



XIV encuentro  
Participación de la  
**Mujer**  
en la **Ciencia**

Matilde Montoya  
Mérida Mexicana

## **Evaluación del efecto de consumo de productos avícolas (carne y huevo) suplementado con omega 3 sobre el perfil antropométrico y en la función cardiovascular en adultos entre 25 □ 45 años de Pachuca Hidalgo.**

Esther Ramirez-Moreno<sup>1</sup>, Martha Izbeth Cerón-Sandoval<sup>2</sup>, José Arias-Rico<sup>3</sup>, Eli Mireya Sandoval-Gallegos<sup>1</sup>, Zuli Guadalupe Calderón-Ramos<sup>4</sup>, Judith Jaimez-Ordaz<sup>5</sup> y Javier Añorve-Morga<sup>5</sup>

1 UAEH, 2 Posgrado Área Académica de Medicina, 3 Área Académica de Enfermería, 4 Área Académica de Nutrición, 5 Área Académica de Química, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. rme1234@yahoo.com

En México existe un incremento de enfermedades crónicas no transmisibles, por lo cual cerca de 38 millones de personas mueren cada año<sup>1,2</sup>. Investigaciones recientes refieren que al consumir una dieta rica en ácidos grasos *omega-3* (al menos 250 mg/día)<sup>3</sup> desempeña un papel crucial en la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles<sup>4,5</sup>. Las fuentes de ácidos grasos son alimentos pesqueros, sin embargo podría haber otras alternativas al suplementar productos de alto consumo como el pollo y sus subproductos<sup>6</sup>. El objetivo fue evaluar el efecto del consumo de productos avícolas (carne y huevo) suplementados con *omega 3* sobre el perfil antropométrico y en la función cardiovascular de adultos voluntarios sanos de Pachuca Hgo.

**Metodología:** Se utilizó un equipo BOD POD para la determinación del perfil antropométrico (cintura, IMC, % grasa, % masa libre de grasa, kg de grasa, kg de masa libre de grasa, peso corporal, kcals) para los grupos (control y suplementado) del estudio. Para la función cardiovascular se utilizó una prueba de esfuerzo en la banda sin fin con protocolo de Bruce<sup>7</sup>. Los resultados presentados (medias±DE) fueron comparados considerando los tiempos de intervención utilizando *t* de student para muestras pareadas utilizando el programa SPSS(v-23).

**Resultados y discusión:** Se encontró una disminución de grasa corporal y un incremento en la masa libre de grasa (MLG), observando una mejoría en la frecuencia cardiaca inicial (FCI) y efecto normotensor al final de la prueba de esfuerzo en el grupo de individuos que consumieron productos avícolas suplementados con *omega-3* en comparación con el grupo control, similar a otros estudios donde adicionaron omega-3 a la carne<sup>8</sup>

**Conclusión:** El presente estudio abre la posibilidad de utilizar alimentos de alto consumo como lo es el pollo y el huevo suplementados con omega 3 con mejores beneficios relacionados en la salud.