

7. Opinión y comportamiento sobre el consumo de productos azucarados en las ciudades autónomas de Ceuta y Melilla

Mohatar-Barba M (1), López-Olivares M (2), Fernández-Aparicio A (1), González-Jiménez E (3), Enrique-Mirón C (4)

(1) Departamento de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla, Universidad de Granada, Melilla, España; (2) Departamento de Nutrición y Bromatología, Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla, Universidad de Granada, Melilla, España; (3) Departamento de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Granada, Granada, España; (4) Departamento de Química Inorgánica, Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla, Universidad de Granada, Melilla, España.

RESUMEN

Introducción. En las últimas décadas, el patrón alimentario se ha alejado de la dieta mediterránea, debido principalmente a la globalización, imponiéndose el modelo de dieta occidental (1,2). A pesar de las campañas publicitarias sobre la importancia de una alimentación y estilos de vida saludables, en los países desarrollados la disponibilidad y fácil acceso a productos alimenticios hipercalóricos y nutricionalmente pobres ha contribuido al deterioro de la calidad de la dieta y de la salud [3-5].

Objetivos. Analizar la opinión y el comportamiento alimentario en relación al consumo de productos azucarados y su relación con las variables sociodemográficas estudiadas.

Metodología. Estudio diagnóstico no experimental de tipo transversal y observacional, con metodología cuantitativa descriptiva-correlacional. La selección de la muestra se llevó a cabo mediante un muestreo probabilístico de tipo estratificado, atendiendo a sexo (hombres y mujeres), religión (musulmana y cristiana) y residencia (Ceuta y Melilla). Los 201 participantes presentaron una media de edad de 34.78 ± 11.64 años, el 46.3% fueron hombres, el 53.7% cristianos y el 52.2% melillenses. Para llevar a cabo el estudio se utilizó el cuestionario Azúcar y Salud, adaptación del cuestionario "Azúcar oculto y salud" de Herrera (2020).

Resultados. Los adultos mayores de 40 años consumen más frutas que los jóvenes, siendo los jóvenes quienes muestran un mayor consumo de bebidas azucaradas. Los

melillenses son quienes mayor consumo presentan de bollería comercial y bebidas azucaradas, frente a los ceutíes. El consumo de azúcar aumenta con la edad y los estudios. Según la religión, son los musulmanes quienes realizan un mayor consumo de azúcar. Consumir productos locales y de temporada y evitar comprar productos con grandes cantidades de azúcar son las mejores estrategias para reducir el consumo de azúcares añadidos, siendo mayor este pensamiento en aquellos que presentan estudios superiores. En cuanto a leer el etiquetado nutricional de los productos, los ceutíes, las mujeres y aquellos con estudios superiores son los que más leen el etiquetado nutricional. Por último, los cristianos y ceutíes opinan que añadir azúcar a los productos disminuye su coste y los hace más accesibles.

Conclusiones. Los resultados obtenidos ponen de manifiesto que factores culturales como la religión y el lugar de nacimiento pueden influir en los hábitos nutricionales. Estos resultados deben interpretarse con precaución teniendo en cuenta algunas limitaciones como por ejemplo el tamaño muestral. Por este motivo, sería de gran interés ampliar la muestra con el fin de confirmar los resultados obtenidos y plantear estrategias para la promoción de la salud y estilos de vida saludables.

Palabras clave. Azúcares, salud, cultura, comportamiento, opinión.

BIBLIOGRAFÍA

1. Prieto-Zambrano P, Pache-Iglesias L, Domínguez-Martín AT, Panea-Pizarro I, Gómez-Luque A, López-Espuela F. Impacto de una intervención educativa sobre la calidad de la dieta mediterránea, la actividad física y el estado ponderal en adolescentes: ensayo clínico aleatorizado. *Enferm Clínic*. 2021; 31(1):51–6.
2. Scaglioni S, De Cosmi V, Ciappolino V, Parazzini F, Brambilla P, Agostoni C. Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*. 2018; 10(6):706
3. Romero Ferreiro C, Martín-Arriscado Arroba C, Canceñas Navia P, Lora Pablos D, Gómez de la Cámara A. Ultra-processed food intake and all-cause mortality: DRECE cohort study. *Public Health Nutrition*. 2021; 1–10.
4. Kelly B, Jacoby E. Public Health Nutrition special issue on ultra-processed foods. *Public Health Nutrition*. Cambridge University Press. 2018;21(1):1–4.
5. Martínez Steele E, Popkin BM, Swinburn B, Monteiro CA. The share of ultra-processed foods and the overall nutritional quality of diets in the US: evidence from a nationally representative cross-sectional study. *Population Health Metrics*. 2017;15(1).