

Resumen N°27 | Nutrición y Salud

Aporte energético de las bebidas azucaradas en la alimentación de escolares de la ciudad de Córdoba 2016-2017

Romero Asís, M.; Grande, M. C.; Román, M. D.
Escuela de Nutrición Facultad de Ciencias
Médicas Universidad Nacional de Córdoba

Contacto: meli.cba.1392@gmail.com

Palabras claves: bebidas azucaradas, aporte energético, niños
escolares

Keywords: sugary drinks, energy intake, school children

Objetivo

Analizar el valor energético aportado por bebidas azucaradas (BA) consumidas por niños/as de 9 a 12 años de escuelas públicas y privadas de la ciudad de Córdoba en el periodo 2016-2017, según sexo y estado nutricional.

Metodología

Estudio observacional, descriptivo y transversal en escolares de 4° a 6° grado de escuelas primarias de la ciudad de Córdoba (n=311). Se aplicó un cuestionario de alimentación validado y autoadministrado dentro del aula con guía de personal experto. La aplicación se realizó tres veces en el año y se promediaron las mediciones para conocer el consumo promedio diario de BA (cc/día), el valor energético aportado (kcal/día) y la proporción del valor energético total de la dieta (VET) que es cubierta por este aporte calórico; se establecieron tres categorías de acuerdo al (<5% del VET; 5-10% del VET; >10% del VET). Se analizaron las diferencias en el consumo según sexo y estado nutricional (IMC/edad, OMS 2007) mediante el Test T para proporciones ($\alpha=0,05$).

Resultados

El 97% de los escolares encuestados consumió BA; la media de consumo fue de 539,16 ml (DE 331,78 ml). No se observaron diferencias significativas en la ingesta según sexo ni estado nutricional ($p>0,05$). Las BA consumidas aportaron en promedio 210,24 kcal/día (DE 129,39 kcal/día) lo que representa el 8,6% del VET. Se observó una mayor proporción de niños/as con normopeso en la primera categoría de consumo de BA (<5% del VET) con respecto a los escolares con obesidad (29,14% vs 11,86 %) ($p=0,0145$). La segunda categoría (5-10% del VET) acumuló una mayor proporción de escolares con obesidad (52,54% vs 36,42%) ($p=0,0478$).

Conclusión

Las BA se encuentran presentes en la alimentación diaria de casi la totalidad de los escolares aportando calorías vacías. Asimismo, su consumo supera la recomendación diaria de azúcares simples (>5% del VET). Por otro lado, las diferencias observadas según el estado nutricional evidencian la necesidad de planificar abordajes alimentario-nutricionales dirigidos a reducir su consumo en la población infantil lo que contribuirá a la prevención de la obesidad y del desarrollo de enfermedades crónicas en etapas posteriores de la vida.