

Relación entre la eficiencia masticatoria, antropometría nutricional y el consumo de alimentos en escolares y adolescentes de la ciudad de Medellín

Autores:

Samuel Roldán Restrepo
Ortodoncista.
E-mail: sroldan@epm.net.co

María Teresa Restrepo
ND MSc.
E-mail: maite@epm.net.co

Luz Mariela Manjarrés Correa
N.D. Especialista en Nutrición Humana.
E-mail: luzma@pijaos.udea.edu.co

Palabras clave:

Eficiencia masticatoria, adiposidad, ingesta calórica, masticabilidad.

Resumen

La masticación se considera crucial para llevar a cabo una correcta digestión de los alimentos ingeridos, lo cual posiblemente influya en el estado nutricional y en la selección de los alimentos que se van a comer; sin embargo, en la literatura hay carencia de estudios que relacionen estos aspectos.

Objetivo: relacionar la eficiencia masticatoria con el consumo de energía, la distribución de los macronutrientes, la selección de alimentos y el estado nutricional.

Metodología: se midieron cuatro aspectos *Eficiencia masticatoria objetiva* por medio del porcentaje almacenado y retenido del material cuttersil después de que cada niño lo masticaba. *Antropometría:* medida por índice de masa corporal y adiposidad (sumatoria de pliegues de grasa de triceps-subescapular). *Consumo de alimentos:* a cada individuo se le hicieron tres recordatorios de 24 horas distribuidos durante seis días de la semana. *Masticabilidad:* se creó un indicador de acuerdo con el patrón usual de alimentación obtenido de los recordatorios.

Resultados: 32% presentaron exceso de tejido adiposo, 46% consumieron más energía de la que requería, hay un alto consumo de grasa total y colesterol y bajo en fibra. 32% realiza poca actividad física y los niños prefieren los alimentos fáciles de masticar. Hay una relación inversa entre eficiencia masticatoria y adiposidad que amerita más estudio.