



VALORACIÓN DEL

ESTADO NUTRICIONAL EN ESCOLARES

PROYECTO PIUREC - FLORIDA | Proyecto PIUREC, Grupo de trabajo permanente interinstitucional. Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular (CHSCV)

Koncke F, Acosta V, Gambetta JC, Bachmann R, Sandoya E, Delbono M, Skapino E, Prats O, Brescia A, Giordano MJ, Tejera J

El "Proyecto de Intervención Integrada en Uruguay, para la Reducción de la Enfermedad Cardiovascular" (PIUREC) se desarrolla en la ciudad de Florida, Uruguay. Su objetivo es mejorar la salud de la población, mediante la reducción de la morbilidad cardiovascular, a través de un programa coordinado de intervención integrada de prevención y promoción de la salud.

El Proyecto, que tendrá una duración inicial de cinco años, consta de dos etapas: la primera de evaluación de la población objetivo y la segunda de intervención. Posteriormente se realizará una evaluación del impacto de estas intervenciones. La etapa de evaluación y diagnóstico se inició con escolares de 4º año de cuatro escuelas públicas. El presente trabajo descriptivo, de corte transversal, presenta datos preliminares sobre los cuales se basarán las primeras actividades de intervención.

objetivo

Presentar datos del estado nutricional y algunas características de la alimentación de los escolares previo al programa de intervención.

materiales y métodos

Se trata de un estudio descriptivo de corte transversal. La metodología para relevar la información seleccionada fue el censo a todos los niños de cuarto año de las Escuelas Públicas N° 8, 33, 64 y 108 que asistieron a clase el día que se realizó el estudio.

Se elaboró un cuestionario precodificado y validado para investigar aspectos sobre nutrición, actividad física y tabaquismo. Se tomaron medidas antropométricas (peso, talla y circunferencia abdominal) y se determinó el estado nutricional a través del Índice de Masa Corporal (IMC) (1) y la circunferencia de la cintura (CC) (2). Los niños completaron un cuestionario autoadministrado, respondiendo entre otros temas sobre el consumo de alimentos realizado el día anterior (día que no concurren al comedor escolar). Finalizado el mismo los niños fueron pesados, tallados y medidos por técnicos capacitados con equipos debidamente certificados. Los datos fueron ingresados, procesados y analizados con Epi Info v.W2003.

resultados

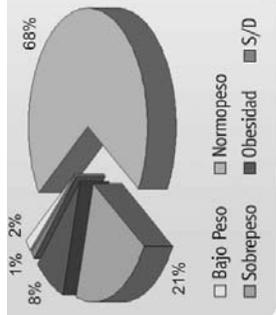
Respondieron al cuestionario 173 niños, 77 niñas (45%) y 96 niños (55%), cuya mediana de edad fue de 9,7 años (0,7 (rango 8,5 a 12,5)).

De la **Valoración nutricional** se destaca que 28,9% de los niños presenta sobrepeso (IMC>P85) u obesidad (IMC>P95), 20,8% y 8,1% respectivamente, sin encontrarse diferencias significativas entre niñas y niños; 5,9% de los niños presentó una CC mayor al P90, siendo mayor en niñas (4,1%) que en niños (1,8%).

Valoración del Estado Nutricional IMC

Hábitos alimentarios: se destaca que 35% de los niños no realizó las **4 comidas principales**, siendo la comida más omitida la merienda (15,9%) y en segundo lugar la cena (13,3%). 10,5% de los niños no desayunó el día anterior. 5,2% de los niños manifestó haber repetido el plato en almuerzo y en cena, mientras que 25% repitió una de estas comidas.



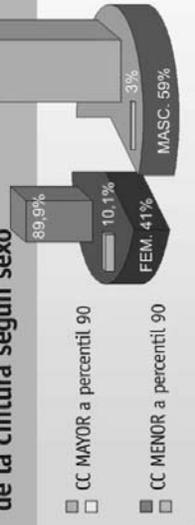


Respecto al consumo de frutas y verduras, 20% de los niños no consumió ningún alimento de este grupo el día anterior. Dentro de este grupo de alimentos, el mayor consumo corresponde a frutas: 75.1% consumió al menos una porción el día anterior. En relación al consumo de vegetales: 63% de los niños no consumió ninguna porción ese día. 5% de los niños incluyó en su alimentación las 5 porciones que se recomiendan diariamente.

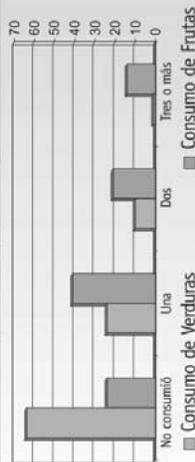
En relación al consumo de lácteos, se destaca que 41% de los niños consumió menos porciones de leche o yogur de lo recomendado para su edad, mientras que 58.4% cubrió las recomendaciones para estos alimentos. 53% tampoco consumió queso.

En relación a los alimentos de consumo habitual en la merienda escolar, 69% de los niños prefiere snacks, bizcochos o similares, o bebidas azucaradas, mientras 31% ingiere yogures o frutas. Más de la mitad de los niños (57.3%) consumió más de un alimento rico en grasa trans, y uno de cada tres (37%) consumió más de dos porciones de grasas saturadas.

Evaluación de la circunferencia de la cintura según sexo



Consumo de Verduras y Frutas (número de porciones)



Conclusiones

La prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población estudiada, es similar a otros estudios nacionales (3).

La mayoría de los niños encuestados no consumió el número de porciones de frutas y verduras recomendadas (4), sin embargo el consumo de grasas trans es superior a lo recomendado en más de la mitad de los niños.

Los alimentos preferidos en la merienda escolar fueron de una densidad energética elevada, proveniente fundamentalmente de grasas saturadas, grasas trans y azúcares refinados.

Las conductas alimentarias antes descritas representan un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.

Investigar los hábitos y los conocimientos alimentarios de una población es fundamental para el desarrollo de programas de intervención con el objetivo de controlar factores de riesgo cardiovascular.

El desarrollo de actividades que promuevan cambios progresivos y permanentes en los hábitos alimentarios de estos niños es imprescindible y debe involucrar a toda la comunidad.

REFERENCIAS

- (1) Developed by the National Center for Health Statistics in collaboration with the National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (2000). <http://cdc.gov/growthcharts>
- (2) Consenso sobre factores de riesgo en enfermedad cardiovascular en pediatría, Obesidad. Arch. argent. pediatr. 2005;103 (3):262
- (3) Pisabarro R., Recalde A., Irazábal E., Chaffare Y., ENSO niños 1: Primera encuesta nacional, de sobrepeso y obesidad en niños uruguayos. Rev. Med Uruguay 2002; 18: 244-250
- (4) Gidding S. S., et al., Dietary Recommendations for Children and Adolescents: A Guide for Practitioners. American Heart Association, Pediatrics 2006;544-559