

## CAFÉ, TÉ Y SUS ADITIVOS: RELACIÓN CON EL IMC Y LA CIRCUNFERENCIA DE CINTURA

## COFFEE, TEA AND THEIR ADDITIVES: ASSOCIATION WITH BMI AND WAIST CIRCUMFERENCE.

BOUCHARD DR, ROSS R, JANSSEN I.

School of Kinesiology and Health Studies, Queen's University, Kingston, ON, Canada.  
[Danielle.Bouchard@usherbrooke.ca](mailto:Danielle.Bouchard@usherbrooke.ca)

---

### Resumen

**OBJETIVO:** El propósito de este estudio fue llevar a cabo un análisis detallado de: 1) la frecuencia de consumo de café y té, y 2) el uso de aditivos en el café o té en relación con las mediciones de obesidad total y abdominal.

**MÉTODO:** Se examinó a 3.823 participantes de la encuesta *National Health and Nutrition Examination Survey* en 2003-2004. La obesidad se determinó por IMC y circunferencia de cintura (CC). El consumo de café y té, así como el uso de aditivos, se determinó mediante un cuestionario.

**RESULTADOS:** El consumo de café no guardó relación con el IMC o la CC en ningún grupo etario. No obstante, los hombres que consumían 2 o más tazas de té por día registraron valores de IMC (25,9 vs. 28,0 kg/m<sup>2</sup>) y CC (95,2 vs. 101,32 cm) más bajos que aquellos que nunca tomaban té ( $p \leq 0,05$ ). Las relaciones entre el consumo de té y el IMC o la CC dejaron de ser significativas al incluir el uso de aditivos. Los consumidores de café o té que utilizaban endulzantes artificiales presentaron valores de IMC mayores ( $p \leq 0,05$ ) que aquellos que no los utilizaban (28,2 vs. 27,1 kg/m<sup>2</sup> en hombres y 28,4 vs. 27,1 kg/m<sup>2</sup> en mujeres).

**CONCLUSIÓN:** La frecuencia de consumo de café o té no mantuvo relación con las mediciones de obesidad, ya que fue el uso de aditivos lo que explicó la asociación entre el consumo de té y la obesidad en los hombres. El uso de endulzantes artificiales en el café o té se asoció a un IMC más elevado.