

Situación nutricional de pacientes adultos que concurren a los centros de salud del Gran San Juan.

G. Muñoz, G. Aranda, C. González, V. Guzzo, A. M. Martínez, A. Rodenas, G. Santiago, E. Urizar, H. Coirini

Facultad de Ciencias Médicas – Universidad Católica de Cuyo – Sede San Juan

Se realizó un diagnóstico de la situación alimentario-nutricional de la población adulta que asiste a los 21 centros sanitarios pertenecientes al Gran San Juan, incluyéndose pacientes de 19 a 69 años de edad. El objetivo del trabajo ha sido valorar el estado nutricional de la población adulta, analizar los hábitos alimentarios, determinar la prevalencia de obesidad abdominal, identificar la frecuencia y tipo de actividad física, determinar el consumo de tabaco, formular una base de datos apropiada para articular entre Ministerios y otros sectores de la salud a fin de determinar estrategias de educación alimentario-nutricional que tiendan a disminuir el desarrollo de enfermedades asociadas a trastornos nutricionales, para mejorar la calidad de vida de la población. Metodología: Se realizó un estudio descriptivo, observacional, de exploración, diagnóstico y prospectivo transversal, siendo la muestra seleccionada en forma aleatoria simple. Los instrumentos y técnicas utilizados para la recolección de datos fueron encuestas obtenidas mediante entrevistas personales. Se realizaron 1.307 encuestas. Resultados: Respecto a los hábitos alimenticios se observó un escaso consumo de lácteos, bajo consumo diario de frutas y vegetales que difieren de la recomendación de la OMS que establece el consumo de al menos 5 porciones al día de este grupo de alimentos. Por otro lado se evidenció un excesivo consumo de azúcares y dulces. La población consume diariamente solo el 30 % de cereales y el 5% de legumbres, mientras que se da un importante porcentaje (95%) de consumo de productos de panificación. A pesar de ser un poco mayor la ingesta de vegetales y frutas en nuestra zona, el 40% de la población no consume vegetales diariamente y el 45% no ingiere frutas a diario. Esto es de suma relevancia considerando diversos estudios experimentales sobre salud humana confirman la asociación entre la elevada ingesta de vegetales y frutas y bajo riesgo de enfermedades crónicas. Respecto al consumo de sal, en la población encuestada, es mayor en un 60% de lo reportado por la encuesta nacional de factores de riesgo (ENFR) del 2009. Un consumo de sodio elevado provoca un envejecimiento precoz, así como se lo vincula estrechamente con el cáncer de estómago. Por otro lado, los datos obtenidos evidencian un total de 72% de personas con exceso de peso, hallándose este valor por encima de los valores de la EFRN del 2005, donde se indicaba que la provincia de San Juan presentaba un índice de 51% en individuos de ambos sexos con exceso de peso. Respecto a la circunferencia de cintura un 53% de la población se encuentra con riesgo severo, y un 19% con riesgo moderado, vale decir un total de 72% presenta riesgo de padecer enfermedades cardio-metabólicas. Sobre esta variable, sólo se encontraron datos en estudios nacionales de mujeres, lo que no permite compararlo con el presente estudio. Un dato relevante, es que solo 23% del total de encuestados reconoce poseer alguna enfermedad crónica y el 77% restante desconoce padecerlas, lo que manifiesta que la población no considera a la obesidad como una enfermedad. En cuanto a la variable actividad física, el 70% de la población es sedentaria, ya que no tiene el hábito de realizarla con una frecuencia regular. Haciendo referencia al hábito del consumo de tabaco, la ENFR expresa que el porcentaje de fumadores en la provincia de San Juan es 34,9%, en la región de Cuyo es 35,6% y en la nación 33,4%, mientras que lo observado el presente estudio es de solo 29%. La diferencia de estos últimos resultados puede deberse a múltiples factores, entre los cuales se podrían tenerse en cuenta: Sexo, nivel socio-económico y el impacto de las campañas publicitarias de los últimos años. Conclusión: El análisis de la información registrada en las encuestas nos permite inferir la existencia de discrepancias respecto a otros estudios previos. Esto puede deberse principalmente a factores tales como que el grupo en estudio, pertenece a una población de escasos recursos económicos y que en su mayoría son pacientes de sexo femenino los que concurren con mayor frecuencia a los CAPS.