ENCUESTA DE CALCIO COSTA RICA

LOS DATOS REFLEJADOS EN ESTA INFOGRAFÍA SE HAN OBTENIDO DE UNA INVESTIGACIÓN REALIZADA POR LA **INTERNATIONAL OSTEOPOROSIS FOUNDATION** PUBLICADA EN ENERO 2023[1]

PRIMER

ESTUDIO REALIZADO EN **AMÉRICA CENTRAL** CON LA CALCULADORA DE CALCIO DE LA IOF

MUESTRA QUE **LA INGESTA DE CALCIO**

ES DEFICIENTE

EN COSTA RICA

EL ESTUDIO SE REALIZÓ EN

- **+18** UNA POBLACIÓN ADULTA (>18 años)
- en centros urbanos de **ALTA ACTIVIDAD SOCIOECONÓMICA**
- **GEOGRÁFICAMENTE DISPERSOS**
- con diferentes puntos de afluencia para cumplir con **UNA CUOTA DE EDAD Y SEXO**

LA **MEDIANA DE LA INGESTA** DE CALCIO FUE DE

862 mg/d (RI 650,5 – 1,115)

+65 AÑOS — **MAYOR** INGESTA

25-49 AÑOS — **MENOR** INGESTA

70%

DE LOS PARTICIPANTES DECLARARON UN **NIVEL** DE **CONSUMO DE CALCIO** QUE

NO CUMPLE LA INGESTA DIARIA RECOMENDADA

LOS HALLAZGOS CONFIRMAN LA **NECESIDAD DE ESTABLECER**

POLÍTICAS INSTITUCIONALES EFICACES para mejorar **LA SALUD ÓSEA DE LA POBLACIÓN**

REFERENCIA

1. Montiel-Ojeda, D., Cerdas, S., Clark, P., Caló, M., Wullich, S., Da Silva Llibre, R., & Levin Ford, J. (2023). Assessment of calcium intake in Costa Rica and Panama with the International Osteoporosis Foundation calcium calculator. Nutrición hospitalaria: órgano oficial de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral, 40(1), 128–135. https://doi.org/10.20960/nh.04431

WWW.OSTEOPOROSIS.FOUNDATION

LEER LA PUBLICACIÓN

IOF International Osteoporosis Foundation

Con el apoyo de HALEON