



Revista Chilena de Nutrición

ISSN: 0716-1549

sochinut@tie.cl

Sociedad Chilena de Nutrición,

Bromatología y Toxicología

Chile

Barrón-Pavón, Verónica; González Stager, M. Angélica; Rodríguez Fernández, Alejandra
Respecto del artículo “Caracterización de la ingesta de alimentos y nutrientes en adultos
mayores chilenos”.

Revista Chilena de Nutrición, vol. 44, núm. 2, 2017, pp. 189-190
Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología
Santiago, Chile

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46952278011>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

CARTA AL EDITOR / LETTER TO EDITOR

Respecto del artículo “Caracterización de la ingesta de alimentos y nutrientes en adultos mayores chilenos”.

Estimado Sr. Editor:

Hemos leído con interés, el artículo publicado en el volumen 43 N° 4 de la Revista Chilena de Nutrición (2016) titulado: “Caracterización de la ingesta de alimentos y nutrientes en adultos mayores chilenos” de los autores Natalia González C., Francisca Peña D. y Samuel Durán A.

Considerando el grupo de población, siempre es interesante recabar mayor información que contribuya al conocimiento. Al respecto, quisiéramos discutir algunos aspectos de impacto presentados en el Resumen del artículo. Primero, en relación a lo que se señala en Resultados: “El calcio fue aportado por lácteos y panes” y en Conclusiones: “Los alimentos tradicionales en la dieta chilena como el pan, contribuyen de forma importante a la ingesta de nutrientes”

Debemos señalar que ambos párrafos llaman a interpretaciones erróneas incentivando al consumo de pan, considerando que su ingesta particularmente elevada en nuestro país como alimento base, su contribución a la dieta es modesta en cuanto a micronutrientes¹.

Es interesante discutir que en los resultados, los autores se refieren al “calcio aportado por lácteos y panes”, sin hacer mención a la gran variedad de panes que existen actualmente, donde la importancia de nutrientes radica en el aporte de carbohidratos y en el contenido de sodio, donde es necesario precisar que este último parece ser el más importante de los factores nutricionales que intervienen en la pérdida urinaria de calcio por usar ambos un transportador tubular común², además, de la fibra en aquellos panes con linaza, multigrano, centeno e integral^{3,4}. El aporte energético promedia 280 calorías por 100 gramos.

Por otra parte, al informar en los resultados que “los lácteos aportan sobre el 50% del calcio, seguido del pan”, siendo además, igual en ambos géneros, conduce al cálculo, bajo el supuesto de que si el pan aportara el 100% de las necesidades de calcio de 1.200 mg al día⁵, se requeriría una ingesta de 846 gramos, que se traducen en 2.665 calorías diarias, resultando altamente perjudicial para la salud de la población. Es importante destacar que algunos alimentos altos en fitatos, tales como los cereales de salvado entero, también pueden contener calcio pobemente biodisponible⁶.

Otro aspecto que llama la atención, es que en

Verónica Barrón-Pavón, M. Angélica González Stager,
Alejandra Rodríguez Fernández.

Departamento de Nutrición y Salud Pública. Facultad de Ciencias de la Salud y de los Alimentos. Universidad del Bío-Bío

Dirigir la correspondencia a: Verónica Barrón Pavón. Departamento de Nutrición y Salud Pública, Universidad del Bío-Bío.
Fono +56-42 2463076.
E-mail: vbaron@ubiobio.cl

Este trabajo fue recibido el 29 de marzo de 2017 y aceptado para ser publicado el 03 de mayo de 2017.

la discusión, no existe ningún párrafo dedicado a explicar estos hallazgos relativos al alto porcentaje de calcio proveniente del pan, considerando el bajo aporte de este mineral en fuentes importantes como verduras y legumbres, señaladas en las tablas 5 y 6.

Los panes son productos ultra procesados, de alto consumo en Chile, lo que es particularmente preocupante por la tendencia al aumento y su relación con la obesidad¹. La Encuesta Nacional de Salud del Ministerio de Salud del 2010 mostró un importante incremento de la obesidad y de la obesidad mórbida respecto a la encuesta del 2003 y la mayor parte de los estudios demuestran una prevalencia importante de esta malnutrición por exceso en este grupo, especialmente en mujeres y en ancianos que viven en su

domicilio⁷. Al respecto, es preocupante la lectura que se le puede dar a las conclusiones de este trabajo, en el que se estaría promoviendo el consumo de pan para la obtención de calcio.

Finalmente queremos agradecer a usted la oportunidad de abrir un espacio de conversación entre equipos de trabajo, con el objetivo de clarificar conceptos relevantes para la salud de nuestra población.

BIBLIOGRAFIA

1. Crovetto M, Uauy R, Martins AP, Moubarac JC, Monteiro C. Availability of ready-to-eat food products in Chilean households and their impact on diet qualitya (2006-2007). *Rev Med Chile* 2014; 142(7): 850-858.
2. Fernández A, Sosa P, Setton D, et al. Calcium and Nutrition. Buenos Aires: Soc Argentina Ped. 2011 Jul. <http://www.sap.org.ar/docs/calcio.pdf>
3. Gattás V. Guide to the Nutritional Composition of Natural Foods, Industry and Common Chilean Preparations. Universidad de Chile - INTA (2011).
4. United States Department of Agriculture: National Nutrient Database for Standard Reference (2014).
5. Salazar A.M. Nutrition in the elderly. In: Nutrition in the life cycle. Cornejo V, Cruchet S. Ed. Mediterráneo. pp. 136, 2014.
6. Fernández A, Sosa P, Setton D, et al. Calcio y nutrición. Buenos Aires: Soc Argentina Ped. 2011 Jul. <http://www.sap.org.ar/docs/calcio.pdf>
7. Atalah E. Epidemiology of obesity in Chile. *Rev Med Clín Las Condes* 2012; 23: 117-123.