

Resumen N°19 | Nutrición y Salud

Riesgo cardiovascular y estilo de vida en estudiantes ingresantes y avanzados de la carrera de Licenciatura en Nutrición FBCB-UNL

Fredes S.; Moschen S. B.; Parpal V. E.
FBCB-UNL Santa Fe- Santa Fe

Contacto: veparpal@gmail.com

Palabras claves: riesgo cardiovascular, estudiantes ingresantes, estilo de vida

Keywords: cardiovascular risk, incoming students, lifestyle

Objetivo

Evaluar riesgo cardiovascular (RCV) y el estilo de vida (EV) de los estudiantes ingresantes y avanzados de la carrera de Licenciatura en Nutrición de la FBCB-UNL.

Metodología

Estudio descriptivo, de corte transversal y comparativo. La muestra estudiada fue de 108 estudiantes ingresantes y 55 avanzados. Se evaluó el RCV a partir del índice cintura-talla y el estado nutricional (EN) a través del índice de masa corporal. En cuanto al EV incluyó: consumo de alimentos (analizado según las Guías alimentarias para la población Argentina (GAPA)) y alcohol, obtenidos a través de un cuestionario de frecuencia alimentaria; hábito tabáquico y nivel de actividad física (NAF). Los resultados se analizaron con el programa Microsoft Excel 2013 y el programa Epidat 3.1.

Resultados

Hubo diferencias significativas entre ambos grupos en: tipo de leche, yogur y quesos (estudiantes avanzados preferían los de bajo tenor graso), frutas y verduras (mayor porcentaje de estudiantes avanzados cubrían y excedían las recomendaciones), aceites, frutos secos y semillas (la mayor parte de ingresantes no cubrían lo recomendado), alimentos de consumo opcional (la mayoría de estudiantes ingresantes excedía su consumo), frituras y gramos de alcohol ingeridos (mayor consumo excesivo, en ingresantes). No hubo diferencias en cuanto al RCV y el EN, encontrándose la mayoría en la categoría normal para ambos, se halló obesidad sólo en ingresantes. La mayoría de los estudiantes eran no fumadores, se excedían en el consumo de quesos y no cubrían las recomendaciones para el grupo de carnes y huevo, leche, yogur y quesos y legumbres, cereales, papa, pan y pastas. El NAF predominante fue de tipo poco activo.

Conclusiones

Un porcentaje importante de avanzados presentó RCV

elevado, el cuál fue más marcado que en ingresantes. El NAF de los estudiantes ingresantes, fue mayor que el de los avanzados. En cuanto al consumo de alimentos, solo un bajo porcentaje de estudiantes cubrían con las recomendaciones de las GAPA. Algunos estudiantes avanzados tenían un mejor consumo de ciertos grupos de alimentos con respecto a los ingresantes, debido posiblemente a la adquisición de conocimientos a lo largo de la carrera.