



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS, DE LA SALUD Y LA VIDA
ESCUELA DE NUTRIOLOGÍA

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
NUTRIÓLOGA

Asociación entre niveles plasmáticos de vitamina D y porcentaje de grasa corporal en relación con patrón alimentario en los empleados de la fábrica "Textilera Sintofil C.A" período mayo - diciembre del 2018

Autora: Paulina Alexandra Rodríguez Rojas

Tutora: MSc. Mtr. Karina Pazmiño

Quito, Enero 2019

RESUMEN

La vitamina D se la puede definir como una prohormona, debido a su producción en la epidermis por la exposición a la luz solar y consecutivamente se involucra en la participación de funciones importantes como absorción del calcio y fósforo en aportación con los procedimientos fisiológicos y bioquímicos en cada de cada cuerpo humano. Otros efectos que acompañan a esta hormona son la participación a nivel celular y molecular, producción de moléculas en diferentes células y tejidos, diferenciación, entre otras.

En los últimos años se ha notado el déficit de vitamina D, siendo un problema de salud a nivel mundial, por lo que se estima que el 50 y 92 por ciento de todas las poblaciones estudiadas por expertos la padecen. Esto se debe a una escasa exposición a la luz solar, nula o exigua ingesta dietética de alimentos que contienen vitamina D y falta de ejercicio al aire libre.

Debido a la importancia que tiene esta hormona durante los últimos años, se realizó una revisión de varios libros y artículos científicos, revisiones sistemáticas en bases de ScienceDirect, Scielo, Elsevier, Consensos de Colombia, México, Estados Unidos y España con datos obtenidos que son relatados a continuación. Se recolectaron más de doce artículos científicos actualizados desde el 2012, donde se pretende describir aspectos importantes relacionados con la fisiología, clínica, epidemiológica y etiológica de esta vitamina importante para el buen desarrollo del organismo, de cada ser humano en sus diferentes aparatos y sistemas. (Gallego, Mejía, Martínez-, & Rendón, 2017)

Palabras claves: Vitamina D, exposición solar, absorción de calcio, absorción de fósforo, mineralización ósea, déficit de vitamina D.

ABSTRACT

Vitamin D can be defined as a prohormone, due to its production in the epidermis by exposure to sunlight and it is subsequently involved in the participation of important functions such as absorption of calcium and phosphorus in contribution with physiological and biochemical procedures in each human body. Other effects that accompany these hormones are participation at the cellular and molecular level, production of molecules in different cells and tissues, differentiation, among others.

In recent years, vitamin D deficiency has been noted, being a health problem worldwide, so it is estimated that 50 and 92 percent of all populations studied by experts suffer from it. This is due to poor exposure to sunlight, no or little dietary intake of foods containing vitamin D and lack of outdoor exercise.

Due to the importance of this hormone during the last years, a review was carried out on several books and scientific articles, systematic reviews in bases of ScienceDirect, Scielo, Elsevier, Consensus of Colombia, Mexico, United States and Spain with data obtained that are reported below. We collected more than twelve scientific articles updated since 2012, which aim to describe important aspects related to the clinical, epidemiological and etiological physiology of this important vitamin for the proper development of each human being organism in its different apparatuses and systems (Gallego, Mejía, Martínez-, & Rendón, 2017).

Key words: Vitamin D, sun exposure, calcium absorption, phosphorus absorption, bone mineralization, vitamin D deficiency.