

DIETAS Y HÁBITOS ALIMENTARIOS DESORDENADOS DESDE LA ADOLESCENCIA HASTA LA ADULTEZ: HALLAZGOS DE UN ESTUDIO LONGITUDINAL DE 10 AÑOS

DIETING AND DISORDERED EATING BEHAVIORS FROM ADOLESCENCE TO YOUNG ADULTHOOD: FINDINGS FROM A 10-YEAR LONGITUDINAL STUDY.

NEUMARK-SZTAINER D, WALL M, LARSON NI, EISENBERG ME, LOTH K.

Division of Epidemiology and Community Health, School of Public Health, University of Minnesota, Minneapolis, MN 55454, USA. neumark@epi.umn.edu

RESUMEN

ANTECEDENTES: Los hábitos alimentarios desordenados son frecuentes en los adolescentes y pueden tener consecuencias perjudiciales. Una cuestión importante es saber si estos comportamientos durante la adolescencia determinan un patrón que continuará durante los primeros años de la adultez.

OBJETIVO: Analizar la prevalencia y seguimiento de dietas, hábitos extremos y poco saludables de control del peso, y atracones desde la adolescencia hasta la adultez.

DISEÑO: Estudio poblacional de 10 años de duración (Proyecto EAT-III: *Eating Among Teens and Young Adults*, 1999-2010).

PARTICIPANTES: La población incluyó 2287 adultos jóvenes (55% mujeres, 52% no blancos). La muestra incluyó un grupo de pacientes más jóvenes (edad promedio $12,8 \pm 0,7$ años al inicio del estudio y $23,2 \pm 1,0$ durante el seguimiento) y otro grupo de pacientes de mayor edad (edad promedio $15,9 \pm 0,8$ al inicio y $26,2 \pm 0,9$ años durante el seguimiento).

ANÁLISIS ESTADÍSTICO: Se analizaron las tendencias longitudinales en la prevalencia de los hábitos utilizando ecuaciones de estimación generalizadas. El seguimiento de los hábitos se calculó utilizando el riesgo relativo de ocurrencia de los mismos durante el seguimiento dada su presencia al inicio del estudio.

RESULTADOS: En general, la prevalencia de dietas y hábitos de alimentación desordenados fue elevada y permaneció constante o aumentó desde la adolescencia hasta la adultez. Además, los hábitos tendieron a mantenerse en los individuos y, en general, aquellos que siguieron dietas y hábitos desordenados durante la adolescencia tuvieron un mayor riesgo de mantenerlos 10 años después. Esto fue particularmente consistente en las mujeres de mayor edad y en los varones que transitaban la etapa entre la mitad de la adolescencia y la mitad de la adultez.

CONCLUSIONES: Los hallazgos de este estudio indicaron que los hábitos alimentarios desordenados no son sólo un problema de los adolescentes, sino que se mantienen también en los adultos jóvenes. La continuidad de estos comportamientos en los individuos sugiere que el uso temprano de un hábito probablemente determine la continuación del mismo. Los resultados sugieren una necesidad de realizar esfuerzos de prevención temprana (antes del inicio de los patrones de comportamiento perjudiciales), y de la continuación de la prevención y de intervenciones de tratamiento para atender la elevada prevalencia de hábitos alimentarios desordenados a lo largo de la adolescencia y los primeros años de la adultez.

Comentario en *J Am Diet Assoc*. 2011 Jul;111(7):1001-3.

PMID: 21703378 [PubMed - indexed for MEDLINE] PMCID: PMC3140795 [Available on 2012/7/1]

J Am Diet Assoc. 2011 Jul;111(7):1004-11.

www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21703378