

Resumen #780

Consumo de frutas y verduras en puestos sanitarios del noroeste cordobés

¹Minin F, ¹Bertorello NB

¹Universidad Católica de Córdoba, Facultad Ciencias de la salud

Persona que presenta:

Minin F, mininfederico@gmail.com

Área:

Epidemiológica / Salud Pública

Resumen:

Según recomendaciones de FAO/OMS el consumo diario de frutas y verduras debería ser de cinco porciones (3 de verduras y 2 de frutas). En la Argentina según la última Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares (2013) su ingesta es apenas la mitad de lo aconsejable. Objetivo General: Caracterizar el consumo de frutas y verduras en adultos del noroeste cordobés.

Se desarrolló un estudio descriptivo y de corte transversal. Participaron 38 adultos, provenientes de las salinas de Córdoba próximas a La Rioja, que asistieron al control clínico general realizado por la Asociación Civil "Una Gota de Salud" durante el mes de Junio de 2018. Los hábitos alimentarios de consumo de frutas y verduras se evaluaron a partir de un cuestionario de frecuencia de consumo. Dicho instrumento fue extraído del módulo alimentario de la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo 2013. Para el análisis de los datos se utilizó el Software estadístico InfoStat, aplicando estadística descriptiva y test de Fisher para indagar si había diferencia por sexo, se utilizó el nivel de significancia de 0,05.

La media de edad fue de 37,5 años (DE \pm 15,25), 24% fueron de sexo masculino vs 76% sexo femenino. El 63% consume una unidad de fruta por día y sólo el 10% cubre la recomendación de verduras diarias. Al analizar las comparaciones por sexo, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas para las variables en estudio.

Estos resultados parciales evidencian que la ingesta diaria de frutas y verduras es inferior a las 5 porciones al día. Es indispensable la implementación de políticas gubernamentales que promuevan y faciliten el consumo de frutas y verduras, como así también aquellas que fomenten la educación alimentaria en las poblaciones.

Palabras Clave:

consumo alimentario, frutas y verduras, noroeste cordobés

Fruit and vegetable intake in sanitary posts in northwest Cordoba Province

¹Minin F, ¹Bertorello NB

¹Universidad Católica de Córdoba, Facultad Ciencias de la salud

Persona que presenta:

Minin F, mininfederico@gmail.com

Abstract:

According to the Food Agriculture Organization, an organism of the World Health Organization, the daily intake of fruits and vegetables should include five portions or servings (3 of vegetables and 2 of fruits). In Argentina, based on the data from the last National Survey of Home Expenditure Budget (2013), the intake is scarcely half the recommended portions. *General Objective:* To characterize the fruit and vegetable intake among adults of northwest Córdoba province.

A descriptive, cross-sectional study was carried out. Thirty eight adults from Córdoba salt lakes near La Rioja province were enrolled. They attended the general clinical evaluation performed by the Civil Association "Una Gota de Salud" in June 2018. The eating habits as regards fruit and vegetable intake were assessed considering a questionnaire about frequency of intake. This instrument was taken from the alimentary module of the 2013 National Survey on Risk Factors. The Statistical software InfoStat was used for the data analysis, applying descriptive statistics and the Fisher Test to investigate if there were differences according to gender with a significance level of 0.05.

The median age was 37,5 años (DE \pm 15,25); 24% were male vs 76% female subjects. Among them, 63% consume one piece of fruit a day and only 10% eat the recommended vegetable daily intake.

On analyzing comparisons by gender, no statistically significant differences were found for the variables under study.

These partial results reveal that the daily fruit and vegetable intake is below the suggested 5 portions per day. It is essential to implement government policies that promote and facilitate fruit and vegetable intake as well as educational policies that encourage alimentary education in the population.

Keywords:

food intake, fruits and vegetables, Northwest Córdoba