

SE REQUIERE UN REGISTRO DE DIETA DE UN MÍNIMO DE 6 DÍAS PARA DETERMINAR LA INGESTA HABITUAL DE VITAMINA K ENTRE LOS ADULTOS MAYORES

A MINIMUM OF SIX DAYS OF DIET RECORDING IS NEEDED TO ASSESS USUAL VITAMIN K INTAKE AMONG OLDER ADULTS.

PRESSE N, PAYETTE H, SHATENSTEIN B, GREENWOOD CE, KERGOAT MJ, FERLAND G.

Centre de recherche, Institut Universitaire de Gériatrie de Montréal, Montréal, QC, Canada.

Resumen

Existe un creciente interés por el papel de la vitamina K en la salud, sobre todo en las poblaciones mayores. El conocimiento de la variabilidad inter- e intra-individual del consumo de vitamina K a través de la dieta podría resultar útil para determinar con certeza la ingesta habitual y clasificar a los participantes en estudios epidemiológicos. Nuestros objetivos fueron: 1) calcular los componentes de varianza en el consumo de vitamina K; 2) investigar si factores como el día de la semana, la estación del año o el consumo calórico se relacionan con la varianza intra-individual; y 3) calcular el número requerido de días para alcanzar los grados deseados de certeza para determinar la ingesta individual de vitamina K, clasificar a los participantes y estimar un coeficiente de regresión. Se determinó la ingesta de vitamina K en 939 adultos mayores (67 a 84 años) incluidos en el *Québec Longitudinal Study on Nutrition and Successful Aging Study* mediante 2 series de 3 recordatorios de 24 horas de múltiples pasadas no consecutivos con 6 meses de diferencia. Cada serie incluyó 2 días de semana y un día del fin de semana. Los radios de varianza intra- a inter-individual para consumo de vitamina K fueron 3,2 (95% IC = 2,6-3,9) en total; 2,6 (95% IC = 2,1-3,5) para los hombres; y 3,7 (95% IC = 2,9-5,0) para las mujeres. El día de la semana (días de semana) y la estación (mayo a octubre) se relacionaron de manera positiva y significativa con la ingesta de vitamina K, pero explicaron una parte insignificante de la variación intra-individual (<1%). El ajuste para el consumo calórico explicó <7% de la varianza y no afectó el radio de varianza. Se requirieron de 6 a 13 recordatorios de 24 horas para poder clasificar correctamente a los participantes de acuerdo a su consumo habitual de vitamina K y limitar la atenuación del coeficiente de regresión. Estos resultados se deberían considerar en estudios que pretendan calcular el consumo de vitamina K en los adultos mayores.