



Endocrinología, Diabetes y Nutrición



209 - OFERTA NUTRICIONAL DE LAS MÁQUINAS EXPENDEDORAS EN LAS FACULTADES DE LA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

I. Moreno-Ruiz, I. Martín-Timón, B. Ugalde-Abiega, J.J. Marín-Peñalver, O. Meizoso-Pita y C. Sevillano-Collantes

Hospital Universitario Infanta Leonor. Madrid.

Resumen

Introducción: El NutriScore es una herramienta diseñada con el objetivo de simplificar la información que aporta el etiquetado nutricional de los alimentos. Clasifica los alimentos en cinco colores que van desde el verde (más saludable) hasta el rojo (menos saludable). Estos colores están asociados a cinco letras (A/B/C/D/E).

Objetivos: Calcular el NutriScore de los alimentos y bebidas disponibles en las máquinas expendedoras de las facultades de la Universidad Complutense de Madrid.

Métodos: El estudio ha sido realizado en 16 facultades y la biblioteca universitaria analizando los alimentos y bebidas de las máquinas expendedoras en marzo de 2019. Se calculó la puntuación de cada uno, según el contenido en nutrientes por 100 g de alimento o 100 ml de bebida. Para el cálculo se ponderan los elementos considerados negativos: el valor calórico, grasa saturada, azúcar total y sodio, y los positivos: contenido de frutas, verduras y frutos secos, fibra, y proteínas. La puntuación primera menos la segunda da lugar a la final, más desfavorable cuanto más alta. Según la puntuación obtenida se clasifican en una de las cinco categorías.

Resultados: Se clasificaron 143 alimentos y 53 bebidas que estaban disponibles en máquinas expendedoras. Los alimentos se distribuyeron: A 4,2%, B 4,2%, C 21,6%, D 53% y E 47% y las bebidas: A 1,9%, B 9,4%, C 13,2%, D 35,9% y E 39,6%. La categoría A para las bebidas sólo corresponde al agua y esta se encontró en el 100% de las facultades. Dentro de la categoría B sólo se encontraron refrescos sin azúcares añadidos. En todas las facultades se ofrecían bebidas de la categoría E. En 12 facultades no se ofrecía ningún alimento de la categoría A. Sin embargo, se encontraron productos de la categoría E en todas las facultades.

Conclusiones: Aunque la universidad debería desarrollar una función en la promoción de un estado de vida saludable, las máquinas expendedoras de las facultades ofrecen un número muy elevado de productos con baja calidad nutricional.