NUTRICIÓN

Patrones de ingesta de líquidos: un estudio epidemiológico en niños y adolescentes escolarizados de Paraguay

Patricia Ríos¹, Gloria Aguilar¹, Gladys Estigarribia¹, Marta Sanabria¹,
Gabriela Sanabria¹, Anibal Kawabata¹, Sergio Muñoz¹, Rubens
Ferberbaum¹

RESUMEN

Introducción: Existe un aumento significativo en la ingesta de energía entre los niños y adolescentes a partir del consumo frecuente de azúcares añadidos a los alimentos procesados y bebidas. En una revisión sistemática de la literatura se encontró que el consumo regular de calorías de azúcar en forma líquida es responsable de la ganancia de peso corporal debido a la baja saciedad y el alto contenido de azúcar. En el Paraguay no se han evaluado los patrones de consumo de bebidas en niños/niñas y adolescentes en cuanto volumen y la calidad. Para abordar la obesidad y sus posibles causas desde un punto de vista científico es preciso obtener información sobre el consumo tanto en cantidad como en calidad de bebidas por los niños/niñas y adolescentes que ayudara a contar con evidencia para implementar políticas públicas que promuevan las condiciones necesarias para una vida saludable y eliminación de ambientes obesogénicos.

Objetivo: Determinar el volumen de consumo y la media de energía diaria por cada categoría de líquidos en niños/niñas y adolescentes en Asunción, Central y Caaguazú.

Metodología: Estudio observacional, descriptivo, de casos y controles anidados. Muestreo probabilístico, multietápico, estratificado por edad (7 a 19 años) y por conglomerados (escuelas de Asunción, Central y Caaguazú) Tamaño muestral: 2352 sujetos. Se realizó recordatorio de 24 hs de muestras repetidas, mediciones de peso y talla según los estándares internacionales (OMS2007). Requerimientos de energía FAO/ONU 2004 INAN. MSP y BS. Análisis ANOVA y T Test. Significancia: $p < 0,05$.

Resultados: Ingresaron al estudio 2352 sujetos (7 a 19 años), de los cuales el 28,3% (642) fueron menores de 7 a 10 años, el 54,9% (1245) de 10 a 14 años y el 16,8% (379) de 15 a 19 años. En cuanto al volumen de líquidos consumidos en promedio (ml/día), por categoría de líquido y grupo de edades, el agua en menores de 10 años en promedio fue 750 + 486 de 10 a 13 años 940 + 617 y 14

1. Instituto Regional de Investigación en Salud "Kaneo Shibata", Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Caaguazú, Paraguay.

E-mail: pattyriosmujica@hotmail

DOI: 10.26885/rcei.foro.2017.102

años y más 1175 + 763 con una p 0.00, leche y derivados en menores de 10 años en promedio fue 395 + 165 de 10 a 13 años 383 + 365 y 19 años y más 865 + 824 con una p 0.05, infusiones en menores de 10 años en promedio fue 200 + 102 de 10 a 13 años 940 + 617 y 14 años y más 1175 + 763 con una p 0.00, Jugos naturales, en menores de 10 años en promedio fue 438 + 252 de 10 a 13 años 521+ 329 y 14 años y más 537 + 299 con una p 0.01, bebidas artificiales en menores de 10 años en promedio fue 354 + 226 de 10 a 13 años 400 + 251 y 14 años y más 490 + 3 23 con una p 0.01, Néctar, en menores de 10 años en promedio fue 282 + 167 de 10 a 13 años 305 + 168 y 14 años y más 405 + 389 con una p 0.05, Bebidas carbonatadas en menores de 10 años en promedio fue 355 + 283 de 10 a 13 años 449 + 326 y 14 años y más 445 SD + 347 con una p 0.01. El promedio de calorías de líquidos consumidos por categoría de líquido y grupo de edades fue, en leche y derivados, en menores de 10 años en promedio fue 301 + 123 de 10 a 13 años 289 + 134 y 14 años y más 275 + 155 con una p 0.00, infusiones, en menores de 10 años en promedio fue 57 + 60 de 10 a 13 años 61 + 57 y 19 años y más 58 + 65 con una p 0.45, jugos naturales, en menores de 10 años en promedio fue 198 + 118 de 10 a 13 años 233 + 144 y 14 años y más 239 + 134 con una p 0.00, bebidas artificiales, en menores de 10 años en promedio fue 103 + 71 de 10 a 13 años 95+ 71 y 14 años y más 103 + 104 con una p 0.22, néctar en menores de 10 años en promedio fue 132 + 70 de 10 a 13 años 149 + 99 y 14 años y más 182 + 193 con una p 0.01, bebidas carbonatadas, en menores de 10 años en promedio fue 180 + 105 de 10 a 13 años 211 + 129 y 14 años y más 233 + 135 con una p 0.01.

Conclusión: El consumo promedio diario de agua, infusiones, jugos naturales, bebidas artificiales, bebidas carbonatadas y néctar se incrementó con la edad. El consumo promedio de leche y derivados disminuyó con la edad. En relación al promedio de calorías consumidas por categoría de líquidos, la leche y derivados fueron los mayores contribuyentes de energía suministrada por los líquidos, con una disminución de la energía aportada a medida que incrementaba la edad. La siguiente categoría de líquidos en aporte de energía, fue la de los jugos naturales, con un incremento de aporte a medida que aumento la edad. Las bebidas carbonatadas se constituyeron en el tercer grupo de categoría con un aporte de energía que se incrementó conforme aumentaba la edad.

Palabras clave: obesidad, niños, ingesta de líquidos.

REFERENCIAS

- Feferbaum, R., de Abreu, L. & Leone, C. (2012). Fluido intake pattens: an epidemiological study among children and adolescents in Brazil. *Public Health*, 12(1005), 1-7.
- Fernández, J., Iglesia, I, Ferreira, C. & Babio, N. (2014). *Nutrición Hospitalaria. Grupo Aula Médica*, 29, 1163-1170.
- Aparicio, R. & Rivas, M. (2013). Evidencias en Pediatría. *Toma de decisiones clínicas basadas en las mejores pruebas científicas*, 9(23), 1-4.