

¿Son adecuados los parámetros bioquímicos de los vegetarianos del Gran Mendoza?

Are the biochemical parameters of vegetarians from Greater Mendoza adequate?

Río Julieta¹; Boarelli Paola²; Rosas María Emilia¹; Savinkova Elena¹; Mezzatesta Pablo¹

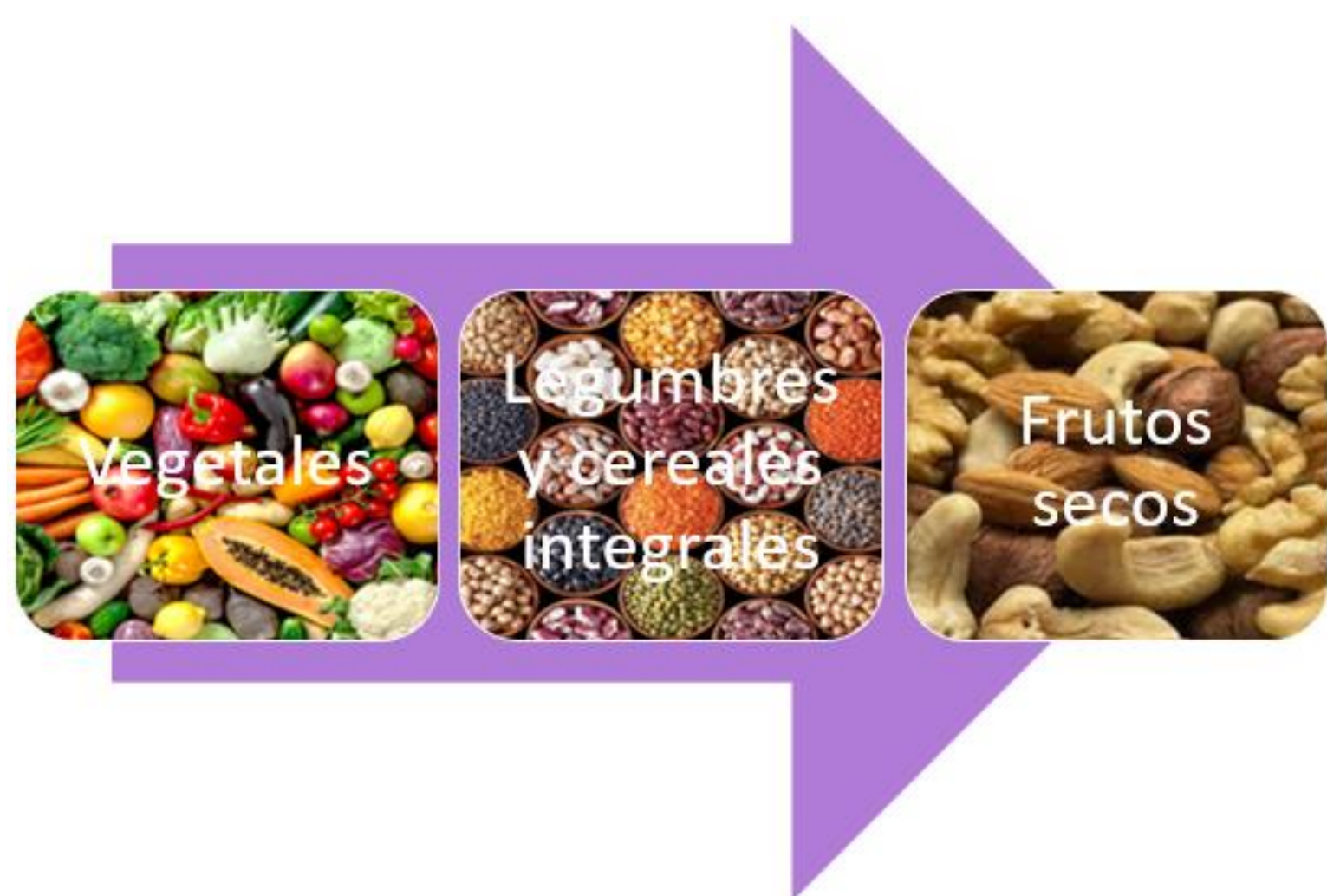
1 Facultad de Ciencias de la Nutrición UMaza- 2 Facultad de Farmacia y Bioquímica Universidad Juan Agustín Maza
Email: pmezzatesta@umaza.edu.ar

PALABRAS CLAVES

Palabras Clave: colesterol; glucemia; triglicéridos
Key Words: cholesterol; glycemia; triglycerides

INTRODUCCIÓN

Si bien las personas vegetarianas, en general, tienen menor riesgo de padecer Enfermedades No Transmisibles (ENT), como: hipertensión, ciertos tipos de cáncer, enfermedad isquémica del corazón, diabetes tipo 2 y obesidad.



Todo esto relacionado con una baja ingesta de grasas saturadas y al alto consumo de hortalizas, frutas, cereales integrales, legumbres, productos derivados de la soja, frutos secos y semillas (todos ricos en fibra y fitoquímicos)

Que se traduce en niveles menores de colesterol total y de LDL (lipoproteínas de baja densidad) y un mejor control de la glucosa sérica.

También existe la posibilidad, que en aquellas dietas mal equilibradas tengan carencias de nutrientes críticos, tales como: proteínas, calcio, zinc, entre otros.

OBJETIVO

Determinar los parámetros bioquímicos de vegetarianos del Gran Mendoza.

HIPÓTESIS

Los parámetros bioquímicos de los vegetarianos del Gran Mendoza son normales.

METODOLOGÍA



Para ello se convocó a través de redes sociales, grupos de vegetarianos que existen en el Gran Mendoza.

En este estudio se evaluaron 72 hombre y mujeres, los cuales quisieron participar voluntariamente del estudio, previa firma del consentimiento informado, aprobado oportunamente por el Comité de Ética de la Universidad Juan Agustín Maza, en el cual se les aclaraba los estudios a realizar y la confidencialidad de los datos.



Siendo los criterios de inclusión tener entre 18 y 65 años, no cursar ninguna enfermedad de base que pueda alterar los resultados que se obtuvieran, si era mujer no estar embarazada o en periodo de lactancia.



ANÁLISIS BIOQUÍMICOS:

Las muestras sanguíneas fueron recolectadas mediante veno-puntura, previa asepsia local con alcohol 96, con tubos sin anticoagulante para obtener suero.

ANÁLISIS BIOQUÍMICOS

En las muestras de suero se evaluaron los siguientes parámetros bioquímicos:

Glucemia

Colesterol

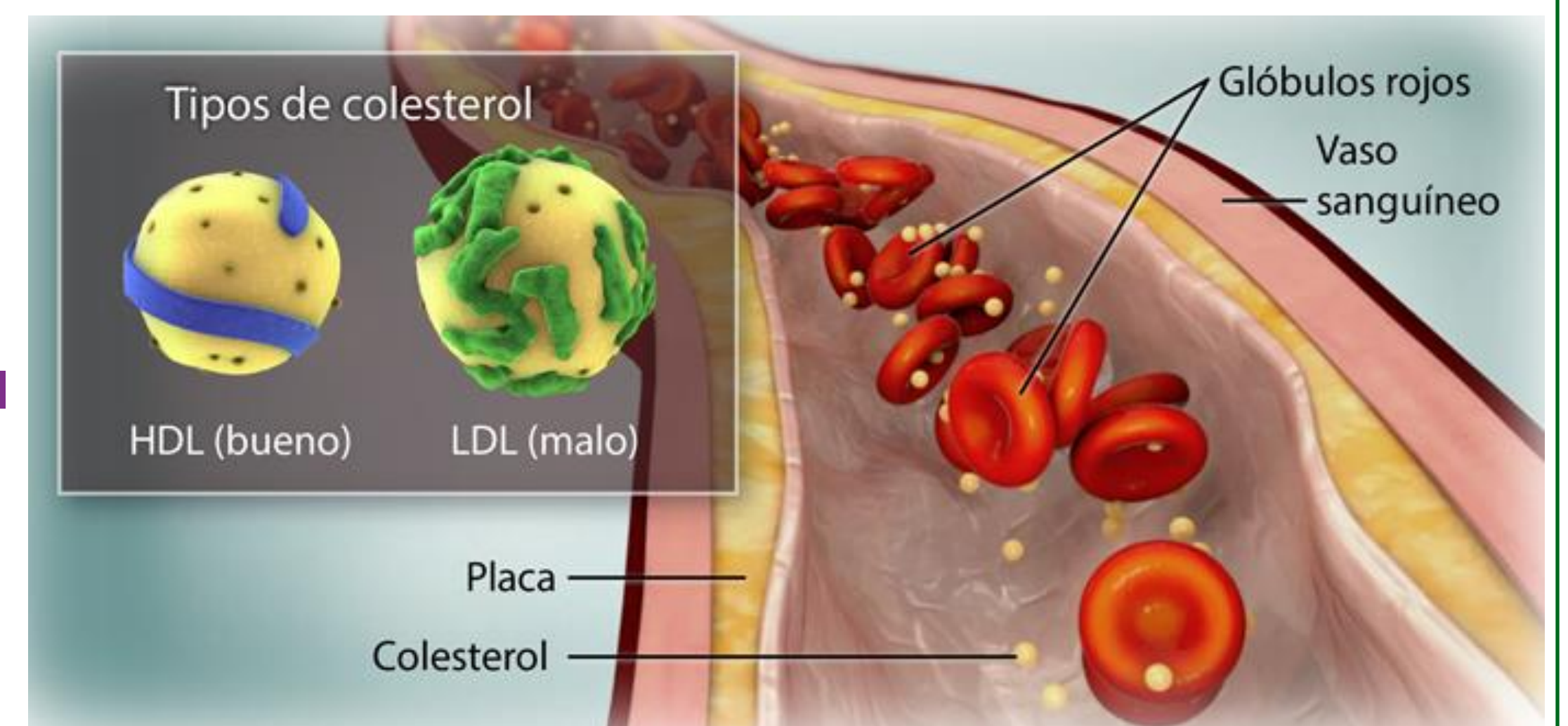
Triglicéridos

HDL colesterol

LDL colesterol

ALT/GPT

AST/GOT



El hepatograma consiste en la medición de las siguientes sustancias:

AST (aspartato aminotransferasa) y ALT (alanina aminotransferasa), anteriormente llamada GOT (transaminasa glutámico-oxalacética) y GPT (glutamato-piruvato transaminasa), respectivamente.

Son exámenes de rastreo para identificar alguna enfermedad oculta del hígado y/o de las vías biliares.

Los ensayos bioquímicos estaban basados en el método de Trinder (GTLab) y Método UV optimizado (IFCC).

Para el análisis de datos se empleó estadística descriptiva

RESULTADOS

Un 43% de la muestra presenta discreta anisocitosis

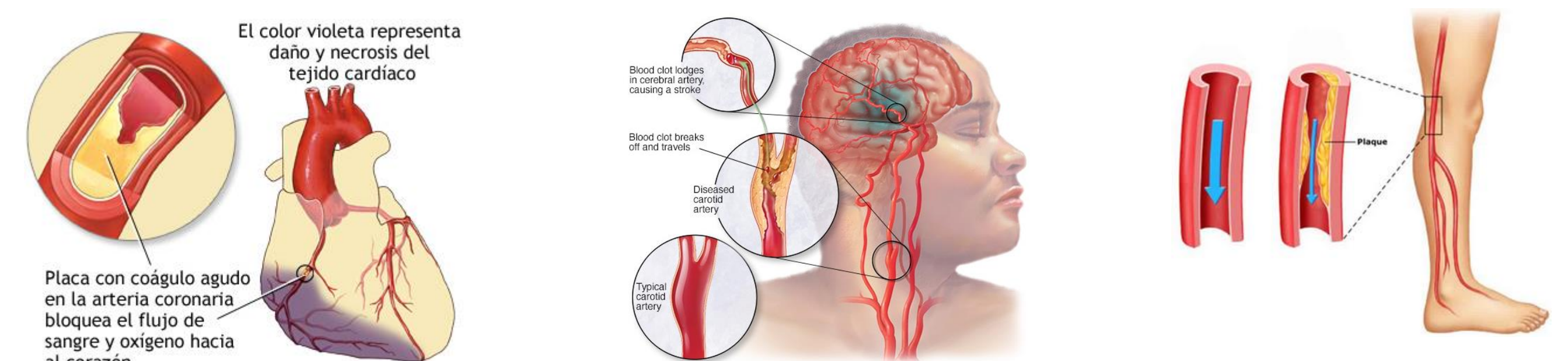
Se denomina anisocitosis a una anomalía en el tamaño de los glóbulos rojos por la cual estos presentan un tamaño uniforme, en vez de variar entre ellos. Este hecho suele ser causado, en su gran mayoría, por alguna forma de anemia.

El 37% presenta valores de HDL menores a 35 mg/dl

Niveles de HDL inferiores a 35 mg/dl incrementan de forma importante el riesgo cardiovascular, en estos casos es especialmente importante someterse a tratamiento y hacer cambios en el estilo de vida para mejorar los niveles de HDL.

20,8% presenta valores de Colesterol total por encima de los 200 mg/dl

Un nivel demasiado alto de colesterol en la sangre aumenta el riesgo de enfermedades cardíacas y otros problemas de salud graves. Los niveles altos de colesterol pueden causar que se acumule en las arterias una placa, que con el tiempo puede estrechar o bloquear completamente las arterias. Cuando esto pasa, algunas partes del cuerpo no obtienen suficiente flujo de sangre.



Si se bloquea el flujo de sangre al corazón, puede causar un ataque al corazón

Si se bloquea el flujo de sangre al cerebro, puede causar un accidente cerebrovascular

Si se bloquea el flujo de sangre a los brazos o las piernas, puede causar enfermedad arterial periférica

Un 19,4% presenta valores de TAG superiores a 165 mg/dl

TAG es la cantidad de triglicéridos que hay en la sangre. Los niveles altos de triglicéridos pueden aumentar el riesgo de un ataque al corazón o un accidente cerebrovascular (un infarto cerebral)

CONCLUSIONES

Dado los valores bioquímicos hallados se deben analizar las posibles causas que lo ocasionan