

## P-134: Control de la presión arterial como oportunidad para la detección de hipertensión arterial en la comunidad universitaria de Salta, Argentina

Silvia Rocio Echalar<sup>1,\*</sup>, Sergio Leonardo Fontañez<sup>1</sup>, Paula Nahir Donoso<sup>2</sup>, Cintia Patricia Calapeña<sup>2</sup>, José Luis Pérez<sup>3</sup>, Ester Barrientos<sup>4</sup>, María del Carmen Herrera<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Salud Pública, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Salta, Salta, Argentina.

<sup>2</sup>Dirección de Salud Universitaria, Universidad Nacional de Salta, Salta, Argentina. <sup>3</sup>Departamento de Ciencias Básicas, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Salta, Salta, Argentina. <sup>4</sup>Departamento de Alimentación y Nutrición, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de Salta, Salta, Argentina.

\*sr\_echalar@yahoo.com.ar

**Introducción:** Una medición exacta de la PA es el primer y más importante paso en el diagnóstico y tratamiento de la hipertensión arterial (HTA); afecta a 1 de cada 3 adultos, aproximadamente 1000 millones de personas en el mundo. Es un problema de salud pública como causal de morbimortalidad cardiovascular. **Objetivo:** analizar los controles de la presión arterial para la detección de la HTA en las personas que asisten a la Dirección de Salud, Universidad Nacional de Salta Argentina. **Métodos:** Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, de corte transversal. Población 1614 personas. Periodo diciembre 2017–diciembre 2018. Se contó con autorización para acceder a los registros de atención. Las variables estudiadas fueron: edad, sexo, ocupación, dependencia, clasificación de la presión arterial. Normal Presión Arterial Sistólica (PAS) hasta 129mmHg y Presión Arterial Diastólica (PAD) hasta 84mmHg. PA límite: PAS 130-139mmHg; PAD 85-89mmHg. Fueron considerados hipertensos los que presentaron niveles de PA >130 x >85mmHg. Los individuos con PAS entre 140-159mmHg y PAD entre 90-99mmHg, clasificados como Grado 1; los de PAS 160-179mmHg y PAD 100-109 como Grado 2 y >180mmHg x >110 como Grado 3, según Sociedad Argentina de Hipertensión Arterial (SAHA). Se calcularon medidas descriptivas con InfoStat v.2012. **Resultados:** El 56% correspondió al sexo femenino. La mediana para la edad fue de 30 años, rango de 14 a 74 años. El 55% fueron estudiantes, 25% personal de apoyo universitario. El 19% proviene de la dependencia del rectorado, y un 18% de la Facultad de Ciencias Naturales. El 75% tiene presión normal, hipotensión el 10%, PA límite el 7% (111) y el 14% HTA. Del total de individuos (125) que se detectó con HTA, el 82% presentó HTA Grado 1, el 12% al Grado 2 y un 6% Grado 3. Los valores de PA límite y HTA corresponden a la ocupación PAU, provienen de la dependencia rectorado. **Conclusiones:** De los controles de PA, hubo un predominio de valores normales, un 7% PA límite y 14% de HTA en una población adulto joven. Los mismos deben ser una oportunidad para mejorar la detección de PA límite y HTA, optimizando el tratamiento y control.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los autores expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## P-135: Ingesta de alimentos y nutrientes en una muestra de vegetarianos y veganos españoles

Iva Marques-Lopes<sup>1,\*</sup>, Manuel Morán del Ruste<sup>1</sup>, Susana Menal-Puey<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Ciencias de la Salud y Deporte, Universidad de Zaragoza, Zaragoza, España.

\*imarques@unizar.es

**Introducción:** Existe muy poca información disponible sobre el patrón dietético de vegetarianos y veganos en España y su grado de adecuación a las recomendaciones. Este estudio tuvo como objetivo estudiar la ingesta de alimentos, así como el perfil nutricional de macro- y micronutrientes ingeridos en una muestra de adultos vegetarianos y veganos españoles. **Métodos:** Ciento dos vegetarianos y veganos españoles, con una edad media de 41,9±14,0 años (hombres) y 35,8±10,0 años (mujeres), autocompletaron de forma voluntaria un cuestionario semicuantitativo de frecuencia de alimentos (CFC) previamente validado en la población española y adaptado *ad hoc* para este estudio en población vegetariana y vegana con un total de 213 ítems. Se evaluó el consumo específico de alimentos, así como la ingesta diaria de macro- y micronutrientes, y posteriormente se compararon las ingestas individuales con las Ingestas Dietéticas de Referencia (DRI) para la población española según sexo y edad. Tras la exclusión de varios sujetos por cumplimentación inadecuada, se analizaron los datos de 102 sujetos. **Resultados:** Los sujetos veganos mostraron una mayor ingesta diaria de hortalizas (705 vs. 522g), frutos secos (44,9 vs. 30,0g) y semillas (9,0 vs. 5,4g) en comparación

con los vegetarianos. No se han observado diferencias significativas en el aporte energético diario comparando los vegetarianos ( $2390 \pm 603$  kcal) a los veganos ( $2579 \pm 529$  kcal). En ambos grupos, el porcentaje energético aportado por los tres macronutrientes, se encontró dentro de los rangos aceptables, con un valor medio de 13,6, 52,2 y 31,7 para las proteínas, hidratos de carbono y grasas, respectivamente, así como el de los ácidos grasos que presentaron unos valores dentro de las recomendaciones actuales. En ambos grupos, la cantidad de fibra ingerida fue superior a las recomendaciones actuales, con un ingesta media de 62,3g/d. Casi todos los micronutrientes cubrieron las DRI, con excepción de la vitamina B12 y D que estuvieron por debajo de las recomendaciones en ambos grupos. **Conclusiones:** El patrón dietético estudiado con un CFC autorrellenado de forma voluntaria presentó un perfil saludable en cuanto a macronutrientes y fibra, así como adecuados niveles de adecuación de micronutrientes con excepción de la B12 y D. Se necesitan estudios adicionales con muestras más elevadas, así como trabajos acompañados de indicadores bioquímicos de ingesta.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los autores expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## P-136: Consumo de frutas y verduras en ocho países latinoamericanos: Resultados del estudio ELANS

Lilia Yadira Cortés Sanabria<sup>1,\*</sup>, Georgina Gomez Salas<sup>2</sup>, Irina Kovalskys<sup>3</sup>, Marianella Herrera-Cuenca<sup>4</sup>, Rosina Gabriella Pareja Torres<sup>5</sup>, Mauro Fisberg<sup>6</sup>, Martha Cecilia Yepes García<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Nutrición y Bioquímica, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. <sup>2</sup>Departamento de Bioquímica, Escuela de Medicina, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica. <sup>3</sup>Comité de Nutrición y Bienestar, International Life Science Institute (ILSI-Argentina), Buenos Aires, Argentina. <sup>4</sup>Centro de Estudios del Desarrollo, Universidad Central de Venezuela, Caracas, Venezuela. <sup>5</sup>Instituto de Investigación Nutricional, La Molina, Lima, Perú. <sup>6</sup>Instituto Pensi, Fundação Jose Luiz Egydio Setubal, Sabará Hospital Infantil, São Paulo, Brasil. <sup>7</sup>Colegio de Ciencias de la Salud, Universidad San Francisco de Quito, Quito, Ecuador.

\*[ycortes@javeriana.edu.co](mailto:ycortes@javeriana.edu.co)

**Introducción:** La ingesta de frutas y verduras (IFV) es importante para prevenir enfermedades crónicas. La OMS recomendó un mínimo de cinco porciones o 440g/día. El objetivo de este estudio es determinar la IFV por sexo, edad y SES en ocho países latinoamericanos. **Métodos:** El estudio ELANS fue realizado en ocho países latinoamericanos (Argentina, Brasil, Colombia, Costa Rica, Chile, Ecuador, Perú y Venezuela). ELANS entrevistó a 9218 sujetos (4409 hombres y 4809 mujeres) para así lograr representatividad de las zonas urbanas de cada país. La IFV fue realizada recolectando dos recordatorios de 24 horas en días no consecutivos por personal entrenado en la técnica de pasos múltiples, utilizando atlas y modelos de porciones para determinar tamaño de la porción en medidas caseras que posteriormente fue traducido a cantidad en gramos. El análisis se realizó por grupo de edad, sexo y nivel socioeconómico (NSE). **Resultados:** La IFV fue de 200g/día promedio (hombres 202, mujeres 198), siendo la más alta en Ecuador (282g/día) y la más baja en Colombia (161g/día). La ingesta es más alta en hombres en todos los países excepto Brasil, Perú y Argentina. La IFV aumenta con la edad, variando desde 176g/día (IC=90,4–261,6) a los 15-19 años hasta los 226g/día (IC=133–319) a los 50-65 años. A pesar de este aumento con la edad, el 70,99% de los entrevistados de 50-65 años no alcanzó las recomendaciones en ninguno de los dos días, en comparación con el 80,95% del grupo de 15-19 años ( $p < 0,001$ ). La ingesta fue menor en el NSE bajo, siendo de 180g/día (IC=98,8–261,2) y mayor en el alto con 224g/día (IC=128–2020). Sólo el 4,2% de la población total cumplió con la recomendación en ambos días y el 19,13% lo hizo en al menos un día. Es importante resaltar que los resultados presentados en este análisis sólo tienen en cuenta los sujetos que luego de un análisis se consideraron como plausibles (personas que no sub- o sobreestimaron su ingesta). **Conclusiones:** Los hallazgos refuerzan la baja IFV por parte de la población latinoamericana, ya que el 95,8% no alcanzó la recomendación en ambos días. Además, esta baja ingesta fue independiente del sexo, edad o NSE.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los autores expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

**FINANCIACIÓN:** ELANS cuenta con el apoyo de una subvención científica de la Compañía Coca-Cola y el apoyo del Instituto Pensi/Hospital Infantil Sabara, Instituto Internacional de Ciencias de la Vida de Argentina, Universidad de Costa Rica, Pontificia Universidad Católica de Chile, Pontificia Universidad Javeriana de Colombia, Universidad Central de Venezuela (CENDES-UCV) / Fundación Bengoa, Universidad San Francisco de Quito e Instituto de Investigación Nutricional del Perú. Los financiadores no tuvieron ningún papel en el diseño del estudio, la recopilación y el análisis de datos, la decisión de publicar o la preparación de este manuscrito.