

DETERMINANTES PSICOSOCIALES ASOCIADOS AL CONSUMO DE FRUTAS Y VERDURAS EN ADOLESCENTES

Alarcón, C., Albornoz, K., Banda, P., Bustos, C., Crisóstomo, R., Medina, D., Salinas, P., de Urruticoechea, A.

Tutora: Sofía Sutherland

Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de los Andes

Taller de Investigación 2016

INTRODUCCIÓN

El estado nutricional de la población chilena ha generado una inquietud a nivel nacional. Los malos hábitos alimenticios han ocasionado un aumento en los índices de sobrepeso y obesidad, reflejado con mayor prevalencia en la población estudiantil básica (46,6%).

Estudios señalan que los adolescentes están conscientes de las repercusiones negativas que provoca el consumo de ciertos alimentos. La satisfacción, es otro factor que cumple un rol importante frente al consumo de alimentos.

En relación al consumo de frutas y verduras, el bajo porcentaje de personas que cumplen con las recomendaciones, está vinculada que existe una mayor motivación en la persona que el control de acción.

Debido a la escasa información que se tiene sobre las determinantes que estimulan el consumo de frutas y verduras, este estudio busca asociar las determinantes: conocimiento, beneficios percibidos y normas sociales con el consumo de frutas y verduras.

OBJETIVOS

Asociar conocimiento, normas sociales (modelaje) y beneficios percibidos como las determinantes más influyentes para el consumo de frutas y verduras en adolescentes.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio de tipo cuantitativo, transversal, donde se buscó relacionar las determinantes psicosociales que llevan al consumo de frutas y verduras en adolescentes.

Se aplicó una adaptación del cuestionario *Pro Children Eating Habits for Schoolchildren*, compuesto de una Escala de Likert para evaluar determinantes psicosociales asociadas al consumo de frutas y verduras y de una encuesta de Tendencia de Consumo acotada, a participantes entre 13 y 19 años del Complejo Educativo Media de La Reina.

Para el análisis de resultados se usaron tablas de regresión múltiple para determinar si las variables conocimiento, beneficios percibidos y normas sociales estaban asociadas al consumo suficiente de frutas y verduras o no.

RESULTADOS

Solo el 14% de la población logró cumplir con las recomendaciones sobre el consumo de frutas (3 porciones), versus un 48% que no alcanzaba la recomendación de las guías alimentarias (< 3 porciones).

Por otro lado, el porcentaje sobre el consumo suficiente de verduras (2 porciones) fue de un 9% en comparación a un 33% que era insuficiente (< 2 porciones).

La autoeficacia y beneficios percibidos son las únicas que demostraron tener una correlación alta ($R: 0,87$ y $R 0,86$) en relación al consumo de verduras. Aún así, sólo esta última resultó ser significativa para el estudio ($R = 0,87$; $p = 0,04$).

Tabla 1. Correlación entre determinantes y consumo de frutas

FRUTAS				
Determinantes	Coef.	t	p	[95% Conf. Interval]
Sexo	-1.11	-1.67	0.10	-2.45 / .23
Conocimiento	.26	0.42	0.68	-.99 / 1.52
Actitud	.58	1.01	0.32	-.573 / 1.73
Beneficios percibidos	-.55	-0.81	0.42	-1.92 / .82
Normas sociales	-.49	-0,97	0.34	-1.49 / .52
Apoyo padres	.32	-0.87	0.39	-.42 / 1.05
Autoeficacia	.28	0.53	0.59	-.76 / 1.31
Intención	.18	0.52	0.61	-.51 / .87
Disponibilidad	.16	0.26	0.79	-1.10 / 1.43
Barreras percibidas	-.14	-0.27	0.79	-1.14 / .86

Tabla 2. Correlación entre determinantes y consumo de verduras

VERDURAS				
Determinantes	Coef.	t	p	[95%Conf.Interval]
Sexo	.28	0.51	0.61	-.81 / 1.36
Conocimiento	-.56	-1,36	0.18	-1.40 / .27
Actitud	-.21	-0,43	0.62	-1.20 / .78
Beneficios percibidos	.86*	1,60	0.12	-.22 / 1.94
Normas sociales	.05	0,15	0.88	-.59 / .69
Apoyo padres	.07	0,23	0.82	-.54 / .68
Autoeficacia	.87*	2,13	0.04**	.05 / 1.68
Intención	-.04	-0,14	0.89	-.66 / .57
Disponibilidad	-.34	-0,85	0.40	-1.16/ .47
Barreras percibidas	.28	0.81	0.42	-.41/ .97

CONCLUSIÓN

- ✓ Las determinantes que se creían más influyentes en el consumo de frutas y verduras (conocimiento, normas sociales y beneficios percibidos), no lo fueron.
- ✓ La autoeficacia demostró ser la única determinante que indicó tener correlación y diferencia significativa en relación al consumo de verduras.
- ✓ Se sugiere realizar charlas y cursos para fortalecer la autoeficacia en las personas.
- ✓ Desarrollo de nuevos estudios sobre determinantes para poder implementar medidas preventivas sobre la población.

REFERENCIAS

- Gobierno de Chile. Ministerio de Salud. Encuesta Nacional de Consumo alimentario (ENCA). [citado 21/08/2016]. Disponible en: <http://web.minsal.cl/sites/default/files/ENCA.pdf>
- Encuesta Nacional de Salud 2009-2010. Chile. [citado 21/08/2016]. Disponible en: <http://web.minsal.cl/portal/url/item/bcb03d7bc28b64dfe040010165012d23.pdf>
- Gobierno de Chile. Ministerio de Salud [2012], Programa nacional de salud integral de adolescentes y jóvenes. Plan de acción 2010-2020, Chile. [citado 21/08/2016]. Disponible en: <http://web.minsal.cl/portal/url/item/d263acb5826c2826e04001016401271e.pdf>