

CONVOCATORIA 2018 Vigencia: 1/12/17 al 1/03/18	PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO
Título: HÁBITOS NUTRICIONALES DE LOS ESCOLARES. ¿QUÉ COMEN NUESTROS NIÑOS CUANDO ESTÁN FUERA DE CASA? II	
Directora de Proyecto: María Cecilia Llaver	
Dirección de correo electrónico: cllaver@umaza.edu.ar	
Integrantes del Equipo de Investigación: Pablo Mezzatesta – Investigador Jésica Liliana Díaz – Investigadora	
Carrera/s UMaza a la/s que está asociado el Proyecto: Carrera de Nutrición	

- **DESARROLLO DEL PROYECTO**

RESUMEN

La importancia de este proyecto se sustenta en lo siguiente: conocer la alimentación de nuestros niños servirá para prevenir enfermedades crónicas no trasmisibles (ECNT) en edad adulta. Según el Ministerio de Salud de la Provincia, el sobrepeso y obesidad de niños y adolescentes ascendió en 2017 al 34%, cifra muy alarmante si se considera que mucho de ellos ya padecen colesterolemia, hipertensión, entre otras patologías. Esto ha llevado a expertos en salud a predecir que de continuar esto así, ellos vivirán menos que sus progenitores. Otro tema de igual importancia, es saber que comen los niños fuera de casa. La

llamada "comida chatarra", los excesos de dulces y el sedentarismo, son las principales causas de obesidad. Por otro lado, coexiste una franja de niños desnutridos, algo impensado para una provincia como esta, productora de alimentos. Es fundamental intervenir en la alimentación que están recibiendo nuestros escolares, y realizar campañas al respecto.

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Objetivo general:

Determinar hábitos alimentarios en niños de edad escolar, y relacionarlos con incidencia de sobrepeso /obesidad.

Objetivos específicos:

- Determinar el consumo de macronutrientes, micronutrientes y antioxidantes, a través de encuestas de consumo en escolares del Gran Mendoza.
- Detectar, a través de encuesta de estilo de vida, hábitos poco saludables tales como sedentarismo, consumo de bebidas azucaradas en exceso, entre otros.
- Determinar desnutrición, sobrepeso y obesidad.

El tipo de estudio es: observacional, descriptivo y correlacional.

Muestra: Se elegirán al azar, y que sus padres permitan que participen del proyecto, a 100 escolares del gran Mendoza, se los estratificará por edad, sexo y nivel socioeconómico, se tratará de lograr muestras con igual cantidad de niños y niñas para cada franja etaria. Se determinará bajo peso, sobrepeso y obesidad y se los relacionará con consumo de bebidas azucaradas, comidas rápidas, etc. y estilos de vida como realización de ejercicio físico, entre otros ítems Para la participación firmaran un consentimiento informado, aprobado por el Comité de Ética de la Universidad, en el cual se les aclara los estudios que se le realizaran, de que se trata el proyecto y la confidencialidad de sus datos (se adjunta un modelo que será enviado al Comité de Ética). Para lograr la muestra propuesta se realizarán encuestas en Establecimientos Escolares que la Facultad de Nutrición ya posee contactos.

A los participantes se les realizará los siguientes estudios:

a) Antropométricos

Se determinará peso con balanza adecuada, altura con tallímetro. Circunferencia de cintura con cinta métrica. Y se los relacionará con gráficos de crecimiento. Equipamiento perteneciente a la Facultad de Nutrición.

b) Encuesta nutricional: registro de preferencia de consumo mensual de alimentos. Para ello se ha diseñado un programa de Excel para cálculo de macronutrientes (proteínas, lípidos e hidratos de carbono), micronutrientes (vitaminas, y minerales) y antioxidantes que se consideren de interés. Las tablas que se usan como base de cálculo son de laboratorios reconocidos (Argenfood) o de resultados propios, especialmente en alimentos regionales.

c) Encuestas de estilo de vida: esta encuesta incluye hábitos tales como ingesta de bebidas azucaradas, dulces, "comida chatarra", horas de sueño, actividad física y nivel de intensidad de la misma, entre otro.

e) Análisis de resultados: Una vez obtenidos todos los datos se relacionarán estadísticamente, usando el programa estadístico SPSS® a fin de poder contestar la hipótesis planteada. Los resultados serán devueltos a los padres de los chicos participantes, con la correspondiente recomendación nutricional, como así también transferidos al sector salud, a través de publicaciones científicas.

RESULTADOS ESPERADOS

Este proyecto es la continuación del que se está trabajando actualmente. Se espera poder relacionar ingesta de nutrientes, con datos antropométricos y estilo de vida a fin de relacionarlos con prevalencia de sobrepeso y obesidad. De cada participante se obtienen 60 datos, que posibilita relacionar múltiples variables asociadas a sedentarismo y obesidad. Hasta el momento se han evaluado 27 niños de los cuales el 41% presenta un IMC elevado y un 76% es sedentario. Los valores antropométricos presentan elevado: peso, perímetro de brazo, pliegue tricípital y subescapular y circunferencia de cintura. Los macro y micronutrientes se observa un consumo en exceso de: energía, hidratos de carbono, azúcar, proteínas, grasas saturadas, omega 6 (relación omega 6 /omega 3 elevada), colesterol y sodio. Aporte deficitario de: agua, fibra, omega 3, fitoesteroles, B9, Vitaminas A-C-D-K,

Carotenos, licopeno, Calcio y Potasio. Así mismo es importante destacar que niños con IMC normal presentan cifras elevadas como: peso 9%; perímetro de brazo 9%; pliegue tricípital 54%; subescapular 18% y circunferencia de cintura 9%. Los hábitos nutricionales siguen patrones similares de excesos y déficit de macro y micronutrientes lo que supone una tendencia hacia el sobrepeso.

Con este estudio se pretende retomar el tema de "kiosco saludable" y "merienda saludable" a fin de elevar propuestas con respaldo científico para mejorar la salud de nuestros niños.

Poder continuar con una segunda etapa de la investigación, permitirá ampliar la población de estudio y aportar más datos que mejoren el conocimiento acerca del rol de los alimentos en los procesos inflamatorios de bajo grado.