

Resumen #587

ELABORACIÓN DE UN INSTRUMENTO PARA ESTIMAR LA INGESTA ALIMENTARIA EN INDIVIDUOS CON DIETAS VEGETARIANAS

¹CASERMEIRO MA, ¹GASPARINI SR, ¹LOTUFO HADDAD A
¹Universidad Nacional de Salta

Persona que presenta:

CASERMEIRO MA, alecaser@gmail.com

Área:

Epidemiológica / Salud Pública

Resumen:

Cada vez es mayor el número de adeptos a la alimentación vegetariana y los patrones alimentarios de estas personas pueden variar considerablemente. A fin de realizar una valoración nutricional de estos individuos es importante investigar su consumo de alimentos para luego determinar la ingesta de nutrientes. La encuesta alimentaria permite conocer las principales características de la alimentación, así como establecer relaciones entre el consumo de nutrientes y otros indicadores del estado de nutrición. El objetivo es elaborar un instrumento para estimar la ingesta alimentaria en individuos que siguen dietas vegetarianas en el marco de un proyecto de investigación. Diseño de un cuestionario de frecuencia de consumo alimentario (CFCA). Para esto se tomó como referencia encuestas utilizadas en distintos trabajos de investigación en poblaciones vegetarianas. Se elaboró una lista completa de alimentos para que el entrevistado indique el tamaño habitual de la porción y la frecuencia de consumo (diaria, semanal, mensual). El cuestionario fue sometido a un estudio piloto en individuos vegetarianos que no formarán parte de la población de estudio. Los resultados del mismo se tuvieron en cuenta para realizar modificaciones con el propósito de mejorar dicho instrumento. El cuestionario consta de los siguientes ítems: Datos personales, Técnicas que aumentan la biodisponibilidad de nutrientes críticos, Grupos de Alimentos (Lácteos, Huevo, Verduras, Frutas Frescas, Desecadas y Secas, Cereales y Derivados, Legumbres y Derivados, Semillas, Azúcar y Dulces, Grasas y Aceites, Bebidas, Otros Alimentos), Consumo de suplementos y Lugar donde compra los alimentos. Luego de la prueba piloto se agregaron alimentos que no habían sido considerados y que formaban parte de la dieta habitual de los vegetarianos. Además, debido a la gran variedad de verduras y frutas mencionadas, se decidió agruparlas en Verduras A, B y C, Frutas Frescas, Desecadas y Secas. El equipo de investigación considera que el CFCA es útil para tener una mayor representatividad de la ingesta y los patrones de alimentación de las personas; además permitirá clasificar la muestra en función del consumo de alimentos y nutrientes según tipo de vegetarianismo y su relación con el estado de nutrición.

Palabras Clave:

encuesta alimentaria, estado nutricional, vegetarianos

DEVELOPMENT AN INSTRUMENT TO ESTIMATE FOOD INTAKE IN INDIVIDUALS WHO FOLLOW VEGETARIAN DIETS

¹CASERMEIRO MA, ¹GASPARINI SR, ¹LOTUFO HADDAD A
¹Universidad Nacional de Salta

Persona que presenta:

CASERMEIRO MA, alecaser@gmail.com

Abstract:

The number of vegetarian people is increasing, and the food patterns of these persons can vary considerably. In order to perform a nutritional assessment of these individuals, it is important to investigate their food consumption and then determine the nutrients intake. The food survey allows to know the main characteristics of the diet as well as to establish relations between the consumption of nutrients and other indicators of the nutritional status. The aim of this work was to elaborate an instrument to estimate the dietary intake in individuals who follow vegetarian diets in the framework of a research project. A food consumption frequency questionnaire (FCFQ) was designed. Surveys used in different research projects about vegetarian populations was employed how a reference. A complete list of foods was elaborated with the objective that the interviewee indicates the usual size of the portion and the frequency of consumption (daily, weekly, monthly). The questionnaire was subjected to a pilot test in vegetarian individuals who will not be part of the study population. The results were taken into account to upgrade the instrument designed. The questionnaire consists of the following items: Personal data, Techniques that increase the bioavailability of critical nutrients, Food Groups (Dairy products, Egg, Vegetables, Fresh, Dried and Dry Fruits, Cereals and derivatives, Legumes and derivatives, Seeds, Sugar and Sweets, Fats and Oils, Beverages, Other Foods), Supplements consumption and Place where individuals buy the foods. After the pilot test, all products that had not been considered and that were part of the usual diet of vegetarians were added to the survey. In addition, due to the vast variety of vegetables and fruits that were mentioned, it was decided to group them in Vegetables A, B and C, and Fresh, Dried and Dry Fruits. The researchers consider that the FCFQ is useful to have a greater representativeness of the ingestion and eating patterns of the persons. Also, it will allow classifying the sample in function of the consumption of foods and nutrients according to the type of vegetarianism and its relation with the state of nutrition.

Keywords:

dietary survey, status nutritional, vegetarians