

RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE ULTRAPROCESADOS Y LA GANANCIA DE PESO DE MUJERES EMBARAZADAS USUARIAS DE UN HOSPITAL DE MONTEVIDEO

Blanco Gómez M.C, Chonichesky Pomerantz A, Llavayol Alvariño V, Muñoz Glausiuss A, Tomeo Lussich L.

Tutora: Lucía Pienovi¹

¹Universidad Católica del Uruguay, Instituto de Bienestar y Salud. lucia.pienovi@ucu.edu.uy



INTRODUCCIÓN

Se ha descrito una fuerte asociación entre la ganancia de peso gestacional excesiva y consecuencias negativas tanto para la madre como para la descendencia(1). En 2016, el Ministerio de Salud Pública de Uruguay describió el peso corporal excesivo como uno de los principales problemas nutricionales de las embarazadas (2). Asimismo, la alimentación y nutrición cumplen un rol determinante en la ganancia de peso gestacional, estando los patrones alimentarios occidentales asociados con riesgos mayores de ganancia excesiva de peso gestacional (3). Si bien diferentes estudios sugieren una relación entre un elevado consumo de productos ultraprocesados (PUP) y el aumento de peso gestacional, otros no obtienen los mismos resultados por lo que la información aún no es concluyente (4).

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio de tipo transversal unicéntrico. La muestra se compuso por 42 mujeres embarazadas usuarias del Hospital de las Fuerzas Armadas de entre 20 y 45 años de edad y cursando el segundo o tercer trimestre de gestación.

El reclutamiento se llevó a cabo en la sala 7 del Hospital en el mes de agosto del año 2022.

Se realizó una entrevista donde se consultaron datos no alimentarios y un Cuestionario de Frecuencia de Consumo de Alimentos (CFCA) cualitativo.

Los pesos pregestacional y gestacional y la talla se obtuvieron del carné de salud de la embarazada y el estado nutricional y la ganancia de peso gestacional se valoraron de acuerdo a la semana de gestación, con la pauta del Ministerio de Salud chileno.

Para el CFCA, se definieron 18 categorías de alimentos o grupos de alimentos, que se clasificaron en "ultraprocesados (PUP)" o "no ultraprocesados (noPUP)". El grupo de alimentos PUP se conformó por fiambres, panchos y embutidos, yogures saborizados, postres lácteos y leche chocolatada, galletas, alfajores comprados, chocolates y golosinas, productos de panadería, purés, caldos y sopas instantáneos, papas chip y chicitos, refrescos, aguas saborizadas, jugos envasados y polvos para preparar jugos, comidas congeladas; y el

noPUP por carnes de vaca, pollo y cerdo, pescado, huevo, leche y quesos, frutas, verduras, papa, boniato, fideos, arroz y polenta, lentejas, garbanzos y porotos, agua, pan.

Para analizar la alimentación, se clasificó el consumo de PUP en PUP Sí cuando la participante consumía al menos un mismo grupo o producto ultraprocesado más de tres veces por semana y PUP No cuando no. Luego se combinó este dato con la cantidad de grupos o alimentos noPUP consumidos a diario ("0-5 noPUP" o "6-10 noPUP"), obteniendo así los 4 categorías de dieta:

- PUP No +6-10 noPUP
- PUP No +0-5 noPUP
- PUP Sí +6-10 noPUP
- PUP Sí +0-5 noPUP

La relación entre el consumo de PUP y la ganancia de peso gestacional, y de la dieta y la ganancia de peso gestacional se analizaron con el Test de Chi Cuadrado y Fisher respectivamente, con un intervalo de confianza del 95%.

Finalmente, se analizaron los intervalos de confianza para la valoración de la ganancia de peso gestacional y la dieta.

RESULTADOS

Casi el 60% de las embarazadas tuvo una ganancia de peso excesiva y un 67% tenía sobrepeso u obesidad. Los datos sobre alimentación se detallan en la Tabla 1. La mayoría de las mujeres consumió al menos un mismo grupo o alimento "PUP" con una frecuencia semanal mayor a 3 veces por semana. Además, el 67% consume entre 0 y 5 grupos o alimentos "noPUP" y el 33% consume entre 6 y 10 alimentos o grupos de la misma categoría. En cuanto a las dietas, la mitad exacta correspondió a la categoría menos saludable, seguida por la segunda menos saludable (28%) y luego por la siguiente (17%). Solamente el 5% correspondió con la categoría más saludable (PUP No+6-10 noPUP).

En la tabla 2 se presentan las categorías de dieta y consumo de PUP de acuerdo a la valoración de la ganancia de peso gestacional. No se encontró asociación significativa entre el consumo de productos ultraprocesados y la ganancia de peso gestacional para el test de Chi Cuadrado ($p=0.664$), ni entre la ganancia de peso gestacional y la dieta para el Test de Fisher ($p=0.448$). Sin embargo, existe una diferencia significativa entre la prevalencia de ganancia de peso adecuada y excesiva para el caso de la dieta "PUP Sí + 6-10 noPUP", concluyendo así que a pesar de consumir la categoría máxima de alimentos saludables, un elevado consumo de productos ultraprocesados se asocia a una ganancia de peso gestacional excesiva.

TABLA 1. CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN (N= 42)

Consumo de Productos Ultraprocesados*		
PUP Sí	33	79
PUP No	9	21
¿Cuántos noPUP** consume a diario?		
0-5	28	67
6-10	14	33
Dieta		
PUP No + 6-10 noPUP	2	5
PUP No + 0-5 noPUP	7	17
PUP Sí + 6-10 noPUP	12	28
PUP Sí + 0-5 noPUP	21	50

EL 57% TUVO UNA GANANCIA DE PESO EXCESIVA

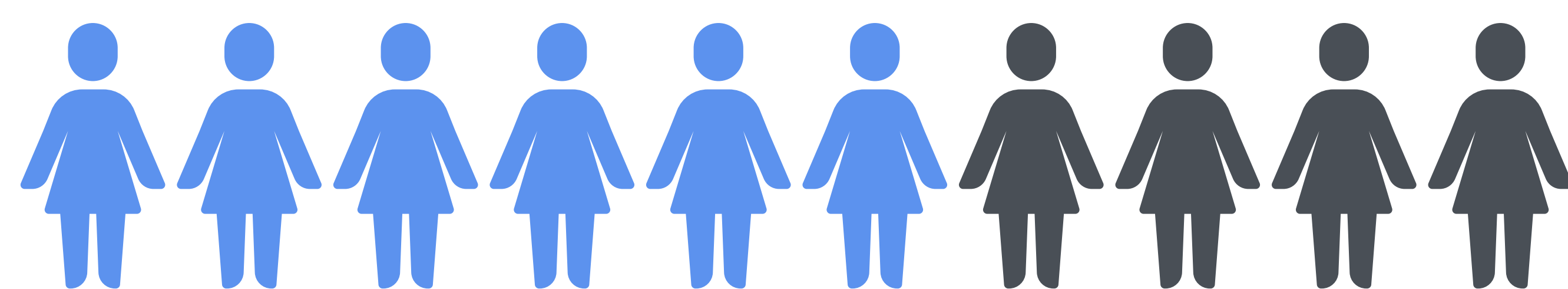


TABLA 2: CATEGORÍAS DE GANANCIA DE PESO GESTACIONAL SEGÚN CONSUMO DE PUP Y DIETA (N= 42)

Valoración GPG*	Consumo de Productos Ultraprocesados	PUP Sí		PUP No		Dieta	PUP No + 6-10 noPUP		PUP No + 0-5 noPUP		PUP Sí + 6-10 noPUP		PUP Sí + 0-5 noPUP	
		n	% (IC)	n	% (IC)		n	% (IC)	n	% (IC)	n	% (IC)	n	% (IC)
Insuficiente		7	21 (7-37)	3	33 (5-72)		1	50 (9-90)	2	29 (16-73)	1	8(10-27)	6	28(8-52)
Adecuada		6	18 (5-32)	2	22 (12-56)		0	0 (0-0)	2	29 (16-73)	1	8(10-27)	5	24(5-45)
Excesiva		20	61 (42-77)	4	45 (4-85)		1	50 (9-90)	3	42 (6-92)	10	84(55-95)	10	48(23-67)
Total		33	100	9	100		2	100	7	100	12	100	21	100
p	0.664**					0.448***								

*GANANCIA DE PESO GESTACIONAL, **TEST CHI CUADRADO, ***TEST DE FISHER

CONCLUSIONES

No se encontró asociación significativa entre el consumo de productos ultraprocesados y la ganancia de peso gestacional. Pero sí una diferencia significativa entre la ganancia de peso excesiva y adecuada en la dieta "PUP Sí + 6-10 noPUP".

REFERENCIAS

- (1) Wei X, He JR, Lin Y, Lu M, Zhou Q, Li S, et al. The influence of maternal dietary patterns on gestational weight gain: A large prospective cohort study in China. *Nutrition*. 2019;59:90-95.
- (2) Moratorio X, Bandeira E, Bove I, Vodanovich V, Berri G, de León C. Diagnóstico de la situación alimentaria y nutricional. Ministerio de Salud; 2016. Disponible en: https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/sites/ministerio-salud-publica/files/documentos/publicaciones/MSP_Situacion%20alimentario%20y%20nutricional.pdf
- (3) Itani L, Radwan H, Hashim M, Hasan H, Obaid RS, Ghazal HA, et al. Dietary patterns and their associations with gestational weight gain in the United Arab Emirates: results from the MISC cohort. *Nutr J*. 2020;19(1):36.
- (4) Maugerí A, Barchitta M, Favara G, La Rosa MC, La Mastra C, Magnano San Lio R, et al. Maternal Dietary Patterns Are Associated with Pre-Pregnancy Body Mass Index and Gestational Weight Gain: Results from the "Mamma & Bambino" Cohort. *Nutrients*. 2019;11(6):1308.