

# Determinación de la composición corporal de alumnas de la Facultad de Ciencias de la Nutrición de la UMaza

J. Díaz, E. Raimondo, S. Milone, L. García, J. Vilches Magrini, A. Vergara,  
L. Jofré y M. Carrizo

Facultad de Ciencias de la Nutrición. Universidad Juan Agustín Maza  
nutjesicadiaz@gmail.com

## Objetivos

Determinar la composición corporal de alumnas de la carrera de Nutrición de la UMaza.

## Metodología

Se tomó una muestra de 74 estudiantes de la carrera de Nutrición, a quienes se les realizó una evaluación antropométrica utilizando un monitor de composición corporal, donde se determinaron índice de masa corporal (IMC) y porcentajes de grasa corporal y de músculo esquelético. También, diámetro de cintura, con cinta métrica, y presión arterial, con tensiómetro. En los análisis bioquímicos se determinaron cantidades de gramos por litro de colesterol, lipoproteínas de alta densidad (High-density Lipoprotein o HDL) y de baja densidad (Low-density Lipoprotein o LDL), triglicéridos (TG) y glucosa.

## Resultados

El 93% de las mujeres que participaron en el estudio tenía una edad comprendida entre los 17 y los 26 años. El IMC reflejó que el 8% de las encuestadas presentó bajo peso, el 78% lo mantenía normal, el 11% registraba sobrepeso y el 4% padecía obesidad. El porcentaje de grasa corporal dio 4% bajo, 51% normal, 32% alto y 13% muy alto. Por otra parte, el 49% evidenció un porcentaje de músculo esquelético

muy bajo, el 50% bajo y sólo el 1% normal. Esto está relacionado con el sedentarismo del grupo entrevistado. El 9% de las encuestadas poseía un valor de diámetro de cintura superior a lo estipulado. Considerando los límites de presión arterial entre 80-120, resultó que el 12% tenía una presión arterial mínima superior a 80 y el 27% una presión arterial máxima superior a 120. Esto es preocupante debido a la corta edad de las personas encuestadas.

Del análisis bioquímico resultó que sólo un 1% presentaba valores elevados de glucosa en ayunas, un 4% registraba colesterol elevado, un 3% tenía un valor bajo de HDL, un 65% mantenía valores normales de HDL y los de un 32% eran elevados. Con respecto al LDL, el 96% evidenciaba valores óptimos y el 4%, valores límites. Finalmente, el 19% arrojó valores elevados de TG.

## Conclusión

Los porcentajes de sobrepeso (11%) y obesidad (4%) son preocupantes, teniendo en cuenta la edad de las alumnas y que estudian nutrición.

Por otra parte, los parámetros del IMC de un 32% de las estudiantes estaban dentro de lo normal. Sin embargo, sus depósitos de grasa eran elevados, lo que les podría ocasionar enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) debido al sedentarismo.