**Estilos de vida, consumo alimentario de compuestos fitoquímicos y su relación con biomarcadores de inflamación y estrés oxidativo en personas en riesgo cardiometabólico**

**Becaria: Lic. María Lucía Baraquet**

**Directora: Dra. Nilda Raquel Perovic**

**Pertenencia institucional: Escuela de Nutrición. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad Nacional de Córdoba.**

**Formato elegido: Póster**

Las enfermedades no transmisibles y, específicamente, las cardiometabólicas (diabetes, obesidad e hipertensión arterial) constituyen uno de los problemas de salud pública más importantes a nivel global. En Argentina en el año 2018 representaron el 73,4% del total de muertes y el 52% de los años de vida ajustados por discapacidad.

En estas patologías, diferentes factores de riesgo como el hábito de fumar, el estilo de vida sedentario, el abuso de alcohol o una dieta desequilibrada, desempeñan un papel central para el desarrollo de un estado proinflamatorio, con generación de citoquinas y una producción aumentada de especies reactivas de oxígeno, que conduce a un estado de estrés oxidativo que puede provocar daño en proteínas, lípidos y ADN.

Para contrarrestar el efecto del estrés oxidativo producido por la inflamación crónica, el organismo cuenta con mecanismos celulares de digestión oxidativa: un sistema antioxidante enzimático y un mecanismo no enzimático exógeno dependiente de la dieta que incluye el consumo de vitaminas E y C, fitoquímicos y ácido úrico.

Por ello, el objetivo de este estudio de tipo observacional, descriptivo, correlacional, de corte transversal es *“analizar la relación entre estilos de vida, consumo alimentario de compuestos fitoquímicos y biomarcadores de inflamación y estrés oxidativo en personas con riesgo cardiometabólico que asisten al Servicio de Cardiología del HNC-FCM, periodo 2018-2023”.*

Resultados preliminares muestran que un 80,3% de los sujetos estudiados (N:182) presentan exceso de peso y el 62,4% tiene un nivel de circunferencia de cintura que corresponde con riesgo cardiovascular muy aumentado. Con relación al tipo de dieta, el 42,4% de los sujetos consume una dieta inflamatoria. En cuanto a los marcadores inflamatorios, se observó que tanto en hombres como en mujeres los niveles de us-PCR representan un elevado riesgo de desarrollar enfermedad cardiovascular a futuro. En cuanto a los marcadores de estrés oxidativo, los sujetos con mayor consumo de alimentos fuente de flavonoles, flavanoles y antoncianinas presentan actividad más baja de catalasa, y aquellos con mayor consumo de alimentos fuente de flavanonas e isoflavonas muestran menor actividad de glutatión peroxidasa. En relación a la actividad física el 50% de los sujetos presenta valores de METs/minutos/semana de 693 o menos, que se encuentra por debajo de las recomendaciones de la OMS.

De esta manera, la evaluación del consumo de alimentos de compuestos fitoquímicos como del estilo de vida, podría proporcionar una forma de evaluar el equilibrio oxidativo-antioxidante y el estado inflamatorio de sujetos en riesgo cardiometabólico.