



ento de Nutrición y Salud Pública, Dra. Jacqueline Araneda Flores, presentó los resultados de dos investigaciones en el marco de la XXXVII Reunión Anual de la Sociedad Española de Epidemiología efectuada en Oviedo, España. Los temas expuestos se abordaron en el seno del Grupo de Investigación Epidemiología Alimentaria Nutricional (EPIAN), integrado por académicos de la Facultad de Ciencias de la Salud y de los Alimentos (FACSA).

La Reunión Anual de la Sociedad Española de Epidemiología 2019 congregó a alrededor de 700 profesionales e investigadores de la Epidemiología, Medicina Preventiva y de la Salud Pública de Iberoamérica y Europa. La Dra. Jacqueline Araneda Flores concretó su participación a través del Fondo de Apoyo para la Participación en Eventos Internacionales en el extranjero (FAPEI).

La Dra. Araneda Flores presentó “Características alimentarias de estudiantes universitarios chilenos”. El estudio de diseño transversal consideró una muestra de 1102 estudiantes universitarios de ambos sexos de distintas facultades de la UBB en la Región de Ñuble.

“Se aplicó una encuesta para conocer hábitos alimentarios y frecuencia de consumo de alimentos, la que fue especialmente desarrollada para conocer los tiempos de comida, horarios de las comidas y colaciones. También se incluyó un ítem sobre grupos de alimentos como frutas, verduras, pescados, legumbres, carnes, alimentos ultraprocesados, entre otros”, reseñó la investigadora.

Entre los resultados se obtuvo que solo la mitad de los universitarios tiene horarios establecidos de

alimentación para el desayuno, almuerzo, once y cena (51,3%). El 95% almuerza diariamente y el 23% no toma desayuno. 6 de cada 10 estudiantes suelen comer entre comidas (“picoteo”). El 8% de los encuestados señala consumir rara vez o nunca frutas y legumbres, mientras que el 20% nunca consume pescados. En general una cuarta parte de los universitarios, señala que su alimentación es monótona y el 92% declara que debiera mejorar su alimentación. Los hombres tuvieron más alta probabilidad de consumo de alimentos como bebidas azucaradas, sopaipillas (masa frita); completos y pescado, describió la Dra. Jacqueline Araneda.

El segundo trabajo presentado se denominó “Consumo de frutas y verduras. Representaciones de mujeres que habitan en la zona sur de Chile”. La investigadora UBB explicó que a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, se logró reclutar un total de 40 mujeres de edades entre los 20 y 65 años. A través de cuatro grupos de discusión se identificaron las representaciones de mujeres en torno a motivaciones, barreras, gastos asociados y conocimientos respecto al consumo de frutas y verduras.

“La principal motivación de las mujeres para consumir frutas y verduras son los beneficios para la salud y calidad de vida, mientras que la principal barrera es el alto costo. Las frutas y verduras son principalmente consumidas al desayuno y almuerzo por todos los miembros del hogar, destacándose una mayor ingesta en los niños. Los medios de comunicación masiva como televisión e internet, son validados por las mujeres para adquirir conocimientos sobre los beneficios de las frutas y verduras, así como de formas de preparaciones más novedosas. También, destacan a las frutas y verduras como favorecedoras de la reducción de peso corporal, al preferirlas ante otros alimentos que contienen alta densidad calórica”, ilustró la Dra. Jacqueline Araneda.

