



RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE ALIMENTOS HIPERCALÓRICOS Y FACTORES ASOCIADOS AL RIESGO ATEROGÉNICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS.

JAVIER ALONSO TRUJILLO¹, DULCE MARIA AGUILAR HERNANDEZ¹, AMPARO MORALES HERNANDEZ¹, LETICIA CUEVAS GUAJARDO¹, ABRAHAM ALONSO RICARDEZ¹ y STEPHANIE IRAIZ NUÑEZ OLVERA¹

1 Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. alonsot1212@yahoo.com.mx

INTRODUCCIÓN: Los trastornos alimentarios que actualmente prevalecen en las jóvenes universitarias, son factores que probablemente impactan en el incremento del riesgo aterogénico.

OBJETIVO: El propósito de este estudio fue relacionar la frecuencia de consumo de alimentos hipercalóricos con factores asociados al riesgo aterogénico en estudiantes universitarias.

Material y Métodos: A través de una investigación no experimental, transversal, prospectiva de nivel relacional, se midió la frecuencia de consumo de alimentos hipercalóricos, el nivel de actividad física y el perfil de lípidos en 51 jóvenes universitarias. Con una entrevista estructurada se evaluó la dimensión "Consumo de alimentos hipercalóricos", lo que permitió conocer la frecuencia con la que las estudiantes consumen Alimentos ricos en grasas (ARG), Alimentos ricos en harinas (ARH) y Bebidas azucaradas (BA). La otra dimensión denominada Nivel de actividad física (NAF), permitió descubrir la frecuencia con la que realizan actividad física las jóvenes y se calificó dentro de una escala de 0 a 10 puntos.

RESULTADOS: Nuestros resultados indican que no existe ninguna diferencia en el perfil de lípidos, el IMC, el riesgo aterogénico entre las estudiantes observadas, independientemente de su frecuencia de consumo de alimentos hipercalóricos. No obstante, se observó una correlación positiva y significativa entre el nivel de actividad física realizada y la frecuencia de consumo de estos alimentos.

CONCLUSIÓN: Se concluye que existen factores de protección cardiovascular, como podrían ser los estrógenos, que permiten observar homogeneidad en la muestra observada, ya que el nivel de actividad física no impacta significativamente en el perfil de lípidos, IMC ni en el riesgo aterogénico.