Diferencias dietéticas en una muestra representativa de población de adultos españoles en función de los niveles de presión arterial

M^a Pilar Estaire Gómez. Sonia M^a Gómez Belver. M^a Jesús Vega Valdés. Marta Zapatero Martín.

Avda. Complutense s/n. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.
pilucaestaire@yahoo.es

Aránzazu Aparicio Vízquete. Ana María López Sobaler.

Facultad de Farmacia
arapartic@farm.ucm.es asobaler@farm.ucm.es

Resumen: El objetivo es conocer si existen diferencias en el consumo de raciones de alimentos en población adulta considerando las cifras de tensión arterial. Se estudiaron 418 individuos (18 a 60 años) de 15 provincias españolas. Uno de los criterios de exclusión para participar era tener diagnóstico de hipertensión o el uso de diuréticos. Para el estudio dietético se empleó un “Recuerdo de 24 horas” en dos días consecutivos. Se calculó el número de raciones de alimentos utilizando el programa DIAL. Se midió la presión arterial sistólica (PAS) y diastólica (PAD) según la normativa de la OMS. Se dividió a la población en normotensos (PAS<140 mmHg y PAD<90 mmHg), e hipertensos (PAS≥140 mmHg o PAD≥90 mmHg). No se han visto diferencias estadísticamente significativas en el número de raciones de cereales, verduras, fruta y de lácteos en los grupos de normo/hipertensos, además de que no cubren los objetivos nutricionales, excepto en los lácteos. Sólo se han podido observar diferencias ($p<0,05$) significativas en el número de raciones de carnes, siendo de 3.2 ± 1.4 raciones/día en normotensos y 3.8 ± 1.8 en hipertensos. Se observa un número elevado de personas (11.5%) con cifras de presión arterial elevada, por tanto, habría que concienciar a la población sobre la importancia que tiene medir la presión arterial rutinariamente para controlar posibles efectos adversos. También hay que destacar que la población estudiada no cumple con los objetivos recomendados de raciones/día en cereales, verduras, frutas; mientras que las raciones de carnes, pescado y huevos son superiores, y mayores en los hipertensos.

Palabras clave: Grupos de alimentos. Presión arterial. Adultos. Dieta.

[Póster](#)

Recibido: 11 marzo 2012.

Aceptado: 13 abril 2012.