**Patrones alimentarios e indicadores de salud en zona sur del Área Metropolitana de Buenos Aires, Argentina: un estudio transversal**

Kakisu, EJ (1,2), Pugliese AL (1,3)

(1) Departamento de Desarrollo Productivo y Tecnológico, Universidad Nacional de Lanús, Remedios de Escalada, Buenos Aires, Argentina

(2) Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, CABA, Argentina

(3) Comisión de Investigaciones Científicas, La Plata, Buenos, Aires, Argentina

e-mail: ejkakisu@unla.edu.ar

RESUMEN

Preocupa a la salud pública la tendencia hacia crecientes patrones de alimentación de productos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional. Además, el sobrepeso y la obesidad son dos de los problemas de salud mundial que están aumentando y las causas apuntan al crecimiento del suministro de energía alimentaria como también a condicionantes de la salud multifactoriales. En el presente trabajo se realizó un estudio transversal sobre 542 individuos adultos, residentes en zona sur del AMBA, concurrentes a centros educativos, sobre los cuales se evaluaron indicadores asociados a la salud y patrones de ingesta alimentaria. Como parámetros antropométricos se midió índice de masa corporal (IMC, tallímetro Seca, balanza Silfab B207), perímetro abdominal (PAb, Lufkin) y presión arterial (PA, Omron Hem7320). La vida activa (actividad diaria más deporte) se analizó en METS según IPAQ. Los datos asociados a hábitos e ingesta de alimentos fueron evaluados combinando frecuencia semanal de consumo y recordatorio de 24 horas. Los cuartiles (C) etarios quedaron establecidos: C1 (18-22); C2 (23-28), C3 (29-49), C4 (> 49). Se identificaron IMC promedios que advirtieron condición de sobrepeso (>25) en la población masculina en los C2, C3 y C4. Además, se hallaron factores de riesgo combinados: sobrepeso y PAb > 80 (M) y > 94 (V), en ambos sexos del C4. Valores de presión arterial sistólica >140 mmHg y diastólica >90 mmHg fueron asociados al C4, en correlación con prevalencia de hipertensión diagnosticada por autorreporte, sin embargo, un 10% de sujetos de los C1 y C2 evidenciaron PA alta, pudiendo representar una amenaza oculta en individuos jóvenes. Más del 40% de individuos con baja actividad física en todos los cuartiles de edad, independientemente del sexo, reveló sedentarismo en esa población. La media de 2 raciones diarias de consumo de frutas más verduras representó índices por debajo de la recomendación saludable. La ingesta de carne roja (0.39-0.64 p/d) y blanca (0.39-0.61 p/d) representaron alta frecuencia porción/día en comparación con el muy bajo consumo de pescado y mariscos (0.09-0.18 p/d), mostrando escasa diversificación recomendada de ingesta de nutrientes derivados de origen animal. Se detectó importante consumo diario de bebidas azucaradas en el C1 y C2 (1.26-2.06 p/d). Además, 48% de los sujetos consumió habitualmente azúcar para endulzar, un 32% edulcorantes no nutritivos y, un 20% no utiliza ningún tipo de endulzante, indicando una tendencia y oportunidad de nicho para nuevos alimentos sin endulzantes añadidos. El precio y la calidad fueron los dos principales criterios de compra de alimentos. El factor económico resultó limitante en los C1 y C2, mientras la calidad nutricional estuvo ligado a la decisión de compra para los C3 y C4. No obstante, solamente un tercio en todos los cuartiles demostró el hábito de leer el rótulo, siendo la fecha de caducidad la información esencialmente monitoreada. Los resultados obtenidos, en especial en los grupos etarios más jóvenes, mostraron coincidencias con estadísticas crecientes de los índices de sobrepeso, riesgo cardiovascular, hipertensión, sedentarismo, y aumento en el aporte de ingesta energética de la alimentación en Argentina.

Palabras Clave: patrones alimentarios, salud, sobrepeso, rótulo