

Influencia de la alimentación en los niveles de calcemia total en adultos jóvenes *Influence of food on the levels of total calcemia in young adults*

Giai, Marcos; Damiani, Beatriz y Gonzalez Arra, Carolina
Facultad de Farmacia y Bioquímica. Universidad Juan Agustín Maza

Contacto: mgiai@umaza.edu.ar

Palabras clave: calcio; alimentación; jóvenes
Key Words: calcium; food; young

El calcio es un mineral crítico para un adecuado desarrollo del esqueleto, especialmente en los períodos de crecimiento hasta la adultez temprana. La distribución de este mineral en los alimentos no es uniforme, por lo que una dieta con bajo contenido de calcio puede asociarse a diversas patologías óseas. El objetivo de este trabajo fue analizar los hábitos alimentarios de una población de adultos jóvenes y relacionarlos con los niveles plasmáticos de calcio total. Se analizó la dieta de 286 adultos jóvenes (18-24 años) postulantes a ingresar a las Fuerzas Armadas durante el año 2017 y se determinó el nivel plasmático de los siguientes metabolitos: Glucosa, Urea, Creatinina, Colesterol, Triglicéridos, Proteínas totales, Albúmina y Calcio total). Se realizaron además mediciones antropométricas (edad, sexo, peso, talla, Índice de Masa Corporal - IMC) y se midió la tensión arterial. Los hábitos de consumo de alimentos se analizaron según el cuestionario validado por INDICAD (2001). Se procesó una muestra de 286 postulantes a ingresar a las Fuerzas Armadas (noviembre de 2017). De los cuales el 90,6% correspondieron a postulantes masculinos. La edad promedio fue de $19,9 \pm 1,7$ años de edad. Se observó una prevalencia de postulantes oriundos del Gran Mendoza (38%), seguidos de los de San Luis (30%) y los del Valle de

Uco (23%). El Índice de Masa Corporal (IMC) promedio fue de $23,9 \pm 3,5$ kg/m². Se observó que el 8,7% presentó un IMC menor al normal (IMC<20), un 23,7% de postulantes con sobrepeso (IMC >25<30) y un 5,2% presentó obesidad (IMC>30). Se encontró que el 27% de la población analizada presentaba valores de calcio plasmático total por debajo del límite inferior de referencia. En esta población, se encontró una correlación significativa con el IMC (Pearson, p: 0,0284), la tensión arterial sistólica (Pearson, p: 0,0122) y la tensión arterial diastólica (Pearson, p: 0,0328). Además, hubo correlación significativa con la uremia (Pearson, p: 0,0281), creatininemia (Pearson, p: 0,0281), colesterolemia (Pearson, p: 0,0004), trigliceridemia (Pearson, p: 0,0039), protidemia (Pearson, p: 0,0032) y albuminemia (Pearson, p: 0,0111); mientras que los niveles de calcio plasmático total no se asocian con los valores de glucemia ni uricemia. Se evidenció un porcentaje mayor de individuos con niveles de calcio plasmático total menores al límite inferior de referencia, en comparación con lo publicado en la bibliografía. Estos individuos presentan un consumo insuficiente de alimentos ricos en calcio y los panificados predominan en su dieta. Al mismo tiempo, presentan altos valores de IMC y prevalencia de obesidad.