

XXII Encuentro Anual de Nutricionistas

Buenos Aires, 19 de Agosto de 2015

Resúmenes de las comunicaciones orales y en poster

Categoría Premio

Estudio comparativo del riesgo de padecer un trastorno de la conducta alimentaria, entre alumnos de escuelas secundarias de zona urbana y de zona rural del Departamento de Oberá Misiones

Lic. Cieplinski Irina

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Belgrano, Buenos Aires, Argentina.

Contacto: irinac89@hotmail.com

Introducción: Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) constituyen un grupo de trastornos mentales caracterizados por una conducta alterada ante la ingesta alimentaria o la aparición de comportamientos de control de peso. Esta alteración lleva como consecuencia problemas físicos o del funcionamiento psicosocial del individuo. Los principales factores de riesgo son ser mujer, adolescente, tener percepción distorsionada de la imagen corporal y el uso de dietas para adelgazar.

Objetivo: Estimar y comparar la presencia de riesgo de trastorno de la conducta alimentaria determinado por la encuesta EAT-26, entre alumnos de escuelas secundarias de zona urbana y de zona rural del Departamento de Oberá Misiones.

Materiales y método: Se realizó un estudio observacional, de tipo comparativo. La población fueron adolescentes escolares del Departamento de Oberá, Misiones, entre las edades de 13 a 18 años. Con una muestra de 125 escolares pertenecientes al área urbana (87 mujeres y 38 hombres) y 44 al área rural (17 mujeres 27 hombres). Para el análisis de datos se utilizó el software estadístico SPSS 20 y el programa Microsoft Office Excel 2007.

Resultados: Las medianas totales del test EAT-26 fueron mayores en las mujeres en ambas zonas. Se encontró asociación significativa entre género y riesgo de padecer TCA en zona urbana. En cambio, no se observó asociación entre riesgo y zonas. Se encontró asociación significativa entre cantidad de comidas y riesgo en zona urbana, donde los alumnos con riesgo realizaban menor cantidad de comidas por semana con los integrantes de la vivienda familiar que los que no presentaron riesgo.

Conclusión: El grupo con mayor probabilidad de riesgo de TCA son las mujeres de zona urbana. Sería apropiado validar el cuestionario EAT-26 en nuestro país por regiones, para ser utilizado como herramienta de cribado. Se aconseja a los establecimientos educativos del presente estudio estrategias preventivas mediante charlas de alimentación saludable.

Palabras clave: Trastornos alimentarios, EAT-26, adolescentes de zona urbana y rural, Misiones.

Estudio de la densidad nutricional de “colaciones saludables” provistas por la industria. Construcción de un vademécum para profesionales de la nutrición

Dalto P., Fronciani V., González A., Sandoval C., Tolosa M., Tonelli M., Vitelli C., Zalduendo S., Torresani M.

Carrera de Especialización en Nutrición Clínica, Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires.

Contacto:valeriafronciani@gmail.com

El snackeo de alimentos (consumo de alimentos y bebidas fuera de las cuatro comidas principales), es una conducta alimentaria cada vez más frecuente en la población argentina.

Objetivo: Estudiar la Densidad Nutricional de diferentes productos alimenticios disponibles en el mercado argentino, provistos por la industria como “Colaciones Saludables”. Analizar su capacidad de saciación según el aporte de los macronutrientes y construir un vademécum con la información de los mismos, destinado a los Profesionales de la Nutrición.

Metodología: Se analizaron los rótulos de 80 productos alimenticios de primeras marcas, promocionados por la industria, ya sea por el control del tamaño de la porción o el aporte de calorías. En base al aporte registrado de calorías, macronutrientes, sodio y calcio, se calculó: densidad calórica (DC), relación proteínas/carbohidratos (Pr/C) para inferir la capacidad de saciación, densidad de sodio (DNa) y densidad de calcio (DCa). Se construyó el Vademécum, agrupándolos por rubros: Lácteos (14 productos: yogures firmes, bebibles, colchón de frutas, flanes y postres); Panificados y Galletitas (6 productos: bizcochos de arroz, magdalenas, galletitas dulces); Golosinas (28 productos: alfajores, alfajores de arroz, chocolates, turrónes, bocaditos); Barras de cereal (30 productos).

Resultados: El grupo de lácteos fue el de menor DC, siendo los yogures los que presentan mejor relación Pr/C, proporcionando mayor capacidad de saciación. Los panificados, galletitas y barritas de cereal mostraron alta DC y baja relación Pr/C, con excepción de las barras proteicas y deportivas. Las

golosinas tuvieron alta y muy alta DC y baja capacidad de saciación, siendo este grupo el que aportó mayor cantidad de grasas.

Conclusiones: Se observó que varios productos promocionados con “calorías controladas” poseen DC alta y baja capacidad de saciación. Se considera de alta relevancia su difusión a los profesionales de la nutrición, para promover el reemplazo de snacks de pobre calidad nutricional por opciones más saludables, según los diferentes aspectos analizados y su indicación específica a la necesidad individual de cada consumidor.

Palabras claves: Densidad Nutricional – Snackeo – Vademécum – Colaciones saludables.

Cocción al vacío: características organolépticas de la carne cocida al vacío

Abuin G, Senega J.

Universidad Abierta Interamericana, Argentina

Contacto: jsenega@hotmail.com

La cocción al vacío tiene sus defensores y sus opositores, será bueno o malo según para qué se lo utilice.

Dado que se basa en cocciones a bajas temperaturas por periodos prolongados de tiempo, muchos de sus detractores se escudan en el riesgo microbiano que ello implica. No obstante, bien utilizado, es un método que ofrece una amplia posibilidad de texturas, sabores y consistencias inalcanzables con otras formas de cocción, como así también garantiza la inocuidad del producto final ya que se limita la exposición al oxígeno y la manipulación humana.

Describiremos entonces, en primer lugar, el origen de la cocción al vacío basándonos en los estudios científicos realizados hasta la actualidad. Luego los pasos a seguir para cocinar al vacío, los materiales y el equipamiento necesario, las particularidades de la cocción de la carne y haremos un recorrido sobre seguridad alimentaria en este tipo de técnicas. Finalmente mostraremos los resultados de las encuestas proporcionadas en relación a la elección de las técnicas de cocción, gustos y preferencias de los comensales.

Palabras clave: vacío – temperatura – tiempo – conservación

Comunicaciones en poster

Perfil de ácidos grasos en la dieta materna en mujeres embarazadas de la provincia de Mendoza

Asus N. (1), Vargas M.L. (2), Díaz J. (2), Canaan K. (3), Arce C. (1), Salomón S. (2,3)

(1) Hospital Universitario-UNCuyo. Mendoza.

Argentina. (2) Hospital L. C. Lagomaggiore.

Mendoza. Argentina. (3) Facultad de Ciencias Médicas. UNCuyo. Mendoza. Argentina.

Contacto: nazarenaasus@hotmail.com

Introducción: En los últimos años ha tomado relevancia el papel de los ácidos grasos poliinsaturados n3 (AGPI-n3) en la gestación, por su participación en el desarrollo cerebral y visual. La ingesta excesiva de ácidos grasos saturados y poliinsaturados n-6 puede interferir con la disponibilidad de AGPI n-3 para la embarazada y el feto. Con el objetivo de evaluar la ingesta de grasa total, ácidos grasos saturados, AGPI n6 y n3 y determinar el cociente entre AGPI n6 y n3 en la alimentación de un grupo de mujeres embarazadas, **Material y método:** Se llevó a cabo un estudio protocolizado, descriptivo y observacional. Criterio de inclusión: embarazadas > 18 años, feto único, ausencia de patologías crónicas, atendidas en Hospital Universitario-UNCuyo y L.C. Lagomaggiore, en la provincia de Mendoza, de diciembre 2014 a junio 2015. Se realizó un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos. Se determinó el estado nutricional a través del IMC. Método estadístico: medidas de tendencia central e I.C. de 95%.

Resultados: Se incluyeron 71 mujeres embarazadas, edad $27,32 \pm 6,13$ años, edad gestacional 35 semanas. El 56,34% (IC95% 44,05-68,09) presentó IMC normal al inicio de la gestación. El consumo energético fue de $2940,31 \pm 732,51$ cal/d. El 61,97% (IC95% 49,67-73,24) presentó una ingesta excesiva de grasas totales y el 81,69% (IC95% 70,73-89,87) presentó exceso de grasas saturadas. La ingesta de AGPI n6 y n3 fue de $24,05 \pm 15,45$ y $1,08 \pm 0,4$ g/d respectivamente. El 91,55% (IC95% 82,51-96,83) presentó una adecuación baja a la ingesta de AGPI n3. La relación n6:n3 fue 25:1.

Conclusiones: Las mujeres embarazadas mendocinas incluidas en este estudio presentan un alto consumo de grasas saturadas y un bajo consumo de AGPI n3, además de un desequilibrio entre AG-

PI n6:n3, lo cual resulta en un aporte restrictivo de AGPI n3 al feto, pudiendo afectar negativamente el rendimiento cognitivo futuro de los niños.

Palabras clave: ácidos grasos, embarazadas, grasas, omega 3, mendocina

Estimación de la ingesta de ácidos grasos omega 6 y omega 3 en un grupo de vegetarianos y su vinculación con el riesgo cardiovascular

Autores: Colombo ME, Cortesi V, Graziano G, Martínez M, Vaccaro D, Garda MR

Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires.

Contacto: colombonutricion@hotmail.com

Introducción: La enfermedad cardiovascular (ECV) es la principal causa de muerte a nivel mundial. La Asociación Americana del Corazón recomienda aumentar el consumo de ácidos grasos (AG) omega 3, especialmente Docosahexanoico (DHA) y Eicosapentanoico (EPA). La alimentación vegetariana suele ser rica en AG Omega 6 e insuficiente en Omega 3, lo que podría elevar el riesgo de ECV de este grupo.

Objetivos: Estimar la ingesta y relación de AG Omega 6 y 3 en la dieta de una muestra vegetariana y contextualizarla como factor de riesgo de ECV.

Materiales y método: estudio transversal, descriptivo y observacional, en una muestra de 80 vegetarianos (40 veganos; 40 ovolactovegetarianos) entre 19 y 50 años, residentes en CABA y GBA. Se estimaron ingestas de: EPA, DHA, Ácido Linoleico (LA) y Alfa Linolénico (ALA). Se utilizó un recordatorio de 24 hs y un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos semicuantitativo. Se tomaron como referencia las recomendaciones realizadas por NAS/IOM y FAO/OMS. Para el análisis de los datos, se empleó la prueba t de Student con un $p < 0,05$.

Resultados: El 55% de los veganos y el 52,5% de los ovolactovegetarianos presentaron una ingesta suficiente para LA y ALA, se observaron diferencias estadísticamente significativas en la ingesta de AG Alfa-Linolénico (g/día) Veganos: ($5,2 \pm 4,4$); Ovolactovegetarianos: ($3,04 \pm 2,3$). Al analizar la relación LA/ALA, sólo el 27,5% de los veganos y el 37,5% de ovolactovegetarianos lograron una óptima relación.

Conclusiones: El 46,3 % de la muestra no logró cubrir las recomendaciones de LA ni ALA, como así tampoco una correcta proporción entre dichos AG esenciales (67,5% del total). Resulta esencial realizar educación alimentaria para fomentar una adecuada ingesta de omega 6 y 3 en la dieta vegetariana, con el fin de realizar prevención en el desarrollo de ECV.

Palabras Claves: vegetarianos, enfermedad cardiovascular, Omega 3, Omega 6.

Programa de marketing social como herramienta de educación alimentaria nutricional

Autores: Dalto P, Fronciani V, González A, Sandoval C, Tolosa M, Tonelli M, Vitelli C, Zalduendo S, Lema S. Carrera de Especialización en Nutrición Clínica. Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires.

Contacto: solzalduendo@yahoo.com.ar.

Introducción: El marketing social es un instrumento para lograr cambios de conductas favorables en las personas a través del conocimiento de las necesidades, deseos y barreras percibidas por la sociedad produciendo una mejora del bienestar social. Se presenta el diseño y prueba piloto de un Programa de Marketing Social (PMS) llevado a cabo por cursantes de una carrera de Especialización en Nutrición Clínica.

Objetivo: Poner en práctica el diseño y ejecución de un PMS enfocado a la promoción de la reducción del consumo de sal llamado "Salí del blanco y ponete COLOR a tu plato"

Experiencia: El PMS se realizó en Hospital General de Agudos "Dr. Fernández" de CABA. La población objetivo fue el personal de cocina, profesionales de la salud y consultantes de la sala de espera. En ella se llevó a cabo la realización de un autotest sobre hábitos alimentarios y se hizo devolución mediante consejería nutricional. El PMS abarcó las entrevistas, distribución de material educativo, creación de página de Facebook "Salí del Blanco" e interacción con 300 "amigos". En base a la participación en las redes sociales y mediante encuestas de satisfacción, se pudo realizar la evaluación del programa. Al finalizar las entrevistas se clasificó a la población objetivo en base al estadio según Prochaska y DiClemente.

Conclusiones: Se pudo diseñar y ejecutar un PMS, así como valorar su papel en la promoción de la salud, siendo un gran desafío poner en práctica una novedosa herramienta de Educación Alimentaria Nutricional.

Palabras clave: programa marketing social, consejería nutricional, educación alimentaria, redes sociales

Formulación de muffins con mejoramiento en su perfil nutricional

Autores: Drolas MC; Coronel R; Ford V; Latina B; Toniutti MS; Garda MR.

Cátedra de Técnica Dietética. Escuela de Nutrición. Facultad de Medicina. Universidad de Buenos Aires.

Contacto: bruno_a_latina@hotmail.com

Introducción: La dieta del conjunto de la población argentina transita por un camino poco saludable, en un contexto de estilos de vida que tampoco lo son, por lo que es necesario hacer educación alimentaria para promocionar buenos hábitos que ayuden al cuidado de la salud. Un alimento óptimo para este fin es el aceite de girasol alto oleico (AGAO), que contiene características tecnológicas y nutricionales muy beneficiosas.

Objetivo: Desarrollar muffins con AGAO en reemplazo de manteca, y edulcorante no calórico en reemplazo parcial de la sacarosa.

Materiales y Método: Estudio experimental, prospectivo y transversal. Se realizó el reemplazo de manteca por aceite de girasol alto oleico y parcialmente la sacarosa por sucralosa. Se calculó la composición química teórica de macronutrientes. Se realizó una prueba sensorial a 112 jueces no entrenados que evaluaron los atributos aspecto, consistencia, sabor y aceptabilidad global a través de una escala hedónica semiestructurada de 9 puntos. Se utilizó el test de Student con niveles de significación de $\alpha=0,05$

Resultados: Se observó una disminución de 4,52% en los lípidos totales, de 74% en los ácidos grasos saturados y de colesterol un 52%; un aumento de 63% en poliinsaturados, y en monoinsaturados un 225% y una reducción del 61,8% de sodio. Al reemplazar la manteca disminuyó la humedad del producto por lo que se agregó agua para realizar la mezcla. No existen diferencias significativas en ningún atributo sensorial evaluado.

Conclusión: El muffin propuesto es una nueva alternativa para la población al presentar un perfil nutricional más saludable, no obstante, no fue más aceptado desde el punto de vista sensorial que el estándar, por lo que se deberá trabajar en el mejoramiento de las características reológicas a fin de lograr mayor aceptabilidad.

Palabras claves: muffins, aceite de girasol alto oleico, sucralosa, perfil nutricional

Ingesta de sodio proveniente de alimentos procesados en adultos de dos ciudades argentinas

Elorriaga N., Irazola V.E., Gutierrez L., Rubinstein A.L.

Centro de Excelencia en Salud Cardiovascular del Cono Sur. Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria. Buenos Aires, Argentina

Contacto: nelorriaga@iecs.org.ar

Introducción: La mayor parte del sodio alimentario proviene de productos alimenticios y de la sal agregada a los alimentos. El objetivo principal de este estudio fue estimar la ingesta de sodio proveniente de alimentos procesados en adultos de dos ciudades argentinas, Bariloche y Marcos Paz (MP), según características sociodemográficas.

Materiales y método: Estudio transversal observacional y analítico realizado en una submuestra de participantes del estudio CESCAS I, un estudio multicéntrico de base poblacional de detección y seguimiento de factores de riesgo y enfermedad cardiovascular en adultos de ambas ciudades. Se utilizó un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos (CFCA) corto previamente validado para monitorear el consumo de alimentos procesados fuente de sal y grasas trans. El cuestionario fue administrado por entrevistadores en los hogares entre 2013 y 2014. El contenido de sodio de los alimentos se estimó a partir de datos de composición química de varias fuentes. Se calcularon promedios ponderados de ingesta de sodio de los alimentos seleccionados, sus intervalos de confianza del 95%(IC95%) y las diferencias según características socio-demográficas a través de modelos de regresión lineal multivariable.

Resultados: Se incluyeron 1831 adultos de ambos sexos, de entre 35 y 74 años, representando la población general de las dos ciudades. La inges-

ta media de sodio proveniente de los alimentos seleccionados se estimó en 1941 mg/día [IC95% 1864-2018], siendo mayor entre los hombres, los más jóvenes y los habitantes de MP. Los alimentos procesados que más sodio aportaron fueron el pan francés, los caldos comerciales, las sopas instantáneas y los quesos.

Conclusiones: Estos resultados permiten una estimación del consumo de sodio proveniente de alimentos procesados antes de implementarse la Ley 26905. El monitoreo de la ingesta de sodio es útil para guiar el desarrollo de intervenciones a nivel poblacional para reducirla y prevenir las enfermedades crónicas asociadas a su consumo excesivo.

Palabras clave: Ingesta de sodio, Alimentos procesados, Bariloche, Marcos Paz, frecuencia de consumo de alimentos

Edulcorantes no nutritivos ¿de qué alimentos provienen en la alimentación infantil?

Garavaglia MB (1), Rodríguez García V (1), Roviroso A (1), Zapata ME (1), Flax Marcó F (2), González V (2), Carmuega E (1).

(1) Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil Dr Alejandro O'Donnell (CESNI). (2) Vicejefatura de Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires

Contacto: mezapata@cesni.org.ar

Introducción: La disponibilidad de alimentos con agregado de edulcorantes no nutritivos (ENN) se ha incrementado en los últimos años. En Argentina existe escasa información sobre los alimentos aportadores de ENN en la dieta de los niños.

Objetivo: Identificar los grupos de alimentos que contribuyen a la ingesta de ENN en niños de 4 a 18 años.

Materiales y Métodos: Se llevó a cabo una investigación descriptiva transversal. El análisis se realizó a partir de una muestra probabilística por conglomerados de 2664 niños de 2 a 18 años (677 de 2 a 4 años, 1067 de 5 a 12 años, 920 de 13 a 18 años) evaluados por la Primera Encuesta Alimentaria Nutricional de la Ciudad de Buenos Aires (EAN- CA-BA). Para estimar el consumo de ENN se empleó un recordatorio de 24h. Para obtener el contenido de ENN en alimentos, se realizó una exhaustiva revisión de la información declarada en el rotulado de

los alimentos. Se calculó la ingesta total de cada ENN por grupo de alimentos.

Resultados: El 51% de los niños consumió alimentos que contenían ENN. El 91% del acesulfame fue aportado por bebidas, el 6% por gelatinas y el 3% por yogures y postres de leche. El 96% del aspartamo proviene de las bebidas y el resto de gelatina. El 69% del ciclamato fue aportado por bebidas, el 30% por edulcorante de mesa y el 1% postres de leche. El 67% de la sacarina proviene de bebidas, el 32% de edulcorantes de mesa y el 1% de caramelos y dulces. El 72% de la sucralosa es aportado por las bebidas, 22% por yogures y postres de leche y el 6% de gelatinas, caramelos y dulces.

Conclusión: Las bebidas son la principal fuente de ENN en la alimentación infantil.

Palabras clave: edulcorantes no nutritivos, niños, alimentos, bebidas, Ciudad de Buenos Aires

Publicidades de alimentos y bebidas en canales infantiles de Argentina: análisis de las características y elementos de persuasión según calidad nutricional

Rovirosa A. (1). Zapata M E. (2). Gotthelf S J. (3). Gomez P. (4). Ferrante D. (5).

(1) Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil, Argentina. (2) Centro Nacional de Investigaciones Nutricionales, Argentina. (3) Facultad de Química, Universidad de Centro Educativo Latinoamericano, Argentina. (4) Facultad de Ciencias Exactas, Universidad de Belgrano, Argentina (5) Ministerio de Salud de la Nación, Argentina

Contacto: arovirosa@cesni.org.ar.

Introducción: La publicidad de alimentos y bebidas (PAB) utiliza técnicas persuasivas que influyen en las preferencias alimentarias, solicitudes de compra y las pautas de consumo de los niños.

Objetivos: Analizar las técnicas de marketing utilizadas en las PAB durante la programación infantil y su relación con la calidad nutricional de los alimentos y bebidas publicitados.

Materiales y Métodos: Estudio descriptivo y transversal. Se analizaron las PAB emitidas en canales de aire y cable con programación infantil. Las técnicas de marketing se categorizaron según atractivo emocional, características del producto, elementos

visuales, y elementos de sonido y audio. La calidad nutricional de los alimentos publicitados fue evaluada según el modelo de perfiles nutricionales de Food Standards Agency. Se mencionan las diferencias con nivel de significación $p < 0,05$ por Test de Fisher.

Resultados: Se evaluaron 100 PAB, el 26% correspondió a alimentos y bebidas categorizados como saludables. Las técnicas de marketing más utilizadas fueron la diversión/felicidad (83% de los anuncios), fantasía e imaginación (59%), palatabilidad (54%), dibujos o personajes animados (55%), música/jingles (97%), mensajes dirigidos al público infantil (83%). Las PAB saludables utilizan en mayor proporción las siguientes técnicas: agrado parental, logro o realización, energía, temas parentales, independencia/ madurar/ ser grande, precio o economía, calidad, declaraciones de salud o nutrición en general, presencia de adultos en el aviso, el hogar como lugar de realización de la comida y se dirigen a una audiencia de adultos. Mientras que las PAB menos saludables tienen mayor presencia de dibujos o personajes animados.

Conclusión: Las PAB utilizan una gran variedad de técnicas visuales, auditivas y emocionales para persuadir a los niños o sus padres, empleando diferentes estrategias según la calidad nutricional de los alimentos y bebidas.

Palabras clave: publicidad, alimentos y bebidas, marketing, infantil

Cálculo del Factor de Incremento de Masa (FIM) y del Factor de Reducción de Masa (FRM)

Kabbache D. (1) (2), Batista M.(1) (2), Flores G.(1), Chaves R.(1), Freijo S.(1), Ross C.(1), Laguzzi M.(1), Pucheta S.(1), Hagberg C.(1), Lantaño S.(1), Macri M.(1), Castillo A.(1), Locatelli J. (2), Kruger J. (2), Lema R. (2)

(1) Cátedra de Técnica Dietoterápica, Carrera de Nutrición, Universidad de Buenos Aires.

(2) Cátedra de Técnica Dietoterápica, Carrera de Nutrición Universidad del Salvador.

Contacto: dkabbache@fibertel.com.ar

Introducción: Al calcular la masa de cereales, pastas o legumbres en una preparación, lo habitual es considerar en forma standard un incremento de

dos veces y media o tres veces la masa original, obteniendo de esta manera un resultado con un gran error de cálculo. En el caso de hortalizas, si bien hay gran probabilidad de pérdida de sustancias hidrosolubles con el agua, la masa se reduce en forma muy variada. Este error influye en las concentraciones de nutrientes y en la densidad energética del producto final.

Objetivo: Estandarizar la metodología de cálculo del Factor de Incremento de Masa (FIM) y de Factor de Reducción de Masa (FRM) y obtener un valor lo más cercano al real, en la cocción por ebullición de cereales, legumbres, pastas y hortalizas.

Muestras: Arroz blanco grano largo, lentejones, fideos spaghetti, trigo burgol, ñoqui, arroz integral, berenjenas, calabaza. Nota importante: Estandarizar la técnica. Cálculos cociente entre la masa final (mf) y la masa inicial (mi) de muestra. Factor de incremento de mesa (FIM) = mf/mi.

Resultados:

TRIGO BURGOL (YIN - YAN)

Muestra Nº	Masa inicial m ₁ [g]	Masa final m ₂ [g]	FIM m ₂ /m ₁
1	50,0	88	1,76
2	50,0	84	1,68
3	50,0	83	1,66

ARROZ INTEGRAL PARBOIL entero tipo largo fino, calidad 00000.

Muestra Nº	Masa inicial m ₁ [g]	Masa final m ₂ [g]	FIM m ₂ /m ₁
1	100	221	2,21
2	100	203	2,03
3	100	216	2,16

ARROZ BLANCO tipo largo fino, calidad 00000. Marca: Molinos Ala.

Muestra	Masa inicial m ₁ [g]	Masa final m ₂ [g]	FIM (m ₂ /m ₁)
1	50	143	2,86
2	50	133	2,66
3	50	144	2,88

LENTEJÓN CANADIENSE, Marca: LAIRD LENTILS, Lote: 4177

Muestra	Masa inicial m ₁ [g]	Masa final m ₂ [g]	FIM (m ₂ /m ₁)
1	50	124	2,48
2	50	127	2,54
3	50	125	2,50

ÑOQUIS DE PAPA, pasta fresca comercial

Muestra	Masa inicial m ₁ [g]	Masa final m ₂ [g]	FIM (m ₂ /m ₁)
1	50	58	1,16
2	50	60	1,2
3	50	56	1,12

FIDEOS DIETÉTICOS DE ALTO CONTENIDO EN GLUTEN CON SALVADO DE AVENA, MARCA "QUERICO"

Muestra Nº	Masa inicial m ₁ [G]	Masa final m ₂ [G]	FIM m ₂ /m ₁
1	50,0	130.5	2.61
2	50,0	125.0	2.5
3	50,0	128.3	2.56

FACTOR DE REDUCCIÓN DE MASA (FRM)

Calabaza

Masa inicial [g]	Masa final [g]	FRM m ₂ /m ₁
395	351	0,89

Berenjena

Muestra Nº	Masa inicial [g]	Masa final [g]	FRM m ₂ /m ₁
1	125	122	0,976
2	125	123	0,984
3	125	122	0,96

Conclusión: Utilizando el valor del FIM o del FRM en un protocolo adecuado, se obtendrá un valor de masa de alimento ingerida más cercana a la realidad, lo que permite disminuir el error de cálculo al investigar cuantitativamente la ingesta y/o la vehiculización de macro y micronutrientes.

Palabras clave: Factor de Incremento de Masa, FIM, Factor de Reducción de Masa, FRM, cereales

Suplementos nutricionales orales: ¿Influyen en la ingesta del paciente hospitalizado?

Mehring J., Rey L.,

Hospital General de Agudos J. A. Fernández.

Contacto: luciapaularey@hotmail.com

Introducción: La desnutrición hospitalaria aún presenta una elevada prevalencia. Los suplementos nutricionales orales (SNO) permiten una mayor ingesta, mejorando el estado nutricional o previniendo la malnutrición.

Objetivos: Describir la utilización de los SNO. Determinar si existe variación en la ingesta calórico-proteica total y en aquella únicamente provista por alimentos, entre el consumo previo y posterior a la suplementación. Evaluar el acceso de los pacientes a los SNO al alta hospitalaria.

Materiales y método: Estudio observacional, longitudinal, prospectivo, descriptivo e inferencial. La muestra fue de 53 pacientes que recibieron SNO en el Hospital J.A. Fernández. Se realizó revisión de historia clínica, entrevista y 3 recordatorios de 24 horas, analizándose la variación en la ingesta calórica total (VICT) y proteica total (VIPT), y la diferencia en la ingesta calórico-proteica sin SNO (VIC y VIP). Se realizaron test de medias apareado y test de Wilcoxon (p < 0,05).

Resultados: Las salas con mayor prescripción de SNO fueron Clínica Médica (53%) y Cirugía General

(23%), siendo los principales motivos la insuficiente ingesta (42%) y pérdida de peso (43%), utilizando en su mayoría SNO listos para consumir (89%). La frecuencia de pacientes oncológicos fue del 42%. La VICT promedio presentó diferencias significativas (medias $p = 6,7 \times 10^{-10}$ y Wilcoxon $p = 2,885 \times 10^{-10}$) al igual que la VIC (medias $p = 0,008$ y Wilcoxon $p = 0,02$). La VIP promedio arrojó diferencias significativas únicamente según el test de medias ($p = 0,03$), mientras que los valores en ambos test para la VIPT promedio fueron significativos (medias $p = 0,0002$ y Wilcoxon $p = 5,438 \times 10^{-07}$).

Conclusiones: La VIC, VIP, VICT y VIPT mostraron incrementos significativos luego de la administración de un SNO sin desplazar la ingesta de la dieta hospitalaria.

Palabras claves: suplemento nutricional oral, desnutrición hospitalaria.

Aceptabilidad y preferencia de un desayuno hiperproteico vs otro normoproteico en mujeres adultas.

Alorda MB, Squillace C, Masu C, Sánchez GE, Varela MD, Vega CP, Torresani ME.

1° Cátedra de Dietoterapia del Adulto de la Carrera de Nutrición. Facultad de Medicina (UBA). Proyecto UBACyT 2014-2017.

Contacto: c_squillace@hotmail.com

Introducción: Un desayuno balanceado es aquel con una combinación correcta de energía y nutrientes para comenzar el día luego de varias horas de ayuno.

Objetivo: Evaluar la aceptabilidad y preferencia de dos tipos de desayunos: hiperproteico (HP) versus normoproteico (NP) en un grupo de mujeres adultas.

Metodología: Diseño cuasi-experimental prospectivo en 60 mujeres voluntarias sanas residentes en la zona sur del Gran Buenos Aires. Se prediseñaron ambos desayunos similares en densidad calórica (1,22/1,23) y grasas, variando la relación proteínas/carbohidratos (P/C): HP (41 g proteínas; P/C: 3,72) y NP (7 g proteínas; P/C: 0,13). Cada desayuno fue ofrecido durante tres días consecutivos, y se preguntó a las mujeres cuál de los desayunos preferían. Mediante una escala tipo Likert de cinco puntos, se les solicitó indicar cuanto les agradaba (desde "me gusta muchísimo" hasta "no me gusta nada"). Se ajustó por edad, IMC y etapa biológica. El análisis de datos

se llevó a cabo mediante el paquete SPSS 15.0, para comparación de muestras relacionadas no paramétricas, prueba de Wilcoxon y correlación de Pearson, considerando nivel significativo $p < 0,05$.

Resultados: Edad media: 41 (DS=11,1) años. IMC: 25,9 (DS=7,4) kg/m². Mediante el análisis de preferencias, se observó que el 58,3% eligió el desayuno NP y el 33,3% el HP ($p=0,01$). La aceptabilidad media del desayuno NP fue de 2,72 (DS=1,05) y para el HP de 3,23 (DS=1,07) siendo las diferencias también significativas ($p=0,009$). Mediante prueba de correlación múltiple sólo se observó relación inversa entre el IMC y la aceptabilidad del desayuno HP ($r=-0,267$; $p=0,039$).

Conclusiones: El desayuno HP fue significativamente menos preferido y aceptado que el NP. Se vio que a mayor IMC la aceptación del desayuno HP fue menor. Se hace necesario señalar que el desayuno NP presenta mayor carga de carbohidratos que el HP, pudiendo ser este uno de los motivos de elección a medida que aumenta el IMC.

Palabras clave: Aceptabilidad - Preferencia - Desayuno hiperproteico - Desayuno normoproteico.

Impacto de la vajilla en la aceptabilidad de una sopa instantánea reducida en sodio en estudiantes de nutrición. Prueba piloto.

Vázquez MB, Bryczek LE, Giménez JY, Guzelj MN, Sierra VY

Escuela de Nutrición - Universidad de Buenos Aires

Contacto: mbvazquez@fmed.uba.ar

Introducción: La transferencia de sensaciones es el fenómeno donde ciertos atributos sensoriales percibidos en un producto, a través de uno o más de los sentidos, pueden influir en la percepción que se tiene respecto de otros atributos del producto. Los atributos de la vajilla pueden transferirse a los alimentos y bebidas que se consumen.

Objetivos: Analizar cómo afecta el color del tazón y material de la cuchara en diferentes atributos de un producto alimenticio.

Materiales y Método: Estudio experimental. Diseño factorial de 2x2. Los factores fueron: color del tazón y material de la cuchara. Los niveles del factor tazón y cuchara fueron blanco/azul y plástico/ace-

ro inoxidable respectivamente. Se hizo una prueba sensorial de aceptabilidad de una sopa instantánea deshidratada *Knorr Quick vitalie* reducida un 40% en sodio a 30 estudiantes de la UBA. Las variables analizadas: apariencia, olor, sabor, calidad de la preparación y placer producido (se midieron en escala de 1 a 10 puntos). Se usó el análisis de varianza (ANOVA) para el análisis de datos. Se aplicó un cuestionario para indicar la preferencia de las cucharas.

Resultados: Para apariencia, olor y sabor los valores promedios tuvieron muy buena aceptación; no se hallaron diferencias significativas para la interacción de las variables independientes y efectos principales. Para calidad y placer se obtuvieron buenos puntajes de aceptabilidad; sólo para el efecto principal tazón se hallaron diferencias significativas, obteniendo puntajes más elevados el de color blanco. La cuchara de plástico es elegida por considerarla más higiénica y la cuchara de acero inoxidable por mejor apariencia visual, mejor percepción del material en la boca y ser la usada cotidianamente.

Conclusión: Todos los atributos tuvieron muy buena aceptación. Existen correspondencias crossmodales desde el color del tazón hacia la calidad y el placer del producto estudiado, siendo el color blanco el mejor puntuado.

Palabras clave: vajilla, color, material, aceptabilidad, alimento

Relación entre la Ingesta de Proteínas y el estado de la Reserva Proteica en estudiantes de Nutrición de la Universidad de Buenos Aires. Resultados preliminares.

Witriw, AM, Elorriaga N, Levy L, Romero I, Ferrari MA, Figueroa, GC, Molina, SC, Castro Citera PA, White C.

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Medicina, Carrera de Nutrición

Contacto: sabrinacmolina@hotmail.com

Fundamento: Estudios previos mostraron una alta frecuencia de reserva proteica (RP) dismi-

nuidas aún en presencia de ingestas adecuadas de proteínas según las Ingestas Dietéticas de Referencia.

Objetivo: Describir la ingesta de proteínas ajustada por energía (E) y masa esquelética (ME) en estudiantes y determinar si existe relación entre dicha ingesta y el estado de la RP.

Materiales y método: Fueron evaluadas 19 alumnas del 4° año de la carrera mediante el método de fraccionamiento antropométrico propuesto por Drinkwater y modificado por Basaluzzo. La ingesta alimentaria se estimó mediante registro alimentario (3 días no consecutivos). Se utilizó la composición química del programa SARA.

Resultados: Edad 27 ± 9 años; Masa Muscular (MM) 20.2 ± 2.2 kg; ME 9.4 ± 1.4 kg. A partir de la relación entre MM y ME, 9 alumnas presentaron RP normal y 10 RP disminuida. Ingesta de E: 2014 ± 570 Kcal; Ingesta de Proteínas ajustadas por energía (Método de Willett): 90.7 ± 13.9 gr. Al considerar la ME, se observaron ingestas entre 6,6 y 14,4 gramos de proteínas/kg/ME. Dicha ingesta fue menor en las alumnas con RP disminuida: 8.9 ± 1.9 g/kg/ME versus $11,0\pm 2.2$ g/kg/ME ($p=0.04$). Además, se observó una diferencia significativa entre las ME de ambos grupos: $10,1\pm 1,3$ kg entre las que tenían la RP disminuida y $8,7\pm 1,3$ kg entre las que tenían la RP normal ($p=0.033$). Esto sugiere la relación entre la masa muscular y el tamaño del esqueleto y por ende la dificultad de mantener la RP normal con esqueletos más grandes. A partir de la regresión lineal se destaca que por cada gramo de aumento de proteínas por Kg. de ME, la RP aumentó en promedio 0.063 unidades ($p=0.004$).

Conclusiones: Estos resultados preliminares, refuerzan la hipótesis que las recomendaciones de proteínas deberían incluir en su cálculo el tamaño del esqueleto. Se sugieren posteriores estudios que consideren individuos de ambos sexos, mayor rango etario y grado de actividad física, entre otros.

Palabras Clave: ingesta de proteínas, masa esquelética, reserva proteica, recomendaciones de proteínas.