



## DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL E INGESTA DIETÉTICA EN UN GRUPO DE ADULTOS MAYORES.

MARÍA DE LOS ÁNGELES MAYA MARTÍNEZ<sup>1</sup>, Oscar Dónovan Casas Patiño<sup>2</sup> y Anabel Martínez Durán<sup>2</sup>

1 UAEM, 2 Universidad Autónoma del Estado de México. angelesmm\_3@hotmail.com

**Introducción** El cambio que ha presentado la pirámide poblacional en México hace palpable el envejecimiento de la población y conlleva el incremento en el grupo de adultos mayores (AM) que demandan al sistema de salud servicios preventivos y curativos; en el ámbito nutricional la evaluación del estado de nutrición y el conocimiento de la ingesta dietética de AM permitirá el tratamiento nutricional oportuno con la prescripción dietética adecuada, que evitará la progresión de enfermedades crónicas no transmisibles. **Objetivo** diagnosticar las patologías de mala nutrición que prevalecen en un grupo de adultos mayores del Estado de México y conocer su ingesta dietética (ID) para fundamentar el tratamiento nutricional integral. **Metodología:** Estudio cuantitativo y descriptivo; muestra a conveniencia de 84 adultos mayores (60 a 84 años), 80% de mujeres y 20% de hombres, que aceptaron participar en el estudio; para el diagnóstico nutricional se utilizó la MNA, para valorar la ID se utilizaron: el cuestionario de recordatorio de 24 horas y la encuesta de frecuencia de consumo de alimentos. **Resultados.** Se diagnosticó: estado de nutrición normal: hombres 24% y mujeres 32%, sobrepeso: hombres 76% y mujeres 45.5%, obesidad tipo 1,2 y 3: mujeres 21.3%; el bajo peso en 1.5% de mujeres. La ingesta calórica (IC) se reportó baja en 69% de mujeres y 16.4% de hombres; normal 9% de mujeres y 3.6% de hombres y alta en 1.9% de mujeres. **Conclusión** el sobrepeso y la obesidad son prevalentes en las mujeres a pesar de que su IC es baja, lo cual se justifica por el incremento de masa grasa en adultos mayores, situaciones que predisponen o complican el desarrollo de patologías crónicas no transmisibles y evita una vejez saludable.