

**NIVELES DE GLUCOSA SÉRICA EN JÓVENES CHILENOS VEGETARIANOS.**

*Maurietch Manríquez, Pamela Rojas, Gabriela Carrasco, Karen Basfi-fer, Verónica Sombra, Fernando Carrasco.*  
Departamento Nutrición; Facultad de Medicina; Universidad de Chile.

**Introducción:** Las dietas vegetarianas son cada vez más populares. En Chile no existen estudios que evalúen la prevalencia, el estado nutricional de micronutrientes ni la composición corporal. Los vegetarianos y veganos muestran niveles significativamente más bajos de IMC, perfil lipídico y glucosa en ayunas, M. Dinu.et al.

**Objetivo:** Medir niveles séricos de glucosa y colesterol total, evaluar composición corporal, y compararlo con voluntarios omnívoros.

**Diseño experimental:** Estudio observacional, analítico, de casos y controles.

**Material y método:** Se evaluaron 75 sujetos sanos (40 vegetarianos hace al menos 2 años y 35 no vegetarianos) pareados por sexo, edad e índice de masa corporal (IMC), entre 18 y 30 años e IMC entre 18,5 y 29,9 kg/m<sup>2</sup>(edad: 25,3 ± 3,18 años; IMC: 22,4 ± 2,6 kg/m<sup>2</sup>, mujeres n=32). Se realizó antropometría, estimación del nivel de actividad física y medición de composición corporal. En suero o plasma de muestras de sangre en ayuno se midió: glucosa y colesterol total.

**Resultados:** No se observaron diferencias significativas entre grupos en glicemia, colesterol total, masa grasa (MG). Existieron 27 vegetarianos y 17 del grupo control con exceso de masa grasa. Un 80% de los vegetarianos realizaba actividad física al menos moderada. Hubo 8 vegetarianos y 7 control que presentaron glicemia > 99 mg/d. Del grupo vegetariano 3 de los 8 casos presentaron antecedentes familiares en primer grado de DM<sub>2</sub>. Dicha asociación presentó significancia estadística (p = 0,006). Al asociar la presencia de glicemia > 99 mg/d con composición corporal, se observó que de los 8 voluntarios con alteración de la glucosa en ayuno, 7 voluntarios presentaron exceso de masa grasa. Asociación estadísticamente significativa (p < 0,000).Hubo 9 vegetarianos y 6 controles con colesterol total ≥ 200 mg/dL. De los 9 vegetarianos, 5 voluntarios presentaron antecedentes familiares de dislipidemia. Esta asociación presentó significancia estadística (p < 0,000).

**Conclusiones:** En esta muestra se observó una glucosa sérica promedio de 93,8 mg/dL con un 20,8% de voluntarios con glicemia alterada en ayunas. Este hallazgo se relacionó con los antecedentes familiares de primer grado de DM<sub>2</sub> y con el exceso de masa grasa encontrado en los voluntarios. En promedio la muestra vegetariana tuvo un colesterol total de 162,5 mg/dL con un 23% con cifras ≥200 mg/dL, con presencia de 5 voluntarios con antecedentes familiares de dislipidemia. Evidenciándose la asociación entre estas 2 variables. Por lo que es necesario evaluar las variables mencionadas en la población vegetariana chilena.

**Financiamiento:** Sin financiamiento