

8. Factores del estilo de vida que influyen en los patrones dietéticos de los profesores universitarios

López-Olivares M (1), Mohatar-Barba M (1), Fernández-Aparicio A (1), Fernández-Gómez E (1), Enrique-Mirón C (2)

(1) Departamento de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla, Universidad de Granada, Melilla, España;

(2) Departamento de Química Inorgánica, Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla, Universidad de Granada, Melilla, España.

RESUMEN

Introducción. En las últimas décadas se han observado cambios en el perfil epidemiológico y nutricional, como resultado de cambios en aspectos ambientales, sociales, de comportamiento. Cada vez es más importante el impacto de los patrones dietéticos en lugar de la ingesta aislada de nutrientes (1). Los docentes son un grupo de profesionales de extrema importancia que están sujetos a factores estresantes. Esta realidad puede afectar a la forma de alimentarse (2).

Objetivos. El objetivo de este estudio fue identificar patrones dietéticos en profesores universitarios y evaluar las relaciones entre factores sociodemográficos y la actividad física.

Metodología. Se trata de una investigación con diseño trasversal, descriptivo-correlacional con una muestra de 127 docentes (totalmente aleatoria) pertenecientes a uno de los campus de la Universidad de Granada, el Campus de Melilla. Para llevar a cabo la investigación, se utilizó un cuestionario auto-administrado que recoge los datos sociodemográficos, la versión corta del International Physical Activity Questionary (IPAQ) (3) y finalmente un cuestionario de Frecuencia de Consumo de Alimentos (FFQ) (4).

Resultados. Se identificaron dos patrones dietéticos mediante análisis factorial exploratorio: un patrón occidental caracterizado por el consumo de lácteos, huevos, carnes, embutidos, aceites refinados y mantequilla, azúcar, bollería industrial y bebidas azucaradas y alcohólicas y un patrón mediterráneo basado en aceite de oliva, pescados, frutas,

frutos secos, verduras y hortalizas, legumbres, cereales y miel. Procedencia ($p=0.022$) y nivel de actividad física ($p=0.010$) se relacionan significativamente con la adherencia al patrón occidental. En el caso del patrón mediterráneo se aprecian diferencias significativas según las diferentes facultades a las que pertenecen los docentes ($p=0.37$).

Conclusiones. Este estudio proporciona evidencia sobre los factores que influyen en la adherencia a los patrones dietéticos del personal docente de la Universidad de Granada y sugiere que se deben desarrollar programas de promoción para la salud.

Palabras clave. Patrón mediterráneo, patrón occidental, profesores, universidad, factores sociodemográficos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Mozaffarian D. Dietary and Policy Priorities for Cardiovascular Disease, Diabetes, and Obesity: A Comprehensive Review. *Circulation*. 2016;133(4).
2. Amaro JM, Dumith SC, Amaro JM, Dumith SC. Excessive daytime sleepiness and quality of life related to the health of university professors. *J. bras. Psiquiatr*. 2018;67(9).
3. Mantilla Toloza SC, Gómez Conesa A. El Cuestionario Internacional de Actividad Física. Un instrumento adecuado para el seguimiento de la actividad física poblacional. *Rev. Iberoam. Fisioter. Kinesol*. 2007;7.
4. Junta de Andalucía. Cuestionario de Frecuencia de Consumo de Alimentos. ANEXO 2: Cuestionario de Frecuencia de Consumo de Alimentos. Available online: <http://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/contenidos/gestioncalidad/DRECA2/E9.pdf>