



Medicina de Familia. SEMERGEN



<http://www.elsevier.es/semergen>

415/7 - HÁBITOS ALIMENTARIOS Y ADHESIÓN A DIETA MEDITERRÁNEA DE DOS POBLACIONES

M. Babiano Fernández¹, A. Martínez Alvarez²

¹Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Argamasila de Calatrava. Ciudad Real. ²Centro de Salud de Puertollano. Ciudad Real.

Resumen

Objetivos: Conocer cuál es el grado de adherencia a las pautas de la “dieta mediterránea” en dos grupos de población, una de entorno rural (Guadalmaz (Ciudad Real), población 841 habitantes en 2014, según el INE) y otra procedente de entorno urbano (Puertollano (Ciudad Real), población 50.608 habitantes en 2014 según el INE), y analizar si existen diferencias entre ellos.

Material y métodos: Estudio observacional descriptivo y transversal. Emplazamiento: Centro de salud de una localidad rural (Consultorio de Guadalmaz) y en un centro de salud de una localidad urbana (CS Puertollano I de Puertollano), de la provincia de Ciudad Real durante el mes de abril del 2016. Los sujetos participantes en el estudio fueron seleccionados de entre los pacientes pertenecientes al cupo de una consulta de medicina de familia en ambas localidades. Los primeros diez pacientes de ambos sexos citados en la consulta durante cinco días laborables consecutivos, que sean mayores de edad y no cumplan ninguno de los criterios de exclusión. Variables analizadas: edad, sexo, componentes principales de la dieta mediterránea (cereales no refinados, frutas, verduras, patatas, legumbres, aceite de oliva, pescado, carne roja, aves de corral, productos lácteos enteros y alcohol).

Resultados: Participaron un total de 100 personas, 50 procedentes de núcleo rural y 50 de núcleo urbano, con edades comprendidas entre los 38 y 86 años. El valor promedio global de la encuesta dietética fue de $32,98 \pm 4,118$ en el entorno rural y de $35,58 \pm 5,429$ en el entorno urbano.

Conclusiones: Destaca en el estudio el alto consumo de frutas en el entorno rural respecto al urbano (94% frente al 86%) y legumbres (54% en el entorno rural y 44% en el entorno urbano) y el uso a diario de aceite de oliva para cocinar (100%). Sin embargo productos como el pescado tenían muy bajos consumos (14% lo consumían semanalmente en el entorno rural frente al 22% del entorno urbano).

Palabras clave: Alimentación. Población. Dieta.