



Variedad en la calidad de la dieta en adultos españoles y mexicanos

López-Moro A¹, Conde-Pipo J2, Cantero L², Jimenez-Casquet MJ¹, Mariscal-Arcas M¹, Anaya-Loyola MA^{3,4}

¹ Departamento de Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada, España.

² Departamento de Didáctica de la Música, Plástica y Corporal, Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Granada

³ Maestría en Ciencias de la Nutrición Humana. Facultad de Ciencias Naturales. Universidad Autónoma de Querétaro, México.

⁴ Especialidad en Nutrición, Activación Física y Salud. Facultad de Ciencias Naturales. Universidad Autónoma de Querétaro, México.



UNIVERSIDAD DE GRANADA



Universitat Oberta de Catalunya



INTRODUCCION

: La pérdida de patrones de alimentación tradicionales a favor de otros más occidentales redunda en un descenso de calidad de la dieta alrededor del mundo. Muchos aspectos determinan la calidad dietética, aunque en general pueden resumirse en una dieta moderada, variada, equilibrada y adecuada para cada individuo. Estos aspectos son evaluados por el Diet Quality Index-International (DQI-I). .

OBJETIVO

•Comparar la calidad de la dieta de población mexicana y española mediante un índice de calidad internacional de la dieta, determinando que factores son en mayor medida responsables de la pérdida de calidad.

RESULTADOS

•Se encontraron diferencias para el gasto energético y el DQI-I en todos sus aspectos con valores de calidad superiores para la población mexicana. La variedad fue la dimensión más castigada para todos los sujetos, presentando los mexicanos mejores cifras de consumo de vegetales, pero peores para las fuentes proteicas.

Tabla 1. Frecuencias de consumo de alimentos por grupos en la muestra española y mexicana

		España	México	P*
Veces/día		Media (DE)	Media (DE)	
Frutas	Hombres	3,44 (3,20)	3,91 (5,66)	0,001
	Mujeres	3,68 (5,66)	4,40 (2,95)	
Verduras	Hombres	4,06 (5,18)	7,61 (4,17)	0,000
	Mujeres	4,53 (2,15)	11,79 (6,74)	
Cereales	Hombres	3,01 (2,91)	4,94 (2,65)	0,000
	Mujeres	2,01 (1,94)	3,26 (2,14)	
Legumbres	Hombres	0,58 (0,41)	1,20 (0,72)	0,000
	Mujeres	0,57 (0,26)	1,46 (1,19)	
Carnes	Hombres	2,63 (2,42)	0,97 (0,50)	0,000
	Mujeres	1,71 (0,75)	0,89 (0,80)	
Pescados	Hombres	0,79 (0,91)	0,13 (0,13)	0,000
	Mujeres	0,69 (0,56)	0,22 (0,27)	
Lácteos	Hombres	5,96 (3,52)	2,10 (1,16)	0,000
	Mujeres	5,74 (3,26)	2,35 (1,20)	
Alimentos vacíos	Hombres	2,25 (2,13)	1,77 (1,05)	0,003
	Mujeres	1,85 (2,40)	1,48 (2,85)	

*Kruskal-Wallis para muestras independientes.

METODOLOGÍA

• Estudio observacional transversal sobre una muestra representativa de sujetos adultos residentes en Querétaro (México) y de sujetos de la misma franja de edad procedentes de la Región de Murcia, en la cuenca mediterránea española. Se recogieron datos sociodemográficos, antropométricos, de frecuencia de consumo de alimentos y de ingesta con 3 recuerdos de 24 horas y se valoró el DQI-I en la población.

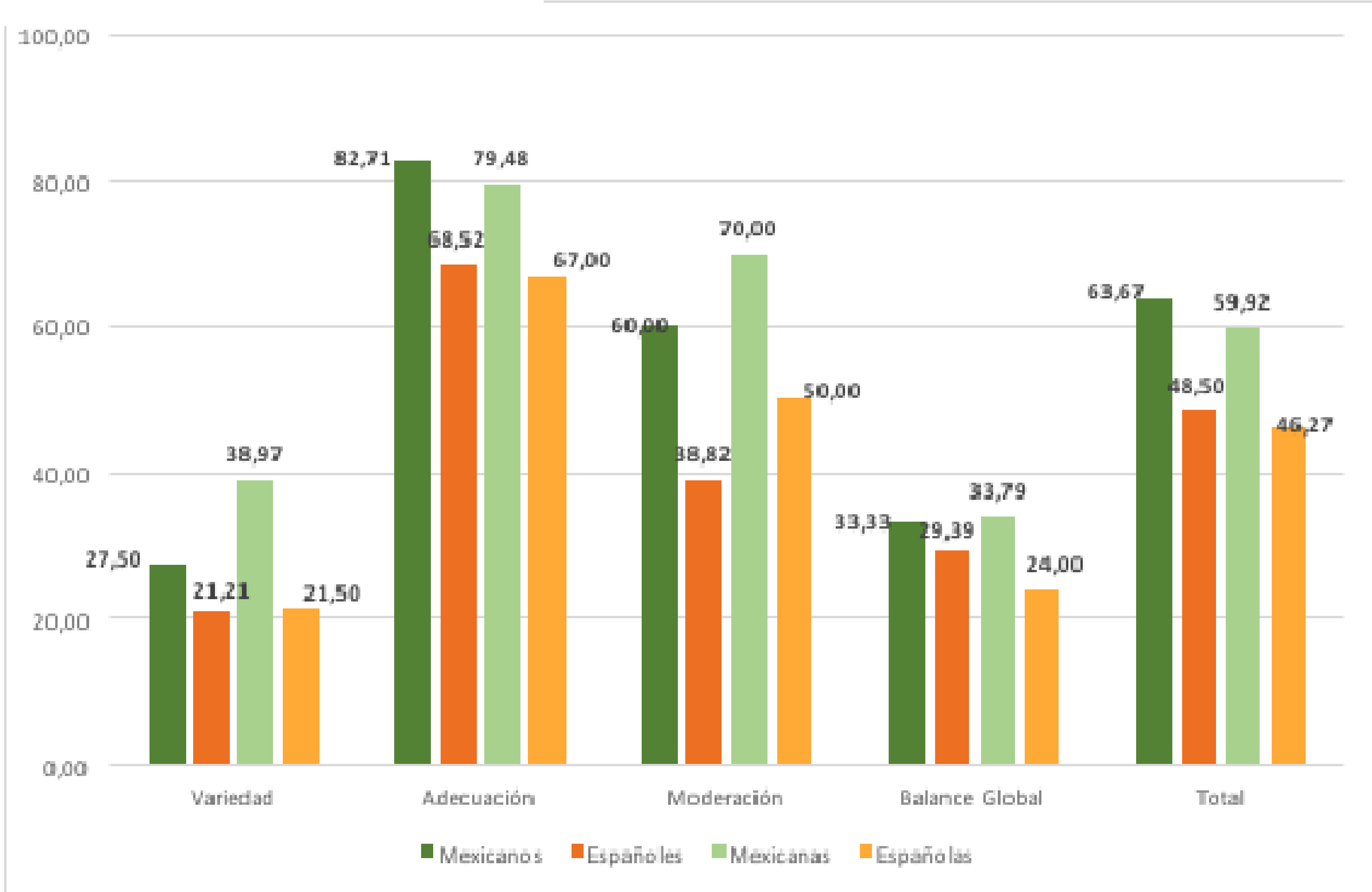
CONCLUSIONES

• La muestra mexicana mejoró las cifras de calidad de la española, tal vez por una mayor influencia de conocimientos en nutrición. El 86% de la población podría mejorar sus puntajes de calidad en el DQI-I ajustando sus frecuencias de consumo de alimentos. .

Tabla 2. Estimaciones de mejora en la calidad de la dieta mediante el ajuste en la variedad de la ingesta de grupos de alimentos

Españoles			Españolas			Mexicanos			Mexicanas		
	R ²	P		R ²	P		R ²	P		R ²	P
Frutas	0,25	0,001	Frutas	-	-	Frutas	-	-	Legumbres	0,23	0,001
Alimentos Vacíos	0,35	0,001	Verduras	-	-	Verduras	-	-	Frutas	0,32	0,001
Verduras	0,43	0,001	Cereales	-	-	Cereales	-	-	Verduras	-	-
Cereales	-	-	Legumbres	-	-	Legumbres	-	-	Cereales	-	-
Legumbres	-	-	Lácteos	-	-	Lácteos	-	-	Lácteos	-	-
Lácteos	-	-	Huevos	-	-	Huevos	-	-	Huevos	-	-
Huevos	-	-	Carnes	-	-	Carnes	-	-	Carnes	-	-
Carnes	-	-	Pescados	-	-	Pescados	-	-	Pescados	-	-
Pescados	-	-	Alimentos Vacíos	-	-	Alimentos Vacíos	-	-	Alimentos Vacíos	-	-

Regresión lineal por pasos.



Gráfica 1. Análisis de la dieta en las poblaciones mexicana y española por sexos de los participantes

REFERENCIAS

- Ferguson M, Brown C, Georga C, Miles E, Wilson A, Brimblecombe J. Traditional food availability and consumption in remote Aboriginal communities in the Northern Territory, Australia. Aust N Z J Public Health. 2017;41(3):294-298.
- Tur JA. Los antioxidantes en la Dieta Mediterránea. Rev Esp Nutr Comunitaria. 2004;10(4): 198-207.
- Mozaffarian D, Rosenberg I, Uauy R. History of modern nutrition science-implications for current research, dietary guidelines, and food policy. BMJ. 2018 Jun 13;361:k2392.
- Carpenter KJ. A short history of nutritional science: part 4 (1945-1985). J Nutr. 003;133(11):3331-42.
- Popkin BM, Adair LS, Ng SW. Global nutrition transition and the pandemic of obesity in developing countries. Nutr Rev. 2012;70 (1):3-21.
- World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. WHO Technical Report Series no. 916, WHO, Geneva, 2013.
- Serra LL, Aranceta J, Mataix J. Nutrición y Salud Pública. Métodos, bases científicas y aplicaciones. 2ª ed. Barcelona. Elsevier-Masson; 2011.
- Royo M, Bes-Rastrollo M, Bosqued M, Burgos C, Castelló A, Cuevas I, et al. Nutrición en salud pública. Escuela Nacional de Sanidad. Instituto de Salud Carlos III – Ministerio De Economía, Industria y Competitividad. 2017.
- Williams J, Townsend N, Rayner M, Jayawardena R, Katulanda P, Manoharan S, et al. Diet quality of adolescents in rural Sri Lanka based on the Diet Quality Index-International: findings from the 'Integrating Nutrition Promotion and Rural Development' project. Public Health Nutr. 2019;22(10):1735-1744.
- Gil Á, Martínez de Victoria E, Olza J. Indicators for the evaluation of diet quality. Nutr Hosp. 2015; 31 (Suppl 3) :128-44.
- Palacin-Arce A, Monteagudo C, Beas-Jimenez Jde D, Olea-Serrano F, Mariscal-Arcas M. Proposal of a Nutritional Quality Index (NQI) to Evaluate the Nutritional supplementation of Sportspeople. PLoS One. 2015;10 (5):e0125630.
- Valerino-Perea S, Lara-Castor L, Armstrong MEG, Papadaki A. Definition of the Traditional Mexican Diet and Its Role in Health: A Systematic ReviewNutrients. 2019;11(11):2803.
- Intergovernmental Committee For The Safeguarding Of The Intangible Cultural Heritage. UNESCO. Evaluation of nominations for inscription in 2010 on the representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity. Convention For The Safeguarding Of The Intangible Cultural Heritage (5th Session); 15-19 noviembre 2010; Nairobi, Kenia. París: UNESCO; 2010.
- Corella D, Barragán R, Ordovás JM, Coltell Ó. Nutrigenética, nutrigenómica y dieta mediterránea: una nueva visión para la gastronomía [Nutrigenetics, nutrigenomics and Mediterranean diet: a new visión for gastronomy]. Nutr Hosp. 2018;35 (4):19-27.
- Widmer RJ, Flammer AJ, Lerman LO, Lerman A. The Mediterranean diet, its components, and cardiovascular disease. Am J Med. 2015; 128(3):229-238.