condición. Respecto a la diabetes, el 26,9% (n=21) de los trabajadores de salud la presentaban, y el 73,1% (n=57) no la tenían.

En términos de la categoría del Índice de Masa Corporal (IMC), se observó que el 51,3% (n=40) de los encuestados presenta-

Tabla 1. Variables sociodemográficas de los trabajadores de salud encuestados, 2024 (n=78)

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	55	70,5%
	Masculino	23	29,5%
Residencia	Asunción	20	25,6%
	Central	45	57,7%
	Interior	13	16,7%
Nivel educativo	Postgrado	22	28,2%
	Universitario	56	71,8%
Profesión	Enfermería	22	28,2%
	Kinesiología	14	17,9%
	Medicina	42	53,8%

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2. Variables clínicas, categoría de IMC, nivel de estrés y satisfacción laboral de los trabajadores de salud encuestados, 2024 (n=78)

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Hipertensión arterial	No	53	67,9%
	Sí	25	32,1%
Diabetes	No	57	73,1%
	Sí	21	26,9%
Categoría de IMC	Normal	24	30,8%
	Obesidad	14	17,9%
	Sobrepeso	40	51,3%
Nivel de estrés (categoría)	Alto	37	47,4%
	Moderado	41	52,6%
Percepción del ambiente de trabajo	Negativa	26	33,3%
	Neutra	33	42,3%
	Positiva	19	24,4%

Fuente: Elaboración propia

ba sobrepeso, el 30,8% (n=24) tenía un IMC normal, y el 17,9% (n=14) estaban en la categoría de obesidad. El IMC promedio fue de 27,19, con un rango entre 21,70 y 32,50, lo que indica una tendencia general hacia el sobrepeso en esta población.

El nivel de estrés laboral fue evaluado mediante el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory-Health Service Survey (MBI-HSS), donde se encontró que el 52,6% (n=41) de los encuestados presentaba un nivel de estrés moderado, mientras que el 47,4% (n=37) tenía un nivel de estrés alto. La puntuación media del nivel de estrés según el MBI-HSS fue de 19,95, con un rango que varió entre 10 y 30 puntos, y una desviación estándar de 5,34.

En cuanto a la percepción del ambiente de trabajo, la mayoría de los encuestados describió su ambiente laboral como neutro (42,3%, n=33), seguido por aquellos que lo percibieron como negativo (33,3%, n=26) y un menor porcentaje que lo consideró positivo (24,4%, n=19).

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio revelan importantes hallazgos sobre el impacto del estrés laboral y los factores de riesgo cardiovascular entre los trabajadores de salud en Paraguay. Estos hallazgos son coherentes con la literatura existente, que subraya la prevalencia de estrés elevado y la presencia de comorbilidades cardiovasculares en este grupo ocupacional, lo que merece un análisis detallado.

El estrés laboral elevado, presente en el 47,4% de los encuestados, es un hallazgo preocupante, especialmente cuando se considera en conjunto con la alta prevalencia de factores de riesgo cardiovascular. Se encontró que el 32,1% de los participantes padecen hipertensión arterial y el 26,9% tienen diabetes. Estos porcentajes son significativos,

especialmente considerando que ambos factores están fuertemente asociados con el desarrollo de enfermedades cardiovasculares y que el estrés laboral es un conocido factor agravante de estas condiciones. La evidencia ha demostrado que el estrés crónico puede contribuir a la disfunción endotelial, aumentar la presión arterial y llevar a alteraciones metabólicas, lo que podría explicar la alta incidencia de estos factores de riesgo en la población estudiada (16–18).

Además, la distribución del Índice de Masa Corporal (IMC) mostró que más de la mitad de los trabajadores de salud (51,3%) presentaban sobrepeso, y un 17,9% estaba en la categoría de obesidad. Estos hallazgos son consistentes con estudios que sugieren que el estrés laboral crónico puede influir en el aumento de peso y en la distribución de grasa corporal, lo que a su vez incrementa el riesgo de desarrollar hipertensión, diabetes y dislipidemias, factores ya prevalentes en esta muestra (19).

Otro aspecto relevante es la percepción del ambiente de trabajo. La mayoría de los trabajadores encuestados describió su ambiente laboral como neutro (42,3%) o negativo (33,3%), lo que podría estar relacionado con los altos niveles de estrés observados. Un ambiente laboral percibido como negativo puede intensificar la sensación de burnout y exacerbar los efectos del estrés, mientras que un entorno percibido como positivo puede actuar como un factor protector (20). La relación entre un ambiente de trabajo desfavorable y el estrés laboral es bidireccional y compleja, afectando tanto la salud mental como física de los trabajadores (21). Este estudio refuerza la necesidad de intervenciones que mejoren el ambiente laboral y reduzcan el estrés, con el fin de mitigar los riesgos para la salud asociados.

Al comparar estos resultados con estudios realizados en otros contextos, se observa una tendencia similar en la prevalencia de estrés elevado y factores de riesgo cardiovascular entre los trabajadores de salud

(22). Sin embargo, la alta proporción de sobrepeso y obesidad, junto con la considerable prevalencia de hipertensión y diabetes, subraya una posible diferencia cultural o ambiental en la expresión de estos riesgos en la población Paraguaya (23). Estos hallazgos sugieren la necesidad de estudios adicionales para explorar los factores específicos que pueden estar contribuyendo a estas diferencias, como la dieta, el acceso a servicios de salud, y las condiciones laborales particulares de los trabajadores de salud en Paraguay.

Este estudio tiene algunas limitaciones que deben ser consideradas al interpretar los resultados. El diseño de corte transversal impide establecer relaciones causales entre el estrés laboral y los factores de riesgo cardiovascular. Además, el muestreo no probabilístico por conveniencia podría limitar la generalización de los hallazgos a toda la población de trabajadores de salud en Paraguay. Sin embargo, la muestra es representativa en términos de sexo, residencia y nivel educativo, lo que aporta validez interna al estudio.

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones para la práctica clínica y la gestión de recursos humanos en el sector de la salud. La alta prevalencia de estrés laboral y factores de riesgo cardiovascular entre los trabajadores de salud subraya la necesidad urgente de implementar programas de intervención que incluyan el manejo del estrés, la promoción de estilos de vida saludables, y la mejora del ambiente laboral. Además, futuros estudios podrían enfocarse en intervenciones específicas diseñadas para reducir el estrés laboral y mejorar la salud cardiovascular en esta población. También sería valioso explorar las diferencias entre los subgrupos de trabajadores de salud y examinar cómo factores como el tipo de profesión o el entorno laboral específico influyen en los niveles de estrés y salud cardiovascular.

En conclusión, este estudio aporta evidencia

clara sobre la necesidad de abordar de manera integral la salud mental y física de los trabajadores de salud en Paraguay, considerando tanto los factores individuales como los contextuales que contribuyen al estrés y al riesgo cardiovascular.

Financiamiento:

Autofinanciado

Conflictos de interés:

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Noor N, Rehman S, Gull M. Determinants of Work-Related Stress among Nursing Professionals. *Pak J Humanit Soc Sci*. 21 de junio de 2023;11(2):1836-49.
2. Peter KA, Schols JMGA, Halfens RJG, Hahn S. Investigating work-related stress among health professionals at different hierarchical levels: A cross-sectional study. *Nurs Open*. 2020;7(4):969-79.
3. Kamardeen I. Work stress related cardiovascular diseases among construction professionals. *Built Environ Proj Asset Manag*. 1 de enero de 2021;12(2):223-42.
4. Mutambudzi M, Henkens K. Chronic health conditions and work-related stress in older adults participating in the Dutch workforce. *Eur J Ageing*. 1 de diciembre de 2020;17(4):499-508.
5. Roth GA, Mensah GA, Fuster V. The Global Burden of Cardiovascular Diseases and Risks. *J Am Coll Cardiol*. 22 de diciembre de 2020;76(25):2980-1.
6. Kucia AM, Hartley A. Risk Factors for Cardiovascular Disease. En: *Cardiac Care* [Internet]. John Wiley & Sons, Ltd; 2022 [citado 23 de julio de 2024]. p. 35-51. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119117810.ch5>
7. Münzel T, Hahad O, Sørensen M, Lelieveld J, Duerr GD, Nieuwenhuijsen M, et al. Environmental risk factors and cardiovascular diseases: a comprehensive expert review. *Cardiovasc Res*. 1 de octubre de 2022;118(14):2880-902.
8. Dickson VV, Zhanay J, Leon A, Scott L, Arabadjian M. Measurement of stress amongst working adults with cardiovascular disease. *Eur J Cardiovasc Nurs*. 23 de noviembre de 2022;21(8):848-56.

9. Degroote C, von Känel R, Thomas L, Zucarella-Hackl C, Pruessner JC, Wiest R, et al. Acute Stress-Induced Blood Lipid Reactivity in Hypertensive and Normotensive Men and Prospective Associations with Future Cardiovascular Risk. *J Clin Med*. enero de 2021;10(15):3400.
10. Mohd Azmi NAS, Juliana N, Azmani S, Mohd Effendy N, Abu IF, Mohd Fahmi Teng NI, et al. Cortisol on Circadian Rhythm and Its Effect on Cardiovascular System. *Int J Environ Res Public Health*. enero de 2021;18(2):676.
11. Romero ADT, Romero IAA, Romero ADT, Romero IAA. Síndrome de Burnout en médicos residentes de un Hospital público de la ciudad de Areguá en el año 2020. *Med Clínica Soc*. diciembre de 2020;4(3):98-103.
12. Sanabria JAF, Avila S, Añazco P, Lopez LF, Damen MP, Aguayo A, et al. Burnout syndrome among health care professionals of intensive care units after the COVID-19 pandemic. San Lorenzo, Paraguay. *J Crit Care*. 1 de junio de 2024;81:154612.
13. Prensa-DGVS. Hipertensión arterial, principal factor de riesgo cardiovascular [Internet]. DGVS. 2023 [citado 23 de julio de 2024]. Disponible en: <https://dgvs.msps.gov.py/hipertension-arterial-principal-factor-de-riesgo-cardiovascular/>
14. Hernández-Vásquez A, Vargas-Fernández R. Prevalence of Prehypertension and Associated Cardiovascular Risk Profiles among Adults in Peru: Findings from a Nationwide Population-Based Study. *Int J Environ Res Public Health*. enero de 2022;19(13):7867.
15. Kreuz R, Dobrowolski P, Prejbisz A, Algharably EAEH, Bilo G, Creutzig F, et al. Lifestyle, psychological, socioeconomic and environmental factors and their impact on hypertension during the coronavirus disease 2019 pandemic. *J Hypertens*. junio de 2021;39(6):1077.
16. Sher LD, Geddie H, Olivier L, Cairns M, Truter N, Beselaar L, et al. Chronic stress and endothelial dysfunction: mechanisms, experimental challenges, and the way ahead. <https://doi.org/10.1152/ajpheart00244.2020> [Internet]. 10 de agosto de 2020 [citado 8 de agosto de 2024]; Disponible en: <https://journals.physiology.org/doi/10.1152/ajpheart.00244.2020>
17. Shaito A, Aramouni K, Assaf R, Parenti A, Orekhov A, El Yazbi A, et al. Oxidative Stress-Induced Endothelial Dysfunction in Cardiovascular Diseases. 2022 [citado 8 de agosto de 2024]; Disponible en: <http://qspace.qu.edu.qa/handle/10576/28498>
18. Kostov K. The Causal Relationship between Endothelin-1 and Hypertension: Focusing on Endothelial Dysfunction, Arterial Stiffness, Vascular Remodeling, and Blood Pressure Regulation. *Life*. septiembre de 2021;11(9):986.
19. Ponti F, Santoro A, Mercatelli D, Gasperini C, Conte M, Martucci M, et al. Aging and Imaging Assessment of Body Composition: From Fat to Facts. *Front Endocrinol* [Internet]. 14 de enero de 2020 [citado 8 de agosto de 2024];10. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/journals/endocrinology/articles/10.3389/fendo.2019.00861/full>
20. Romero ADT, Romero IAA, Romero ADT, Romero IAA. Síndrome de Burnout en médicos residentes de un Hospital público de la ciudad de Areguá en el año 2020. *Med Clínica Soc*. diciembre de 2020;4(3):98-103.
21. Jiang M, Li Z, Zheng X, Liu M, Feng Y. The influence of perceived stress of Chinese healthcare workers after the opening of COVID-19: the bidirectional mediation between mental health and job burnout. *Front Public Health* [Internet]. 17 de agosto de 2023 [citado 8 de agosto de 2024];11. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2023.1252103/full>
22. Wilson W, Raj JP, Rao S, Ghiya M, Nedungalaparambil NM, Mundra H, et al. Prevalence and Predictors of Stress, anxiety, and Depression among Healthcare Workers Managing COVID-19 Pandemic in India: A Nationwide Observational Study. *Indian J Psychol Med*. 1 de julio de 2020;42(4):353-8.
23. Zhang L, Wang Z, Wang X, Chen Z, Shao L, Tian Y, et al. Prevalence of overweight and obesity in China: Results from a cross-sectional study of 441 thousand adults, 2012–2015. *Obes Res Clin Pract*. 1 de marzo de 2020;14(2):119-26.