

ESTADO NUTRICIONAL Y SEGURIDAD ALIMENTARIA EN PERSONAS MAYORES

Autores: Urbano Urbano, Inmaculada; Barba Córdoba, Juan Jesús. España.

INTRODUCCIÓN

La seguridad alimentaria es definida como la posibilidad que posee cada individuo de acceder en todo momento a una cantidad de alimentos suficiente y de calidad acorde a sus necesidades.

En ausencia de dicha seguridad existe un mayor riesgo de potenciar los cambios fisiológicos inherentes al envejecimiento que condicionan el estado nutricional de las personas mayores además de otros factores como la composición del hogar, la falta de recursos económicos, enfermedades crónicas, hábitos de vida no saludables...

El **objetivo** es analizar los datos socioeconómicos y nutricionales para reducir sus riesgos y facilitar el desarrollo de la mejora de las políticas de salud.

MATERIAL Y MÉTODO

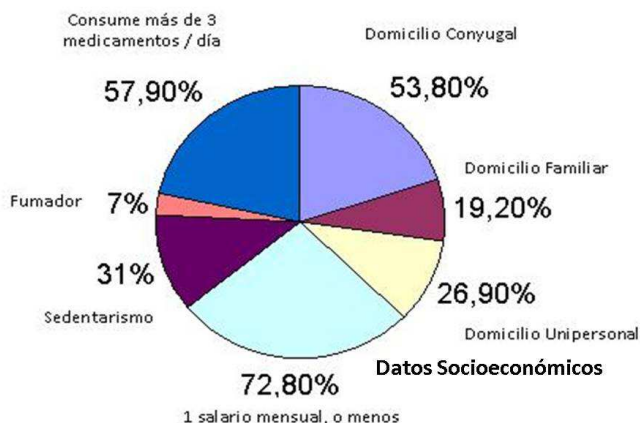
Estudio descriptivo que se realizó con personas mayores de 60 años residentes en distintas provincias de Jaén y Córdoba y en Ciudad Real.

La muestra final estuvo compuesta por 143 participantes y la información fue recogida a través de un Cuestionario de Datos Sociodemográficos, y el **Mini Nutritional Assessment (MNA)**, método de evaluación y screening nutricional para población anciana que consta de dos partes: **un cribaje** (7 preguntas), y **una evaluación** (12 preguntas) que se realiza sólo si el cribaje da positivo.

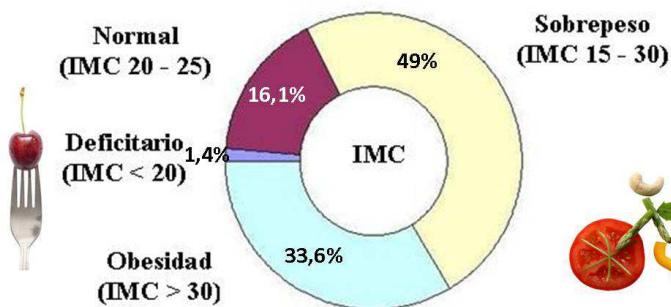
Se analizaron estadísticamente las variables correspondientes al MNA respecto a los grupos de edad, y descriptivamente las variables de composición del hogar, economía personal, hábitos de vida no saludables y consumo de medicación diaria a través del software SPSS 15.0.

RESULTADOS

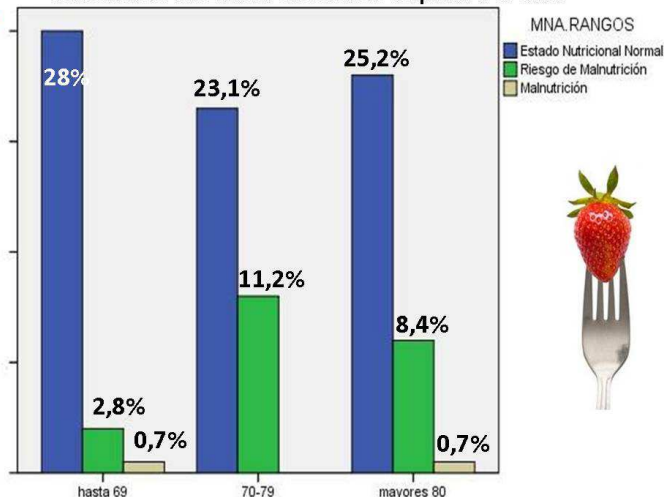
La media de edad fue de 75 años. La distribución por sexo se mantuvo en torno al **50%** para ambos casos.



El Índice de Masa Corporal se distribuyó como muestra el siguiente gráfico de sectores:



Distribución del Estado Nutricional respecto a la edad



La distribución de las variables del MNA con respecto a los grupos de edad se indican en el gráfico superior.

Los resultados de las pruebas paramétricas mostraron que la parte de cribaje del estado nutricional estaba relacionado significativamente con los grupos de edades:

Partes del MNA	F	p
CRIBAJE	4,134	,018
EVALUACIÓN	,225	,799
TOTAL	2,146	,122

CONCLUSIONES

El estado nutricional de los participantes menores de 70 años fue significativamente superior al del grupo de edades comprendidas entre los 70 y 79 años quienes mostraron una tasa más alta de riesgo de malnutrición coincidiendo así con otros estudios donde se revela un declive en el estado nutricional con respecto a la edad.

Las cifras del IMC informaron que más del 80% de la muestra de estudio se encontraban en los rangos de Sobrepeso (IMC 15 - 30) y Obesidad (IMC > 30) además de que el 31% de los participantes refirieron llevar una vida sedentaria y, el resto, realizaban solamente actividades físicas moderadas con escasa frecuencia, hechos que condicionan la seguridad alimentaria junto con los datos económicos, ya que el 72,8% de la población de estudio sólo poseían un salario mínimo o menos para hacer frente a los gastos mensuales.