

UAA impulsa investigación integral sobre el envejecimiento, nutrición y movilidad de adultos mayores



BOLETÍN 149

- Estudio de la UAA revela que la mayoría de los adultos mayores en la capital consumen menos proteína y calorías de las necesarias.
- Tras evaluar a 277 pacientes, investigadores de la UAA detectaron que 132 adultos mayores presentan fuerza muscular reducida y 70 muestran un desempeño físico bajo.

Tras dos años de labor, un equipo multidisciplinario de la Universidad Autónoma de Aguascalientes concluyó un estudio integral orientado a identificar los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los adultos mayores en la entidad.

La Dra. Judith Martín del Campo Cervantes, líder del proyecto titulado “Asociación de la funcionalidad y calidad de variables somáticas y cognitivas con la alimentación del adulto mayor de la Ciudad de

Aguascalientes”, destacó que la investigación conjuntó la experiencia de expertos en Nutrición, Estomatología, Terapia Física y Medicina. El análisis evaluó el consumo de macronutrientes (calorías, proteínas, lípidos e hidratos de carbono) durante períodos de tres días, además de medir la composición corporal, fuerza muscular y variables somáticas de los participantes.

La fase de captación de pacientes se extendió por un año mediante jornadas de salud realizadas en la propia institución, así como en colaboración con el Instituto Aguascalentense del Adulto Mayor, el DIF Estatal y el DIF Municipal de Aguascalientes, atendiendo las dinámicas y horarios de diversos clubes de la tercera edad.

Un total de 277 adultos mayores completaron el proceso. Al respecto, la Dra. Martín del Campo señaló que el seguimiento dietético fue uno de los retos principales. “Identificamos que la mayoría de la población analizada consume niveles de proteína y calorías inferiores a sus requerimientos mínimos, lo que deriva en una pérdida progresiva de masa muscular y un riesgo elevado de desnutrición a largo plazo”, advirtió la investigadora.

Añadió que, de los participantes, la mayoría fueron mujeres (235) y que ya se han realizado publicaciones previas con cortes parciales de los datos. En cuanto a los resultados físicos, 70 adultos presentaron un desempeño físico bajo, lo que aumenta el riesgo de dependencia o discapacidad a corto plazo; 15 presentaron sarcopenia (cantidad de músculo disminuida) y 132 ya muestran una fuerza muscular reducida, lo que deriva en complicaciones para realizar tareas cotidianas como levantarse de una silla o cama.

Por su parte, el Dr. David Masuoka Ito, profesor investigador del Departamento de Estomatología, precisó que la salud bucodental es determinante en este ciclo. Explicó que la falta de piezas dentales obliga a los adultos mayores a modificar su dieta o a comer con lentitud por incomodidad, lo que genera una sobrecarga en el sistema digestivo al no procesar adecuadamente los alimentos.

“El deterioro óseo y articular influye directamente en la capacidad cognitiva, la memoria y el rendimiento físico. Es fundamental equilibrar la alimentación y apostar por la prevención, pues un adulto mayor requiere cuidados especializados”, subrayó el Dr. Masuoka.

Además de la evaluación física, el estudio incluyó pruebas de rendimiento y tests mentales para detectar posibles deterioros cognitivos. El objetivo final es generar estrategias precisas que respondan a las necesidades reales de esta población.

Finalmente, los expertos hicieron un llamado a fortalecer la investigación en medicina geriátrica. El equipo de la UAA proyecta ampliar el alcance de este estudio hacia municipios del interior y zonas

rurales, donde las condiciones de vida presentan retos distintos a los de la zona urbana.

“Como universidad, nuestro compromiso es profundizar en estas líneas de investigación y estrechar la vinculación con instancias gubernamentales para atender a más adultos mayores, quienes demandan ser escuchados y recibir atención integral”, concluyó la Dra. Martín del Campo.

---000---

Ciudad Universitaria

12 de abril de 2026