

Resumen # 194

Ingesta de alimentos fuente de ácidos grasos omega-3/omega-6 y marcadores de riesgo de diabetes mellitus tipo 2: resultados preliminares

¹Defagó MD, ¹Barbalarga Kelly M, ¹Barea F, ¹González MB, ¹Serafini MF, ¹Navarro A, ²Reposi G, ³Eynard AR
¹Escuela de Nutrición FCM UNC; ²Cs. Médicas (UNC) e INICSA Conicet; ³Cs. Médicas (UNC) e Inicsa Conicet

Área:

Epidemiológica / Salud Pública

Resumen:

Introducción: La alimentación es una medida insustituible en la prevención de la diabetes mellitus tipo 2 (DBT2). En relación a ello, el consumo de alimentos fuente de ácidos grasos (AG) omega3 y omega6, estaría asociado a modificaciones en marcadores de riesgo de DBT2.

Objetivo: Explorar la asociación entre el consumo de alimentos fuente de AG omega3 y omega6 y marcadores de riesgo de DBT2 en personas adultas con síndrome metabólico (SM).

Material y métodos: Estudio descriptivo, transversal, correlacional. Participaron 43 personas ambulatorias voluntarias con SM provenientes de 3 instituciones privadas de salud de la provincia de Córdoba, entre noviembre 2013-marzo 2014. Se aplicó un cuestionario de frecuencia de consumo alimentario validado y la información alimentario-nutricional fue analizada con el software Interfood v.1.3. Se tomaron medidas antropométricas (metodología estandarizada OMS) y determinaciones bioquímicas en sangre (fotocolorimetría) para analizar el perfil lipídico, glucemia y hemoglobina glicosilada. Para analizar el consumo de alimentos fuente de AG omega3/omega6, éstos se agruparon en: aceites, carne vacuna, pollo, pescados y frutos de mar, frutos secos, fiambres y embutidos. Su ingesta se evaluó con relación a las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la Población Argentina. Se empleó la correlación de Spearman para analizar la asociación entre el consumo de estos alimentos y los diferentes marcadores.

Resultados: Se observó una elevada prevalencia de sobrepeso/obesidad (90% hombres y 100% mujeres). El 81%, el 39% y el 56% presentó glucemia en ayunas, colesterolemia y trigliceridemia en límites normales, respectivamente, mientras que la hemoglobina glicosilada fue elevada en el 42%. El consumo de frutos secos, mayor a lo recomendado, presentó una correlación positiva moderada estadísticamente significativa con los valores de circunferencia de cintura y de índice de masa corporal ($r=0,58$, $p=0,03$ y $r=0,58$, $p=0,55$, respectivamente). El consumo de aceites, pescados y frutos de mar fue menor a lo recomendado y el de fiambres y embutidos y carne vacuna fue superior, pero no se observaron asociaciones significativas.

Conclusiones: Los valores superiores de hemoglobina glicosilada sugieren posible subdiagnóstico de DBT2. El consumo elevado de alimentos de alta densidad calórica se asocia a marcadores de riesgo de DBT2 en esta población.

Palabras Clave:

diabetes mellitus tipo 2; ácidos grasos omega 3; ácidos grasos omega 6; factores de riesgo.

Intake of omega-3/omega-6 food source and type 2 diabetes mellitus risk markers: preliminary results

¹Defagó MD, ¹Barbalarga Kelly M, ¹Barea F, ¹González MB, ¹Serafini MF, ¹Navarro A, ²Repossi G, ³Eynard AR
¹Escuela de Nutrición FCM UNC; ²Cs. Médicas (UNC) e INICSA Conicet; ³Cs. Médicas (UNC) e Inicsa Conicet

Abstract:

Introduction: Nutrition is an important component in prevention of type 2 diabetes mellitus (DBT2). In this regard, omega3 and omega6 fatty acids (FA) intake would be associated with changes in risk markers of DBT2.

Aim: To explore the association between omega3/omega6 food source and risk markers of DBT2 in adults with metabolic syndrome (MS).

Material and Methods: Descriptive, cross-sectional and correlational study. Participated 43 ambulatory volunteer subjects with MS diagnosis from 3 private health institutions in the province of Córdoba, between November 2013-March 2014. A validated food frequency questionnaire was employed and nutritional information was processed by Interfood v 1.3 software. Anthropometric measures (by WHO methodology) and blood biochemical determinations (lipid profile, blood glucose and glycated hemoglobin, by photolorimetry) were performed. To analyze the omega3/omega6 food source intake, food was grouped in oils, beef, chicken, fish and seafood, nuts, meats and cold meat. Intake was assessed in relation to the recommendations of the Dietary Guidelines for Argentinian Population. Spearman correlation was used to analyze the association between the food intake groups and markers.

Results: A high prevalence of overweight/obesity (90% for male and 100% for female) was observed. 81%, 39% and 56% of sample showed fasting blood glucose, cholesterol and triglycerides within normal limits, respectively. Glycated hemoglobin was elevated in 42%. Nut consumption, higher than recommendations, showed a statistically significant moderate positive correlation with values of waist circumference and body mass index ($r=0.58$, $p=0.03$ and $r=0.58$, $p=0.55$, respectively). Oil, fish and seafood intake was lower than guidelines, and the cold meat and beef were higher, but without significant associations.

Conclusions: Higher values of glycated hemoglobin may suggest under-diagnosis of T2DM. A high intake of energy-dense foods is associated with risk markers of DBT2 in this population.

Keywords:

type 2 diabetes mellitus; omega 3 fatty acids; omega 6 fatty acids; risk factors