

Influencia de la alimentación y el estilo de vida en el estrés oxidativo

**Raimondo E., Carrizo M., Milone S., Flores D. G., Cadelago S., Sánchez L.,
Giménez G., Llaver C., Díaz J., Magrini Vilches J., Barrinuevo B., Gonzalaz M.**

Becarios: Mezzatesta P.; Arce Taret M.B., De Battista A., Vergara A., Recabarren A.

Facultad de Ciencias de la Nutrición

emilia.raimondo@gmail.com

Dado que no existen en nuestra región estudios sobre estrés oxidativo en humanos y su relación con el consumo de alimentos, comparando grupos omnívoros, ovo lacto vegetarianos y vegetarianos estrictos, se está realizando el presente trabajo de investigación aplicada, el cual tendrá una transferencia inmediata al sector salud, a través de publicaciones científicas, información a sociedades científicas y específicamente a áreas del Ministerio de Salud que entiendan en la temática.

Existen estudios epidemiológicos que demuestran que personas que consumen una dieta rica en vegetales presentan un menor riesgo de desarrollar cáncer, enfermedades cardiovasculares, etc. Esto ha conducido a identificar los componentes específicos, de origen vegetal, responsables de estos efectos positivos. Por ello resulta de interés evaluar el consumo de antioxidantes en diferentes estilos de alimentación, y relacionarlo con el estrés oxidativo respaldado en métodos bioquímicos, teniendo en cuenta factores exógenos como sedentarismo, estrés mental, tabaquismo, edad, estados fisiológicos, entre otros. Además se evaluará perfil lipídico, hematocrito, etc. y su relación con la ingesta de todos los alimentos evaluados en las encuestas.

Objetivos

Determinar la influencia de la alimentación y el estilo de vida en el estrés oxidativo.

Metodología

Para ello se están seleccionando grupos de personas, mayores de 18 años, cuya dieta sea omnívora, ovo lácteo vegetariana y vegetariana estricta, evaluada a través de encuestas de consumo y apreciaciones de los encuestados. Se les están realizando estudios antropométricos, nutricionales, bioquímicos y psicológicos, teniendo en cuenta los factores externos o exógenos mencionados anteriormente. Los datos obtenidos se relacionarán con estrés oxidativo, determinado bioquímicamente a través de la determinación de nitritos (técnica del óxido nítrico). Para ello en una primera etapa se deberá validar la técnica analítica, dado que no hay antecedentes en humanos.

Se trata de una investigación aplicada, cuyos resultados pueden ser extrapolados a otras poblaciones en estudio, con características similares en las variables que se analizarán en el presente trabajo, para la realización de acciones preventivas fundamentalmente.

Resultados preliminares

Las personas participantes son convocadas a través de redes sociales y firman un consentimiento informado, aprobado por el Comité de Ética de la Universidad, donde prestan su conformidad para participar del estudio. Hace tres meses se comenzó con este trabajo, el número de pacientes evaluados, a la fecha, son muy pocos para inferir resultados.

Este estudio servirá a la salud pública, como método preventivo para evitar enfermedades o como método predictivo en el caso que las mismas ya existan, pudiendo sugerir cambio de hábitos en pacientes bajo consulta, con una mayor evidencia científica.