

Consumo global y nacional de grasas en la dieta entre 1990 y 2010-

BMJ, 15/04/2014

Objetivos: Cuantificar el consumo mundial de grasas de la dieta y aceites esenciales por país, edad y sexo entre los años 1990 y 2010.

Diseño: Los datos fueron obtenidos y evaluados en adultos de 16 grupos de edad y sexo-específicos de las encuestas alimentarias en todo el mundo sobre grasas saturadas, ácidos grasos omega 6, omega 3 del pescado, omega 3 vegetales, grasas trans y el colesterol dietético. Se incluyeron 266 estudios realizados en adultos (83% de representación nacional) que comprendieron 1.630.069 individuos únicos, que representan a 113 de los 187 países y el 82% de la población mundial. Mediante un modelo bayesiano jerárquico multinivel se representaron las diferencias en los niveles nacional y regional de los datos que faltaban, incomparabilidad en la medición, estudio de representatividad, y la toma de muestras y modelación de la incertidumbre.

Ámbito y población: Población adulta mundial, por edad, sexo, país y tiempo.

Resultados: En 2010, el consumo mundial de grasas saturadas fue del 9,4% E (95% IU = 9.2 a 9.5); las ingestas específicas de cada país variaron intensamente entre 2,3 - 27,5% E; en 75 de los 187 países que representan el 61,8% de la población adulta del mundo, la ingesta media fue < 10% E. En el consumo específico por país, el consumo de omega 6 varió desde 1,2 hasta 12,5% E (media global = 5,9% E); el rango correspondiente fue de 0.2 a 6.5% E (1,4 % E) para las grasas trans; de 97 - 440 mg / día (228 mg / día) para el colesterol de la dieta; de 5 a 3886 mg / día (163 mg / día) para los omega 3 procedentes del pescado; y < 100 a 5542 mg / día (1371 mg / día) para los omega 3 vegetales. Los países que representan el 52,4% de la población mundial tenían ingestas medias nacionales de grasas omega 6 \geq 5% E; las proporciones correspondientes al conjunto de la ingesta óptima fueron de 0,6% para las grasas trans (\leq 0,5 % E); 87,6% para el colesterol en la dieta (< 300 mg / día); 18,9% para las grasas omega 3 del pescado (\geq 250 mg / día); y 43,9% para las grasas omega 3 vegetales (\geq 1.100 mg / día). La ingesta de grasas trans fue generalmente mayor a edades más tempranas; y el colesterol de la dieta y las grasas omega 3 del pescado en general, más altas en edades más avanzadas. Las ingestas fueron similares por sexo. Entre 1990 y 2010, a nivel mundial, la grasas saturadas, colesterol de la dieta y la ingesta de grasas trans se mantuvieron estables, mientras que los omega 6, grasas omega 3 del pescado y omega 3 vegetales aumentaron.

Conclusiones: Estos nuevos datos mundiales sobre las grasas y aceites alimenticios identifican las grandes diferencias entre las naciones, y dan información para las políticas y prioridades para mejorar la salud mundial.

El trabajo disponible gratis

Micha R, Khatibzadeh S, Shi P, Fahimi S, Lim S, Andrews KG, Engell RE, Powles J, Ezzati M, Mozaffarian D; Global Burden of Diseases Nutrition and Chronic Diseases Expert Group (NutriCoDE).

Global, regional, and national consumption levels of dietary fats and oils in 1990 and 2010: a systematic analysis including 266 country-specific nutrition surveys.

BMJ. 2014 Apr 15;348:g2272. doi: 10.1136/bmj.g2272.

<http://bit.ly/QYREYQ>