



P232/S4-P42 APROVECHAMIENTO DE ALMENDRA SILVESTRE (*Terminalia catappa*) EN LA ELABORACIÓN DE UNA BEBIDA PARA UNIVERSITARIOS

Prof. José Abelardo Castillo Archila¹, **Dra. Adriana Caballero Roque¹**, Dra. Gabriela Nallely Trejo Díaz¹, Prof. Miriam Izel Manzo Fuentes¹, Prof. Vicente Tadeo Ramos Cruz¹, Alondra Rosaura Hernandez Santiz¹, José Enrique Vazquez López¹

¹Laboratorio de alimentación sustentable. Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos. Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas., Tuxtla Gutierrez, México

Antecedentes: En los últimos años se han identificado importantes propiedades sobre el contenido nutritivo de algunos frutos silvestres comestibles. La alimentación es uno de los factores que condicionan el desarrollo físico, salud, rendimiento físico e intelectual y productividad de las personas. Una persona mal alimentada encontrará dificultades para mejorar su calidad de vida, puesto que la capacidad de trabajo es directamente proporcional a la alimentación; si ésta es deficiente, las capacidades, sobre todo las físicas, pueden llegar a disminuir hasta un 30% respecto al desarrollo normal. Objetivo: Desarrollar una bebida nutritiva con almendra silvestre, cacahuete y avena para fomentar el consumo de alimentos de origen vegetal en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, UNICACH. Métodos: Se obtuvieron los frutos de la almendra (*Terminalia catappa*) procedentes de cultivos que se encuentran de forma silvestre en Tuxtla Gutiérrez, se formularon 3 bebidas, B1: 50 g de almendra, 50 g de cacahuete y 50 g de avena, B2: 75 g, 50 g y 25 g, y B3: 100 g, 25 g y 25 g, respectivamente. Se procedió a realizar la evaluación sensorial y análisis de composición nutricional. Resultados: La evaluación sensorial mostró mayor aceptabilidad en la bebida B3, donde la almendra está en mayor concentración, de acuerdo con los datos obtenidos el olor fue la característica 100% aceptables (100%), seguida del sabor con un 96% y color 76% señaló que es de su agrado. El análisis proximal mostró valores de humedad 89.3%, ceniza 1.92%, fibra 1.80%, grasa 2.10%, proteína 1.20% y carbohidratos 3.68%. Conclusiones: El desarrollo de esta bebida promueve el consumo de alimentos silvestres y nutritivos importantes en el desarrollo académico y actividades cotidianas de los estudiantes.

Palabras clave: bebida, almendra, cacahuete, avena.

P234/S4-P44 PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ESPOL

Mgtr. Maria Gabriela Cucalon Ramirez¹, MSc Carolina Herrera¹, Sr. Christian Quijije¹, Srta. Samantha Chavez¹, Srta. Melissa Cedillo¹, Srta. Nathalia Perez¹

¹Espol, Guayaquil, Ecuador

Introducción: Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son enfermedades mentales y físicas graves que se originan por la preocupación extrema acerca de la imagen corporal, peso y alimentación. La prevalencia en los estudiantes universitarios ha oscilado entre el 8% al 20.5% y existen altas tasas de estudiantes sin diagnosticar que no reciben tratamiento adecuado. El objetivo de la investigación fue evaluar el riesgo de TCA en estudiantes universitarios para implementación de un programa nutricional de prevención selectiva, con la finalidad de disminuir los factores de riesgo negativos de TCA y aumentar factores protectores. Métodos: Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal para evaluar el riesgo de TCA, mediante la escala Eating Attitudes Test (EAT-26). 652 estudiantes de la Escuela Superior Politécnica del Litoral (ESPOL) participaron, siendo 56% de sexo femenino y 43% de sexo masculino. Resultados: De acuerdo con el EAT-26, el 33,13% necesitaba ser derivado a un profesional de la salud mental, y la prevalencia de alto riesgo de TCA fue del 8,9%. Se identificó que el 33% de estudiantes recurren a conductas alimentarias de riesgo con la finalidad de controlar su peso como atracones, el uso de laxantes, diuréticos entre otros, siendo este el 20,4% y 11,35% respectivamente. Se identificaron factores asociados, como el aumento del índice de masa corporal (IMC), el sexo, trabajar, edad y conductas alimentarias de riesgo. Posteriormente en una de las facultades con mayor riesgo de TCA se implementó el programa nutricional "Yo amo mi cuerpo". Donde participaron los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Vida, se obtuvo una muestra de 33 estudiantes (Medad = 22.4 años, SD = 2.22) que demostró un alto interés en los temas abordados durante los eventos, asimismo, se evidenciaron cambios estadísticamente significativos debido al aumento de conocimientos sobre nutrición ($p=0,01$) y la disminución las conductas de riesgo de TCA ($p=0,001$) como atracones, purga, dietas y ejercicio excesivo. Conclusiones: Estos resultados confirman que los TCA son un problema en los estudiantes universitarios en Ecuador y destacan la importancia de implementar programas de prevención y tratamiento en las instituciones educativas.

Palabras clave: trastornos alimentarios, factores de riesgo, adulto joven, estudiantes.

