

## Cartas científicas

# Estado nutricional y calidad de la dieta en un grupo de bailarinas en edad escolar

M. Arroyo, L. Serrano, L. Ansotegui y A. M. Rocandio

Dpto. Nutrición y Bromatología. Facultad de Farmacia. Universidad del País Vasco (UPV/EHU). España.

Teniendo en cuenta la escasez de literatura sobre el estado nutricional y la alimentación de bailarinas de ballet clásico, en el presente estudio nos planteamos: a) evaluar el estado nutricional de un grupo de bailarinas; b) analizar su patrón de dieta mediante un índice de calidad de dieta (ICD), y c) estudiar la relación entre dicho índice y ciertos hábitos dietéticos y la actividad física.

La muestra estuvo formada por 33 bailarinas con edades comprendidas entre los 8 y 12 años ( $9,6 \pm 1,5$ ). Previo a la toma de datos, se obtuvo el consentimiento informado de los padres. El estado nutricional se evaluó mediante antropometría (peso, talla, perímetro medio del brazo y pliegues adiposo-cutáneos) y los resultados se interpretaron con las curvas de crecimiento de la Fundación Orbegozo<sup>1,2</sup>.

Para valorar la ingesta dietética se utilizó un cuestionario de frecuencias de consumo de alimentos adaptado y validado frente a cuestionarios de 24 horas. Con estos datos se estimó un índice de calidad de la dieta (ICD) con una puntuación entre 0 y 60 puntos. Se adaptaron los criterios de Bowman y cols.<sup>3</sup> y se definió la calidad de la dieta como “buena” ( $ICD \geq 49$ ), “necesita mejorar” ( $ICD 31-28$ ), y “pobre” ( $ICD \leq 31$ ). El análisis estadístico se llevó a cabo con el programa SPSS *vs* 14.0. El nivel de significación estadística que se empleó en todos los casos fue de  $P < 0,05$ .

La prevalencia de bajo-peso fue del 9,1%, no registrándose ningún caso de sobrepeso u obesidad. La puntuación media obtenida para el ICD ( $38,7 \pm 6,2$ ), fue inferior al valor a partir del cual la calidad de la dieta se define como “buena”. En el 93,9% de la muestra la dieta se clasificó como “necesita mejorar”, en el 3% como “buena” y en el 3% como “pobre”. Otros autores también registraron un elevado porcentaje de sujetos

cuya calidad de dieta no se consideró “buena”<sup>4,5</sup>. Las bajas puntuaciones en el ICD se relacionaron con mayor consumo de snacks, con más horas de televisión y con menos horas de actividad física moderada. Pero dichas asociaciones no fueron significativas.

En base a los resultados obtenidos se concluye que el estado nutricional del grupo de bailarinas estudiado fue adecuado, aunque los resultados de IMC se encontraban por debajo de la media para su edad y su dieta “necesita mejorar”. El pequeño tamaño de la muestra compromete la validez de estos resultados, por lo que en el futuro se ampliará.

## Referencias

1. Sobradillo B, Aguirre A, Aresti U, Bilbao A, Fernández-Ramos C, Lizárraga A y cols. Curvas y Tablas de crecimiento (estudios longitudinal y transversal). Instituto de Investigación sobre crecimiento y desarrollo. Fundación Faustino Orbegozo Eizaguirre. Bilbao, 2004.
2. Sobradillo B, Aguirre A, Aresti U, Bilbao A, Fernández-Ramos C, Lizárraga A y cols. Instituto de investigación sobre Crecimiento y Desarrollo. Curvas y tablas de crecimiento (Estudios longitudinal y transversal) Fundación Faustino Orbegozo Eizaguirre. Bilbao, 1998.
3. Bowman SA, Lino M, Gerrior SA, Basiotis PP. The Healthy Eating Index: 1994-96. US Department of Agriculture, Center for Nutrition Policy and Promotion. 1998. LNPP-5.
4. Kranz S, Findeis JL, Shrestha SS. Use of the Revised Children's Diet Quality Index to assess preschooler's diet quality, its socio-demographic predictors, and its association with body weight status. *J Pediatr* (Rio J). 2008; 84:26-34.
5. Serra-Majem L, Ribas L, Ngo J, Ortega RM, García A, Pérez-Rodrigo C y cols. Food, youth and the Mediterranean diet in Spain. Development of KIDMED, Mediterranean Diet Quality Index in children and adolescents. *Public Health Nutrition* 2004; 7:931-935.

---

**Correspondencia:** Marta Arroyo Izaga.  
Dpto. Nutrición y Bromatología.  
Facultad de Farmacia.  
Universidad del País Vasco (UPV/EHU).  
Paseo de la Universidad, 7.  
01006 Vitoria (Álava).  
E-mail: marta.arroyo@ehu.es

Recibido: 25-VI-2008.  
Aceptado: 2-IX-2008.