

RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE CAFEÍNA E ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA, EN EL PERÍODO AGOSTO- OCTUBRE 2021

Romina Alonzo Biso
Tutora: Prof. Agdo. Paula Moliterno 1*

1 Departamento de Nutrición Clínica, Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay

* E-mail: p.moliterno@nutricion.edu.uy

Introducción

La cafeína es el compuesto psicoestimulante presente en varias bebidas de consumo habitual en Uruguay, como el café, té, la infusión de yerba mate, refrescos de variedad cola y bebidas energizantes.

La ingesta de cafeína se relaciona con la disminución de índice de masa corporal (IMC) y la pérdida de masa grasa.

Objetivo

Conocer la relación entre el consumo de cafeína proveniente de bebidas y el IMC en los estudiantes de la Universidad de la República del Uruguay, durante el período agosto- octubre 2021.

Metodología

Estudio descriptivo de corte transversal en 3372 estudiantes de ambos sexos (18-71 años).

Recopilación de datos : encuesta en línea, anónima y autoadministrada.

Instrumento de recolección de datos: frecuencia de consumo de las bebidas fuentes de cafeína. Se relevaron razones de consumo.

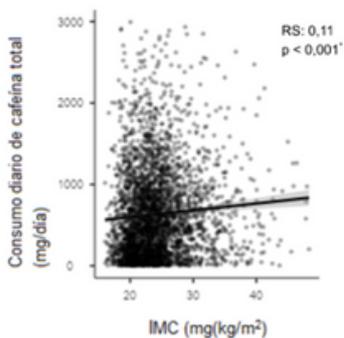
Se manejaron base de datos de composición química de alimentos EFSDA, USDA y productos locales.

Variables de estudios: Cualitativas (sexo, edad categorizada, estado nutricional) y cuantitativas (ingesta de cafeína total e IMC).

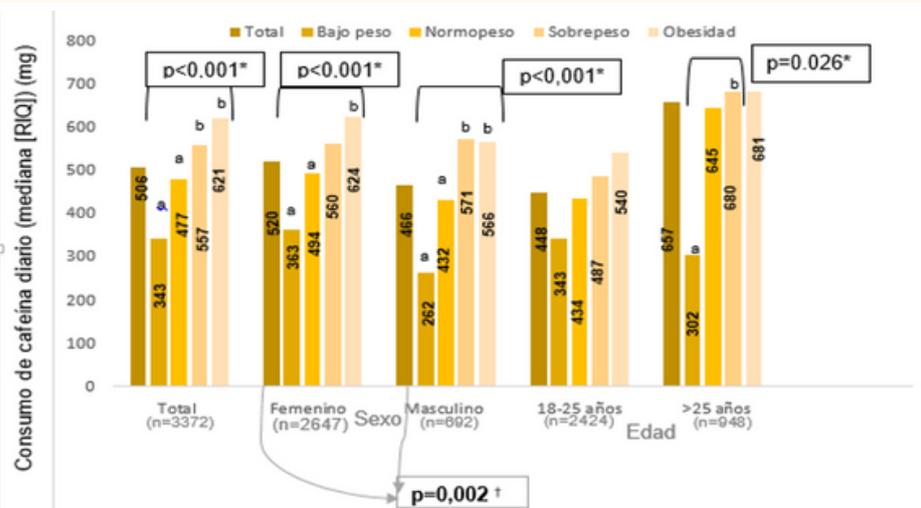
Se utilizaron pruebas no paramétricas con intervalo de confianza del 95% ($p < 0,05$).

Resultados

Figura 1. Relación entre la ingesta diaria de cafeína total y el IMC.

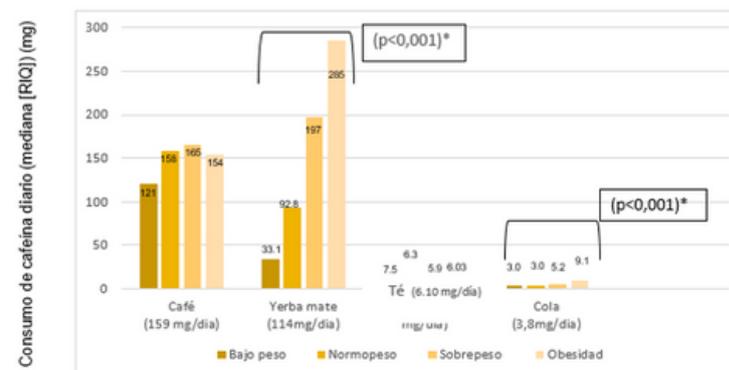


*Diferencia estadísticamente significativa para prueba de Correlación lineal de Spearman (RS).



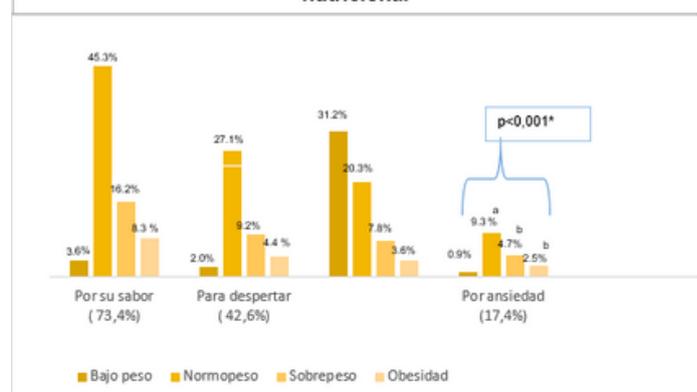
*Letras distintas muestran diferencias estadísticamente significativas (Prueba de Kruskal Wallis y comparación Post Hoc) †Diferencias estadísticamente.

Figura 3. Ingesta de cafeína diaria total y según categoría de estado nutricional, proveniente de las principales bebidas fuente del compuesto



*Letras distintas muestran diferencias estadísticamente significativas (Prueba de Kruskal Wallis y comparación Post Hoc)

Figura 4. Asociación entre razones de consumo y estado nutricional



*Letras superíndice distintas muestran diferencias estadísticamente significativas (Prueba Chi cuadrado con corrección Post Hoc Bonferroni)

Conclusión

En el presente estudio que investigó por primera vez, el consumo de cafeína y su relación con el IMC en estudiantes universitarios, se observó una correlación positiva entre el consumo de cafeína diaria y el índice de masa corporal.

Los participantes con exceso de peso, las mujeres y personas mayores de 25 años presentaron los mayores niveles de ingesta.