

INDICADORES BIOQUÍMICOS DE INGESTA DE ÁCIDOS GRASOS TRANS

Becaria: Negro E, Universidad Nacional del Litoral, Santa Fe.
emilsenegro@hotmail.com

Dirección: Williner M, Universidad Nacional del Litoral, Santa Fe.

Colaboración: Barfuss MA.

RESUMEN

Introducción

Una elevada ingesta de ácidos grasos trans (AG-t) de origen industrial puede tener alta repercusión a largo plazo sobre la salud humana. Estos AG-t producen alteraciones del perfil lipídico: aumento en plasma de triglicéridos (TG), colesterol total (CT), colesterol-LDL y lipoproteína a, y un descenso de colesterol-HDL. Los AG-t se pueden medir en suero, eritrocitos y tejido adiposo.

Objetivos

Describir la correlación entre ingesta reciente y crónica de AG-t, y su incorporación a lípidos circulantes y membrana eritrocitaria (ME), así como la asociación entre ingesta y modificación del perfil lipídico en universitarios de Santa Fe.

Métodos

Mediante recordatorio de 24 horas y cuestionario de frecuencia alimentaria se evaluó el consumo de alimentos ricos en AG-t. Se tomaron muestras de sangre para analizar la incorporación de AG-t a TG circulantes y fosfolípidos de ME mediante cromatografía gaseosa.

Resultados

El 72,2% superó el 1% del valor calórico total diario, recomendado por la Organización Mundial de la Salud para el consumo de AG-t. Existe una correlación significativa ($p < 0,05$) entre AG-t totales ingeridos y AG-t totales en suero. La disminución de colesterol-HDL fue el efecto que presentó la mayor fuerza de asociación con la ingesta de AG-t totales ($OR=2,26$, $p=0,23$), seguido del aumento de TG ($OR=2,01$, $p=0,53$), colesterol-LDL ($OR=1,80$, $p=0,27$) y CT ($OR=1,34$, $p=0,67$). El consumo frecuente de "frituras" presentó la mayor fuerza de asociación con la incorporación de AG-t en ME ($OR=2,95$, $p=0,95$) seguido por "galletitas y alfajores" ($OR=1,78$, $p=0,26$).

Conclusiones

El método utilizado para evaluar la ingesta crónica de trans planteó ciertas limitaciones. La variación intraindividual en la ingesta debilita los coeficientes de asociación entre los biomarcadores y la dieta. Para minimizar este error, sería interesante obtener una ingesta media a largo plazo a partir de medidas dietéticas repetidas a lo largo de años anteriores. Para próximos estudios, se perfeccionarán las encuestas utilizadas y metodologías de estimación de consumo.

Palabras clave

Ácidos Grasos Trans; Ingestión de Alimentos; Marcadores Biológicos