

Riesgo nutricional de los adolescentes de las Islas Baleares (ESTUDIO OBIB 2007-2008)



Rosa Lull, Maria del Mar Bibiloni, Elisa Martínez, Daniel Juárez, Jordi Pich, Antoni Pons, Josep A. Tur
Grup de Nutrició Comunitària i Estrès Oxidatiu, IUNICS. Universitat de les Illes Balears, Palma de Mallorca



Proyecto financiado por el Ministerio de Sanidad y Consumo (ref.: FIS 05/1276)

Grupo CB12/03/30038

INTRODUCCIÓN

En la adolescencia, la alimentación tiene gran importancia debido a la complejidad de dicho periodo de la vida. Los patrones de alimentación de nuestra población juvenil han sufrido variaciones en los últimos años. Las Islas Baleares son un ejemplo de cómo los patrones de alimentación en los países mediterráneos están cambiando. La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) elaboró las Recomendaciones Nutricionales para la población española, con el objetivo de establecer los alimentos necesarios para una correcta nutrición, para prevenir problemas de salud relacionados con los hábitos alimentarios y para la promoción de la salud.

OBJETIVO

Analizar el riesgo nutricional que presentan los adolescentes de las Islas Baleares.

MATERIAL Y MÉTODOS

Estudio transversal de nutrición en una muestra representativa de la población juvenil de las Islas Baleares (12-17 años). Se realizaron dos recordatorios de 24 horas y un cuestionario de frecuencia de consumo (FFQ). Se clasificó la población por sexos, grupos de edad (12-13 años, 14-15 años y 16-17 años) y se dividió en tres grupos de riesgo nutricional en función del número de nutrientes con ingestas inferiores a 2/3 IDR (0-3 nutrientes < 2/3 IDR bajo riesgo, 4-8 nutrientes < 2/3 riesgo moderado, >8 nutrientes < 2/3 riesgo grave).

RESULTADOS

Un 49,3% de la población adolescente de las Islas Baleares presentó un riesgo nutricional moderado (ingestas <2/3 de IDR de entre 4 y 8 nutrientes), un 50,0% en varones y 48,8% en mujeres. Además, un 18,6% de los adolescentes tuvieron un riesgo grave (ingesta deficiente en más de 8 nutrientes), un 13% en varones y 23,1% en mujeres.

Se observó, igualmente, que los adolescentes de 14-15 años presentaron el riesgo nutricional más elevado, mostrando riesgo nutricional grave el 22,2% de ellos, en tanto que este riesgo se presentó en el 11,1% de los adolescentes de 12-13 años y en el 18,3% en el grupo de 16-17 años.

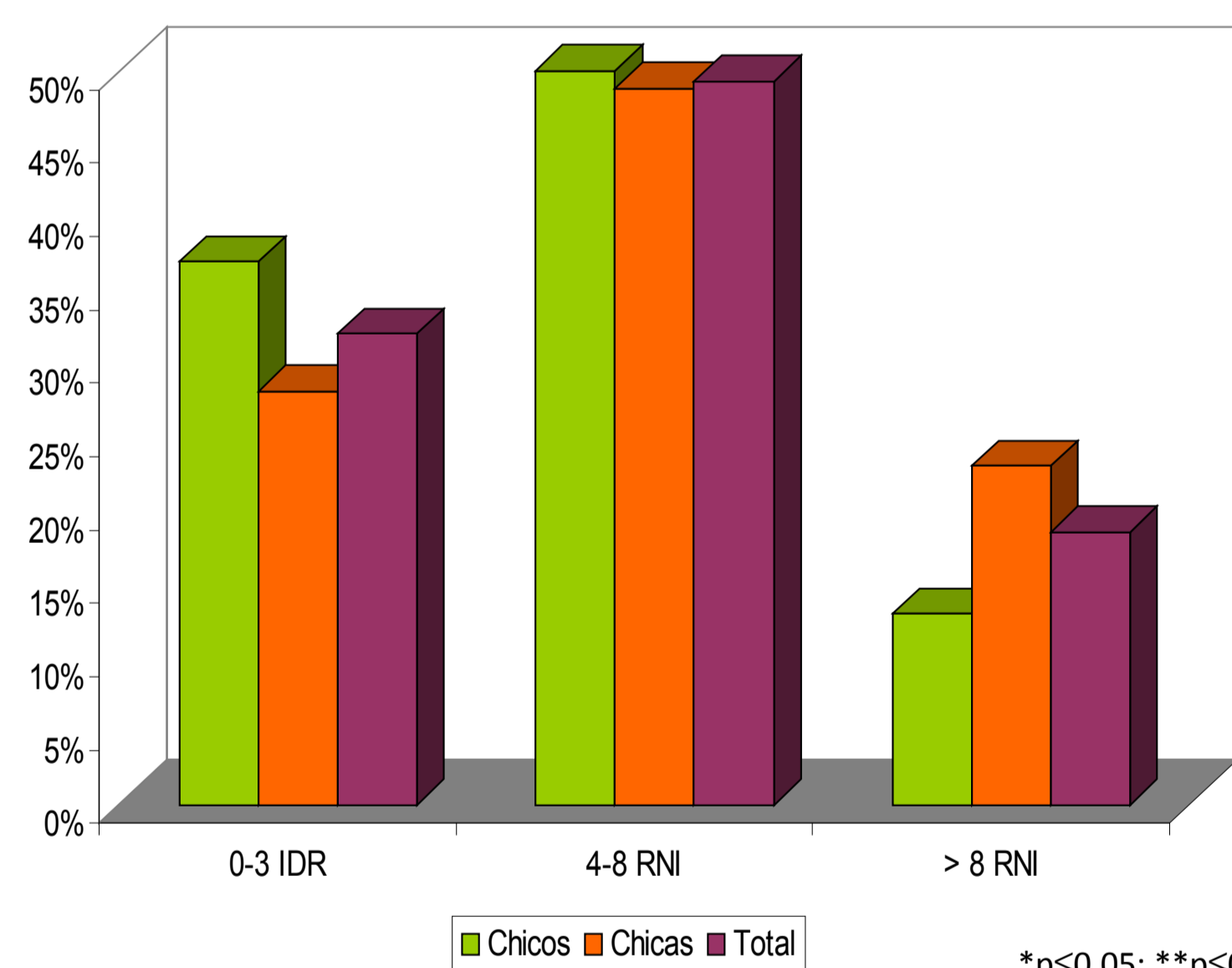


Gráfico 1: Comparación de Raciones Diarias Recomendadas con Raciones Diarias totales

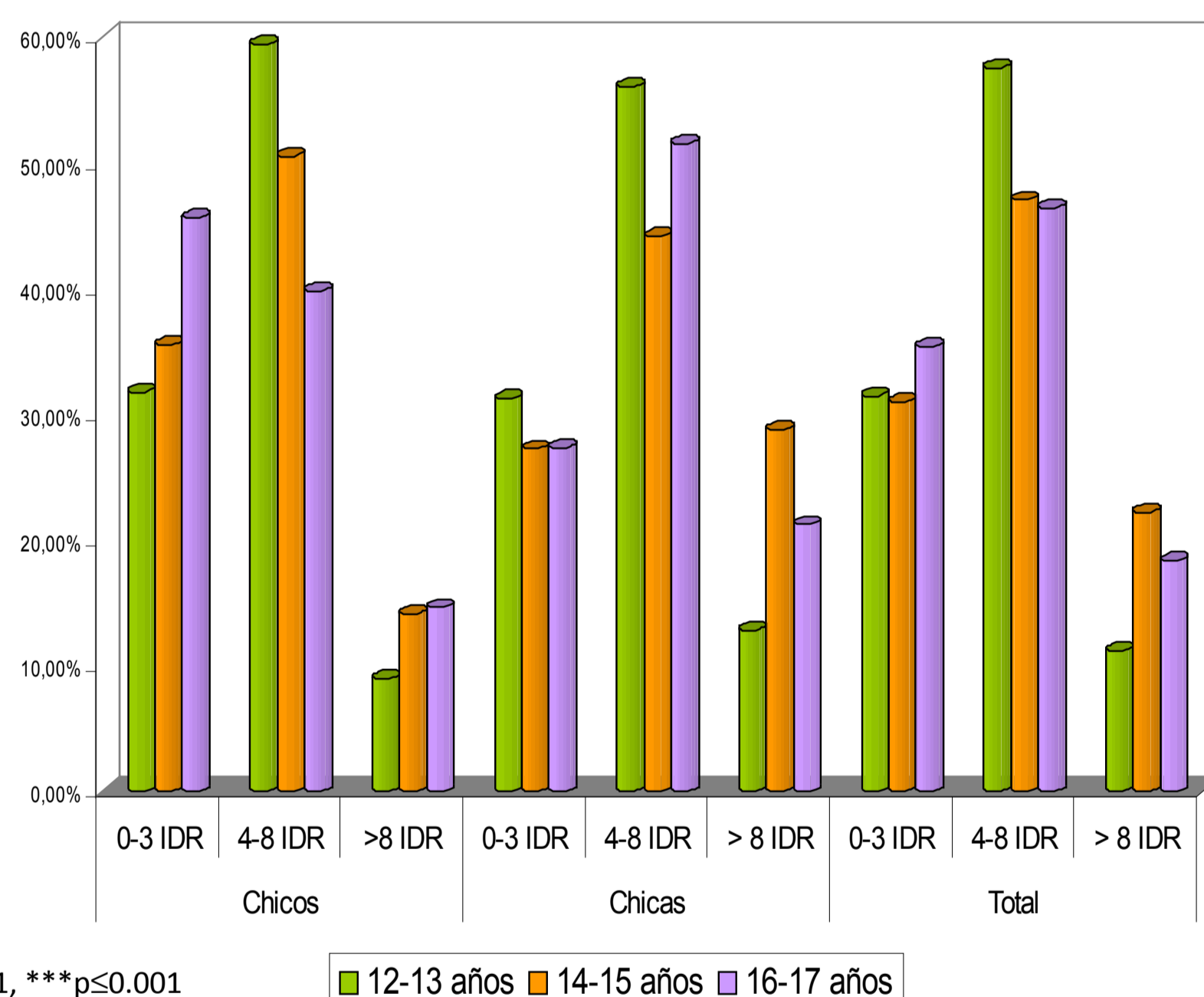


Gráfico 2: Comparación de Raciones Diarias Recomendadas con Raciones Diarias en hombres y mujeres

CONCLUSIONES

La mitad de la población adolescente de las Islas Baleares mostró deficiencias para 4-8 nutrientes, hecho que implica un riesgo nutricional moderado. El grupo con mayor riesgo nutricional o grave fueron las adolescentes de 14-15 años.

(Programa de Promoción de Investigación Biomédica y Ciencias de la Salud, Proyectos 05/1276 y 08/1259).

REFERENCIAS

- Tur JA, Romaguera D, Pons A. Food Consumption Patterns in a Mediterranean Region: Does the Mediterranean Diet Still Exist? *Ann Nutr Metabol.* 2004;48:193-201.
- Aranceta J, Serra- Majem L. Dietary guidelines for the Spanish Population. *Pub Health Nutr.* 2001; 4:1403-1408.
- Serra- Majem L., Aranceta J. Nutritional objectives for the Spanish population. Consensus from the Spanish Society of Community Nutrition. *Pub Health Nutr.* 2001; 4: 1409-1413.