

El potasio urinario como indicador de la dieta en población española

Laura Peláez Cubero

Grado en Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.
laura.pelaez@estumail.ucm.es

Elena Rodríguez Rodríguez. Pedro Andrés Carvajales.

Sección Departamental de Química Analítica. Facultad de Farmacia. UCM.
elerodri@farm.ucm.es pandres@farm.ucm.es

Resumen: Introducción: Existen métodos dietéticos que permiten conocer los hábitos alimentarios de la población, sin embargo estos métodos tienen algunas limitaciones y cada vez más se está evaluando la posibilidad de utilizar marcadores biológicos. Uno de estos marcadores es el potasio (K) medido en orina, que es fácilmente disponible, poco costoso de analizar y se relaciona bien con la ingesta de dicho mineral. Objetivo: Evaluar la relación entre el potasio en orina y la calidad de la dieta en una muestra representativa de españoles. Material y métodos: Se estudiaron 418 individuos (18 a 60 años) de 15 provincias. El K se recogió en orina de 24 horas y se determinó mediante electrodo selectivo de iones. Para el estudio dietético se empleó un “Recuerdo de 24 horas” en dos días consecutivos. Se calculó la ingesta de energía, nutrientes y alimentos utilizando el programa DIAL. La calidad de las dietas se determinó por el Índice de alimentación Saludable (IAS). Resultados: Se observó una correlación positiva y significativa ($p < 0,05$) entre la excreción de potasio y el consumo de raciones de verduras ($\beta = 3,796 \pm 0,822$), frutas ($\beta = 3,612 \pm 1,246$) y lácteos ($\beta = 3,34 \pm 1,336$), variedad de la dieta ($\beta = 2,520 \pm 0,657$) y el IAS ($\beta = 0,483 \pm 0,119$), corrigiendo por la ingesta energética, infravaloración, edad y sexo. De forma contraria, el potasio se correlacionó negativamente con la energía procedente de grasa saturada ($\beta = -1,015 \pm 0,493$). Conclusión: El K urinario es una medida útil para conocer la calidad de la dieta de población española.

Palabras clave: Potasio. Orina. Calidad de la dieta. Adultos.

[Póster](#)

Recibido: 11 marzo 2012.
Aceptado: 13 abril 2012.