

CONSUMO DE ENERGÍA Y MACRONUTRIENTES Y SU ASOCIACIÓN CON LAS MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA ESCUELA DE NUTRICIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA, EN EL AÑO 2024.

Carla Ferreira, Carolina Dueñas, Cecilia Bonino, Magda Cruz, Mikaela Arce, Rafael Graña

Tutora: Prof. Dra. Luisa Saravia^{1*}, Cotutora: Asist. Mag. Florencia Sánchez² 1 Unidad Académica Centro de Posgrado; 2 Unidad Académica Departamento de Nutrición Clínica Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. * Isaravia@nutricion.edu.uy

INTRODUCCIÓN

La nutrición es clave para la salud y el bienestar de la población, en especial en los jóvenes, como es el caso de los estudiantes universitarios, quienes suelen adoptar hábitos alimentarios que influyen en su salud futura. Actualmente existe escasa información sobre la temática estudiada por lo cual será de relevancia el análisis de estos datos para futuras intervenciones y aportes.

OBJETIVOS

Objetivo general

- Evaluar el consumo de energía y macronutrientes y su asociación con las medidas antropométricas en estudiantes de primer año de la Escuela de Nutrición de la Universidad de la República en el año 2024.

Objetivos específicos

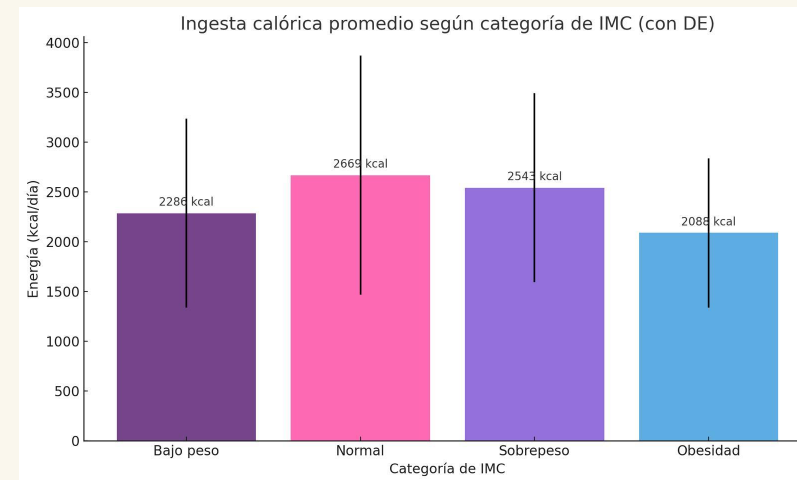
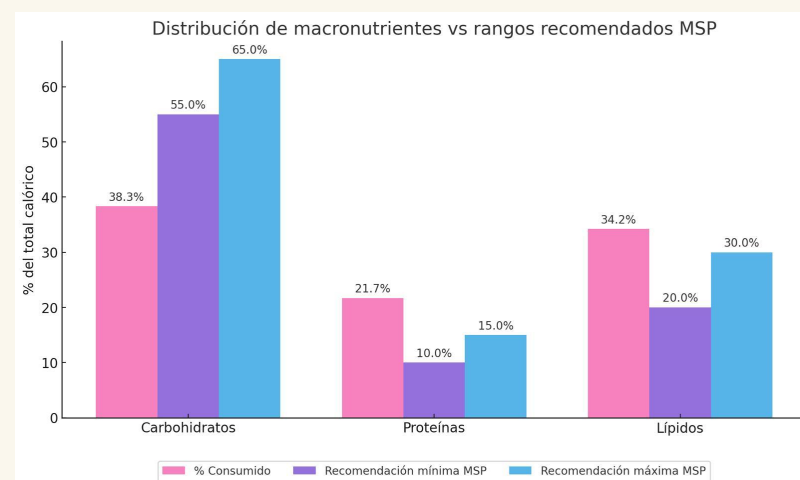
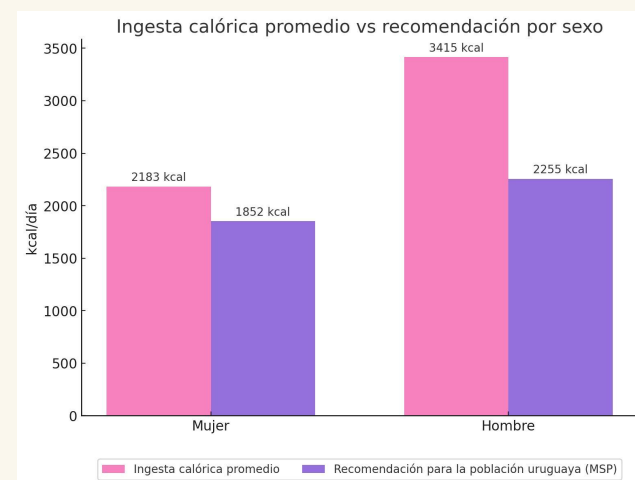
- Caracterizar la población de estudio en términos de sexo, edad y residencia.
- Determinar la relación entre la ingesta calórica diaria promedio y macronutrientes con los valores recomendados para la población uruguaya según sexo.
- Evaluar la relación entre la ingesta calórica con el índice de masa corporal.
- Evaluar la relación entre la ingesta calórica con la circunferencia de la cintura.

RESULTADOS

La ingesta calórica promedio en hombres fue de 3415 kcal, superando ampliamente la recomendación para la población uruguaya (2255 kcal), en cambio, en las mujeres la ingesta promedio fue de 2183 kcal, frente a una recomendación de 1852 kcal.

En cuanto a la distribución de macronutrientes, se observó un desequilibrio respecto a las recomendaciones, los carbohidratos aportaron un 38,3% del total energético, las proteínas un 21,7% y los lípidos un 34,2%.

No se encontraron diferencias significativas en relación a la ingesta calórica con el IMC, así como con la CC.



METODOLOGÍA

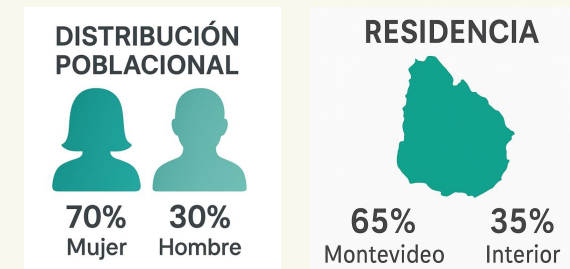
Estudio observacional, descriptivo y de corte transversal. Muestra por conveniencia y voluntaria de 40 estudiantes de primer año de la ENUT, mayores de 18 años. Aprobado por el Comité de Ética de la investigación de la Escuela de Nutrición.

Las variables estudiadas fueron ingesta calórica, macronutrientes (proteínas, carbohidratos, lípidos), IMC, CC, edad, sexo y residencia.

Para recabar los datos se utilizaron la encuesta general y FFCA, y para tomar las medidas antropométricas, balanza, tallímetro y cinta métrica.

La cuantificación de la ingesta de macronutrientes se realizó utilizando EvalFINUT, mientras que el análisis estadístico fue mediante el software Jamovi.

Los resultados fueron comparados con las recomendaciones para la población uruguaya del MSP.



CONCLUSIONES

Los hombres presentaron una ingesta calórica superior a la recomendada, mientras que las mujeres se mantuvieron dentro del rango sugerido.

Se observó un desequilibrio en la distribución de macronutrientes, con exceso de proteínas y lípidos, y un bajo consumo de carbohidratos.

Cerca de la mitad de los participantes presentó normopeso, aunque un tercio mostró sobrepeso u obesidad.

Los valores de circunferencia de cintura fueron mayoritariamente normales.