



CARDIOLOGÍA DEL ADULTO – ARTÍCULO ORIGINAL

Perfil lipídico y consumo de frutas y verduras en un grupo de jóvenes de 10 a 19 años, según el índice de masa corporal



Beatriz E. Parra^{a,*}, Luz M. Manjarrés^a, Claudia M. Velásquez^a,
Gloria M. Agudelo^b, Alejandro Estrada^a, Rosa M. Uscátegui^a, Fredy A. Patiño^c,
Gabriel de J. Bedoya^d y María V. Parra^d

^a Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia

^b Grupo Vidarium, Centro de Investigación y Nutrición, Salud y Bienestar del Grupo Nutresa, Medellín, Colombia

^c Instituto de Educación Física, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia

^d Genética Molecular GENMOL, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia

Recibido el 23 de octubre de 2013; aceptado el 17 de octubre de 2014

Disponible en Internet el 3 de marzo de 2015

PALABRAS CLAVE

Lípidos;
Dieta;
Factor de riesgo
cardiovascular;
Obesidad

Resumen

Introducción: El exceso de peso en niños y adolescentes es una pandemia que aumenta el riesgo de mortalidad por enfermedades crónicas no transmisibles. Se ha estimado que aun en etapas tempranas de la vida, el exceso de peso se asocia con alteraciones metabólicas; sin embargo, es necesario establecer si en nuestro medio estas alteraciones se evidencian en población menor de 19 años.

Objetivo: Comparar el perfil lipídico y la ingesta de frutas y verduras, según el índice de masa corporal, en un grupo de jóvenes de 10 a 19 años, de la empresa promotora de salud SURA, sede de Medellín.

Métodos: Estudio de corte transversal, en el que participaron 103 jóvenes obesos, 120 con sobrepeso y 214 con un índice de masa corporal normal. En condiciones basales y ayuno de 10 horas, se evaluó colesterol total, c-LDL, c-HDL y triglicéridos. La ingesta de verduras y frutas se determinó mediante recordatorio de 24 horas.

Resultados: Los datos de c-LDL en el grupo de obesos, sobrepeso y control fueron, respectivamente: 95 ± 32 , 96 ± 53 y 80 ± 24 mg/dL ($p=0,000$); para los mismos grupos, los datos de triglicéridos fueron: 116 ± 65 , 112 ± 69 y 88 ± 52 mg/dL ($p=0,000$). El c-HDL en los 3 grupos fue: 52 ± 14 , 53 ± 12 y 56 ± 14 mg/dL ($p=0,013$), respectivamente. Se evidenció una asociación significativa entre el mayor consumo de frutas y la menor concentración de triglicéridos entre los participantes con sobrepeso ($p=0,035$). No fue habitual la ingesta de frutas y verduras.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: beatriz.parra@udea.edu.co (B.E. Parra).

Conclusiones: El alto índice de masa corporal promueve un perfil lipídico aterogénico. Son necesarias acciones para promover hábitos alimentarios saludables.

© 2015 Sociedad Colombiana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

KEYWORDS

Lipids;
Diet;
Cardiovascular risk factor;
Obesity

Lipid profile and consumption of fruits and vegetables in a youth group from 10-19 years according to body mass index

Abstract

Introduction: Childhood overweight is a pandemic that increases the risk of chronic non-communicable diseases. It has been estimated that being overweight is associated with metabolic disorders; even in early stages of life. However, it is necessary to establish whether this association is observed in Colombian population between 10-19 years old.

Objective: To compare lipid profile and fruit and vegetable intakes, according to body mass index, in subjects aged 10-19 in a health insurance company (SURA) from Medellín.

Methods: One hundred and three obese, 120 overweight, and 214 children with normal body mass index participated in a cross-sectional study. We compared total cholesterol, LDL-C, HDL-C and triglycerides between groups; at baseline and after 10-hour fasting period. Fruit and vegetable intakes were determined by 24-hour dietary record.

Results: LDL-C levels in obese, overweight and control group were, respectively: 95 ± 32 , 96 ± 53 and 80 ± 24 mg/dL ($P = .000$). Triglycerides levels in the same groups were: 116 ± 65 , 112 ± 69 and 88 ± 52 mg/dL ($P = .000$). HDL-C levels in the 3 groups were: 52 ± 14 , 53 ± 12 and 56 ± 14 mg/dL ($P = .013$). A significant inverse association between fruit intake and triglyceride levels in overweight participants was observed ($P = .035$). Fruit and vegetable intake were unusual.

Conclusions: A high body mass index promotes an atherogenic lipid profile. It is necessary to implement actions to promote healthy habits associated with diet.

© 2015 Sociedad Colombiana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular. Published by Elsevier España, S.L.U. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Introducción

El exceso de peso es una epidemia que afecta a la población tanto de países desarrollados como en vía de desarrollo¹, y es un factor determinante de la morbimortalidad por enfermedades crónicas no transmisibles. América del Sur se encuentra en una etapa de transición epidemiológica, en la que se observa un cambio en la predominancia de la mortalidad, desde aquella ocasionada por enfermedades infecciosas agudas, hasta la producida por enfermedades crónicas². El informe de los indicadores básicos de la situación de salud en las Américas 2012 muestra una tasa de mortalidad por enfermedades infecciosas del 55,4 por 100.000 habitantes, y para enfermedad isquémica y cerebrovascular, del 57,3 y 42,8 por 100.000 habitantes, respectivamente³.

Resultados de estudios epidemiológicos y experimentales han asociado el origen temprano del desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente cardiovasculares, con el comienzo precoz del proceso aterosclerótico en la infancia y su progreso acelerado durante la vida. Aun cuando se reconoce que el componente genético aumenta la susceptibilidad del individuo al desarrollo de estas enfermedades, está claro que los factores medioambientales, como la dieta y la actividad física, son fundamentales para determinar su evolución y desenlace⁴.

Dentro de los principales factores de riesgo identificados por la Organización Mundial de la Salud como claves para el desarrollo de enfermedades crónicas, 5 están estrechamente relacionados con la alimentación y el ejercicio físico: la obesidad, el sedentarismo, la hipertensión arterial, la hipercolesterolemia y el consumo insuficiente de frutas y verduras⁵.

Se ha considerado que el consumo de frutas y verduras reduce la obesidad debido a que aumenta la cantidad de fibra, disminuye la ingesta de grasa y la densidad energética de la dieta, e incrementa la sensación de saciedad^{1,6}; al respecto, Lock et al. hallaron que más de 2,5 millones de muertes en el mundo y el 31% de las enfermedades cardiovasculares se pueden atribuir a un consumo inadecuado de frutas y verduras, factor determinante tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo⁷.

Diferentes estudios en jóvenes muestran una tendencia a estilos de vida caracterizados por hábitos alimentarios inadecuados y sedentarismo, al tiempo que otras investigaciones evidencian un aumento en la prevalencia de exceso de peso y alteraciones metabólicas a más temprana edad. El diagnóstico de sobrepeso u obesidad por sí solo compromete la calidad de vida durante la niñez y la adolescencia e incrementa el riesgo de morbilidad psicosocial, así como de complicaciones cardiovasculares y de diabetes mellitus. En Colombia, este problema está aumentando, lo cual se confirma al comparar los resultados de la Encuesta Nacional de

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3012179>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3012179>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)