

## EL CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS A TEMPRANA EDAD PREDICE DIFERENTES PATRONES ALIMENTARIOS Y NUTRICIONALES EN LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA

### GIRLS' EARLY SWEETENED CARBONATED BEVERAGE INTAKE PREDICTS DIFFERENT PATTERNS OF BEVERAGE AND NUTRIENT INTAKE ACROSS CHILDHOOD AND ADOLESCENCE

LAURA M. FIORITO, PHD, RD; MICHELE MARINI, MS; DIANE C. MITCHELL, MS, RD; HELEN  
SMICIKLAS-WRIGHT, PHD; LEANN L. BIRCH, PHD

---

#### **Antecedentes:**

No existe suficiente información respecto de la persistencia de los patrones de consumo de bebidas durante la niñez y la adolescencia, y su influencia sobre los hábitos dietarios a largo plazo.

#### **Objetivos:**

Describir los cambios en el consumo de bebidas durante la niñez. Evaluar los diferentes patrones alimentarios en niñas de entre 5 y 15 años, algunas de las cuales eran consumidoras de bebidas azucaradas a los 5 años de edad. Diseño/pacientes: Se realizó un estudio longitudinal del que participaron niñas blancas no hispanas y sus padres (n=170). Se los evaluó cada dos años, entre los 5 y los 15 años de edad de las niñas, comenzando en los últimos meses del año 1996.

#### **Análisis estadístico:**

Para cada evaluación se utilizaron tres recordatorios de 24 horas para determinar la ingesta de bebidas (leche, jugo de frutas, bebidas frutales, refrescos o gaseosas, té/café), calorías, macronutrientes y micronutrientes. Se utilizó un enfoque del modelo mixto para analizar los cambios longitudinales y la interacción entre edad y tipo de bebida consumida. Se dividió a las niñas en consumidoras y no consumidoras de bebidas azucaradas a la edad de 5 años. Se utilizó un enfoque del modelo mixto para evaluar las diferencias longitudinales y los patrones de cambio en el consumo de bebidas azucaradas y nutrientes entre ambos grupos.

#### **Resultados:**

Las diferencias en el consumo temprano de bebidas azucaradas fue predictivo del consumo futuro de estas bebidas y de leche, así como de diferencias en la incorporación de ciertos nutrientes. Las niñas que consumían bebidas azucaradas a los 5 años de edad mostraron un mayor nivel de consumo de estas bebidas en el futuro (5–15 años), un menor consumo de leche, un mayor consumo de productos con azúcar agregado, y una menor incorporación de proteínas, fibras, vitamina D, calcio, magnesio, fósforo y potasio en comparación con las niñas que a la misma edad no consumían bebidas azucaradas.

#### **Conclusiones:**

El consumo de bebidas azucaradas a los 5 años de edad predice patrones alimentarios que persisten durante la niñez y hasta la adolescencia. Las dietas de las niñas que consumían estas bebidas tuvieron un mayor contenido de azúcares agregados y un menor contenido de proteínas, fibras, calcio, vitamina D, magnesio, fósforo y potasio. Estos resultados nos ofrecen un panorama más amplio sobre la aparición de patrones de consumo temprano de bebidas y los posibles efectos que estos podrían tener a futuro en la nutrición de niños y adolescentes.