

INGESTA DE CALCIO Y ÁCIDOS GRASOS OMEGA 3 Y OMEGA 6 Y SU RELACIÓN CON LA TENSIÓN ARTERIAL E ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN MUJERES EMBARAZADAS

Chakiyian, Micaela - Camejo, Evelin - Fernández, Ana Inés - Hernández, Giannina - Hernández, Luciana - Iglesias, María Pía - Menéndez, Braulio

Tutoras: Prof. Dra. Marcela Guerendiain¹, Prof. Adj. Lic. Silvia Bentancor²

¹Área de Investigación; ²Unidad del Nivel Profesional

Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay.

E-mail: mguerendiain@nutricion.edu.uy

INTRODUCCIÓN

- La nutrición cumple un rol muy importante en el estado de salud durante el embarazo
- Niveles inadecuados de nutrientes, pueden traer consecuencias negativas.
- El aumento del consumo de calcio disminuye la tensión arterial y el tejido adiposo, produciendo así una variación en el IMC.
- En estudios se ha observado que a medida que los niveles de AG w-6 y la relación de AG w-6/w-3 aumentan, también lo hace el riesgo de obesidad. Mientras que en una dieta con alto contenido en AG w-3, este riesgo disminuye. Esta proporcionalidad entre ambos estaría modulando la tensión arterial y el IMC.

METODOLOGÍA

Estudio cuantitativo descriptivo transversal, que incluyó 24 embarazadas de 17 a 44 años, las cuales se atendían en la RAP de ASSE de Paysandú, Uruguay. Fueron evaluadas mediante mediciones antropométricas, la aplicación de recordatorios de 24 horas y la tensión arterial fue obtenida de las historias clínicas. Las variables en estudio fueron ingesta diaria de calcio, AG w-3 y AG w-6, IMC y tensión arterial.

OBJETIVO GENERAL

Analizar la ingesta de calcio, ácidos grasos omega 3 y omega 6 y su relación con la tensión arterial y el índice de masa corporal en embarazadas que cursan el segundo y tercer trimestre de gestación y se asisten en policlínicas de la Red de Atención Primaria de Paysandú.

RESULTADOS

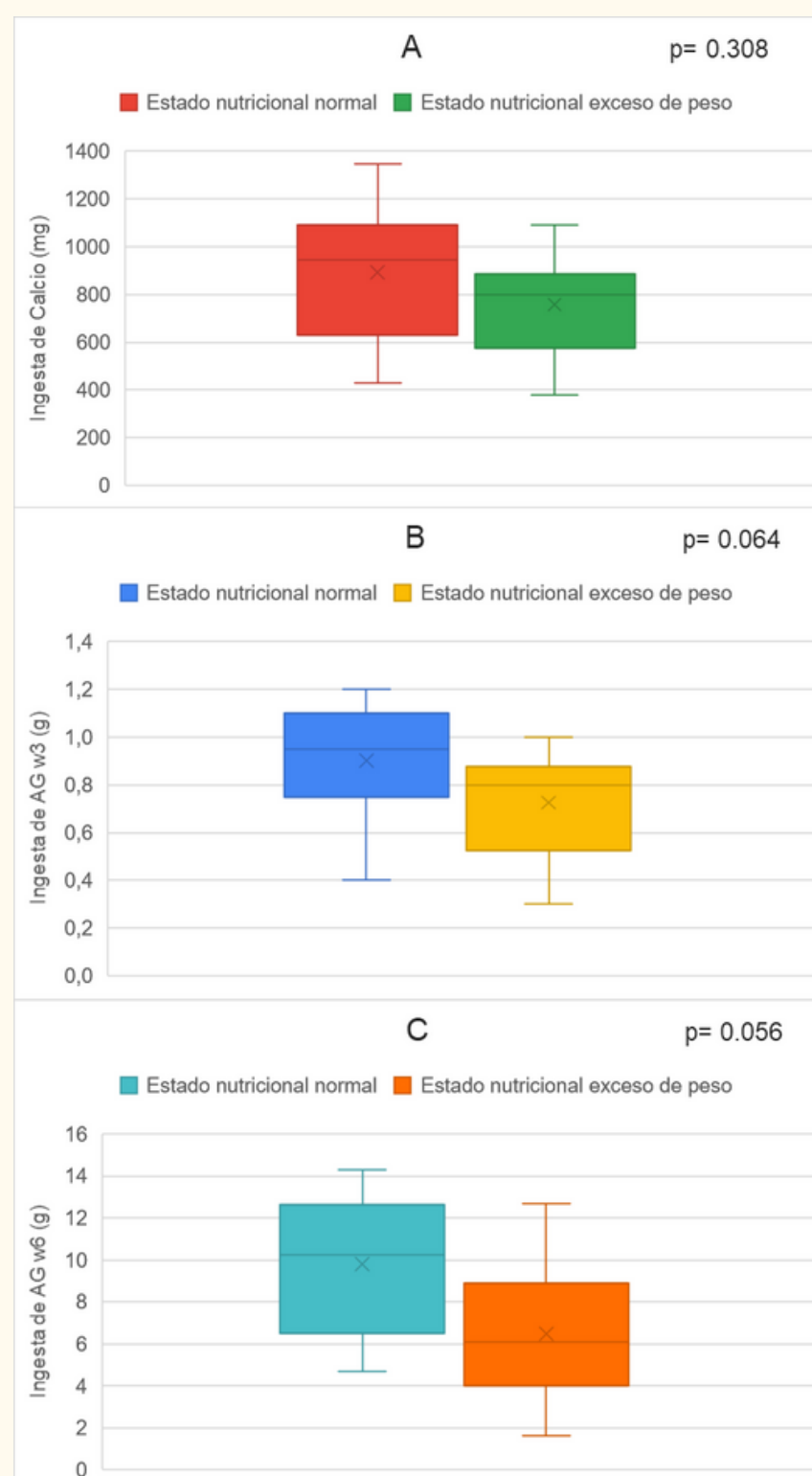
Caracterización de la población estudiada

Variables	Valores (n=24)
¹ Edad (años)	28,0 ± 5,0
¹ Edad gestacional (semanas)	22,0 ± 2,0
¹ Peso (kg)	72,0 ± 15,0
¹ Talla (cm)	160,0 ± 6,0
¹ IMC (kg/m ²)	28,3 ± 5,1
¹ Tensión arterial Sistólica (mmHg)	104,0 ± 11,0
¹ Tensión arterial Diastólica (mmHg)	60,0 ± 7,0
¹ Ingesta Calcio (mg)	775,4 ± 294,0
¹ Ingesta de AG w-3 (mg)	0,7 ± 0,2
¹ Ingesta AG w-6 (mg)	7,6 ± 3,6
² Tensión arterial (TAS/TAD, normal)	24,0
² Estado nutricional	
Enflaquecida	2,0
Normal	10,0
Sobrepeso	7,0
Obesidad	5,0
² Clasificación de ingesta de calcio	
Inadecuada calcio	18,0
Adecuada calcio	6,0
² Clasificación de ingesta de AG w-3	
Inadecuada AG w-3	23,0
Adecuada AG w-3	1,0
² Clasificación de ingesta de AG w-6	
Inadecuada AG w-6	9,0
Adecuada AG w-6	15,0

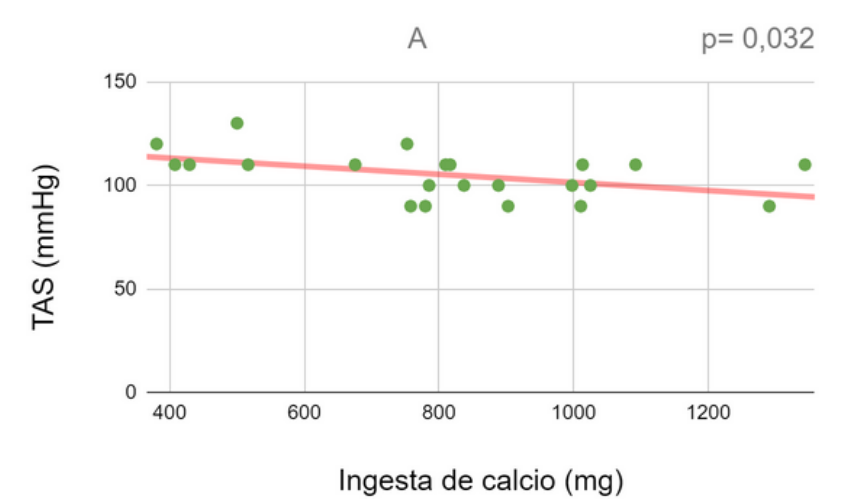
Asociación entre la clasificación ingesta de calcio, ácidos grasos omega 3 y ácidos grasos omega 6 y el estado nutricional

Estado nutricional	Clasificación de ingesta de calcio			Valor p
	Adecuado	Inadecuado	Total	
Normal	4	6	10	0,348
Exceso de peso	2	10	12	
Estado nutricional	Clasificación de ingesta de AG w-3			Valor p
	Adecuado	Inadecuado	Total	
Normal	0	10	10	0,999
Exceso de peso	1	11	12	
Estado nutricional	Clasificación de ingesta de AG w-6			Valor p
	Adecuado	Inadecuado	Total	
Normal	8	2	10	0,204
Exceso de peso	6	6	12	

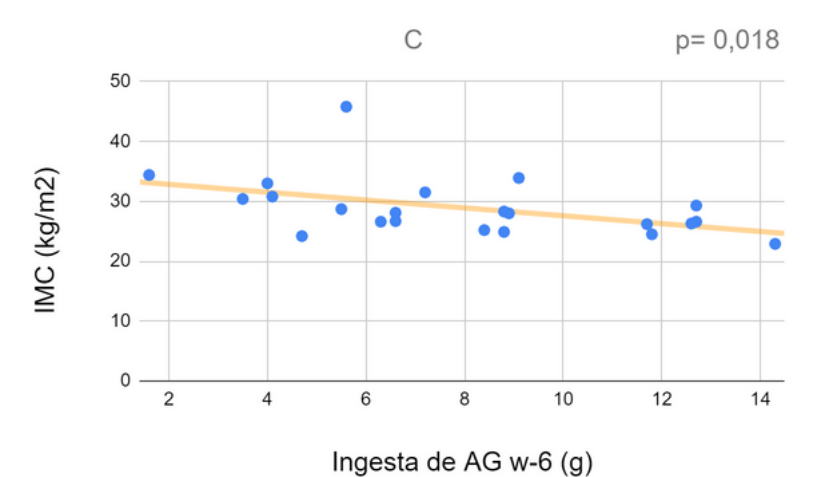
Comparación de ingesta de calcio (A), ácidos grasos omega 3 (B) y ácidos grasos omega 6 (C) según el estado nutricional.



Tensión arterial sistólica en relación a la ingesta de calcio



Índice de masa corporal en relación a la ingesta de ácidos grasos omega 6



Se encontró una correlación lineal negativa ($r = -0,470$) entre la TAS y la ingesta diaria de calcio ($p = 0,032$), al igual que para IMC y la ingesta diaria de AG w-6 ($r = -0,468$) ($p = 0,018$). No fue posible establecer una relación entre la ingesta de AG w-3 el IMC, la TAS y TAD.

CONCLUSIONES

Se encontró asociación entre la variable ingesta de calcio y la tensión arterial sistólica, así como entre la ingesta de ácidos grasos w-6 con el índice de masa corporal.