

Evaluación de la ingesta calórica nutricional de los alumnos de la carrera de Médico Cirujano, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM

Jorge Del Valle Bernal, Julia Dinorah Aquino Torres, Rossana Alcaraz Ortiz

Av. Guelatao 66, Esq. Av. Calzada Zaragoza S/N Delegación Iztapalapa, México DF c.p 9230, FES Zaragoza Edificio A3 planta baja

Introducción. La valoración del estado de nutrición consiste en la determinación del grado de salud de un individuo desde el punto de vista de su nutrición y permite realizar en su caso las correcciones necesarias para evitar alguna complicación posterior. Por lo que nos planteamos evaluar la dieta y hábitos alimenticios de los alumnos de la carrera de Médico Cirujano de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, primer ingreso 2010; Evaluando el Índice de Masa Corporal, correlacionándolo con la proporción nutrimental y la calidad, mediante una encuesta dietética, identificando la frecuencia de alimentos que más consumen en cuanto a la calidad de la alimentación de la población estudiada.

Metodología.

Se realiza un estudio exploratorio, descriptivo, transversal y observacional, en una población estudiantil de primer ingreso de la Carrera de Médico Cirujano de la FE Zaragoza en el año 2010, con un muestro por cuotas, durante el proceso del Examen Médico Automatizado (EMA), con las siguientes variables de estudio: Edad, sexo, ingesta calórica total de alimentos del día anterior (desayuno, comida, cena y 2 colaciones), cantidad y proporciones a través de la aplicación de una autoencuesta dietética.

Resultados y discusión.

En un total de 186 alumnos, que conformaron la población de estudio 67 hombres y 119 mujeres, con una edad promedio de 18 años. Presentaron un diagnóstico por determinación de Índice de Masa Corporal (IMC) de peso bajo 1% (2), normal 57% (106), sobrepeso 18% (33) y obesidad 24% (45). El promedio reportado de ingesta calórica total fue de 1618 kilocalorías, con DS de 684.6, con un mínimo reportado de 493 y un máximo de 4283 kilocalorías. En cuanto a la ingesta de nutrimentos reportados de hidratos de carbono de 49.8%, lípidos 28.3% y proteínas de 21.9%.

Conclusiones.

En la población estudiada utilizando la técnica por autoreporte de la ingesta calórica, está es subestimada en cuanto a la ingesta calórica y nutrimentos, sobre todo el bajo consumo de carbohidratos como una forma de justificación del estado nutricional sobre todo en el grupo de obesos y sobrepeso.

Palabras clave. Índice de Masa Corporal (IMC), Dieta, Estudiantil.

Bibliografía.

Pérez Lancho Carolina. Alimentación y educación nutricional en la adolescencia. Trastornos de la conducta alimentaria. 2007 Pp. 600-634.

Márquez Castillo Arcelia, et al. Estado nutricional y su rendimiento escolar en adolescentes de 12-16 años del sur de CD obregón, sonora, México. Abril-junio 2008 Vol.9 N° 2.

Dr. Morales González José Antonio. Obesidad, un enfoque multidisciplinario. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Instituto de ciencias de la salud, área académica de medicina. México. 2010. Primera edición.