

## V Congreso de alimentación, nutrición y dietética. Desafíos en comunicación, marketing y educación alimentaria.



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA

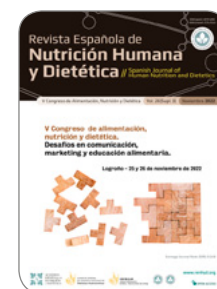


CONSEJO GENERAL  
DE COLEGIOS OFICIALES DE  
Dietistas-Nutricionistas



CODINULAR  
Colegio Profesional de  
Dietistas - Nutricionistas de La Rioja

PRESENCIAL



www.renhyd.org

25 y 26 de noviembre de 2022



### CP-11\_Mujeres paquistaníes: agentes promotoras de hábitos alimenticios saludables

Cristina Vaqué Crusellas<sup>1,\*</sup>, Saba Anwar<sup>2</sup>, Jesús Contreras Hernández<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Ciencias de la Salud y Bienestar UVic-UCC, Grupo de Recerca Methodology, Methods, Models of Health and Social Outcomes (M3O), España. <sup>2</sup>Universidad de Barcelona, Departamento de Antropología Social, España.

\*[cristina.vaque@uvic.cat](mailto:cristina.vaque@uvic.cat)

**Introducción:** Una dieta de baja calidad y un estilo de vida poco activo, junto con las barreras culturales y lingüísticas convierten a las mujeres inmigrantes de origen paquistaní en una población de riesgo para desarrollar el síndrome metabólico y enfermedades cardiovasculares. **Objetivos y población diana:** El objetivo de este proyecto es diseñar un programa de educación alimentaria cultural y lingüísticamente apropiado basado en el modelo Transteórico que permita a las participantes mejorar la calidad de su alimentación, y convertirse en embajadoras de hábitos alimentarios saludables para el resto de su comunidad. Las participantes son las mujeres adultas de origen paquistaní con residencia en Badalona y Santa Coloma de Gramenet. **Teorías e investigación previa:** Los países con un mayor número de población inmigrante de origen paquistaní han diseñado e implementado intervenciones para mejorar los hábitos alimentarios, cultural y lingüísticamente adaptados a sus necesidades con resultados fructíferos. Pero, no se ha encontrado ninguna intervención nutricional dirigida a esta población a nivel español o catalán, aun siendo un 1,8% de la población extranjera en España y un 4,4% en Cataluña. **Intervención:** En este estudio experimental controlado aleatoriamente, las participantes serán asignadas en dos grupos (control: mujeres residentes en Badalona, experimental: mujeres residentes en Santa Coloma de Gramenet). El grupo intervención participará en 10 sesiones semanales de educación alimentaria basadas en el modelo Transteórico mientras que el grupo control recibirá 3 sesiones de educación general sobre alimentación y salud. Al finalizar la intervención se organizará una exposición de PhotoVoice sobre el plato saludable. **Evaluación:** Al finalizar la intervención tendrá lugar la evaluación que será repetida a corto (3 meses) y largo plazo (6 meses). **Discusión:** Este estudio será el primero realizado en Cataluña dirigido a este grupo de población. Establecerá puentes interculturales entre los profesionales sanitarios y la comunidad paquistaní residente en Cataluña. El proyecto abrirá la puerta a futuras intervenciones, y será sostenible en el tiempo ya que las mujeres participantes se convertirán en agentes promotoras de salud para el resto de su comunidad.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-12\_ Estudio cualitativo de la ingesta dietética en niños veganos menores de 2 años

Paula Molina-Dueso<sup>1,\*</sup>, Iva Marques-Lopes<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Facultad Ciencias de la Salud y Deporte, Universidad de Zaragoza, Huesca, España.

\*paulaunizar@hotmail.com

**Introducción:** Existen pocos estudios que valoran la ingesta de alimentos y suplementos en niños veganos menores de dos años. El objetivo del trabajo consistió en recopilar algunos aspectos de la alimentación y el uso de suplementos en niños veganos (y sus madres) entre los seis meses y los dos años. **Métodos:** Se ha realizado un estudio transversal descriptivo con una muestra a conveniencia; es decir, las personas del estudio han leído las características del estudio, han aceptado y han contestado voluntariamente tras recibir la petición. La encuesta fue diseñada *ad hoc* para el estudio, y distribuida por Internet a familias autodeclaradas veganas y con hijos veganos entre los seis meses y los dos años. El estudio contó con la aprobación de la sección de Gerencia de la Universidad de Zaragoza y del Comité Ético de la Investigación de la Comunidad de Aragón, tanto por lo relativo al envío de la encuesta online y todo lo relacionado con la protección de datos como por el proceso en sí mismo de elaborar, administrar y procesar la encuesta. **Resultados:** Se han recopilado datos de 109 familias autodeclaradas veganas. El 86,2% optaban por lactancia materna, y el 13,76% optaban por la leche de fórmula (86,6% con preparados con proteína de soja y 46,6% con preparados de proteína de arroz u otro cereal). Las fuentes de vitamina B<sub>12</sub> de la madre fueron: suplementos (92,6%) y alimentos enriquecidos (52,3%). En el caso del bebé: los suplementos (81,65%), seguido de la lactancia materna (67%) y los alimentos enriquecidos (54,1%). Las fuentes de vitamina D de la madre: exposición solar (89,9%), suplementos (57,8%) y alimentos enriquecidos (47,7%). Las fuentes de vitamina D del bebé fueron: la exposición solar (87,1%), la leche materna (72,4%), los suplementos (59,6%) y los alimentos enriquecidos (46,8%). Las fuentes de yodo, fueron los suplementos en el 100% de las madres en lactancia y en el 22% de los niños. El consumo de omega-3, el 65,1% de los bebés consumían crema de chía, el 64,2% crema de nueces, el 59,6% crema de lino, el 33% tomaban cápsulas de DHA, el 26,6% aceite de linaza, el 2,75% semillas y el 0,9% lino y aceite de lino. **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** Un porcentaje elevado de madres veganas en lactancia, así como de sus hijos menores de 2 años cubren las necesidades de nutrientes clave, bien mediante la lactancia materna o bien con suplementos y alimentos enriquecidos.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-13\_ Percepción de la importancia de la hidratación y el consumo de agua en niños en edad escolar

Alicia Campo-Frías<sup>1,\*</sup>, Jorge Fuertes Fernández-Espinar<sup>1,2</sup>, Iva Marques-Lopes<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Facultad Ciencias de la Salud y Deporte, Universidad de Zaragoza, Huesca, España.

<sup>2</sup>Centro de Atención Primaria Perpetuo Socorro, Huesca, España.

\*gimnasta16@gmail.com

**Introducción:** Los cambios en el estado de hidratación a lo largo del día pueden afectar el rendimiento cognitivo y físico con implicaciones en el éxito escolar y en la salud de los niños. El objetivo de este trabajo es conocer la percepción de la importancia de la hidratación, así como el consumo de agua y el/los motivo/s por el/los que los niños no beben agua cuando tienen sed en niños. **Métodos:** Se ha realizado un estudio transversal descriptivo, en 108 escolares (51 niños y 57 niñas) de 9 a 12 años de segundo y tercer ciclo de un Colegio Público de Educación Primaria. Esta encuesta fue diseñada específicamente para el trabajo

y fue autorellenada por los escolares al inicio de una clase, con la ayuda de la investigadora y del profesor. La encuesta incluyó cuestiones relacionadas con la cantidad de agua que consumían, si podían beber agua siempre que tenían sed, el conocimiento sobre la ingesta hídrica necesaria y el consumo de refrescos. El estudio contó con la aprobación de la sección de Gerencia de la Universidad de Zaragoza y del Comité Ético de la Investigación de la Comunidad de Aragón, tanto por lo relativo a la encuesta y todo lo relacionado con la protección de datos como por el proceso en sí mismo de elaborar, administrar y procesar la encuesta.

**Resultados:** El 2,7% refiere beber menos de un vaso de agua, el 56,5% entre 1 y 4 vasos y el 40,7% consumen 5 vasos o más. El 85% respondió poder beber agua cuando tenía sed y las razones del otro 15% que alegaron no hacerlo, es porque se olvidan la botella de agua o prefieren seguir jugando. El 47% cree necesario beber diariamente 1 a 2 litros de agua, mientras el 27% lo cifra en 2 a 3 litros/día. Con respecto al consumo diario de refrescos, el 80% consumían menos de una lata al día, el 15% entre 1 – 2 latas diarias y el 5% 3 a 4 latas diarias. Las tres situaciones más asociadas al consumo de refrescos fueron: el consumo de comida rápida, estar con amigos y ver la televisión. **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** Más de la mitad de los escolares encuestados no llega al consumo de agua diario recomendado, aunque conocen la cantidad recomendada. Siguen siendo muy necesarias campañas de educación para fomentar su consumo y su importancia en la salud.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-14\_Políticas de sostenibilidad y circularidad de los envases en un sector clave de la industria de alimentación y bebidas española

Carlota Crespo Calvete<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Asociación Nacional de Bebidas Refrescantes (ANFABRA), España.

\*[ccrespo@refrescantes.es](mailto:ccrespo@refrescantes.es)

**Introducción:** Naciones Unidas aprobó en 2015 la Agenda 2030 en la que se marcaban 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) relacionados, entre otras áreas, con la defensa del medio ambiente, el combate al cambio climático o la educación. En línea con esta Agenda ODS 2030, el sector de las bebidas en España puso en marcha varias acciones con el fin de contribuir en el avance hacia sistemas alimentarios más sostenibles. **Intervenciones:** Con el fin de establecer los compromisos del sector más afines con los ODS 2030, se han analizado 152 metas, de las cuales se han evaluado en profundidad 54, consideradas como prioritarias. Esto ha dado lugar al establecimiento de 23 compromisos alineados a 11 ODS centrados en: la gestión y uso eficiente de los recursos naturales, el desarrollo social y económico de las comunidades locales, la empleabilidad de la mujer, el incremento de la información al consumidor o reciclado de envases (como el desarrollo y avance en medidas que fomenten la circularidad las botellas de plástico PET). En este sentido, también se han puesto en marcha estrategias centradas en la reducción de emisiones, protección de acuíferos o reducción en el consumo de agua. Esto va unido a la generación de alianzas tanto con las administraciones públicas, como empresas y entidades del tercer sector y un compromiso con la salud y bienestar de los ciudadanos.

**Resultados:** Estos compromisos implican varias metas que tienen como fecha 2025 (cinco años antes de la fecha marcada), entre las que destacan: a) 100% de los envases serán reciclables; b) Al menos un 50% del material de envases de PET procederán del reciclado; c) Reducir un 20% la ratio de consumo de agua por unidad de producción; d) El 100% de la energía eléctrica consumida procederá de fuentes renovables; e) Reducción en un 30% de la ratio de consumo de energía por unidad de producción respecto a los niveles existentes el año 2010. **Conclusiones de los autores y discusión:** Las compañías del sector de las bebidas llevan años desarrollando buenas prácticas vinculadas a los Objetivos de Desarrollo Sostenible, lo que les ha permitido fijarse un objetivo de cumplimiento en algunos de los casos cinco años antes de 2030, la fecha establecida por Naciones Unidas.

**CONFLICTO DE INTERESES:** La autora tiene su posición de trabajo actual en la Asociación Nacional de Bebidas Refrescantes (ANFABRA).



## CP-15\_Reformulación en la industria de bebidas para reducir la ingesta de azúcares añadidos en la población española

Lourdes Montero<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Scientific & Regulatory Affairs Manager, Coca-Cola Iberia, España.

\*[Imontroiglesias@coca-cola.com](mailto:Imontroiglesias@coca-cola.com)

**Introducción:** Las cifras de sobrepeso y obesidad se han convertido en un reto de salud pública en nuestro país. Según el Plan de Acción Europeo de Alimentación y Nutrición 2015-2020, la realidad actual es que nuestra alimentación es poco equilibrada y existe un consumo elevado de grasas saturadas, grasa *trans*, sal o azúcares. En el caso de estos últimos, las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud indican que el consumo de azúcares libres o añadidos no debe superar el 10% de la ingesta calórica total con el fin de reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles. **Intervenciones:** Por este motivo, en 2020, la industria de alimentos y bebidas de nuestro país se comprometió con AESAN a reducir los ingredientes críticos (HFSS) de la composición nutricional de algunos de sus productos con el fin de facilitar entornos y dietas más saludables para la población. En el marco de la Estrategia NAOS y con el compromiso de ayudar a los consumidores a reducir su ingesta de azúcares, empresas líderes en el sector de las bebidas, han apostado por la innovación y la reformulación para reducir o eliminar el azúcar añadido de sus productos en un 10% como mínimo. **Resultados:** Teniendo en cuenta que el agua debe ser la principal fuente de hidratación, los datos indican que hay un descenso del consumo de azúcares añadidos a través de las bebidas. Durante la última década, se ha incrementado de manera paulatina el número de bebidas bajas o sin calorías que las compañías ponen en el mercado, con el fin de que el consumidor pueda escoger aquellas que más les gusten sin necesidad de aumentar el consumo de azúcares añadidos. De hecho, desde 2010, el esfuerzo en innovación y el compromiso con la población ha permitido que los líderes en el sector hayan podido contar con más de 280 bebidas reformuladas y, por lo tanto, con menos contenido de azúcar. A nivel nacional, esto ha implicado que más del 63% de las bebidas refrescantes que se venden en nuestro país sean bajas o sin calorías, lo que marca una tendencia clara. **Conclusiones de los autores y discusión:** Estas cifras marcan que el compromiso en la reducción de azúcares de las empresas líderes en el sector de bebidas de nuestro país, ha superado los acuerdos cerrados con AESAN, ya que se prevé en 2025 la reducción de azúcar sea del 33% con respecto a los datos de 2000.

**CONFLICTO DE INTERESES:** La autora tiene su posición de trabajo actual en Coca-Cola Iberia.

## CP-16\_Dieta personalizada y cambios de composición corporal en niños y adolescentes con exceso de peso

Manuel Reig-García<sup>1,\*</sup>, Rosa María Martínez-Espinosa<sup>2</sup>, Diego I Gallardo<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Isabel I, Burgos, España. <sup>2</sup>División de Bioquímica y Biología Molecular, Departamento de Agroquímica y Bioquímica, Facultad de Ciencias, Universidad de Alicante, Alicante, España. <sup>3</sup>Departamento de Matemáticas, Universidad de Atacama, Copiapó, Chile.

\*[manuelfelipe.reig@ui1.es](mailto:manuelfelipe.reig@ui1.es)

**Introducción:** La prevalencia de obesidad en el sureste de España es alta. Se recomienda realizar análisis de la composición corporal, por su relación con los cambios en el estado de salud. Por ello, es de especial interés el análisis de los cambios clínicamente significativos en el peso corporal (BW), la masa grasa (FM) y la masa libre de grasa (FFM). El objetivo de este estudio es analizar la efectividad en los cambios de composición corporal en niños y adolescentes de una región española, debido a la exposición a una intervención dietética personalizada dirigida por un dietista. **Métodos:** Este estudio presenta los siguientes criterios de selección: asistencia a la consulta entre 2009 y 2012; sujetos de entre 7 y 18 años con exceso de FM. Se realizaron 529 consultas en 61 sujetos expuestos a intervención dietética personalizada. La mayoría eran niñas entre 15 y 18 años con obesidad y que se expusieron a

la intervención durante >1,5 horas y >1,5 meses. El mantener el punto de corte del  $\geq 5\%$  como cambio clínicamente significativo se considerará una técnica adecuada para evaluar los casos de sobrepeso y obesidad. En los cambios no recomendables de FFM, se consideró el punto de corte de  $\pm 0\%$ , diferenciando entre cambio recomendable  $\geq 0\%$  y no recomendable  $< 0\%$ . **Resultados:** Resultados de la intervención muestran que: i) Es posible utilizar la capacidad diagnóstica del índice de FM y FFM versus IMC; ii) Cuanto mayor sea el tiempo de exposición, mayor será el cambio registrado en varios parámetros (IMC, BW, FM y FFM); iii) Se identificaron mayores cambios de %FM versus %BW; iv) Los sujetos que se exponen durante >1,5 horas tienen 8,6 veces mayor probabilidad de obtener cambios clínicamente significativos de BW y FM; v) Se ha encontrado un número elevado de sujetos con cambios no recomendables en FFM, aunque sin cambios significativos frente al grupo de cambios recomendables; iv) La magnitud de los cambios observados es significativa si se compara con otros estudios similares previos. **Conclusiones:** Como conclusión principal, la dieta personalizada presenta efectividad en la obtención de cambios clínicamente significativos de BW y FM; no obstante, se deben encontrar estrategias para que los niños y adolescentes se expongan mayor número de horas a la intervención y hay que seguir investigando los cambios no recomendables de FFM. Así, este conocimiento contribuirá a la práctica clínica diaria de los dietistas.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-17\_Escuela de pacientes de cáncer colorrectal

María Garriga García<sup>1,\*</sup>, Reyes Ferreiro Monteagudo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dietista-Nutricionista, Servicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital Universitario Ramón y Cajal, Madrid, España. <sup>2</sup>Oncóloga, Servicio de Oncología, Hospital Universitario Ramón y Cajal, Madrid, España.

\*[maria.garriga@salud.madrid.org](mailto:maria.garriga@salud.madrid.org)

**Introducción:** El colorrectal es el cáncer más frecuente en España, si se tiene en cuenta su incidencia en ambos sexos. Esta enfermedad constituye a día de hoy la segunda causa de muerte por cáncer en España y a nivel mundial. Para el año 2022 la estimación de la Sociedad Española de Oncología Médica es que 43.000 personas serán diagnosticadas de este tipo de tumor en nuestro país. La concienciación y educación social sobre ella en la población es fundamental, junto a la promoción de hábitos de vida saludables y los programas de prevención. El Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid ha creado una "Escuela para pacientes diagnosticados de cáncer colorrectal". Esta iniciativa, innovadora en la red sanitaria pública de la Comunidad de Madrid, ha entrado en funcionamiento coincidiendo con el Día del Cáncer de Colon. **Objetivos y población diana:** Se trata de un espacio de encuentro entre profesionales y pacientes cuyo objetivo es complementar la atención sanitaria multidisciplinar que reciben a lo largo de todo el proceso de su enfermedad, implicarles activamente en el cuidado de su salud, y favorecer la cohesión y el enriquecimiento en un ámbito más participativo. **Intervención:** El programa tiene una duración de 5 semanas. Se realizan sesiones y talleres prácticos que se imparten en grupos reducidos de 12 pacientes para favorecer la comunicación en un torno agradable y cómodo. El equipo está formado por diferentes especialistas implicados en la atención de pacientes con cáncer de colon: personal médico, personal de enfermería, fisioterapeutas, psicólogos, dietista-nutricionista (D-N), voluntarios... La sesión de alimentación, es impartida por un D-N, "Alimentación: qué pautas nutricionales debo seguir", incluye alimentación en "situación estable" y en "situaciones especiales": ostomía, diarrea, deshidratación, estreñimiento, flatulencia, pérdida de apetito, mucositis, inflamación e irritación, ageusia, disgeusia, náuseas y vómitos... **Evaluación:** Al finalizar la escuela se pasa un cuestionario a los pacientes para valorar las distintas sesiones. Los resultados de la encuesta están en fase de análisis. **Conclusiones de los autores y discusión:** La alimentación es un pilar básico del tratamiento de los pacientes con cáncer de colon. La inclusión de un D-N en las "escuelas de pacientes" permite a los pacientes ampliar los conocimientos sobre alimentación y cómo adaptar la dieta a las distintas situaciones que se van presentando a lo largo del proceso oncológico. Siempre con el objetivo de optimizar la eficacia de los tratamientos, reducir las complicaciones asociadas a la enfermedad y mejorar la calidad de vida del paciente.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Las autoras expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.





## CP-20\_Nutrición de precisión en la plataforma mHealth-ALIBIRD de monitorización y seguimiento en el tratamiento de pacientes con cáncer

Jorge Fernández-Cabezas<sup>1,\*</sup>, Jose M Iniesta<sup>2</sup>, Isabel Espinosa-Salinas<sup>1</sup>, Marta Villarino-Sanz<sup>3</sup>, Enrique Gómez<sup>2</sup>, María Sereno<sup>3</sup>, Ana Ramírez de Molina<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Plataforma GENYAL de Ensayos Clínicos en Nutrición y Salud, IMDEA Alimentación, Madrid, España. <sup>2</sup>Grupo de Bioingeniería y Telemedicina, Universidad Politécnica de Madrid, España. <sup>3</sup>Servicio de Oncología Médica, Hospital Universitario Infanta Sofía, San Sebastián de los Reyes, España.

\*[jorge.fernandez@imdea.org](mailto:jorge.fernandez@imdea.org)

El cáncer constituye una de las primeras causas de morbilidad, considerándose a su vez una de las primeras causas de muerte a nivel mundial. Por otro lado, se sabe que los estilos de vida juegan un papel fundamental en la prevención y el desarrollo de determinados tipos de cáncer. Entre estos estilos de vida se encuentra la dieta, la práctica de ejercicio físico y el consumo de tóxicos. La aplicación de estrategias nutricionales y de estilo de vida personalizadas de acuerdo a las características únicas de cada persona, pueden ayudar en la prevención y el tratamiento de pacientes con cáncer.

El consorcio multidisciplinar ALIBIRD-CM, constituido por 7 grupos de investigación de la Comunidad de Madrid, está trabajando en la aplicación de estrategias de medicina personalizada –incluyendo la nutrición de precisión– con el fin de mejorar la tasa de respuesta y calidad de vida del paciente oncológico. Liderado por la UPM (grupo de Ingeniería Biomédica), el Hospital Infanta Sofía de Madrid (Oncología Médica) e IMDEA Alimentación (Nutrición de Precisión en cáncer), se está desarrollando una plataforma mHealth con el objetivo de dar un soporte nutrigenético personalizado a pacientes con cáncer durante el tratamiento, y que ayude además en la toma de decisiones y empodere al paciente hacia unos hábitos saludables y beneficiosos para su calidad de vida, entre otros objetivos. Los primeros resultados de un estudio piloto, prospectivo, abierto y no randomizado de implementación de la plataforma de salud digital mHealth en pacientes con cáncer de pulmón metastásico en fase de tratamiento activo sugieren una alta eficacia y utilidad de la plataforma.

Durante el estudio, se está llevando a cabo un seguimiento durante 6 meses mediante la valoración integral del paciente. En él se ha realizado un análisis nutrigenético de 60 polimorfismos de un solo nucleótido, para adaptar las recomendaciones nutricionales y de estilo de vida a las características individuales de cada paciente, teniendo en cuenta la susceptibilidad a la somnolencia, ritmos fisiológicos, tolerancia al gluten y a la lactosa, así como la respuesta al consumo de sustancias tóxicas. A su vez, se ha diseñado un informe para el profesional de la salud, aportando información relevante acerca de la predisposición genética del paciente a diversos procesos implicados en su evolución clínica, pudiendo ayudar así a optimizar el tratamiento recibido.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-23\_Aceite de oliva, oleocantal y prevención de la enfermedad de Alzheimer

Christina Wilde Ortiz<sup>1,\*</sup>, Manuel Reig<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidad Isabel I, Burgos, España.

\*[christina.wilde@alumnos.ui1.es](mailto:christina.wilde@alumnos.ui1.es)

**Introducción:** La mortalidad por demencia es alta, situándose entre las diez primeras enfermedades mortales del mundo y el 60-70% de los casos se deben a la enfermedad de Alzheimer (EA). La dieta mediterránea se ha asociado con mejoras en la EA gracias, entre otros, al consumo de AOVE cuyos compuestos fenólicos ejercen efectos reductores sobre los depósitos amiloides y de proteína tau. De los compuestos fenólicos identificados, la literatura estima necesario conocer la dosis de OC que permita reducir dichos depósitos. **Métodos:** Se realizó una búsqueda bibliográfica de ensayos clínicos en las bases de datos PubMed, Web of Science y Scopus, la estrategia de búsqueda cumplió unos criterios de inclusión: estudios en humanos o animales, publicados

entre 2011-mayo 2021, en español e inglés; estudios de sujetos con EA intervenidos dietéticamente con AOVE u OC derivado de AOVE; y de exclusión: revisiones y metaanálisis, estudios *in vitro*, estudios repetidos; estudios de compuestos fenólicos distintos al OC excepto si el estudio se realiza con AOVE; estudios sobre OC no procedente del AOVE; estudios sin intervención dietética. **Resultados:** Se identificaron 22 artículos y se seleccionaron 4 ensayos clínicos en ratones donde se relacionó la ingesta de OC y/o AOVE con la reducción de los depósitos amiloides y de la proteína tau. Las mayores modificaciones del marcador beta amiloide se produjeron en el hipocampo cerebral mediante dieta en polvo enriquecido con OC y AOVE (*The Governor*). Las mayores modificaciones de la proteína tau total y p-tau se produjeron en cerebros homogeneizados mediante la administración de pienso + OC en polvo (10 mg/kg). Se encontraron varios sesgos en los estudios seleccionados: la heterogeneidad de los métodos clínicos y de las zonas cerebrales estudiadas, la falta de datos cuantitativos y los modelos de ratones transgénicos utilizados. No se hallaron ensayos clínicos en humanos. **Conclusiones de los autores, discusión y/o aplicación a la práctica:** El consumo de OC, procedente del AOVE, reduce los niveles de proteínas  $\beta$ A y tau, asimismo puede prevenir la EA a través de su ingesta mediante la dieta mediterránea. La investigación futura debe centrarse en determinar la cantidad de OC necesaria para aportar dichos beneficios, mediante ensayos clínicos en humanos.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-25\_Evaluación de calidad nutricional de proteína procesada de soya en ratas

Mario Lopez Cordon<sup>1,\*</sup>, Clara Pereda<sup>2</sup>, Suresh Menon<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Menon Renewable Products, Escondido, California, United States of America. <sup>2</sup>Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá (INCAP), Guatemala.

\*[marioguillermolopez3@hotmail.com](mailto:marioguillermolopez3@hotmail.com)

**Introducción:** Los procesos de fermentación, hidrólisis y oligomerización no solo mejoran el perfil nutricional de productos y subproductos vegetales, sino también producen péptidos bioactivos y nucleótidos importantes en la nutrición humana y animal. **Métodos:** 24 ratas *Sprague Dawley* fueron alimentadas *ad lib* durante 28 días con 3 dietas conteniendo 10% de proteína, donde la única variación fue la fuente de proteína, fueron incluidos 3 grupos: caseína, proteína procesada de soya y proteína de guisantes cocida. Se realizó el índice de eficiencia proteínica (PER) que fue obtenido por el radio de ganancia de peso e ingesta de proteína durante las 4 semanas de estudio, la última semana se muestrearon las heces para su contenido de N y obtener la digestibilidad aparente de las dietas. **Resultados:** La proteína procesada de soya tuvo un PER de 3,0, comparado a la caseína 2,4 y la proteína de guisantes cocida de 1,2 ( $p > 0.05$ ), lo que nos indica que el proceso de fermentación, hidrólisis y oligomerización a la que fue sometida la soya produce péptidos bioactivos y nucleótidos que estimulan el consumo de alimento, reflejado esto en la ganancia de peso y PER. La digestibilidad aparente fue similar en las 3 dietas, indicando que en este estudio la digestibilidad no es un predictor de la calidad de proteína de las dietas. **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** 1) La proteína de soya procesada, según el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá, es catalogada como un Alimento de Alto Valor Nutricional, por lo que tiene mucho potencial para su uso en nutrición humana. 2) Los países de Centroamérica utilizan bebidas vegetales complementarias a sus dietas desde la infancia hasta la 3<sup>era</sup> edad a base de harina de soya y maíz, la proteína procesada de soya podrá ser incluida ya que manifestó mejor calidad que la dieta control de leche (caseína).

**CONFLICTO DE INTERESES:** Sin conflicto de intereses entre la empresa desarrolladora del producto y el instituto de investigación pertinente.



## CP-26\_Efecto del volumen de agua ingerido, sobre la eficiencia ofensiva en jugadoras profesionales de baloncesto

Ignacio Escribano Ott<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Dietista-Nutricionista, Entrenador de baloncesto y Estudiante de Doctorado en el Departamento de Educación Física y Deporte, Universidad del País Vasco, España.

\*[ignacio.escribano.ott@gmail.com](mailto:ignacio.escribano.ott@gmail.com)

**Introducción:** El agua explica el 60-75% de la composición orgánica del ser humano, siendo imprescindible para el rendimiento deportivo, interviniendo en funciones fundamentales como la liberación de calor, participación en el metabolismo energético y contribuyendo en la recuperación orgánica. En el baloncesto, uno de los deportes más populares y con mayor número de licencias en categoría femenina a nivel mundial, es habitual alcanzar pérdidas del 1-2% del peso corporal en forma de agua, poniendo en detrimento variables técnicas, físicas y cognitivas. Un correcto plan de hidratación puede aminorar estos efectos negativos, sin embargo, es habitual observar prácticas de hidratación inadecuada entre las jugadoras, que pueden ser explicadas en parte por falta de conocimientos en nutrición deportiva aplicada al baloncesto. Esto, pone de relevancia la necesidad de realizar intervenciones de educación nutricional específicas en este grupo poblacional. Para ilustrar la capacidad del agua para intervenir positivamente en el rendimiento en baloncesto, este trabajo relaciona la hidratación durante el partido con el rendimiento ofensivo en jugadoras profesionales de baloncesto, durante un partido de preparación en pre-temporada (septiembre 2021). **Métodos:** En la pista se registraron 26,3 °C, 46,2% humedad y 495 pm de CO<sub>2</sub>. Se calculó el peso perdido en forma de agua y el volumen de agua ingerido pesando a las jugadoras (con la menor ropa posible y secando previamente el sudor) y sus botellas al comenzar y finalizar el partido. También se tuvo en cuenta el volumen de orina miccionado en el descanso. Los minutos disputados y la eficiencia ofensiva se obtuvieron a partir de las estadísticas de juego. Los datos se expresan como media aritmética, desviación estándar y porcentaje. Se aplicaron medidas de asimetría y curtosis para valorar la normalidad de las variables cuantitativas. **Resultados:** Los resultados obtenidos, sugieren que, para mantener la eficiencia ofensiva, es necesario reponer de forma gradual alrededor de ~1 litro de agua, especialmente cuando las jugadoras disputan más de 20 minutos de partido. **Aplicación a la práctica:** Este trabajo, además aporta una representación gráfica que puede incluirse en programas de educación nutricional (<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/13HbJCuT-bakFOhD1Lj561ucgd3nIO396>).

**CONFLICTO DE INTERESES:** El autor expresa que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-27\_Alimentación *plant-based* y suplementación con omega-3 en mujeres lactantes. Revisión de la bibliografía

Daniel Escobar Sáez<sup>1,\*</sup>, María Pilar Herrero Jiménez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dietista-Nutricionista e Investigador en el Servicio de Neonatología, Hospital Universitario La Paz, Madrid, España. <sup>2</sup>Dietista-Nutricionista en el Centro de Unidad de Atención al Desarrollo, Zaragoza, España. <sup>3</sup>Miembro de GENutPed, España.

\*[danielescobarsaez@gmail.com](mailto:danielescobarsaez@gmail.com)

**Introducción:** Las dietas basadas en plantas han demostrado ser inocuas, en todas las etapas de la vida, siempre que estén bien planificadas, incluso para las mujeres gestantes, lactantes y en los bebés. Aunque una dieta basada en plantas no implique necesariamente que sea de peor calidad nutricional que cualquier otro patrón de alimentación, debido a las características de estas dietas en donde se excluyen productos como el pescado o el marisco, se debe prestar atención a ciertos nutrientes, como los ácidos grasos omega-3. En este sentido, la contribución de los suplementos de aceites de algas como fuente de ácidos omega-3 podría ser una opción interesante de cara a cubrir los requerimientos de este nutriente, ya que han demostrado ser seguros y con una biodisponibilidad similar a los provenientes de aceites de pescado o *krill*. Existe una gran variabilidad en la cantidad de



omega-3 en la leche materna que puede vincularse a las diferencias en las dietas y la ingesta de suplementos. Los cambios dietéticos guardan relación con la composición de la leche materna y, en este contexto, las dietas basadas en plantas adecuadamente suplementadas no alteran la composición de la leche materna. El DHA ha demostrado tener una gran implicación en la salud de la madre y el bebé, por ello la suplementación con este ácido graso es recomendable durante la gestación y en el periodo de lactancia. Con respecto a la suplementación, los estudios concluyen con una correlación entre el aumento de la suplementación con DHA y la concentración de este en la leche materna. Por ello, sería recomendable suplementar a las mujeres lactantes con dietas basadas en plantas, con DHA proveniente de algas en forma de triglicéridos para asegurar una mejor biodisponibilidad. **Métodos:** Se ha realizado una búsqueda bibliográfica en las principales bases de datos mediante los términos “suplementación y dietas basadas en plantas”, “suplementos de omega-3 y dietas veganas” y “dieta vegana y leche materna”. **Resultados:** Se obtuvieron 33 estudios en una primera búsqueda en donde se incluyó como primer filtro el término. Posteriormente, al realizar una búsqueda avanzada con los términos específicos se obtuvieron 15 artículos, 5 de ellos se excluyeron por no ser relevantes para la revisión. **Conclusiones de los autores, discusión y/o aplicación a la práctica:** Debe considerarse la suplementación de omega-3 en mujeres lactantes, en aquellas con bajo consumo de pescado y/o mariscos en su dieta o aquellas con dietas *plant-based*, escogiendo aquellos con la mejor biodisponibilidad posible.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-28\_Diagnóstico de una infodemia. La supuesta influencia dietética en el riesgo de cáncer

Eduard Flores Ventura<sup>1,\*</sup>, Heidi Sowter<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Biomedical Sciences, University of Westminster, London, United Kingdom.

\*[eduard.flores.ventura@hotmail.com](mailto:eduard.flores.ventura@hotmail.com)

**Introducción:** La población debería reconocer la influencia de la dieta en el riesgo de cáncer, ya que dietas más saludables podrían prevenir 1 de cada 20 cánceres y una infodemia podría haber impedido conductas preventivas adecuadas, dando lugar al fenómeno conocido como ‘ilusión de control’. Para ello, esta investigación ha pretendido determinar en qué medida la supuesta influencia de los factores dietéticos en el riesgo de cáncer está en consonancia con el posicionamiento de las autoridades científicas, y si el grado de alineamiento con las autoridades está influenciado por factores sociodemográficos, experiencias con el cáncer, el riesgo y la eficacia percibida de la dieta. **Métodos:** El enfoque metodológico adoptado en este estudio transversal es una metodología mixta basada en un diseño anidado concurrente (Cualitativo embebido en Cuantitativo). Los datos se recopilaron mediante un muestreo de bola de nieve durante 1 mes con un cuestionario semiestructurado de 52 ítems que incluía 5 secciones que abarcan conocimientos y percepciones sobre el vínculo entre la dieta y el cáncer. Los criterios incluyeron población de 18 años o más que no hubiesen tenido cáncer. Los datos cuantitativos se analizaron a través del *software* IBM SPSS v28 y los datos cualitativos con análisis del marco teórico a través del *software* NVIVO v12. **Resultados:** Se recogieron 131 respuestas. El 56% de las respuestas no estuvo de acuerdo con las autoridades científicas. Los más jóvenes (Mdn=26; IQR=25-32), sin antecedentes de salud (n=97), bajo riesgo y eficacia percibida de la dieta (n=57), que no basaron sus opiniones en artículos científicos (n=74) ni redes sociales (n=94) fueron menos acordes con el posicionamiento de las autoridades en la mayoría de los factores dietéticos ( $p < 0,05$ ). Residir en Reino Unido (n=39) o en España (n=52) y el nivel educativo fueron independientes ( $p > 0,05$ ). **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** Este estudio ha encontrado que existe una infodemia con respecto al conocimiento de la dieta y el cáncer. Afecta a la población independientemente de su nacionalidad o de su fuente de información mediática y afecta a los más jóvenes, a los que tienen un menor nivel educativo, a los que se perciben con un bajo riesgo de cáncer y que tienen una baja percepción de eficacia de la dieta. Para ello, las personas con formación en ciencias de la salud y los adultos podrían actuar como agentes de cambio.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-30\_ Una facultad universitaria como entorno saludable: estudio observacional

Edna Judith Nava-González<sup>1,\*</sup>, Pamela Cueto-Salaya<sup>1</sup>, Nailea Natividad Elizondo-Álvarez<sup>1</sup>, Myriam Gutiérrez-López<sup>1</sup>, Magdalena Soledad Chavero-Torres<sup>1</sup>, Nohemí Lilibiana Negrete-López<sup>1</sup>, Lizbeth Tolentino-Mayo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Nuevo León, Facultad de Salud Pública y Nutrición, México. <sup>2</sup>Instituto Nacional de Salud Pública, Centro de Investigación en Nutrición y Salud, México.

\*edna.navag@uanl.mx

**Introducción:** Las universidades son organizaciones que deben hacer promoción de la salud, y reforzar estilos de vida saludable, de acuerdo con las estrategias diseñadas por la Organización Mundial de la Salud. El objetivo de este estudio es conocer y describir el entorno saludable (interno y externo) de una facultad en el área de nutrición, que pueden influir en la salud de los estudiantes universitarios. **Métodos:** Estudio descriptivo-observacional del entorno de una facultad de nutrición en una universidad pública del noreste de México. Se aplicaron 5 formatos de evaluación: (1) Inventario de alimentos, bebidas y bebederos, (2) Inventario de alimentos en la Unidad de Servicios de Alimentación y Nutrición (UDESAN), (3) Inventario y observaciones de instalaciones y material para actividad física, actividades extracurriculares y deportes, (4) Formato de establecimientos de comida y caracterización del ambiente interno y externo (500 m alrededor de la facultad) y (5) Evaluación de servicios integrales de salud en la facultad (atención psicológica y consultas de nutrición) en el periodo abril-mayo 2022. **Resultados:** Los alimentos y bebidas que se ofrecen en la facultad en la UDESAN son platillos completos, equilibrados, con adecuada calidad nutricional e inocua, tiene un menú fijo y uno cíclico con variedad de frutas, verduras, bebidas, lácteos, cereales y botanas. Se localizaron 7 bebederos, de los cuales sólo el 71% funciona correctamente y se encuentran en condiciones satisfactorias que permiten hacer uso de ellos, en zonas de fácil acceso y visibles. Para realizar actividad física, hay 9 máquinas de ejercicio al aire libre, equipos deportivos y actividades extracurriculares a las que los alumnos se puedan inscribir de manera gratuita. Alrededor de la facultad se observaron 58 establecimientos de alimentos, 15 locales de comida rápida y 10 de casera, 19 vendedores ambulantes de fruta y verdura preparada, 10 de *snacks* y 5 tiendas de conveniencia. La facultad cuenta con servicios integrales de salud: 1 Clínica de Nutrición con atención gratuita para empleados y alumnos. Las terapias psicológicas son gratuitas. **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** El entorno alimentario y de actividad física que se observó dentro de la facultad es favorable para los estudiantes, sin embargo, se recomienda realizar campañas para promover un mayor uso de las instalaciones haciendo hincapié en los beneficios de dietas saludables y de actividad física para prevenir enfermedades crónicas. Fuera de la facultad, los estudiantes están expuestos a productos de baja calidad nutricional y sin opciones para realizar actividad física.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Las autoras expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-31\_ Estudio descriptivo de la calidad de la dieta y de algunos hábitos saludables de los jóvenes españoles

Elena Sandri<sup>1,2,\*</sup>, Asensi Cabo Meseguer<sup>2</sup>, Germán Cerdá Olmedo<sup>2</sup>,

<sup>1</sup>Escuela de Doctorado, Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir, Valencia, España. <sup>2</sup>Facultad de Medicina y Ciencias de la salud, Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir, Valencia, España.

\*elena.sandri@ucv.es

**Introducción:** Una pauta de comportamiento llevada a cabo con regularidad, que es aprendida y que requiere poco o ningún esfuerzo consciente, constituye un hábito. Hay diferentes estudios que muestran la existencia de una relación entre la práctica de hábitos sociales y deportivos saludables y el aumento de la calidad de vida. En el caso opuesto, hay estudios que resaltan las consecuencias negativas para la salud de una incorrecta alimentación. La juventud es una época vital de crecimiento, donde los hábitos que se vayan adquiriendo suelen mantenerse en la edad adulta influyendo significativamente en la salud. Por ello es

importante conocerlos con el objetivo de diseñar acciones de formación y sensibilización para contribuir a que esos hábitos sean saludables. **Material y métodos:** Se realiza un estudio observacional, descriptivo, transversal mediante encuestas. Se partió de un cuestionario de confección propia que se validó a través de un estudio piloto y un grupo nominal. La difusión se realizó *on-line* a través de las redes sociales mediante un muestreo no probabilístico en bola de nieve, obteniendo una muestra de 9.750 encuestados de edad entre 18 y 30 años, el 18,89% eran hombres, el 81,11% mujeres. Como variables discretas se consideraron el sexo, el nivel de estudio y el nivel de ingresos, variables continuas el índice de masa corporal (IMC), el índice alimentación saludable (IASE) para la población Española, el nivel de salud autopercebido, el sedentarismo, el tiempo semanal de actividad física, el consumo de alcohol y de tabaco. El estudio de la significación se ha realizado con la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney, por no cumplirse la normalidad de la distribución en ninguna variable. **Resultados:** Con respecto al IASE se registró que el 37,06% de la población presentaba un índice saludable, un 56,65% necesita aportar cambios en su nutrición y un 6,3% se alimentaba de forma poco saludable. Se comprueba que existen diferencias significativas en las variables cuantitativas para todas las variables sociodemográficas exploradas, a excepción del nivel educativo respecto del sedentarismo. **Conclusiones:** Las mujeres españolas jóvenes presentan un IMC, un nivel de sedentarismo y un consumo de tabaco más bajo respecto a los hombres, contrariamente, los hombres presentan un mejor IASE, practican más deporte y duermen más horas. Un mayor nivel de estudios y de ingresos contribuye a tener un estilo de vida más saludable. La mayoría de los jóvenes españoles necesitan realizar cambios en su nutrición.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-32\_Focus on food instead of focus on nutrients improves consumer's understanding of meals' nutrition quality

Cláudia Viegas<sup>1,\*</sup>, Elsa Lamy<sup>2</sup>, Marília Prada<sup>3</sup>, Ada Rocha<sup>4</sup>

<sup>1</sup>H&TRC-Health & Technology Research Center, ESTeSL-Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Portugal. <sup>2</sup>Mediterranean Institute for Agriculture Environment and Development, University of Evora, Evora, Portugal.

<sup>3</sup>Department of Social and Organizational Psychology, Iscte-Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal. <sup>4</sup>GreenUPorto – Sustainable Agrifood Production Research Centre/Inov4Agro, Faculty of Nutrition and Food Sciences University of Porto (FCNAUP), Porto, Portugal.

\*[claudia.viegas@estesl.ipl.pt](mailto:claudia.viegas@estesl.ipl.pt)

**Introduction:** Increased consumer's concern with the nutritional quality of food has led to greater interest and need for information to assess the adequacy of daily food intake. Nowadays, most of the information directed to consumers focuses on nutrients, ignoring the impact of the interactions between different foods, its origin and degree of processing. Also, the methodologies currently applied have led consumers to confuse foods with nutrients, meat and fish are often referred to as "proteins", grains and potatoes are referred to as "carbohydrates, forgetting that these foods are also source of other nutrients, such as fat, proteins, fibre, etc. Furthermore, its efficacy is compromised by the difficulties of reading labels among Portuguese consumers. **Objective:** This study aimed to evaluate the understanding about the way food/nutritional information is presented in menus to Portuguese consumers, comparing the nutrient-focused approach (currently used Nutrition Declaration) and the new food-focused approach (the infographic). **Previous research:** Based on the Portuguese food guide - "Roda da Alimentação mediterrânica", researchers developed an Infographic representing daily food recommendations. **Methodology:** For data collection, a questionnaire was developed, evaluating the understanding of the balance and healthiness of four different meals in terms of balance and healthiness, using the two approaches (nutrient-focused and food-focused). The order of presentation of the approaches and the meals was randomized for all participants. The questionnaire was distributed online through snowball sampling. **Results:** The questionnaire was answered by 81 individuals, mostly female (83%), aged 25 to 64 years old. Evaluation of meals ("how balanced" and "how complete" the meal is) using the Nutrition Declaration (nutrient-focused) returned similar results for all meals, in opposite to the Infographic (food-focused) that returned significant differences ( $p < 0.01$ ). The percentage of consumers that respond "I don't know" to these questions significantly decreased using the food-focused tool (25% vs. 5%). **Conclusions:** The food-focused approach (infographic) allows for a better understanding of meals' nutritional balance. Several authors have identified that the nutrient focused approach is reductive and undermines the ability of the consumer to evaluate his food intake. The use of the infographic in menus, recipes, cookbooks, and even in clinical advice may increase compliance with recommendations, providing more information about the daily food portions and how different meals and types of food contribute for complying food and nutritional recommendations, improving better food choices and a healthier lifestyle.

**CONFLICT OF INTERESTS:** The authors state that there are no conflicts of interest in preparing the manuscript.

## CP-33\_Quartiles of the biepicondylar humerus, bicrestal and biacromial breadths in a sample of spanish adult women with overweight or obesity: a cross-sectional study

Fernando Rojo Fernández<sup>1,\*</sup>, Ramón de Cangas Morán<sup>1</sup>, Jose Ramón Bahamonde Nava<sup>2</sup>, Guillermo Nicieza Forcelledo<sup>3</sup>, David Zamarreño Ortiz<sup>4</sup>, Karina Torres Escandón<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Investigación en Nutrición de Precisión, Centro Salud Nutricional, Gijón, España. <sup>2</sup>Educación Primaria, Facultad Padre Ossó, Universidad de Oviedo, Oviedo, España. <sup>3</sup>Departamento de Cirugía General y del Aparato Digestivo, Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA)-Fundación Hospital de Jove, Gijón, España. <sup>4</sup>Departamento de Urgencias, Hospital de Cabueñes, Gijón, España. <sup>5</sup>Unidad de Cuidados Intensivos, Hospital de Cabueñes, Gijón, España.

\*fernando@centrosaludnutricional.com

**Introduction:** The estimation of body composition is mandatory since it is an expression of the energy intake and expenditure in the long term. The body build, refers to the skeletal-muscle mass architecture, that constitutes the support frame of the body and it is function of the length, breadth and depth of the bones. A few studies estimate the body built compared to those ones which monitor the % Fat Mass (FM) and Fat Free Mass (FFM). It is likely due to the variety of terms employed to name it (e. g., body size/contexture/skeletal robustness), the lack of an operational definition and a gold standard to confront a new methodology with that one. It is usually estimated measuring several bone breadths with large and small bone calipers. **Aims:** Evaluate the correlation of three subrogates of body build with the FM, FFM and its subcompartments and determine their quartiles in a sample of Spanish adult women with overweight or obesity. **Material and methods:** Cross-sectional study whose inclusion criteria were: adults, Edema Index (EI)=ECW/TBW= 0.36<EI=<0.39 and overweight or obesity (%FM≥30). Height was measured with the stadiometer (SECA 222) and weight, FM, FFM, Lean Mass (LM), Skeletal Muscle Mass (SMM), Bone Mineral Content (BMC) and EI with Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) Inbody 770. The biepicondylar humerus (BHB), Bicrestal (BCB) and Biacromial (BAB) breadths were measured with a large and small bone caliper respectively (Calibres Argentinos). The  $\rho$ -Spearman was employed for all the correlations since BHB, BCB and BAB did not verify the normality criterion. The correlation matrix between each one of the bone breadths and the body composition parameters and the quartiles was computed with IBM SPSS V.25. **Results:** Sample of 115 women (46±11 years, BMI=30.22±4.63 and %FM=42.46±5.5). Moderate positive correlations ( $0.4 \leq \rho \leq 0.6$ ) between the BHB, BCB and BAB and the weight, FFM, BMC, LM, SMM and ALM; the BHB and the height and the BAB and BMI and FM and weak in the remainder. The quartiles of BHB (6.3/6.5/6.8), BCB (36.5/37.5/38.5) and BAB (21.1/23/25.5). **Conclusions:** The BHB, BCB and BAB are postulated as candidates to be employed in prediction equations of body build. The number of studies that provides percentiles is very limited and is circumscribed to children and teenagers from Asia. This is the first study, that we are aware, which provides reference values of subrogates of the body build in sample of these features.

**CONFLICT OF INTERESTS:** The authors state that there are no conflicts of interest in preparing the manuscript.

V Congreso de alimentación,  
nutrición y dietética.

Desafíos en comunicación,  
marketing y educación alimentaria.



## CP-34\_Predictores del índice de masa corporal en preescolares: características parentales y adherencia a la dieta mediterránea

Izaskun Berasategi Zabalza<sup>1,\*</sup>, David Murcia-Lesmes<sup>2</sup>, Domenica Ulloa-Zeas<sup>2</sup>, Edurne Ciriza Barea<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Escuelas Infantiles Municipales Pamplona-Iruña, España. <sup>2</sup>Departamento de Salud Pública, Universidad Pública de Navarra (UPNA), Pamplona, España.

\*[izaskun.berasategi@gmail.com](mailto:izaskun.berasategi@gmail.com)

**Introducción:** El sobrepeso y la obesidad son considerados la gran pandemia de este siglo, sobre todo en edad infantil, y es consecuencia de cambios ambientales, sociales, e inadecuados hábitos alimentarios que se pueden, en cierto modo, prevenir. El objetivo de este estudio es determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil de niños en edad preescolar e identificar predictores del estado nutricional. **Métodos:** Estudio transversal en preescolares de dos años, englobado en un proyecto más ambicioso que pretende implantar nuevos menús y ofrecer educación nutricional a las familias de los niños/as que acuden a las escuelas infantiles municipales de una ciudad de tamaño medio. Como punto de partida se caracterizó el perfil de alimentación de los niños en casa, incorporando información sobre adherencia a dieta mediterránea y estilos educativos de alimentación en los padres. Se analizan estos estilos y factores sociodemográficos con el índice de masa corporal de los niños/as. **Resultados:** Un total de 94 familias, en su mayoría de ingresos medios-altos, participaron en este estudio que se llevó a cabo durante la pandemia de COVID19. La prevalencia de sobrepeso fue de 9.5% y la de obesidad fue de 6.4% en esta muestra. La mayoría de las familias refirió una alta adherencia a la dieta mediterránea (61,7%), mientras que el 38,3% refirió una adherencia media. El estilo de alimentación predominante fue indulgente (70,2%). Un mayor nivel educativo de las madres (universitarias) se asoció moderadamente con un menor IMC infantil ( $\beta=-1,63$ ;  $p=0,024$ ). El consumo de 1 verdura fresca se asoció moderadamente con un menor IMC infantil ( $\beta=-1,11$ ;  $p=0,033$ ). En esta muestra, los estilos educativos de alimentación parental y la adherencia a la dieta mediterránea no se asociaron con el IMC de los preescolares. **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** Los hallazgos indican que un mayor nivel educativo de las madres y el consumo de al menos una verdura fresca al día en nuestra muestra se asocia a un peso saludable en preescolares. La falta de relación entre los estilos educativos de alimentación parental y el estado nutricional de los niños puede deberse a su edad, a factores socioculturales, al rol del cuidador y al impacto del pequeño tamaño de la muestra. Hace falta más investigación sobre factores que se asocian al desarrollo de sobrepeso y obesidad infantil.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## CP-35\_Sensibilización a los diferentes agentes implicados en la alimentación escolar. Dificultades a la hora de sensibilizar a las familias

Isabel Juániz Zurbano<sup>1,\*</sup>, Izaskun Berasategi Zabalza<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Elikalimen S.L., España.

\*[elikalimen@gmail.com](mailto:elikalimen@gmail.com)

**Introducción:** Los comedores escolares desempeñan una función nutricional y educativa importante, contribuyen a la adquisición de hábitos alimentarios y son marco de socialización y convivencia. Existe evidencia de que las intervenciones que incorporan modificaciones en la composición de los menús y en las políticas reguladoras son efectivas para fomentar la adquisición de hábitos alimentarios saludables entre los escolares. Para ello, es imprescindible la sensibilización en alimentación saludable y sostenible a todos los agentes implicados en el cambio. El objetivo de este trabajo fue medir el impacto de esa sensibilización a las familias de comedores escolares donde se realizaron cambios en los menús. **Métodos:** Con el objetivo de acercar los conceptos de alimentación saludable y sostenible a los agentes implicados en la alimentación escolar, y acompañar así el cambio de gestión hacia un nuevo modelo de comedor, se han llevado a cabo diferentes acciones de sensibilización. Como principal acción se realizaron



charlas de alimentación saludable y sostenible a familias de centros escolares de Navarra donde se dieron cambios en los menús escolares. Para medir el impacto y como primer paso se han contabilizado el número de familias que asisten a las charlas. **Resultados:** Durante el curso escolar 2021/2022 se han impartido charlas a familias de 5 centros escolares donde previamente se habían planteado diferentes cambios en los menús, bien para cumplir con las nuevas condiciones exigidas por Gobierno de Navarra o bien por decisión de las propias asociaciones de padres y madres o del propio centro. Las etapas educativas de dichos centros fueron diferentes: i) 1 centro de primer ciclo de educación infantil (0-3 años); ii) 3 centros que abarcan el segundo ciclo de educación infantil (3-6 años) y educación primaria (6-12 años); iii) 2 centros que imparten el segundo ciclo de educación infantil (3-6 años) y educación primaria (6-12 años) y Educación Secundaria Obligatoria (ESO - 12-16 años). En todos los casos el número de familias que acudieron a las charlas no superó el 20% de los comensales. Quizá la situación del covid no ha facilitado la participación presencial, sin embargo, en los casos que se propuso hacerlo online, la obtención del resultado fue similar. **Conclusiones, discusión y/o aplicación a la práctica:** Es necesario el estudio de las necesidades de las familias y la forma de abordarlas y bajarlas para potenciar el impacto y participación en las sensibilizaciones, con el fin de conseguir unos cambios en los hábitos de consumo y alimentación integrales a todo el entorno escolar.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Elikalimen S.L. colabora de forma retribuida con CPAEN y la empresa de restauración colectiva Irigoyen.

## CP-36\_Efectos del consumo de huevo con annato en la salud cardiovascular. EGGANT STUDY

Yeisson Galvis<sup>1,\*</sup>, Keilly Pineda<sup>1</sup>, Juliana Zapata<sup>1</sup>, Juan Aristizabal<sup>2</sup>, Alejandro Estrada<sup>2</sup>, Maria-Luz Fernández<sup>3</sup>, Jacqueline Barona<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Grupo de toxicología y alternativas alimentarias, Universidad de Antioquia UdeA, Medellín, Colombia. <sup>2</sup>Escuela de nutrición, Universidad de Antioquia UdeA, Medellín, Colombia. <sup>3</sup>Department of Nutritional Sciences, University of Connecticut, United States of America.

\*[yeisson.galvis@udea.edu.co](mailto:yeisson.galvis@udea.edu.co)

**Introducción:** El aumento en el consumo de antioxidantes se ha asociado con menor mortalidad por enfermedad cardiovascular (CV). El huevo es una fuente de antioxidantes y por su matriz lipídica podría favorecer la absorción de otros antioxidantes. Los efectos del consumo de huevo sobre factores de riesgo CV han sido valorados tradicionalmente mediante cifras de colesterol total (CT), colesterol de lipoproteínas de baja densidad (cLDL), colesterol de lipoproteínas de alta densidad (cHDL) y triglicéridos (TG). Índices como CT/cHDL, cLDL/cHDL, TG/cHDL y el colesterol no HDL parecen predecir mejor el riesgo CV. El objetivo de este estudio fue evaluar los efectos del consumo de huevo y de huevo enriquecido con antioxidantes (annatto), comparado con claras de huevo, en índices aterogénicos. **Métodos:** Ciento cinco (n=105) adultos sanos que fueron distribuidos en 3 grupos que consumieron diariamente durante 8 semanas: a) dos huevos, o b) dos huevos con annatto o c) dos claras. **Resultados:** Se encontró que la media del índice CT/cHDL al inicio fue: huevo: 3,5±0,9; huevo con annatto: 3,6±0,9; claras: 3,7±1,0 y al final: huevo: 3,6 ±0,8; huevo con annatto: 3,6±0,8; claras: 3,8±1,1. Sin diferencias significativas similar a lo reportado en otros países. La media del índice cLDL/cHDL al inicio fue: huevo: 2,2 ±0,8; huevo con annatto: 2,3±0,9; claras: 2,4±0,9 y al final fue: huevo: 2,4 ±0,8; huevo con annatto: 2,4±0,8; claras: 2,5±0,8). Sin diferencias significativas como lo informado por otros autores. Para el valor del colesterol no HDL al inicio fue: huevo: 126±33,8; huevo con annatto: 122±32,1; claras: 129±34,2 y al final fue para el grupo de claras de 132±37,9, para el grupo de huevo 132±33,8 y para el grupo de huevo con annatto de 128±35,3. Sin diferencias significativas que concuerda con lo reportado en otro estudio similar. Para la media del índice TG/cHDL fue al inicio de 2,12 ±1,0 para el grupo de huevo, para el grupo de huevo con annatto de 2,4±1,4 y para el grupo de claras de 2,3±1,0, al final los resultados fueron de 2,14±0,9 para el grupo de huevo, para el grupo de huevo con annatto de 2,2±1,4 y para el grupo de claras 2,5±1,1. Se observa una reducción del 8,3% grupo de huevo con annatto para el índice TG/cHDL, pero sin diferencias significativas (p<0,05). **Conclusión:** El consumo de dos huevos o dos huevos con antioxidante diarios no afecta la salud cardiovascular medida a través de índices aterogénicos.

**CONFLICTO DE INTERESES:** Los/as autores/as expresan que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.