

Factores asociados al consumo de alimentos ultraprocesados en estudiantes universitarios

Estudio DISA II

Autor: Matías F. Segura García

Tutores: Jesús Vioque López & Sandra González Palacios

Máster de Salud Pública Conjunto UMH-UA

Curso académico: 2024-25

COIR: 250428001419

Artículo original

Introducción

3X

Aumento del consumo de AUP en España (1990-2010)
Del 11% al 37% del total de calorías

- Datos en consonancia con otros países
- Tendencia conservada hasta la actualidad

Justificación

Problemas de salud



Principales

- Aumento del riesgo cardiovascular
- Mayor prevalencia de sobrepeso/obesidad
- Incremento del síndrome metabólico
- Asociación con depresión y mortalidad

Objetivo

Asociación

Objetivo

Evaluar los factores asociados al consumo de AUP en población joven universitaria

Metodología

Población

656 estudiantes de primer curso
Universidad Miguel Hernández
Edades: 18-60 años

Instrumentos

CFA semi-cuantitativo (44 ítems)
Clasificación NOVA
Cuestionario sociodemográfico

Análisis Estadístico

Variable dependiente: Consumo de AUP en tertiles

Variables independientes: Características sociodemográficas y estilos de vida

Análisis: Regresión logística multinomial (RRR e IC95%)

Características de la Muestra

Formación

Ciencias de la salud: 63,3%

Otras titulaciones: 36,4%

Demografía

N = 656 estudiantes

♀ 408 (62,2%) | ♂ 248 (37,8%)

Edad media: $20,8 \pm 5,2$ años

Estilos de vida

Fumadores: 29,6%

Residencia familiar/propia:
59,9%

Hábitos digitales

Internet: $6,2 \pm 5,2$ h/día

TV: $18,8 \pm 16,4$ h/semana

Comer fuera de casa: 29,5% ≥ 2
veces/semana

Resultados Principales

Factor	Consumo Medio AUP	Consumo Alto AUP	Significación
Consumo de tabaco	RRR = 1,76 (1,08–2,89)	RRR = 2,12 (1,29–3,51)	✓ p < 0,05
Horas internet/día	NS P = 0,41	RRR = 1,06 (1,01–1,12)	✓ p < 0,05
Comer fuera ≥2 v/sem	RRR = 1,91 (1,03–3,54)	NS P = 0.307	✓ p < 0,05
Actividad física	NS P = 0.65	NS P = 0.41	✗ NS

Interpretación de Resultados

Consumo de Tabaco

2,1x mayor riesgo en consumo alto

Modulación preferencias sabor intenso

Desviación de recursos económicos

Uso de Internet

6% mayor riesgo por cada hora adicional

Exposición intensa a publicidad de AUP

Acceso facilitado a comida rápida (apps)

No Asociaciones

Edad, sexo, tipo de domicilio

Actividad física

Tipo de titulación

Comer Fuera de Casa

1,9x mayor riesgo (≥ 2 v/semana)

Predominancia de AUP en restaurantes

Patrones de socialización universitaria

Limitaciones y Fortalezas

Limitaciones

- Diseño transversal → No causalidad
- Sesgo de recuerdo (CFA)
- Autoevaluación de variables
- Representatividad limitada
- Agrupación de alimentos

Fortalezas

- Muestra bien definida y homogénea
- CFA validado (dieta habitual)
- Clasificación NOVA estándar
- Comparabilidad internacional
- Implicaciones para salud pública

Conclusiones e Implicaciones

Conclusión Principal

El consumo de **tabaco**, mayor **uso de internet** y **comer fuera de casa** se asocian significativamente con mayor consumo de AUP en estudiantes universitarios

Implicaciones para Salud Pública

- **Intervenciones dirigidas:** Considerar factores de estilo de vida identificados
- **Políticas universitarias:** Mejorar oferta en comedores y limitar venta de AUP
- **Regulación publicitaria:** Controlar marketing digital de AUP dirigido a jóvenes
- **Programas integrales:** Abordar tabaquismo, uso excesivo de internet y hábitos alimentarios

Futuras líneas: Estudios longitudinales para profundizar en percepciones y motivaciones de estudiantes

Muchas gracias por su atención