

# Alimentos en las Dietas Altas y Bajas en Grasa en una Población Colombiana, 1998-2003: Análisis de Registros de Consumo

Oscar F. Herrán,<sup>1,4</sup> Gloria E. Prada,<sup>2,4</sup> Edna Magaly Gamboa.<sup>3,4</sup>

Se realizó un estudio descriptivo, con base en registros prospectivos de la dieta, para identificar los alimentos en las dietas bajas y altas en grasa y las variables asociadas. Área urbana de Bucaramanga, Colombia, Sur América. 1998-2003. Ciento sesenta y siete sujetos entre 20 y 60 años seleccionados aleatoriamente, contestaron formatos con variables biológicas y socioeconómicas. Además, registraron y pesaron durante siete días su dieta. De acuerdo al consumo dos grupos fueron establecidos; dietas con aporte bajo y alto de grasa al total de la energía;  $\leq 30\%$  y  $>30\%$  respectivamente. Los alimentos fuentes se identificaron, la frecuencia de consumo semanal y los tamaños de porción fueron comparados entre los dos grupos con *t de student*. La asociación entre las variables biológicas y socioeconómicas con las dos dietas fue establecida con regresión binomial. El 40,1% consume una dieta alta en grasa, sin diferencia por año ( $p=0,955$ ), sexo ( $p=0,974$ ) ó Índice de Masa Corporal ( $p>F=0,993$ ). El consumo de kilocalorías/día no es menor en la dietas bajas en grasa con respecto a las altas; 2942 IC (2969, 3588) versus 3278 IC (2619, 3266) ( $p=0,151$ ). De los 370 alimentos identificados, 45 explican el 70% del consumo de grasa. Ni los alimentos, la frecuencia de consumo, las variables biológicas ó socioeconómicas explican el consumo de una dieta alta en grasa. La dieta es monótona. El tamaño de la porción es la única variable que explica la clasificación de dieta baja y alta en grasa. *Salud UIS* 2006;38:99-107

**Palabras clave:** Grasa dietaria, Registro dietario, Ingesta de energía, Ingesta de grasa, Preferencias de alimentos, Colombia.

We carry out a descriptive study, with base in prospective record of the diet, to identify the foods in the low and high diets in fat and the associate variables. Urban area of Bucaramanga, Colombia. 1998-2003. Hundred sixty seven subjects among 20 and 60 years old selected aleatorily, they answered formats with biological and socioeconomic variables. Also, they registered and they weighed during seven days their diet. According to the consumption two groups they were established; diets with contribution under and high of fat to the total of the energy;  $\leq 30\%$  and  $>30\%$  respectively. The foods sources were identified, the frequency of weekly consumption and the portion sizes were compared among the two groups with *t student*. The association among the biological and socioeconomic variables with the two diets was established with binomial regression. 40,1% consumes a high diet in fat, without difference per annum ( $p=0,955$ ), sex ( $p=0,974$ ) or Index of Corporal Mass ( $p>F=0,993$ ). The energy/day consumption is not smaller in the low diets in fat with regard to the high diet in fat; 2942 IC (2969, 3588) versus 3278 IC (2619, 3266) ( $p=0,151$ ). Of the 370 identified foods or recipes, 45 explain 70% of the consumption of fat. Neither the foods nor recipes, the consumption frequency, the biological or socioeconomic variables explain the consumption of a high diet in fat. The diet is monotonous. The size of the portion is the only variable that he/she explains the classification of low and high diet in fat. *Salud UIS* 2006;38:99-107

**Key Words:** Dietary fat, Dietary record, Energy intake, Fat intake, Preferences of foods, Colombia.

---

<sup>1</sup> Profesor Titular. ND. MSc. Epidemiología. Universidad Industrial de Santander. Escuela de Nutrición y Dietética.

<sup>2</sup> Profesor Titular. ND. Mg. Desarrollo Rural. Universidad Industrial de Santander. Escuela de Nutrición y Dietética.

<sup>3</sup> Nutricionista Dietista. Candidata a MSc. Epidemiología. Departamento de Salud Pública.

<sup>4</sup> Observatorio Epidemiológico de Enfermedades Cardiovasculares. Centro de Investigaciones Epidemiológicas.

Universidad Industrial de Santander, Bucaramanga, Colombia

**Correspondencia:** Oscar Fernando Herrán Falla Calle 33 Número 29 -14, apartamento 501. Zona Postal 3001. A.A. 2604. Bucaramanga. Colombia. Sur América. Teléfono; (57-7) 6320715 / TeleFax; (57-7) 6345781 E-Mail; herran28@intercable.net.co / herran@uis.edu.co