

CONDICIÓN NUTRICIONAL Y HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS ASISTENTES A CONSULTA DE NUTRICIÓN DENTRO DEL ÁMBITO LABORAL DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA COMUNIDAD DE MADRID, ESPAÑA

Calderón García, A.^{1,3}; Marrodán Serrano^{1,2,4}; Villarino Marín, A.^{1,2}; Martínez Álvarez, JR.^{1,2}.

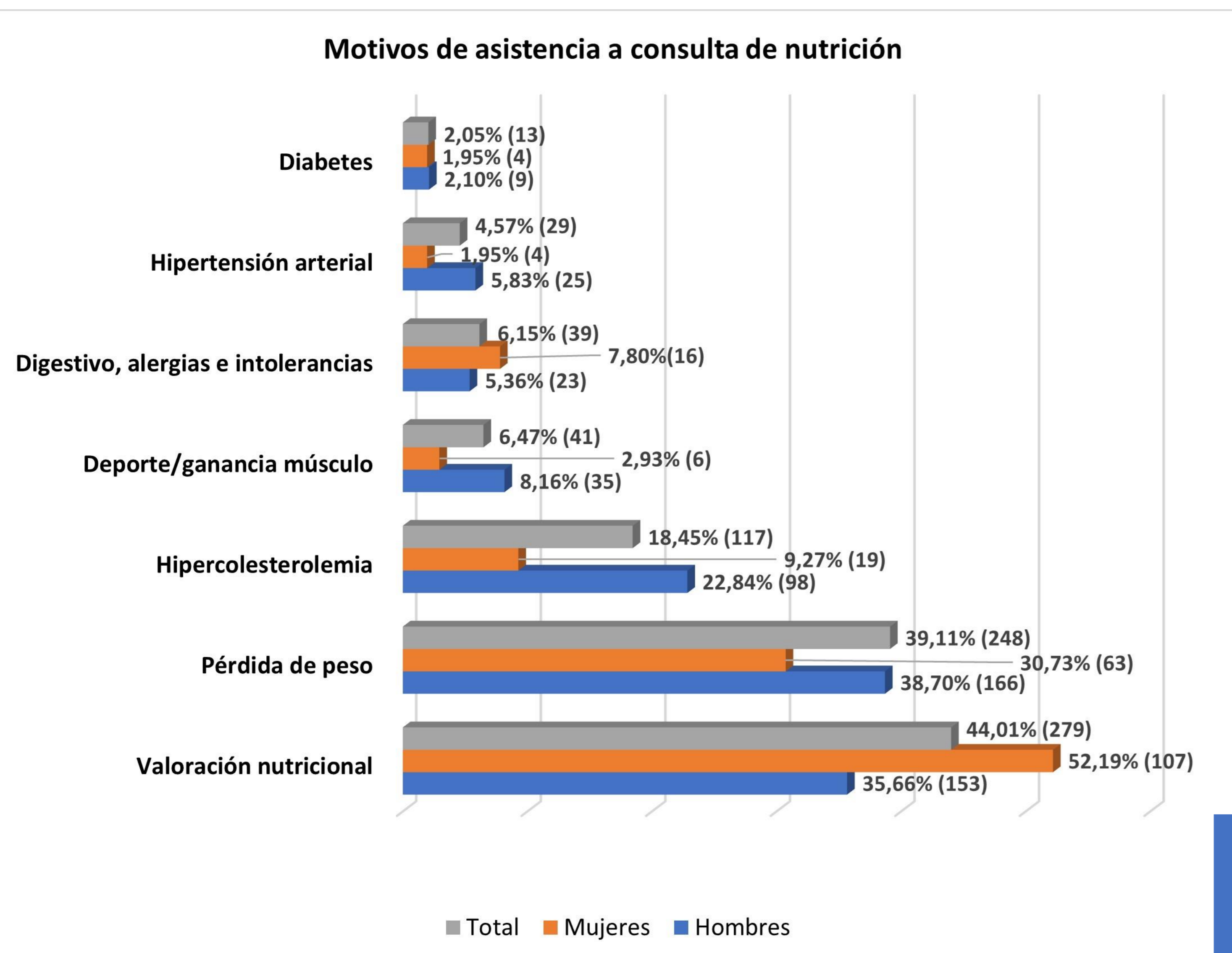
1. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA). 2. Grupo de Investigación EPINUT - Universidad Complutense de Madrid. 3. Departamento de Enfermería y Nutrición. Facultad de Ciencias Biomédicas. Universidad Europea de Madrid. Departamento de Biodiversidad, Ecología y Evolución. 4. Facultad de Biología. Universidad Complutense de Madrid.

INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios y la condición nutricional de los trabajadores parecen haberse modificado durante la pandemia tendiendo hacia una ganancia de grasa corporal, pérdida de masa muscular, y disminución de calidad de dieta. El objetivo es conocer la condición nutricional de una muestra de trabajadores de una empresa de la Comunidad de Madrid, España, junto a su grado de adherencia a la dieta mediterránea y otros factores relacionados con el estilo de vida durante y post-confinamiento por la pandemia de COVID-19.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se trata de un estudio descriptivo transversal con 634 trabajadores que asistieron a consulta de un Dietista-Nutricionista en su empresa durante el periodo de pandemia. Se valoró: la condición nutricional mediante antropometría e impedancia, la adherencia a la dieta mediterránea por el cuestionario PREDIMED, y otros factores como el estilo de vida, analíticas sanguíneas y patologías relacionadas. Para el análisis estadístico se empleó IBM SPSS 24.



Condición nutricional y adherencia a la dieta mediterránea evaluada con PREDIMED

Variable antropométrica		Adherencia a la dieta mediterránea n (%)		OR (IC95%)	P
		Baja (<8)	Buena (≥8)		
IMC ¹	Adecuado	69 (24,30%)	215 (75,70%)	0,639 (0,450-0,907)	P=0,007
	Elevado	117 (33,40%)	233 (66,60%)		
ICT ²	<0,50	65 (27,10%)	175 (72,90%)	0,838(0,587- 1,197)	P=0,18
	≥0,50	121(30,70 %)	273 (69,30%)		
%GC según Bray ³	Adecuado	53 (23,20%)	175 (76,80%)	0,622(0,429-0,901)	P=0,007
	Elevado	133 (32,80%)	273 (67,20%)		
%GC según Gallagher ⁴	Adecuado	73 (25,90%)	209 (74,10%)	0,739(0,522-1,046)	P=0,05

RESULTADOS

El 55,21% de la muestra tenía exceso ponderal (40,22% de sobrepeso y 14,99% de obesidad) según el IMC (Índice de Masa Corporal) ; el 62,15% tenía un ICT (Índice Cintura-Talla) > 0,50; entre el 55,52% y el 64,04% de los sujetos presentaron exceso de grasa corporal según criterios. El 29,34% tenía baja adherencia a la dieta mediterránea, estando asociada a un mayor índice de masa corporal y más elevada adiposidad relativa. El 39,27% eran sedentarios, coincidiendo con aquellos que tenían un ICT e IMC más elevado.

CONCLUSIONES

La prevalencia de sobrepeso y obesidad durante la pandemia fue muy elevada, especialmente en hombres. Una mayor adherencia a la dieta mediterránea y mayor práctica de actividad física se asoció a mejor condición nutricional.

IMC (Índice de Masa Corporal) ICT (Índice Cintura-Talla), GC (Grasa corporal).

¹ Aplicando los puntos de corte para IMC propuestos por OMS, 1998. ²Aplicando los puntos de corte de NIH, 1999; ³Aplicando los puntos de corte de Bray et al. 1998; ⁴Aplicando los puntos de corte de Gallagher et al. 2000.