

PREFERENCIAS ALIMENTARIAS SEGÚN SEXO EN POBLACIÓN ADULTA ESPAÑOLA CON SOBREPESO U OBESIDAD.

Autores: Cámara R, Cámara N, Portolés O, Serrano L

Introducción: La dieta es un determinante de salud modificable y por ello es importante conocer las factores que nos hacen inclinarnos por unos alimentos u otros.

Objetivo: Estimar las preferencias alimentarias en pacientes con sobrepeso/obesidad y valorar si existen diferencias por sexo

Material y Métodos: 309 pacientes (61,8% mujeres) entre 18-70 años con sobrepeso/obesidad valorada a través de la composición corporal. La preferencia por cada alimento se valoró a través de un cuestionario en el que el sujeto indicaba en una escala de 0 a 3 su grado de preferencia.

Resultados: En la Tabla 1 y la Tabla 2 se muestran los resultados obtenidos:

Tabla 1: Preferencias alimentarias para hombres y mujeres (se muestran solo los alimentos en los que hay diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,05$))

	Leche entera	Yogur entero	Carnes rojas	Quesos curados	Embutidos	Salazones	Alcachofas	Judias verdes
HOMBRES	50,40%	70,80%	86,70%	85%	97,30%	64,40%	69,90%	61%
MUJERES	34,70%	52,30%	67,60%	75%	86,30%	50%	84,70%	73,90%

Conclusiones: Las mujeres prefieren alimentos considerados como más saludables que los hombres; destacamos las siguientes preferencias entre mujeres: **Alcachofas y Judias verdes**; y las siguientes entre hombres: **yogur entero y carnes rojas**.

