

“CONTENIDO DE COBRE EN ALIMENTOS DE CONSUMO HABITUAL Y PREVALENCIA DE INGESTAS INSUFICIENTES EN NIÑOS” *

Rovirosa, A; Uicich, R; O'Donnell, A.

* Trabajo presentado en el Congreso Argentina de la Sociedad Argentina de Nutrición Buenos Aires año 2002.

El cobre está ampliamente distribuido en los alimentos. En nuestro país son muy escasos los datos de contenido de Cu en los alimentos locales, y no existen estudios que hayan evaluado los niveles de ingesta de Cu.

Objetivo: Aportar datos sobre el contenido de cobre de alimentos que integran la dieta infantil argentina, y evaluar el nivel de adecuación de la ingesta, según datos de encuestas alimentarias.

Material y métodos: Se determinó el contenido de cobre en 50 muestras compuestas pertenecientes a 31 alimentos de consumo habitual en los niños. La determinación se realizó por absorción atómica. Con estos datos, y con datos de Handbook Nro 8 (USDA) se completó la base de datos de composición de alimentos y se analizaron datos de encuestas alimentarias para evaluar la ingesta de Cu en población infantil de nuestro país. (En un grupo de lactantes y preescolares (Proyecto Tierra del Fuego) y escolares de Buenos Aires (Proyecto Niños que Ayunan).

Resultados: Los datos de contenido de cobre en los alimentos analizados son consistentes con los de tablas extranjeras, con niveles muy bajos en leche y lácteos (<0.03 mg%), y niveles intermedios en carnes y huevo (0.03 a 0.095 mg%) y cereales (0.06 a .245 mg%). Según los datos de las encuestas alimentarias analizadas, los principales grupos de alimentos aportadores de Cu en la dieta infantil son cereales, vegetales (principalmente papa), y carnes (en el grupo de <de 2 años, que tienen mayor consumo de hígado). Las ingestas medias de Cu en los encuestas analizadas fueron: 711 µg/d en los <2 años, 944 µg/d en los preescolares y 1010 µg/d en los escolares. 13% de los escolares, 2% de los preescolares y 7 % de los menores de 2 años tuvieron ingestas inferiores al EAR (requerimiento estimado promedio, Food and Nutrition Board, IOM, 2001), y 26; 6 y 13 % respectivamente tuvieron ingestas inferiores a la RDA. (Debe tenerse en cuenta que no se incluyó el aporte de Cu del agua,).

Conclusiones: Los datos de composición de alimentos presentados contribuyen a aportar información sobre el contenido de Cu de alimentos de consumo habitual en Argentina. La ingesta de Cu de las poblaciones estudiadas es similar a datos de otros países.