

Resumen #674

ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS: RELACIÓN CON EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD Y EL RIESGO CARDIOVASCULAR POR SCORE FRAMINGHAM

¹Carreras MJ, ¹Cuello MA, ¹Niro MM, ²García NH, ³Pérez HA, ³Armando LJ, ¹Aballay LR, ¹Viola L

¹Escuela de Nutrición, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba. Córdoba Capital, Provincia de Córdoba, Argentina.; ²Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba. Córdoba Capital, Provincia de Córdoba, Argentina.; ³Instituto Blossom DMO. Córdoba Capital, Provincia De Córdoba, Argentina.

Persona que presenta:

Carreras MJ, tesismmm@gmail.com

Área:

Epidemiológica / Salud Pública

Resumen:

Los alimentos y bebidas ultra-procesados son formulaciones listas para comer o beber, basados en sustancias refinadas combinadas con azúcar, sal, grasa y aditivos, producto de la tecnología e industria alimentaria. Las enfermedades no transmisibles, entre ellas las cardiovasculares y la obesidad son las principales causas de morbilidad, discapacidad y deterioro de la calidad de vida y comparten factores de riesgo y disfunciones metabólicas. Una alimentación rica en alimentos ultraprocesados favorece el desarrollo de enfermedades cardiovasculares y obesidad. El objetivo fue analizar la relación entre el consumo de alimentos ultraprocesados, el sobrepeso, la obesidad, y el riesgo cardiovascular en sujetos de la ciudad de Córdoba, de ambos sexos, de 40 a 90 años pertenecientes al programa de prevención cardiovascular de la Institución Blossom, durante 2015 y 2016. Estudio observacional, correlacional simple y de corte transversal realizado en una muestra de 95 sujetos que asisten al programa de prevención cardiovascular de la Institución Blossom, durante los años 2015 y 2016. Se realizaron mediciones antropométricas de los sujetos estudiados y se indagó mediante una encuesta validada, las características biosocioculturales, alimentario-nutricionales y su nivel de actividad física. Se condujeron análisis de correlación múltiple para establecer la asociación entre el consumo de alimentos según el grado de procesamiento, el consumo de macronutrientes, el estado nutricional y el riesgo cardiovascular. El 88,41% de la muestra estudiada presentó exceso de peso (IMC \geq 25 kg/m²), el 51,27% obesidad (IMC \geq 30 kg/m²) y el 76,84% riesgo cardiovascular severo. La ingesta calórica media (DE) fue de 3057,08 (1331,43) kcal/día y fueron aportadas por alimentos ultraprocesados el 20,66% de ellas, superando las recomendaciones de no ingerir más del 13,5% de las calorías totales de estos alimentos. El consumo de hidratos de carbono, proteínas, lípidos y ácidos grasos saturados, superó las recomendaciones y la relación entre la ingesta de ácidos grasos omega 6 y omega 3 fue de 11:1. La mayoría de los sujetos estudiados presentó exceso de peso, riesgo cardiovascular severo y elevado consumo de alimentos ultraprocesados, todas características desfavorables para la prevención de eventos cardiovasculares y desarrollo de obesidad.

Palabras Clave:

alimentos ultraprocesados, obesidad, Riesgo cardiovascular, Framingham

ULTRA PROCESSED FOODS: RELATIONSHIP WITH OVERWEIGHT AND OBESITY AND CARDIOVASCULAR RISK BY FRAMINGHAM SCORE

¹Carreras MJ, ¹Cuello MA, ¹Niro MM, ²García NH, ³Pérez HA, ³Armando LJ, ¹Aballay LR, ¹Viola L

¹Escuela de Nutrición, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba. Córdoba Capital, Provincia de Córdoba, Argentina.; ²Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Córdoba. Córdoba Capital, Provincia de Córdoba, Argentina.; ³Instituto Blossom DMO. Córdoba Capital, Provincia De Córdoba, Argentina.

Persona que presenta:

Carreras MJ, tesismmm@gmail.com

Abstract:

Ultra processed foods and beverages are ready to drink or eat formulations based on refined substances combined with sugar, salt, fat and additives, which are products of the technology and foodstuff industry. Non communicable diseases, including cardiovascular diseases and obesity, are the main causes of morbidity and mortality, disability and impairment of the quality of life, and share risk factors and metabolic dysfunctions. A diet rich in ultraprocessed foods promotes the development of cardiovascular diseases and obesity. The objective was to analyze the relationship between the intake of ultraprocessed foods, overweight, obesity, and cardiovascular risk in subjects of both sexes, from 40 to 90 years old from the city of Córdoba, who belong to the Blossom Institution cardiovascular prevention programme during 2015 and 2016. Observational, simple correlation and cross-sectional study carried out on a sample of 95 subjects who attend the Blossom Institution cardiovascular prevention programme during 2015 and 2016. Anthropometric measurements of the subjects studied were carried out and a validated survey was carried out to investigate the biosocio-cultural, food-nutritional characteristics and their level of physical activity. Multiple correlation analyses were conducted to establish the association between food intake by the degree of processing, the macronutrient intake, the nutritional status and the cardiovascular risk. The 88.41% of the sample studied showed excess weight (IMC \geq 25 kg/m²), 51.27% obesity (IMC \geq 30 kg/m²) and 76.84% severe cardiovascular risk. The average caloric intake (DE) was 3057.08 (1331.43) kcal/day and 20.66% of them were provided by ultra processed foods, exceeding the recommendations to consume no more than 13.5% of the total calories of these foods. Consumption of carbohydrates, proteins, lipids and saturated fatty acids exceeded the recommendations and the relationship between the intake of omega 6 and omega 3 fatty acids was 11:1. Most of the subjects studied had excess weight, severe cardiovascular risk and high consumption of ultraprocessed foods, all unfavourable characteristics for the prevention of cardiovascular events and obesity development

Keywords:

ultra processed foods, obesity, cardiovascular risk, Framingham