

CONVOCATORIA 2019 Vigencia: 1/04/19 al 31/03/21	PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO
Título: Relación entre ingesta de mate, hábitos saludables y variación del peso corporal en el alumno universitario	
Resolución de aprobación: 616/19	
Línea/s de Investigación: Ciencias Biológicas, Bioquímica y Biología Molecular.	
Director de Proyecto: Rafael Pérez Elizalde	
Dirección de correo electrónico: rafaelpereze@yahoo.com.ar	
Co-director: Patricia Navarta	
Integrantes del Equipo de Investigación:	
Flavia Santiano - Investigadora	
Noelia Estefanía Romano – Becaria diplomada	
Aldana Celeste Saez - Becaria estudiante	
Julieta Aldana Aldunate - Becaria estudiante	
Rocío Belén Pérez Girabel – Becaria estudiante	
María Sol Patiño - Becaria estudiante	
Camila Rocío Ortega Fernández – Becaria estudiante	
Carrera/s UMaza a la/s que está asociado el Proyecto: Farmacia, Bioquímica, y Nutrición	
Unidad/es Académica/s UMaza: Facultad de farmacia y bioquímica. Facultad de ciencias de la nutrición.	

Proyecto realizado junto al Instituto Nacional de Yerba Mate; y desarrollado en el LEM; Laboratorio Enfermedades Metabólicas.

Director: Bioq. Rafael Pérez Elizalde

- **DESARROLLO DEL PROYECTO**

RESUMEN

En la etapa universitaria los estudiantes enfrentan diversos cambios como la aparición de nuevas responsabilidades, la modificación de su círculo social, independencia del hogar familiar y cambios en su contexto cultural y muchas veces económico. Estas situaciones pueden influir en su estilo de vida y afectar tanto su estado nutricional como su salud. En diversos estudios se ha visto que existe una tendencia en los estudiantes universitarios a aumentar de peso a lo largo de la carrera.

Por otro lado, la yerba mate es una infusión muy difundida entre los jóvenes y cuyas propiedades en la salud humana han tomado relevancia en los últimos años. Son conocidos, entre otros, sus efectos hipolipemiantes y su colaboración con el descenso de peso y disminución de masa grasa.

El objetivo del presente proyecto es estudiar la influencia del consumo de yerba mate y de diversos hábitos sobre el peso corporal en estudiantes universitarios.

Para esto se trabajará con alumnos de entre 18 y 30 años de la Universidad Juan Agustín Maza, a los cuáles se les realizará una encuesta, toma de presión arterial y de medidas antropométricas. Se evaluará si los alumnos consumen yerba mate y bajo qué condiciones, si tienen un buen nivel de conciencia sobre lo que implica hábitos saludables; esto incluye tanto la alimentación como la actividad física, entre otros. Con la información obtenida se podrá describir la situación del alumno universitario en cuanto a sus hábitos de consumo y calidad de vida.

En base a estos resultados se buscará evaluar la necesidad de reforzar los programas de promoción de la salud en el entorno universitario y fomentar el consumo diario de mate como un hábito saludable complementario.

DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Objetivo general:

Explorar la relación entre el consumo de mate y el riesgo cardiometabólico en la población general de estudiantes de las distintas carreras. Se buscará evaluar las asociaciones a largo plazo entre el consumo de mate y:

- a) los cambios en el peso corporal y la presión arterial (PA);
- b) la incidencia de obesidad, diabetes e hipertensión arterial

RESULTADOS ESPERADOS

Esperamos encontrar una correlación entre el consumo de mate, la actividad física, los hábitos saludables y un buen rendimiento académico. Describir la situación actual del alumno universitario.

Con esto podremos corroborar aún más que la yerba mate es un excelente complemento a la vida cotidiana, tanto a nivel salud como social y educativo.

Este nuevo conocimiento proporcionará la base para identificar los factores que participan en los efectos protectores o de riesgo del mate y que puedan aportar información para el diseño de herramientas terapéuticas novedosas.