

# Simultaneidad de factores de riesgo que influyen en el estrés oxidativos

**B. Barrionuevo, L. Sánchez, S. Milone, S. Cadelago, J. Magrini Vilches, C. Llaver, M. Carrizo y G. Giménez**

Facultad de Ciencias de la Nutrición, Universidad Juan Agustín Maza  
nutricionbelen@yahoo.com.ar

## Introducción

El test psicológico State -Trait Anxiety Inventory (STAI) determina ansiedad-estado o condición emocional transitoria del sujeto, que se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión. Puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad. En cambio, la ansiedad-rasgo señala una relativamente estable propensión ansiosa por la que difieren los sujetos en su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su estado de ansiedad. Generalmente, una persona ansiosa tiene mayor propensión a padecer estrés oxidativo, un estado de la célula en el cual se encuentra alterado el balance entre pro oxidantes y antioxidantes. Por otra parte, numerosos estudios revelan la relación del aumento de la grasa corporal con el riesgo de estrés oxidativo, ya que el incremento en el número y el tamaño de los adipocitos genera células inflamatorias. Asimismo, se conocen los beneficios que originan valores elevados de lipoproteínas de alta densidad (HDL, del inglés High Density Lipoprotein) para evitar enfermedades cardiovasculares.

## Objetivo

Definir el porcentaje de personas que presentan cinco factores de riesgo, en forma simultánea, determinantes de estrés oxidativo, como sobrepeso-obesidad, valores de HDL disminuidos, aumento de la grasa corporal, bajo consumo de vitamina E y estado psicológico de ansiedad.

## Metodología

Fueron evaluadas 65 personas mayores de 18 años, a las cuales se les realizaron análisis bioquímicos, estudios antropométricos y encuestas de consumo, tomando como base de datos las tablas de Argenfood. Se consideró el consumo de vitamina E, micronutriente conocido por sus propiedades antioxidantes. Esto fue complementado con encuestas psicológicas para determinar test de ansiedad-estado/ansiedad-rasgo. Usando el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) o Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales, se relacionaron los diferentes datos obtenidos.

## Resultados

De la comparación de los diferentes valores obtenidos se observó que el 13% de los encuestados presentaban un rasgo de ansiedad alto y el 16%, medio alto; el 58% arrojaba valores de HDL inferiores a los recomendados, el 19% evidenciaba sobrepeso u obesidad y el 46% mostraba altos valores de grasa corporal. Además, el 98% de la población en estudio no cubría el requerimiento diario de vitamina E. Es interesante destacar que, del total de encuestados que presentaban alta grasa corporal, el 66% tenía un IMC normal y sólo el 33% de ese grupo padecía sobrepeso u obesidad.

## Conclusión

Del grupo bajo estudio, el 19% cumplía al mismo tiempo con los cinco factores de riesgo: sobrepeso-obesidad, HDL bajo, altos valores de grasa corporal, personalidad ansiosa y una muy baja ingesta de vitamina E. Así, se caracterizó como el conjunto de personas con más riesgo de padecer estrés oxidativo.