

CONGRESO SOCHINUT: "COLOQUIOS EN NUTRICIÓN"

Referencia

SCH2020/02

Título: LA PANDEMIA EMPEORA LOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN DE LOS CHILENOS

Autores: Pino C¹, Villota C¹, Rodríguez X¹, Riveros C¹, Toledo A², Piñuñuri R¹.

Afiliación

¹Escuela de Nutrición y Dietética, Facultad de la ciencia de la Salud de la Universidad Bernardo O'Higgins. Santiago de Chile

²Departamento de matemática y física, Facultad de la ciencia de la Salud de la Universidad Bernardo O'Higgins. Santiago de Chile

Marco teórico y objetivos

La pandemia que el coronavirus ha generado ha impulsado a muchos gobiernos centrales y locales a aplicar cuarentenas obligatorias o voluntarias, causando cambios en la rutina diaria de las personas. La forma en la cual nos relacionamos, trabajamos, estudiamos y probablemente la manera en la que nos alimentamos. De hecho, se observó cambios en la ingesta alimentaria en adolescentes durante la pandemia, mostrando un aumento significativo en la ingesta de alimentos fritos.¹

Objetivo: Describir la ingesta alimentaria durante la pandemia.

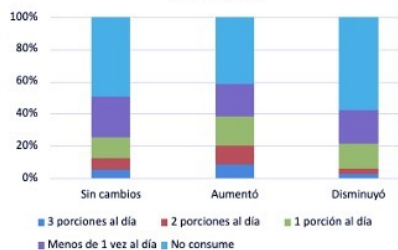
Material y Métodos:

Estudio transversal descriptivo, el cual participaron 766 personas. Se evaluó ingesta alimentaria a través de una encuesta online entre los meses de abril y junio. La encuesta se encuentra validada en Chile². Todos los participantes firmaron el consentimiento informado aprobado por el comité de ética de la Universidad Bernardo O'Higgins.

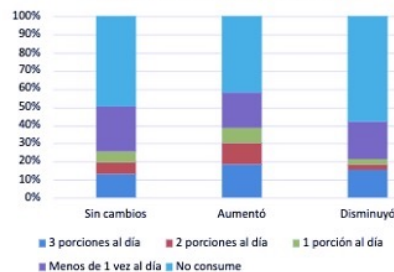
Resultados

Características generales: Participaron 766 personas, de las cuales, el 22,8% son hombres, 76,2% mujeres y el 0,9% se define como otros. Cabe mencionar, que participaron de distintas regiones del país, sin embargo, las más representativas fueron la Región Metropolitana, Maule, O'Higgins y Valparaíso (53,8%, 11,5%, 8,7%, 8,4% respectivamente). El 60,7% se encontraba en cuarentena voluntaria, el 25,8% en cuarentena obligatoria y el 13,4%, no se encontraba en cuarentena. Respecto a los cambios de ingesta alimentaria durante la pandemia, el 49,1% aumentó su ingesta alimentaria, el 32,9% indicó no haber tenido cambios en su alimentación y el 18% informó que disminuyó su ingesta alimentaria.

Consumo de jugos azucarados según cambios en la ingesta alimentaria durante cuarentena



Consumo de pizza, completos, hamburguesas, papas fritas o sopaipillas según cambios en la ingesta alimentaria durante cuarentena



Conclusiones:

Como consecuencia de la pandemia por COVID-19 ha afectado todas las áreas de nuestra vida. Una de ellas es nuestros hábitos alimentarios aumentando el consumo de bebidas azucaradas y comida chatarra. Esto evidencia la mala calidad de alimentación que estamos teniendo como sociedad y que se ha visto favorecido por el confinamiento y que lamentablemente trae serias consecuencias a la salud.

Todo lo anterior, hace necesario buscar estrategias y acciones eficientes que logren revertir estos hábitos y permitan mejorar nuestra calidad de vida.

Referencias

Ruiz-Roso, MB; et al. Covid-19 Confinement and Changes of Adolescent's Dietary Trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. *Nutrients* 2020, 12, 1807

Samuel Durán et al. Hábitos alimentarios y condición física en estudiantes de pedagogía en educación física. *Rev Chil Nutr* Vol. 41, N°3, Septiembre 2014.

Agradecimientos

Se agradece el apoyo de los estudiantes de la escuela de nutrición y dietética que son parte del comité científico