Tabla 1. Datos descriptivos del total de la muestra

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Variables | Media DE / n(%) | |
| Edad (años) | 25.11 | 5.39 |
| Con pareja | 281 | (92) |
| Trabaja fuera del hogar | 87 | (28) |
| Escolaridad (años) | 10.50 | 3.01 |
| Ingreso económico (pesos/mes) | 6016.13 | 4003.85 |
| Número de hijos | 1.29 | 1.12 |
| Hora suele irse a dormir | 20.91 | 5.92 |
| Hora se levanta por la mañana | 8.03 | 1.78 |
| Horas totales de sueño por noche | 9.04 | 1.79 |
| Interrumpe sueño nocturno | 253 | (83) |
| Si interrumpe sueño tiempo que dura despierta (minutos) | 4.49 | 25.81 |
| Semanas de Gestación | 30.29 | 8.91 |
| Percepción de hambre (3-15) | 7.70 | 2.58 |
| Percepción saciedad (3-15) | 8.51 | 2.22 |
| IMC previo al embarazo | 25.82 | 5.72 |
| Bajo peso (<18.5) | 21 | (6.9) |
| Peso adecuado (18.5-24.9) | 134 | (43.9) |
| Sobrepeso (25.0-29.9) | 83 | (27.2) |
| Obesidad (≥30) | 67 | (22.0) |
| Ganancia de peso gestacional (kg) | 7.347 | 6.47 |
| Inferior al recomendado | 180 | (59.9) |
| Adecuado | 74 | (24.3) |
| Superior al recomendado | 51 | (16.7) |

n=305 IMC = índice de masa corporal; DE: desviación estándar