

PERFILES ALIMENTARIOS, ACOMPAÑAMIENTO POR PROFESIONALES DE LA SALUD Y VITAMINA B12 EN ADULTOS. UNA MIRADA SOCIAL DE LA ELECCIÓN ALIMENTARIA

DRESSL, Noelia; LEPERA, Candela; BERTAZZO, Catalina; BRUSCO, Laura Marina; OCHOA, Gimena Carolina; VILELLA, Julieta Carolina; TORRESANI, María Elena

Universidad de Buenos Aires, Facultad de Medicina, Escuela de Nutrición, Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Introducción. La prevalencia de dietas basadas en plantas está aumentando en la población. Si no son planificadas adecuadamente, pueden generar deficiencias nutricionales. Para prevenirlo, se requiere del acompañamiento de profesionales de la salud actualizados. En estas dietas, la vitamina B12 debe suplementarse.

Objetivo. Asociar la experiencia con los profesionales de la salud, fuentes de información, conocimiento y suplementación de vitamina B12 con perfiles alimentarios basados en plantas en adultos.

Metodología. Estudio descriptivo, transversal, sobre una muestra (n=954) seleccionada por conveniencia/bola de nieve. Variables: edad, IMC, perfil alimentario, fuentes de información, juicio social, acompañamiento profesional, satisfacción con la consulta, conocimiento y suplementación de vitamina B12.

En una submuestra se dosó cobalamina plasmática. Análisis estadístico mediante SPSS 21,0, calculando medidas de tendencia central, considerando valores significativos a una $p < 0,05$.

Resultados. Se halló asociación significativa entre perfil alimentario y las variables conocimiento sobre vitamina B12 ($p=0,002$), acompañamiento profesional ($p=0,000$), satisfacción con la consulta ($p=0,024$), suplementación con vitamina B12 ($p=0,002$), juicio social sobre el tipo de alimentación ($p=0,000$) y búsqueda de información ($p=0,000$). Los medios de información más consultados fueron las redes sociales y nutricionistas. La falta de actualización y empatía, las causas de insatisfacción con la consulta profesional más mencionadas. El 56,9% de la muestra presentó deficiencia de B12, no existiendo diferencias significativas entre los perfiles ($p=0,621$).

Conclusión. El conocimiento, la suplementación de vitamina B12, el juicio social y el acompañamiento profesional mostraron asociación significativa con los perfiles alimentarios en esta muestra de personas adultas.

Palabras claves: Perfiles alimentarios, vitamina B12, acompañamiento profesional, fuentes de información, suplementación

ABSTRACT

Introduction. The prevalence of plant based diets is rising among the population. If not properly planned, they can develop nutritional deficiencies. To

prevent that, the accompaniment of updated health professionals is required. On these diets, vitamin B12 must be supplemented.

Objective. To associate experience with health professionals, information sources, knowledge and supplementation of vitamin B12 with plant based dietary profiles in adults.

Methodology. Descriptive, cross-sectional study on a sample (n=954) selected for convenience. Variables: age, BMI, eating profile, information sources, social judgment, professional support, satisfaction in health appointments, knowledge and vitamin B12 supplementation. Plasma cobalamin was measured in a subsample. Statistical analysis using SPSS 21,0, calculating measures of central tendency, considering statistical significant values at $p < 0,05$.

Results. A significant association was found between the dietary profile and the variables knowledge about vitamin B12 ($p=0,002$), professional support ($p=0,000$), satisfaction with health appointments ($p=0,024$), vitamin B12 supplementation ($p=0,002$), social judgment on the type of food ($p=0,000$) and research ($p=0,000$). The most consulted information sources were social media and registered dietitian nutritionists. The lack of updating and empathy were the most mentioned causes of dissatisfaction in health appointments among respondents. 56,9% of the sample presented B12 deficiency, with no significant differences between the profiles ($p=0,621$).

Conclusion. Knowledge, vitamin B12 supplementation, social judgment and professional support showed a significant association with dietary profiles in this sample of adults.

Keywords: dietary profiles, vitamin B12, professional support, information sources, supplementation