

# **NÚMERO 7**



# **ANEXO**

Distribución de macronutrientes y fuentes de energía en la población española: resultados obtenidos del estudio científico ANIBES















Fuentes alimentarias de nutrientes según grupos y subgrupos de alimentos y bebidas en la población del estudio científico ANIBES

# Índice

- 1. Proteínas
- 2. Hidratos de carbono
- 3. Azúcares
- 4. Lípidos
- 5. Ácidos Grasos Saturados (AGS)
- 6. Ácidos Grasos Monoinsaturados (AGMI)
- 7. Ácidos Grasos Poliinsaturados (AGPI)
- 8. Ácidos Grasos Omega-6
- 9. Ácidos Grasos Omega-3
- 10. Colesterol
- 11. Fibra
- 12. Alcohol



Volver al índice

Fuentes alimentarias de **proteínas** (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

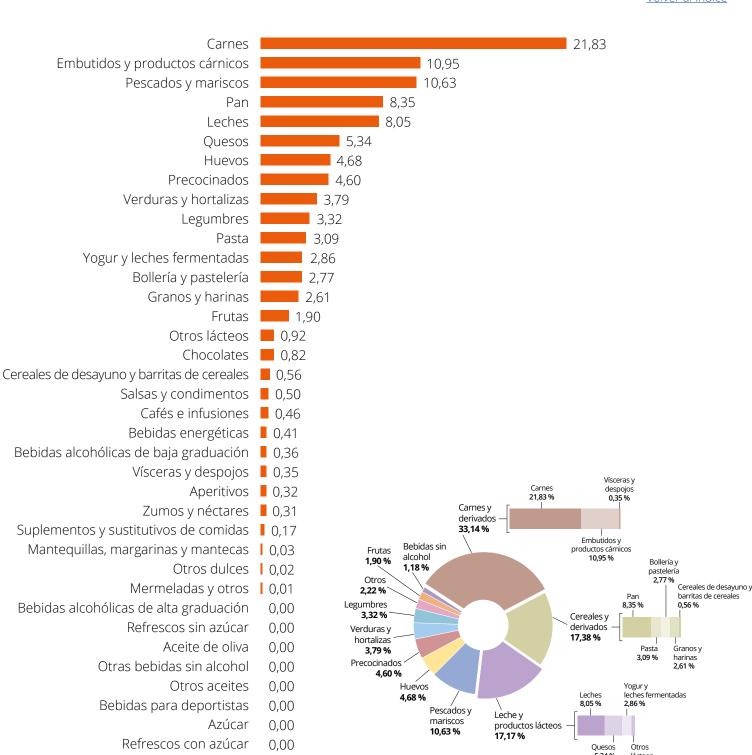




#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

Agua

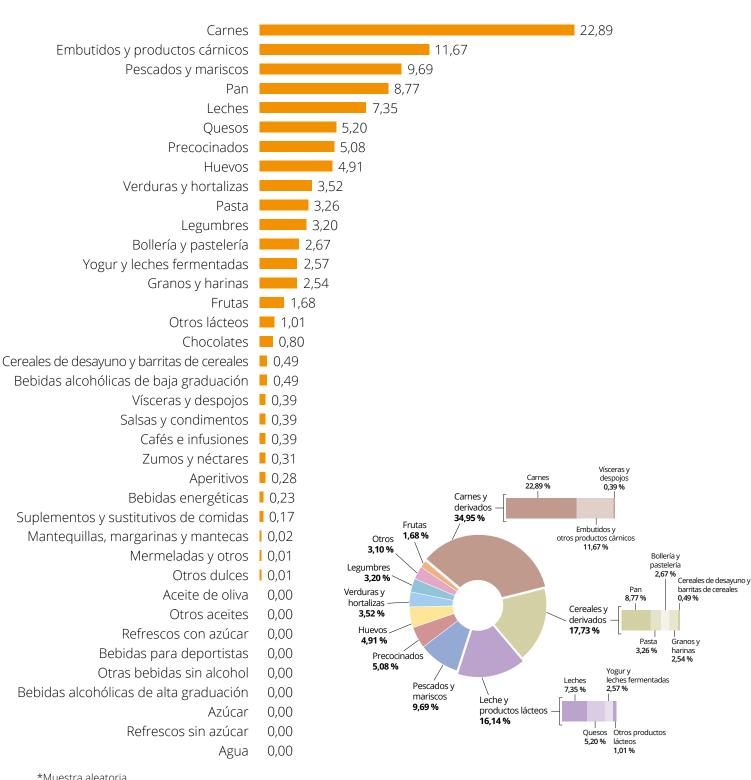
0,00





# 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\* Volver al índice



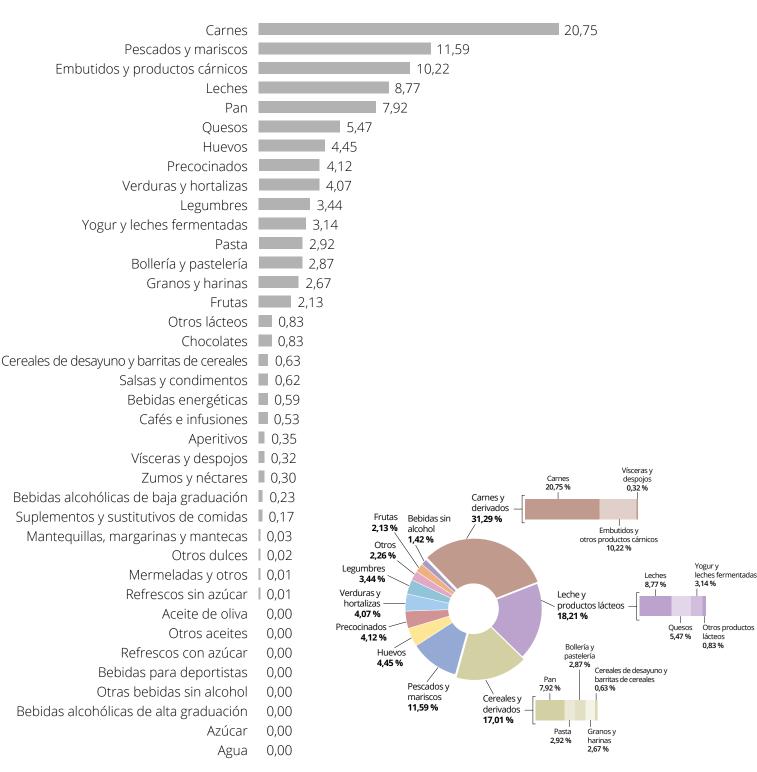
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





## 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



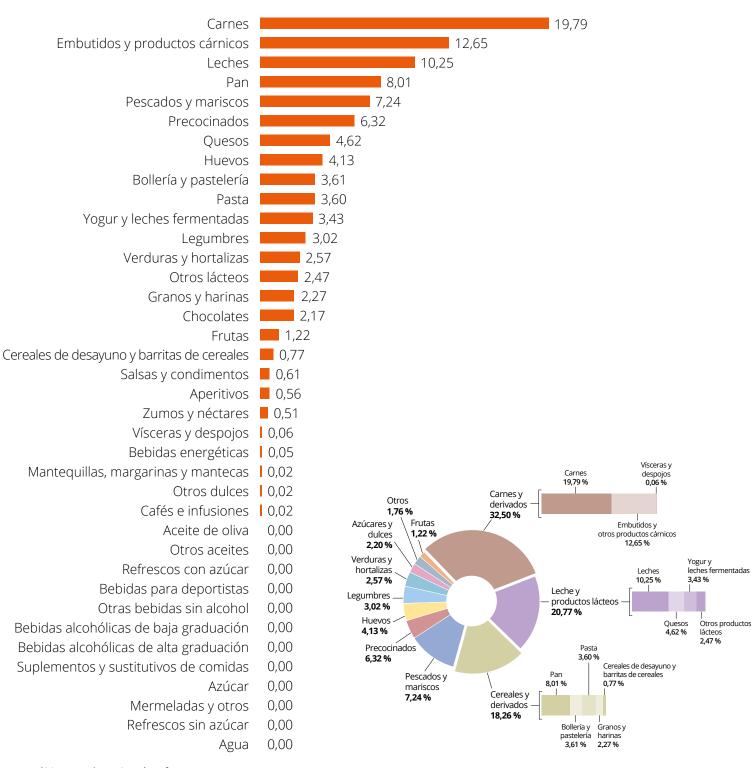
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*



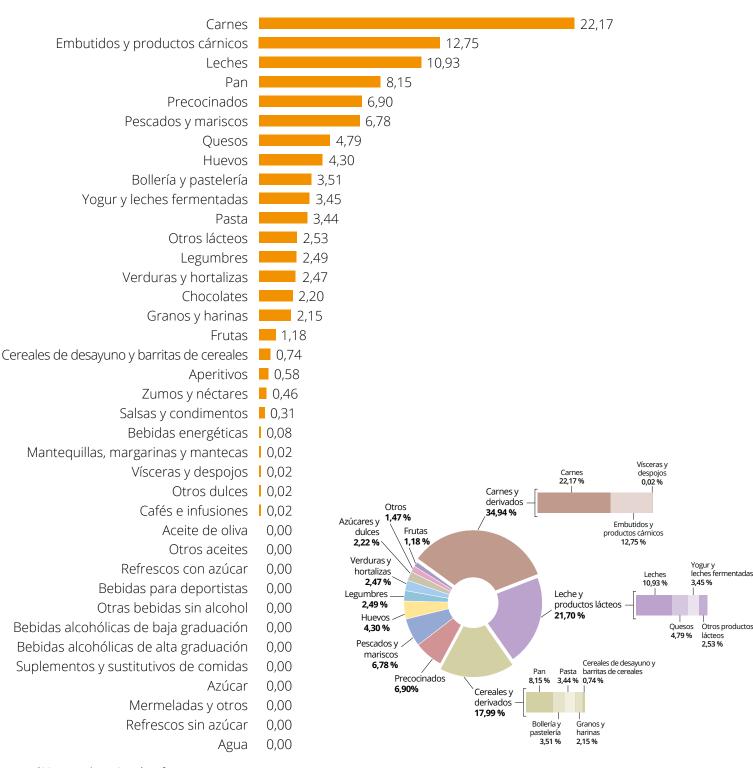
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





## 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*



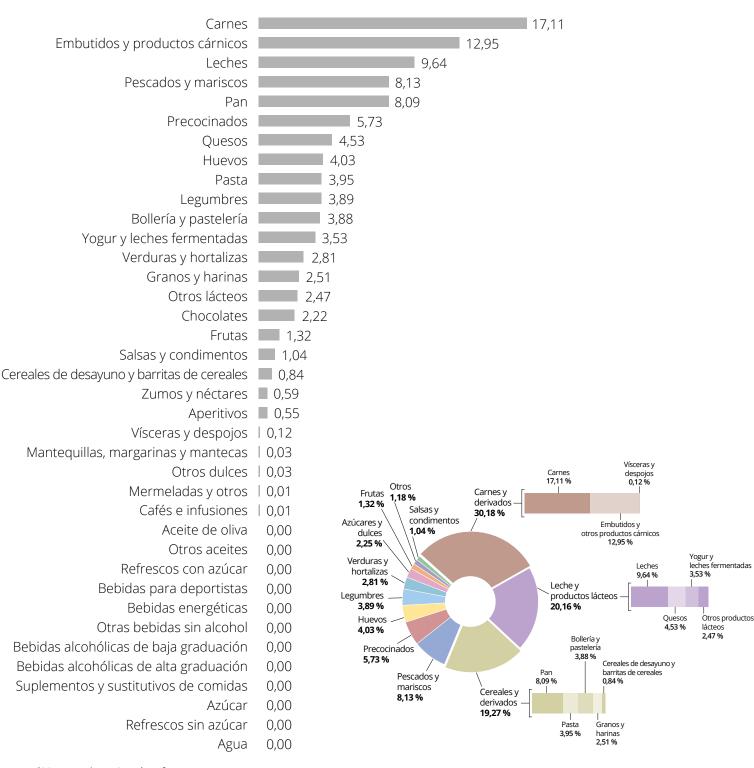
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





# 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*



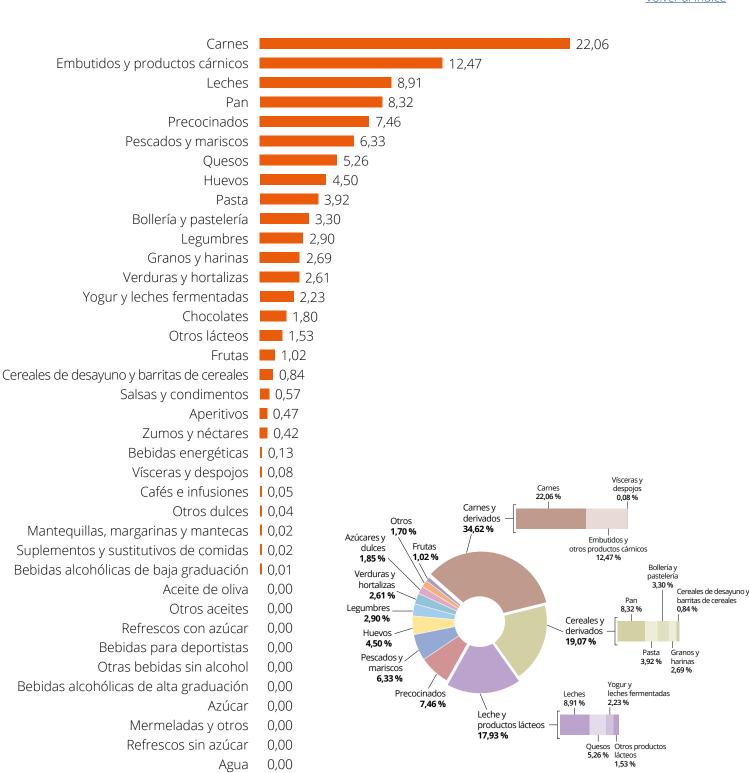
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





# 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

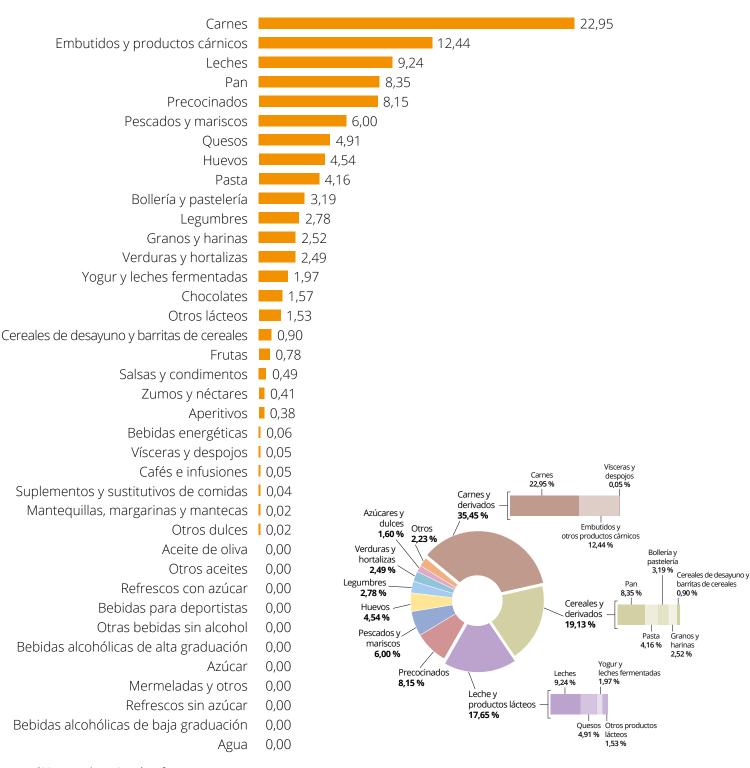




# 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





20,42

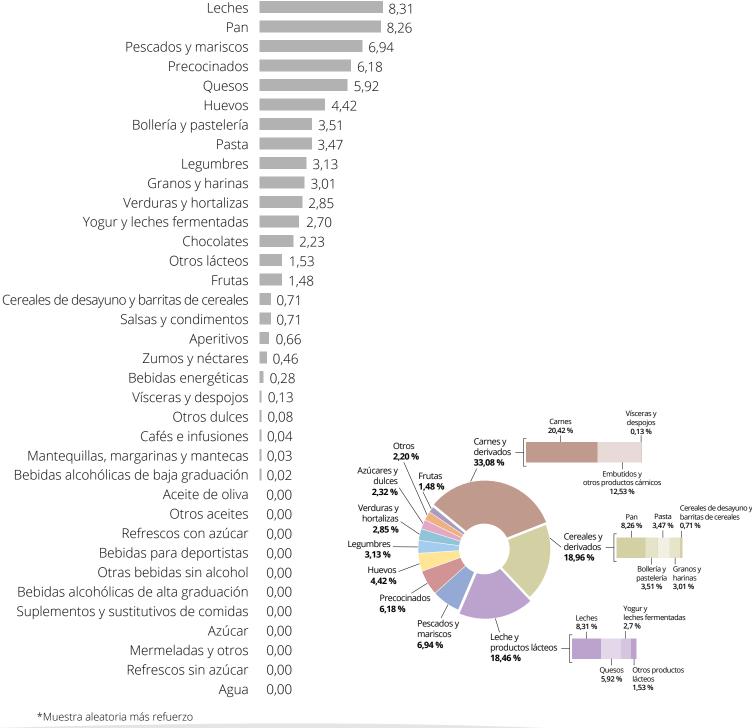
Fuentes alimentarias de proteínas (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

Carnes

Embutidos y productos cárnicos

# 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

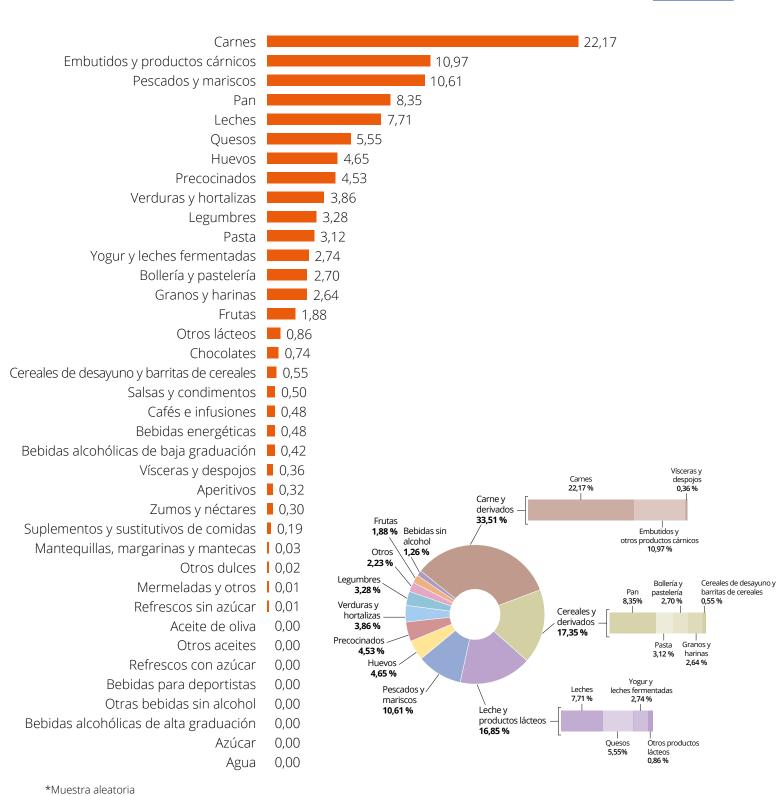






# 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*



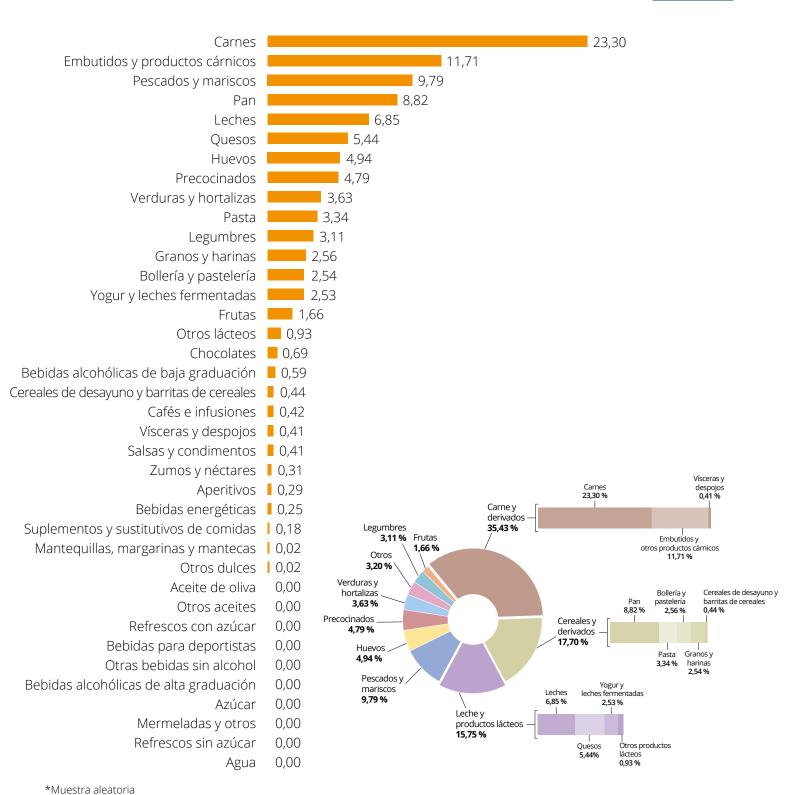




# 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*

Volver al índice



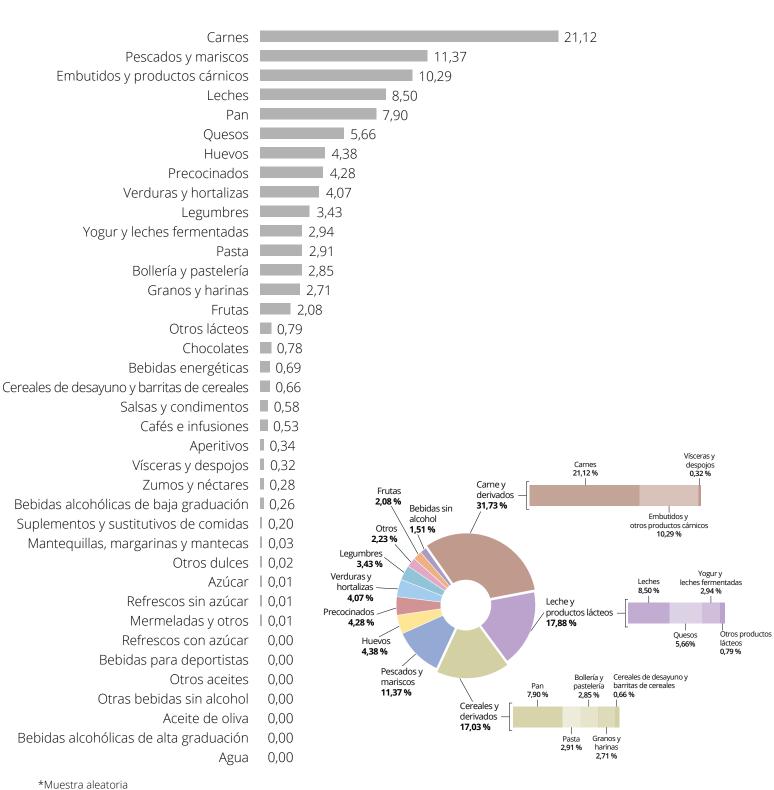
<sup>14</sup> 





# 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



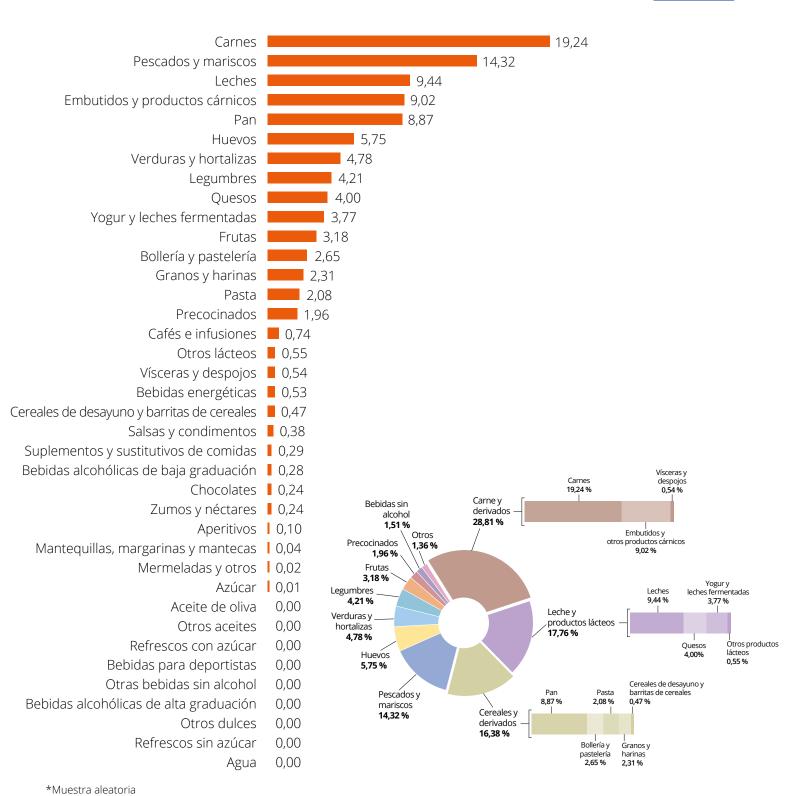
iviuesti a aleatori





#### 13. MAYORES 65-75 AÑOS

Muestra: 206 individuos\*

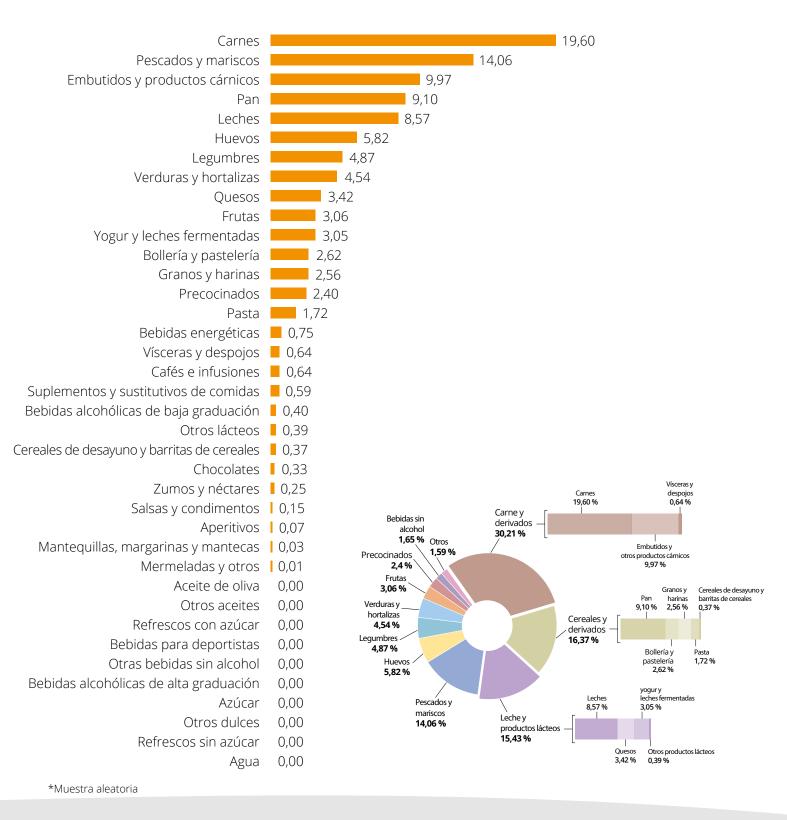






#### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>17</sup> 

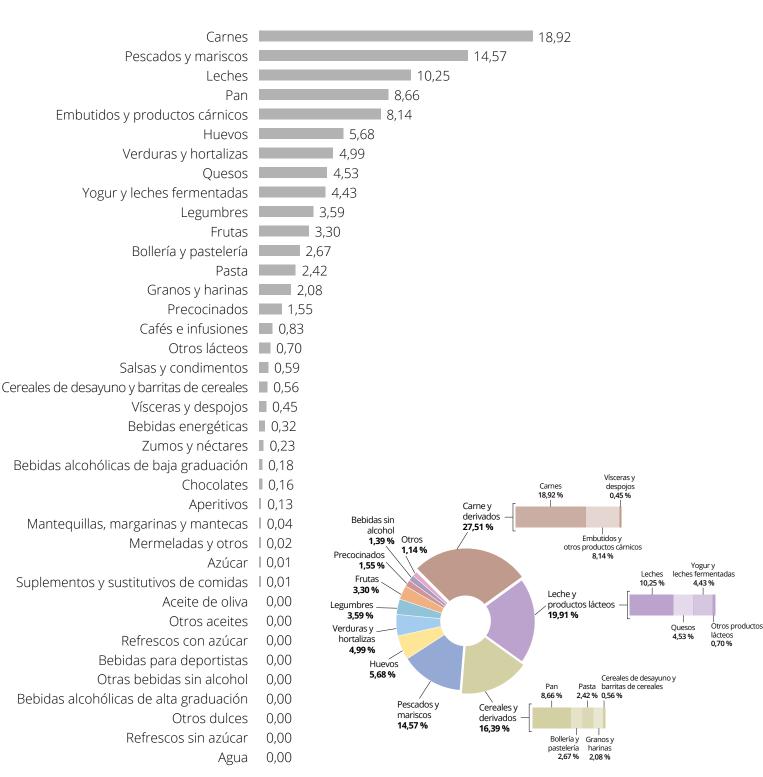




# 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de hidratos de carbono (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

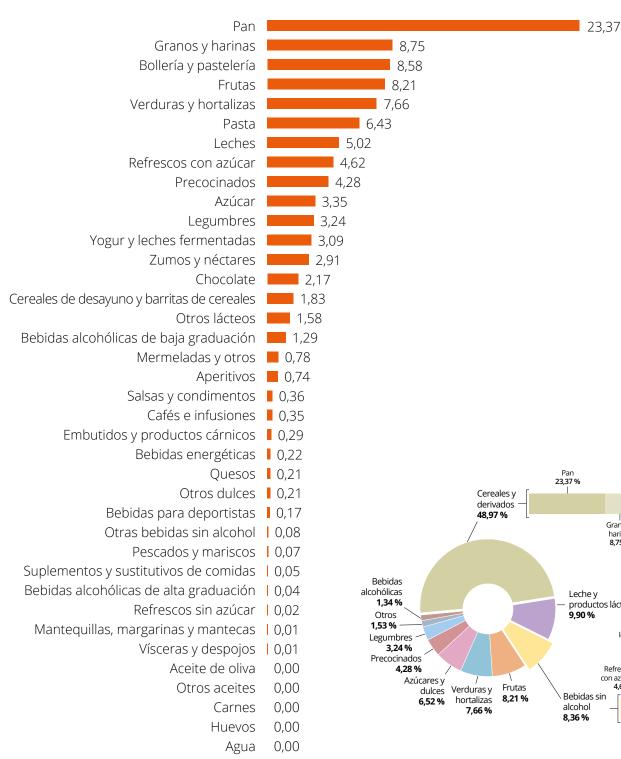


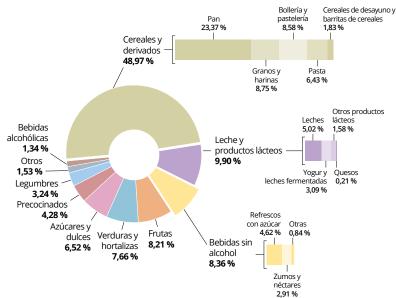


#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

**HIDRATOS DE CARBONO** 





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

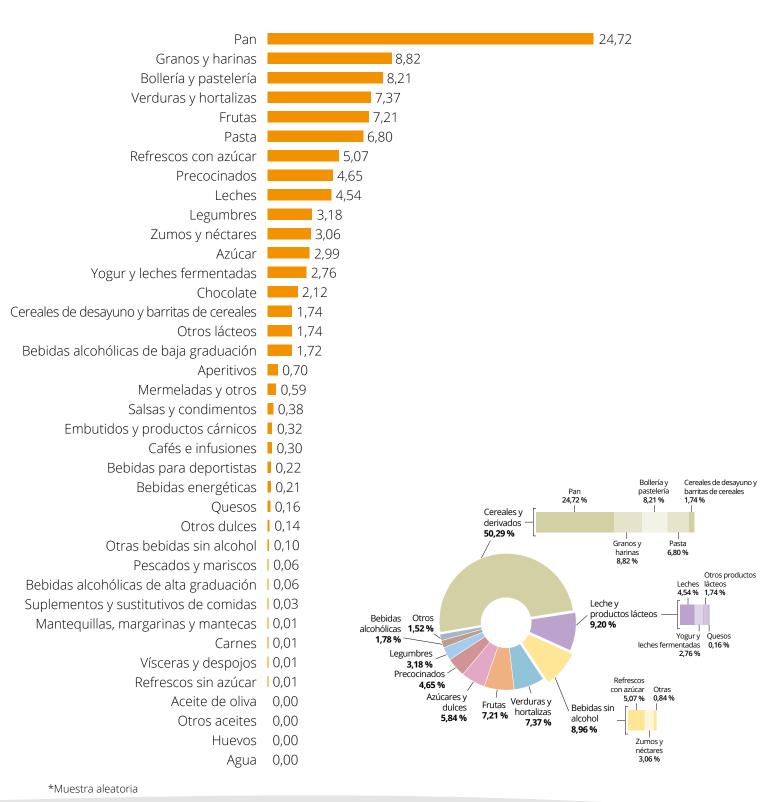




#### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>21</sup> 





#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO

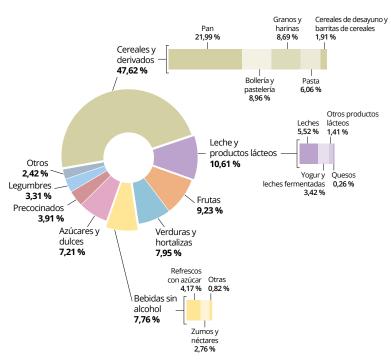
Volver al índice

21,99



0,00

Agua



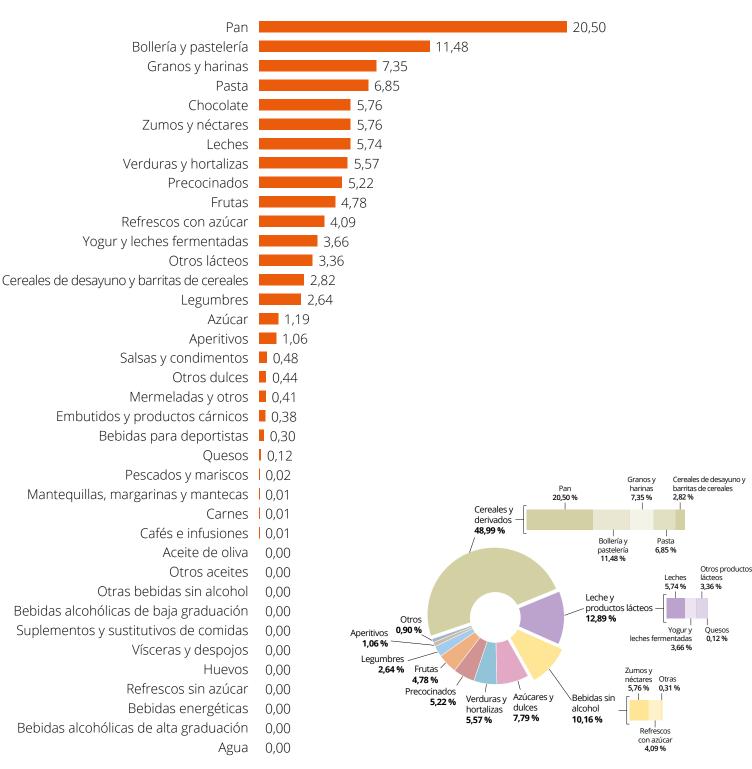
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



## 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

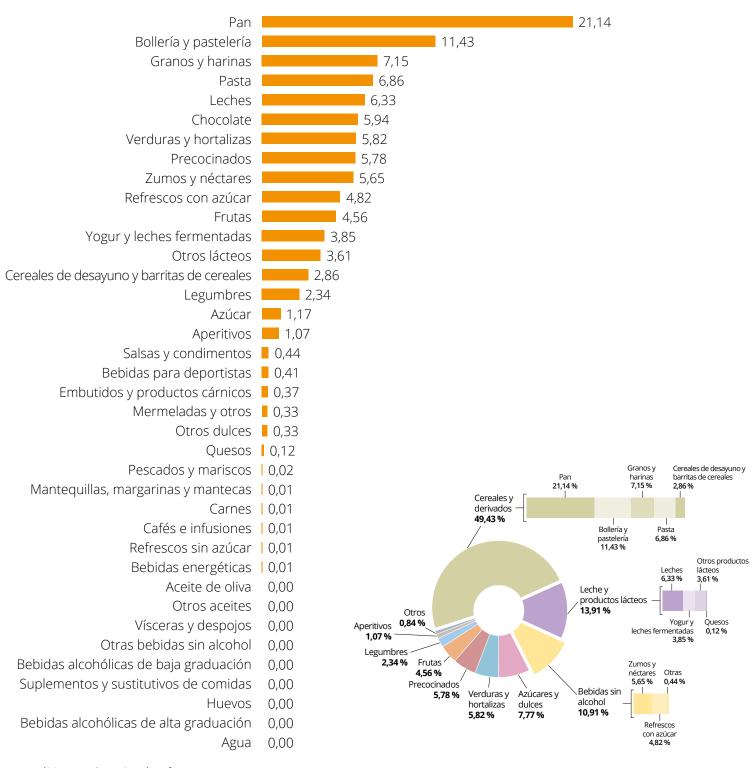




# 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

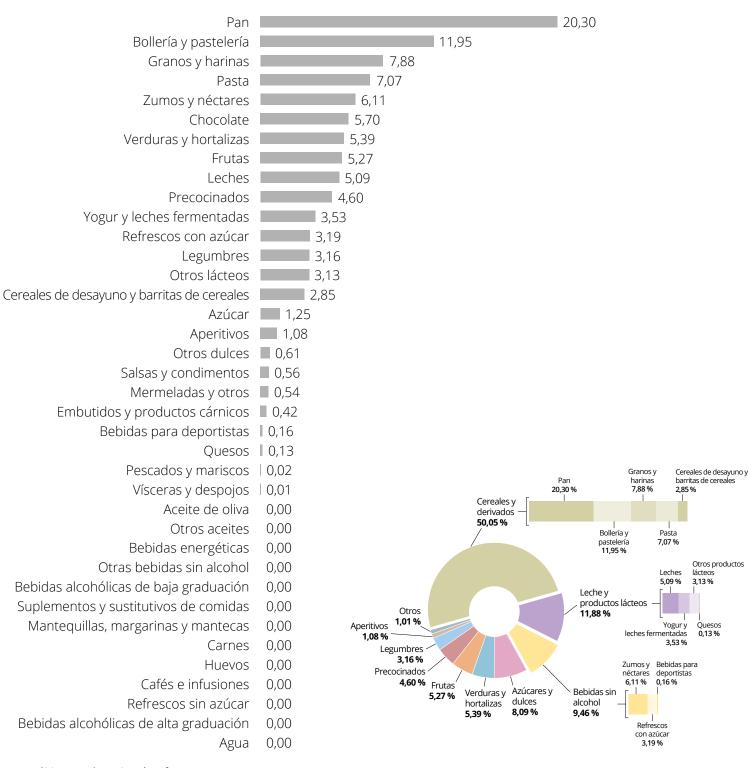




# 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

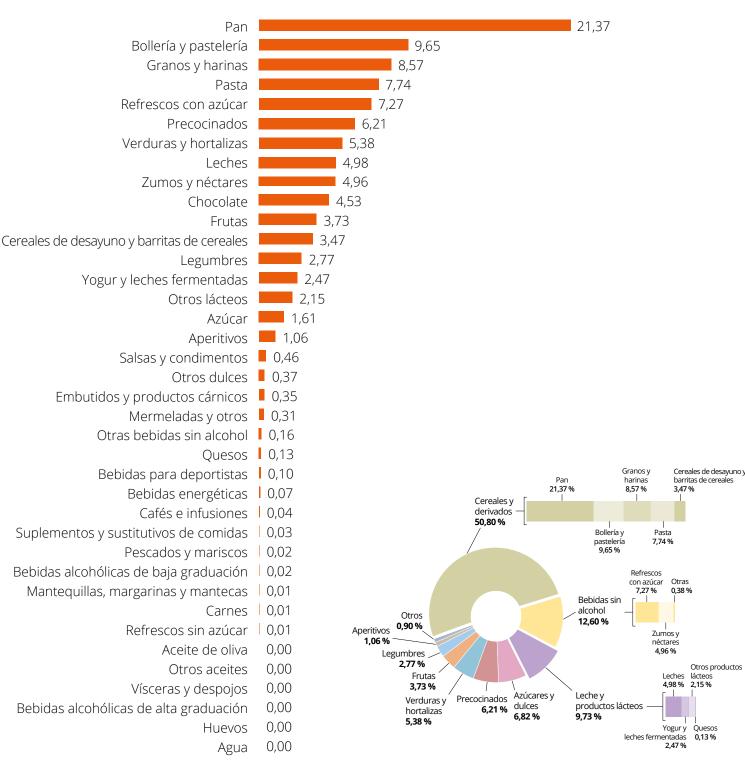




#### 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



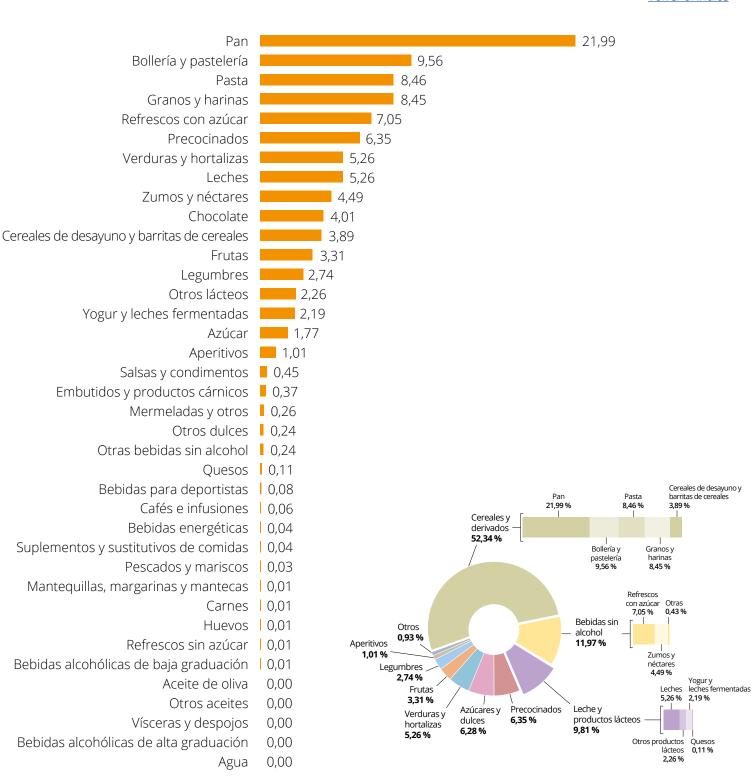


#### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*

DE CARBONO

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



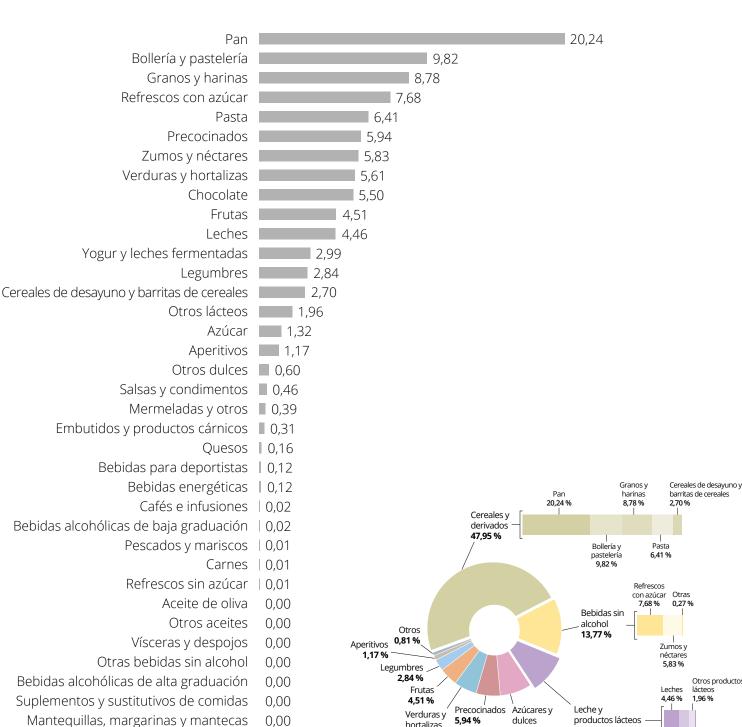


## 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

**HIDRATOS DE CARBONO** 

Volver al índice



5,61 %

Huevos

Agua

0,00

0,00

Otros productos lácteos 1,96 %

Quesos 0,16 %

Yogur y

2 99 %

leches fermentadas

9,58 %

<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

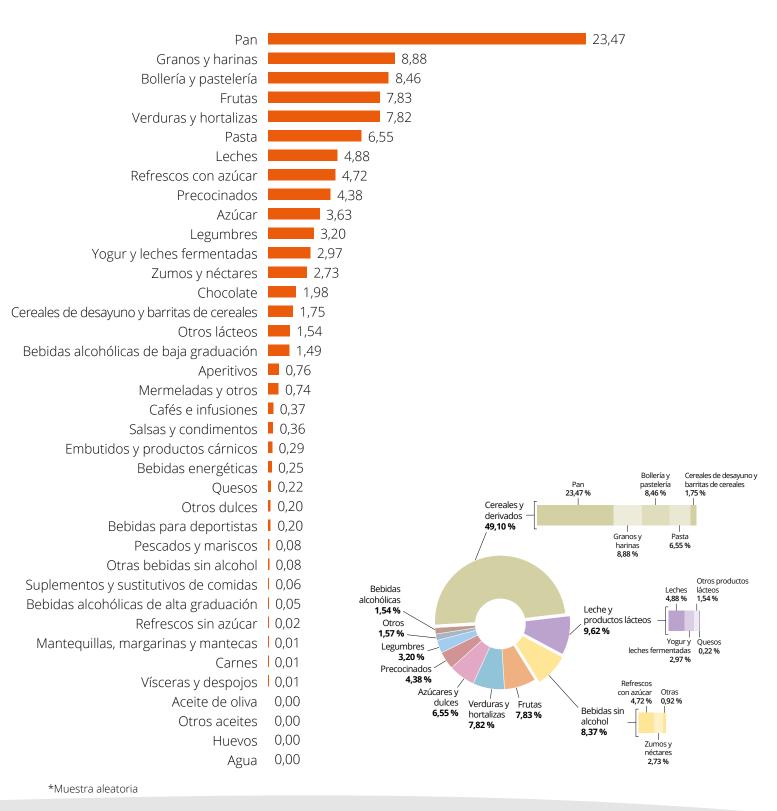




#### 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO





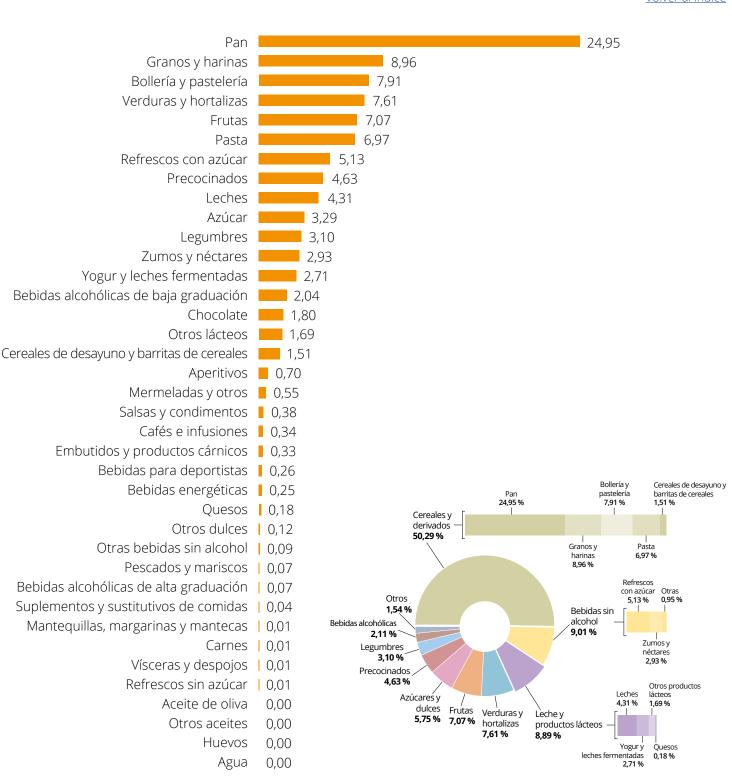


#### 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*

DE CARBONO

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

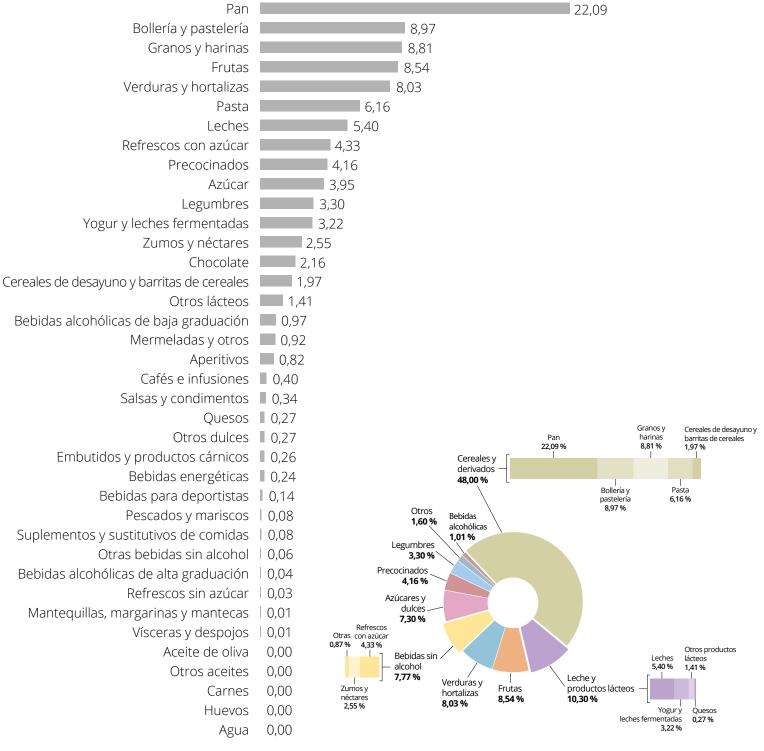




#### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

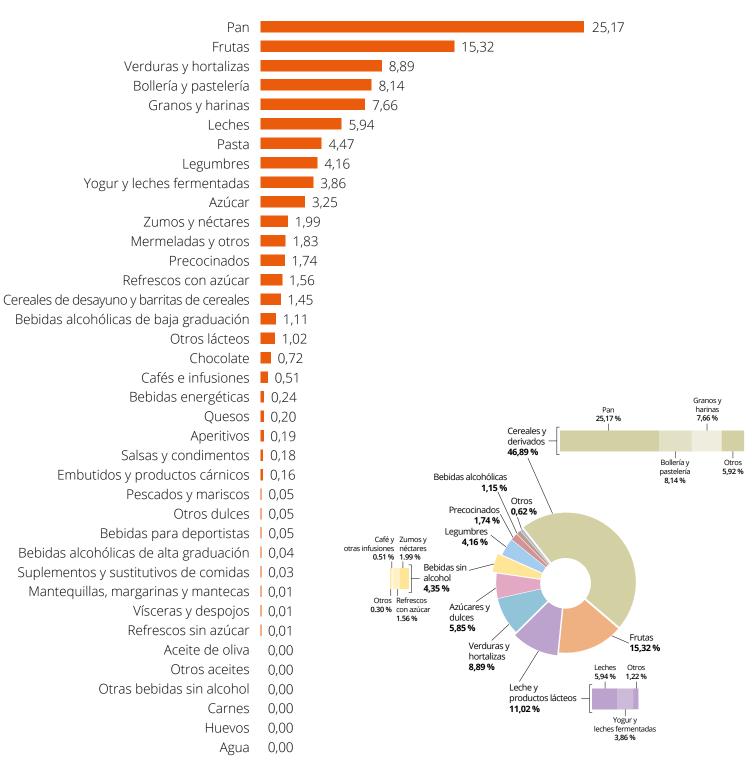




#### 13. MAYORES 65-75 AÑOS

Muestra: 206 individuos\*

HIDRATOS DE CARBONO



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

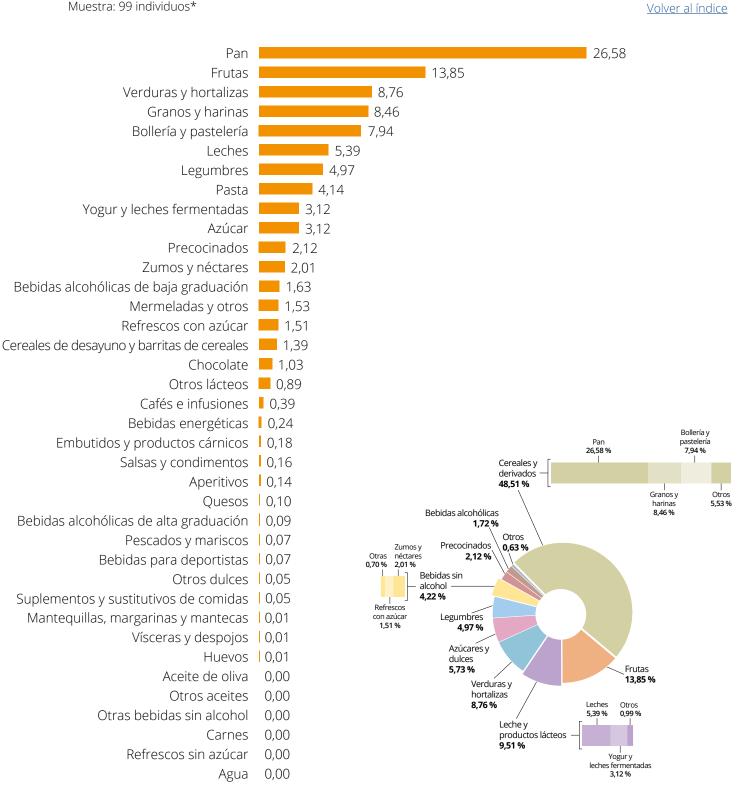




## 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*

**DE CARBONO** 



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



\*Muestra aleatoria



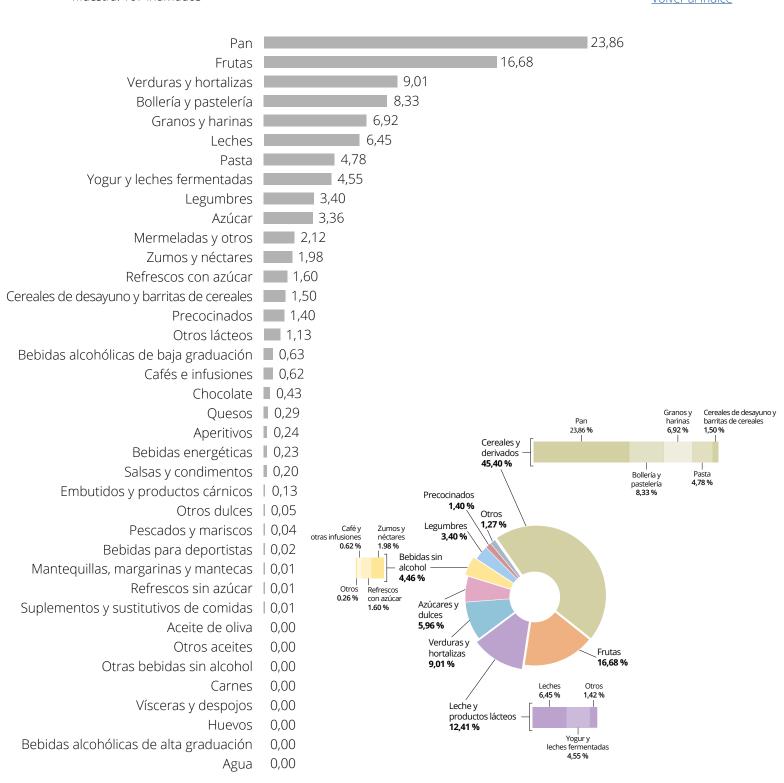
Fuentes alimentarias de hidratos de carbono (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

DE CARBONO

Volver al índice



<sup>34</sup> 



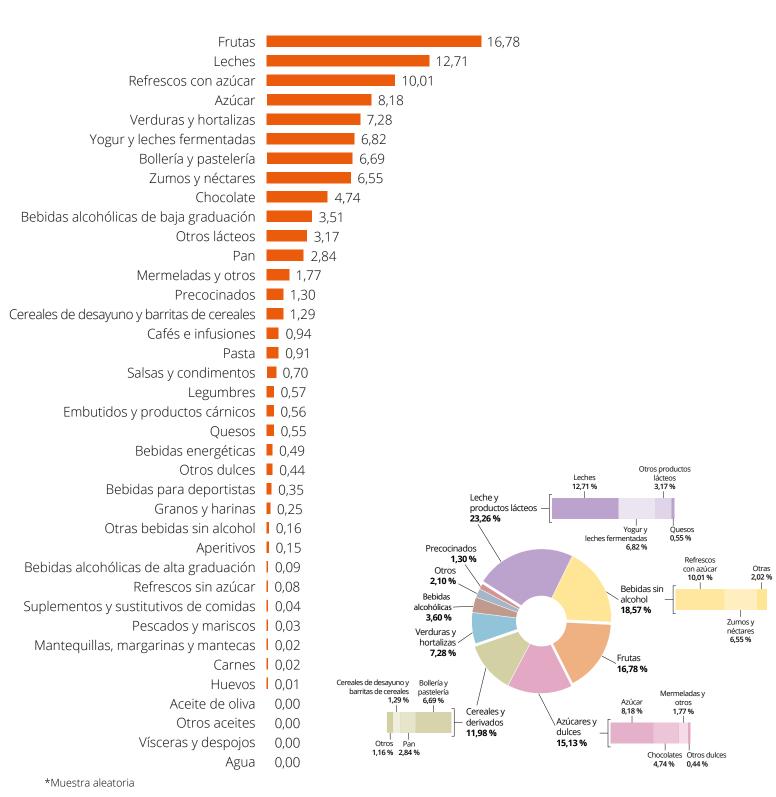
Volver al índice

Fuentes alimentarias de **azúcares** (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas



#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

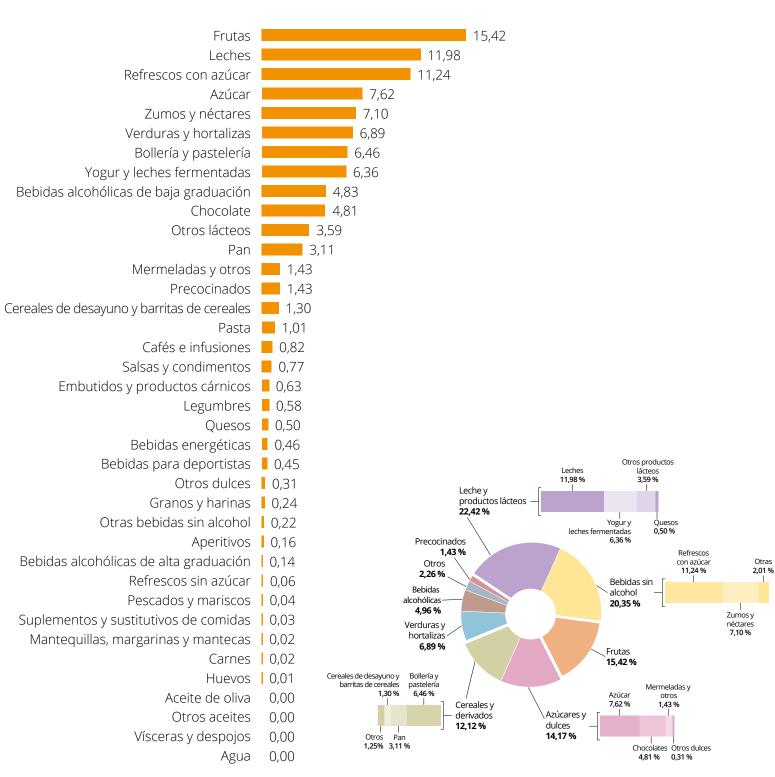






#### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*



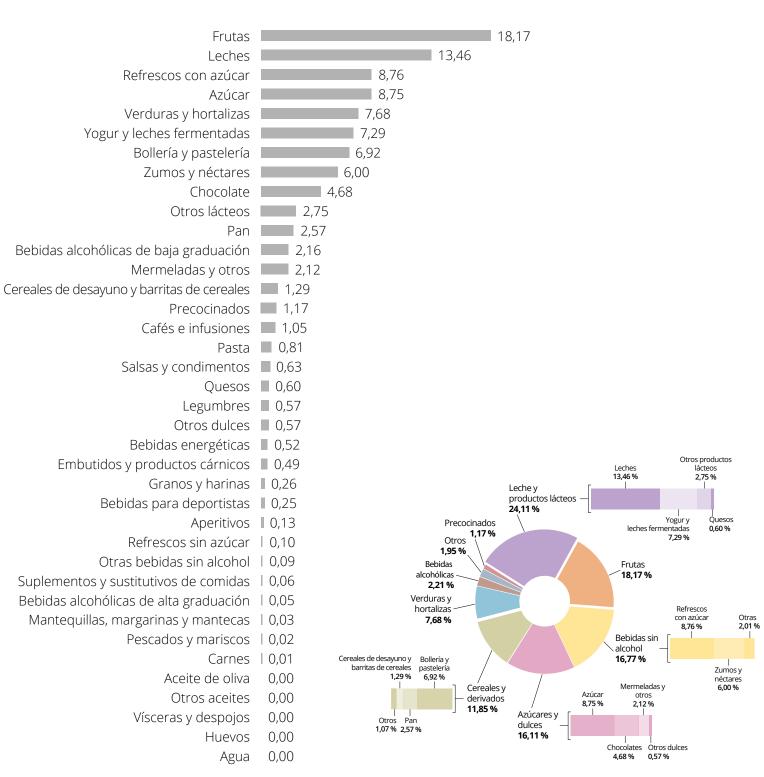
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

9,80

9,32

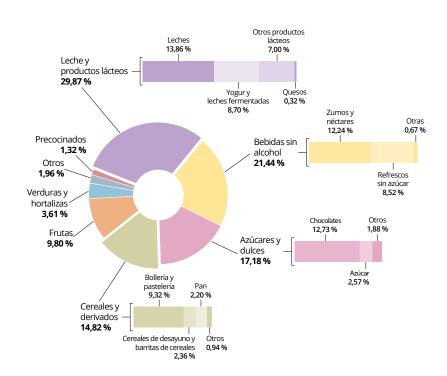
8,70 8,52

7.00

13,86 12,73

12,24





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

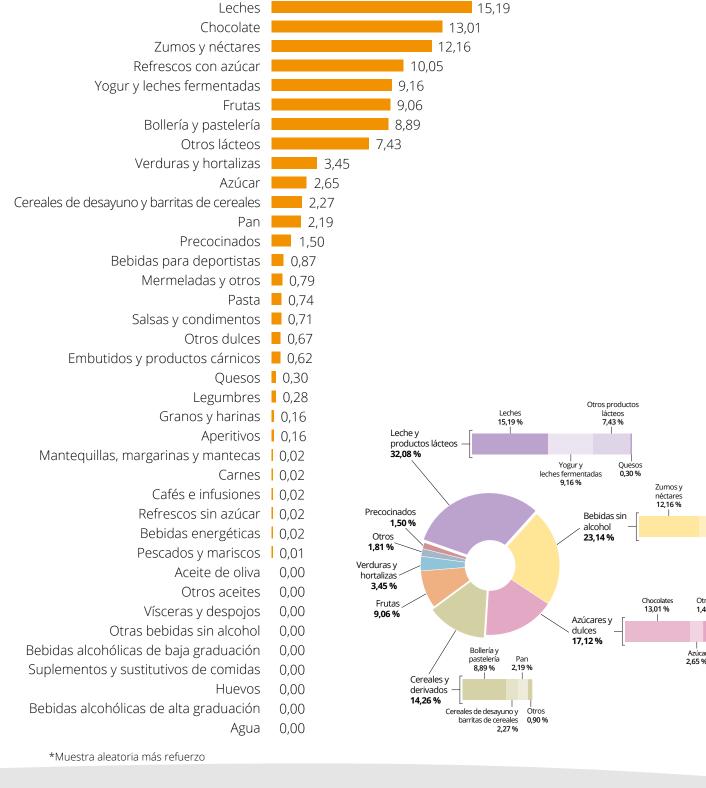




#### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



<sup>40</sup> 

Otras 0,93 %

Refrescos

con azúcar

10,05 %





#### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*

8,35

6,67

6,62

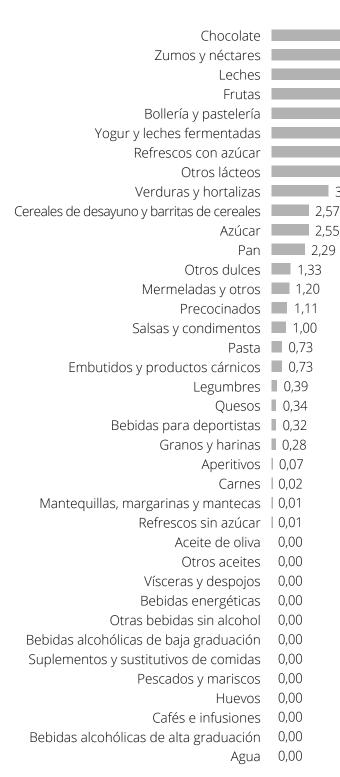
12,77

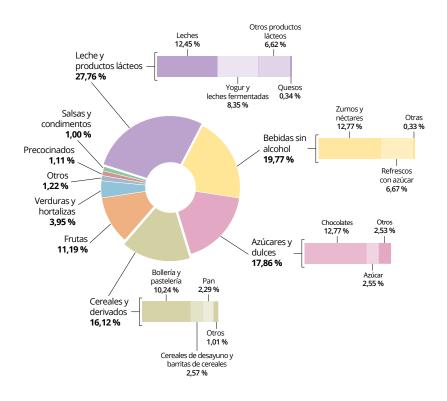
12,77

12,45

11,19

10,24





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





Leches

## 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

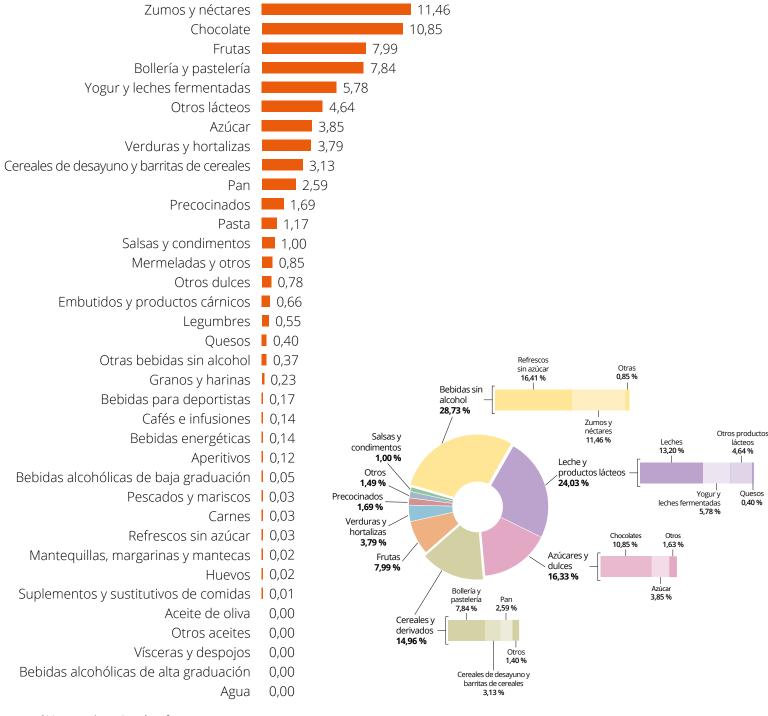
Refrescos con azúcar

Muestra: 211 individuos\*

Volver al índice

16,41

13,20



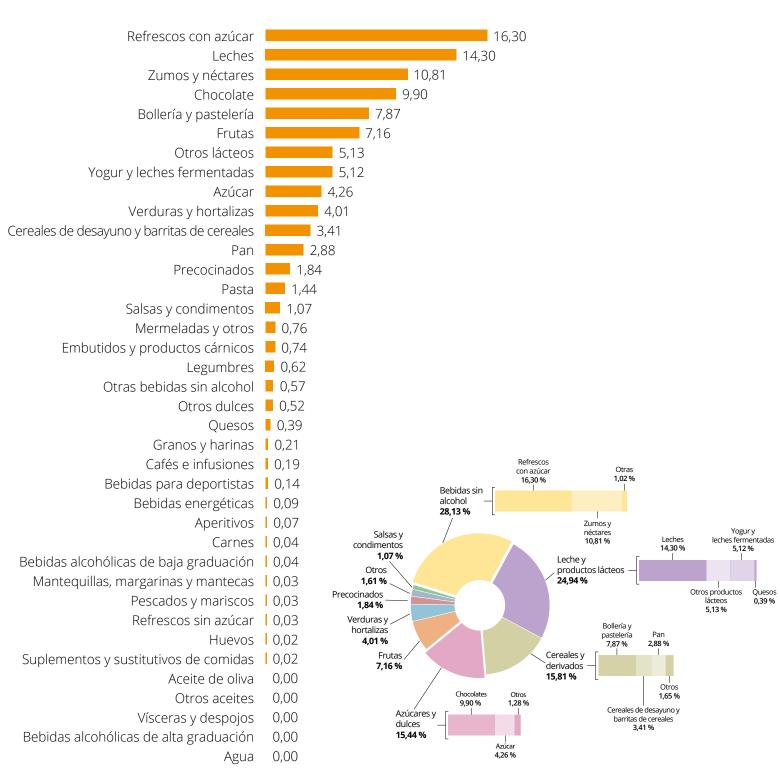
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





#### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

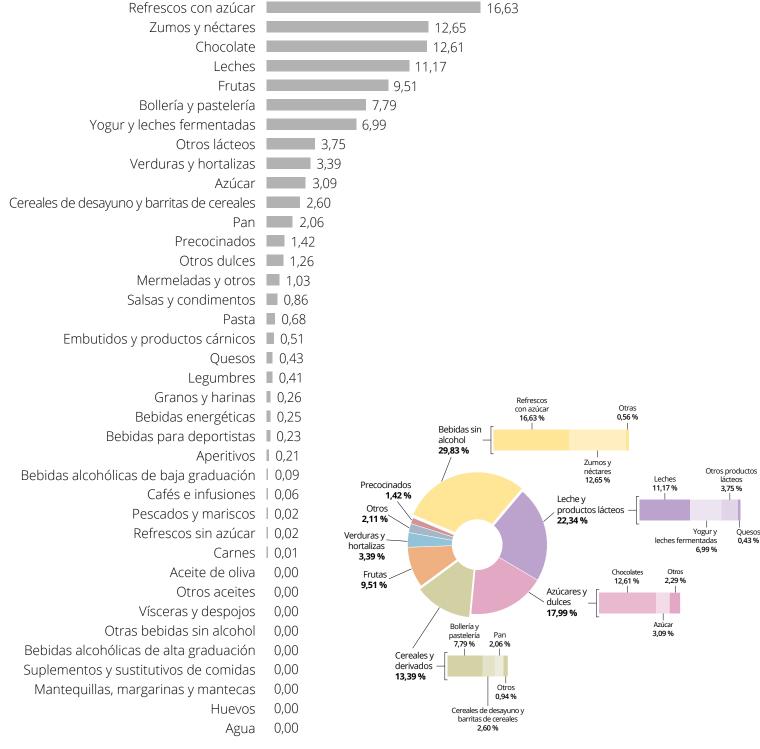




## 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

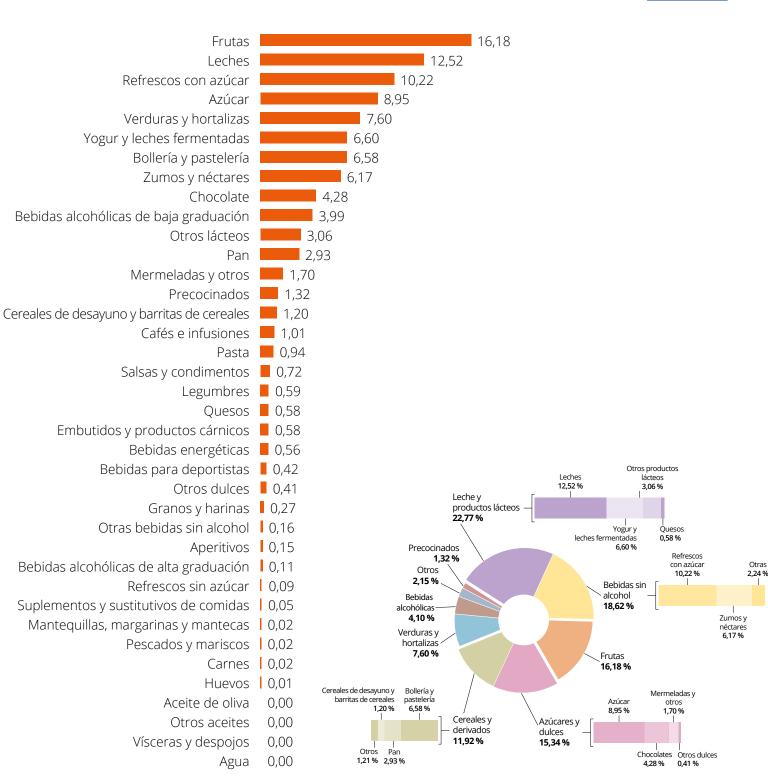




## 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

Volver al índice



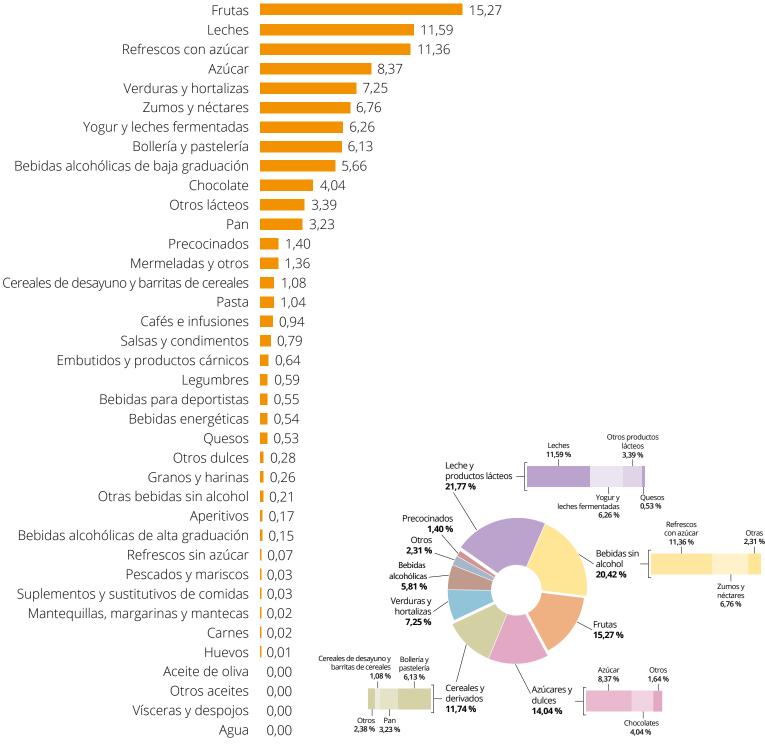
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





# 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



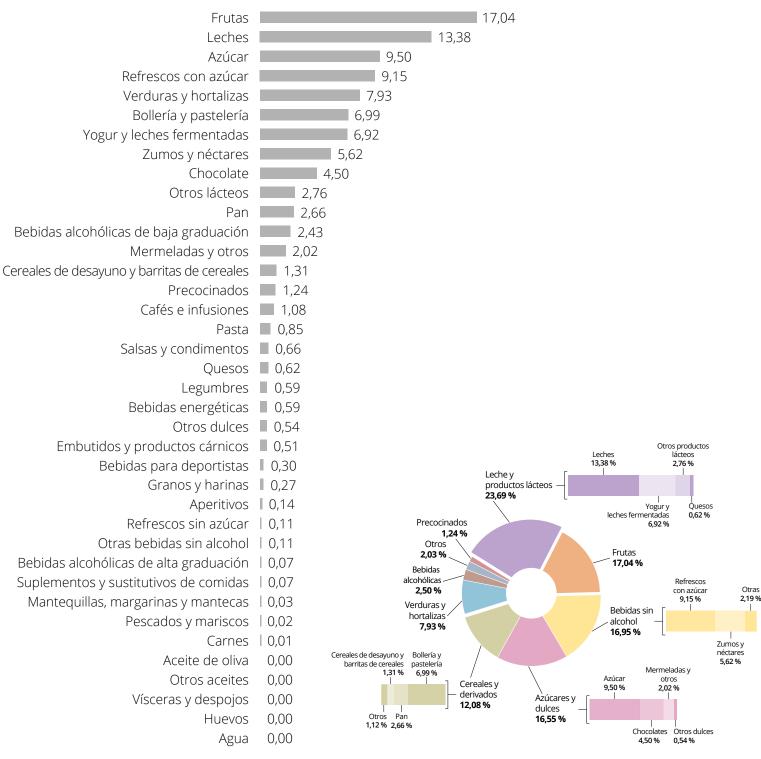
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

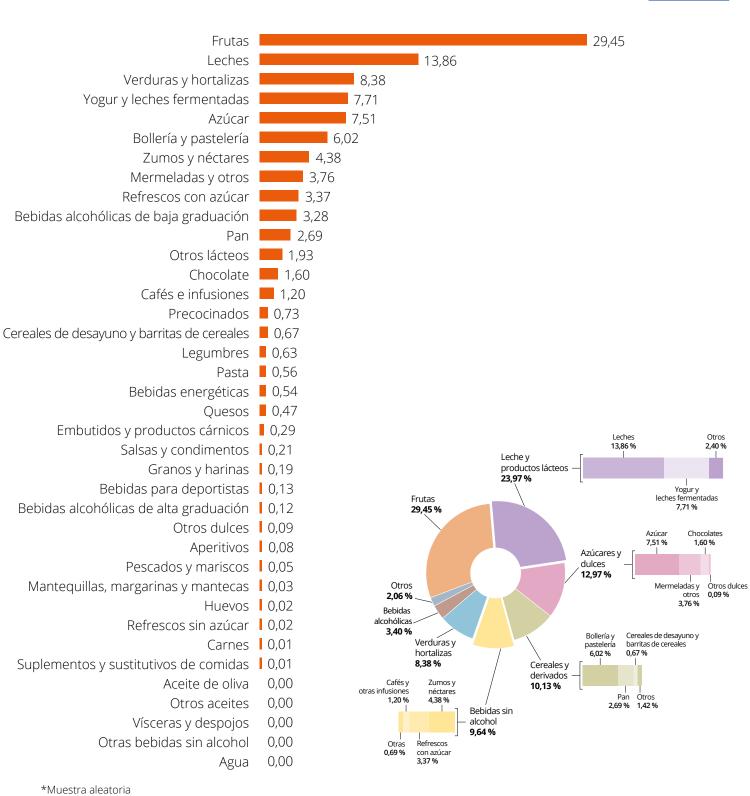




#### **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

Volver al índice

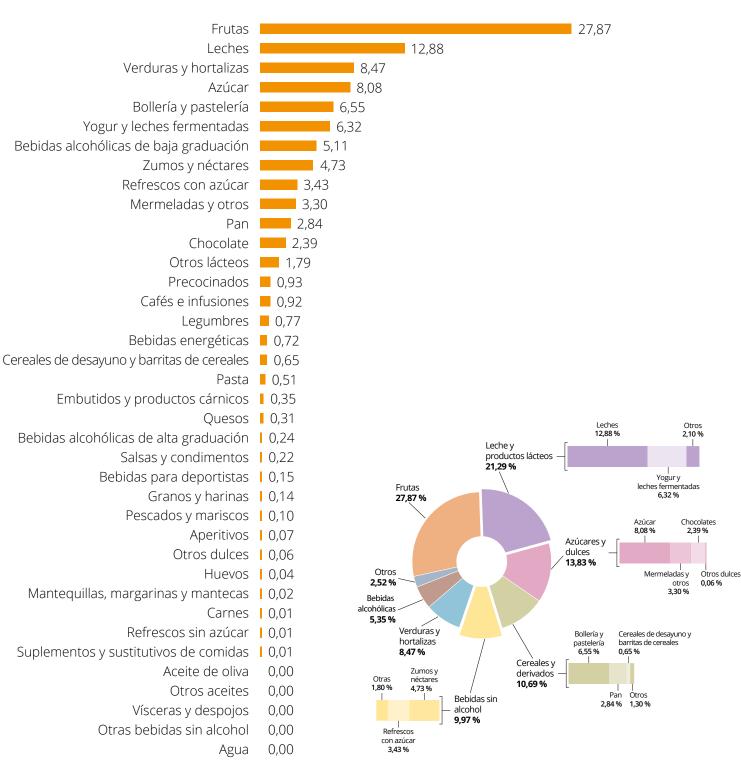






## 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





30,92

Fuentes alimentarias de azúcares (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

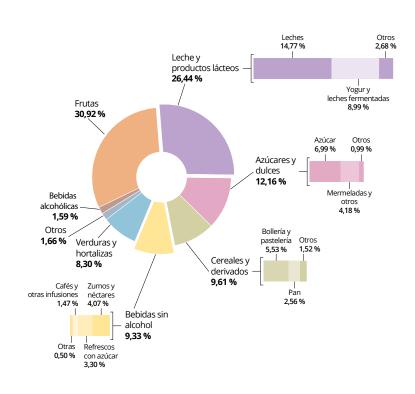
## 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\* Volver al índice

8,99

14,77





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de **lípidos** (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

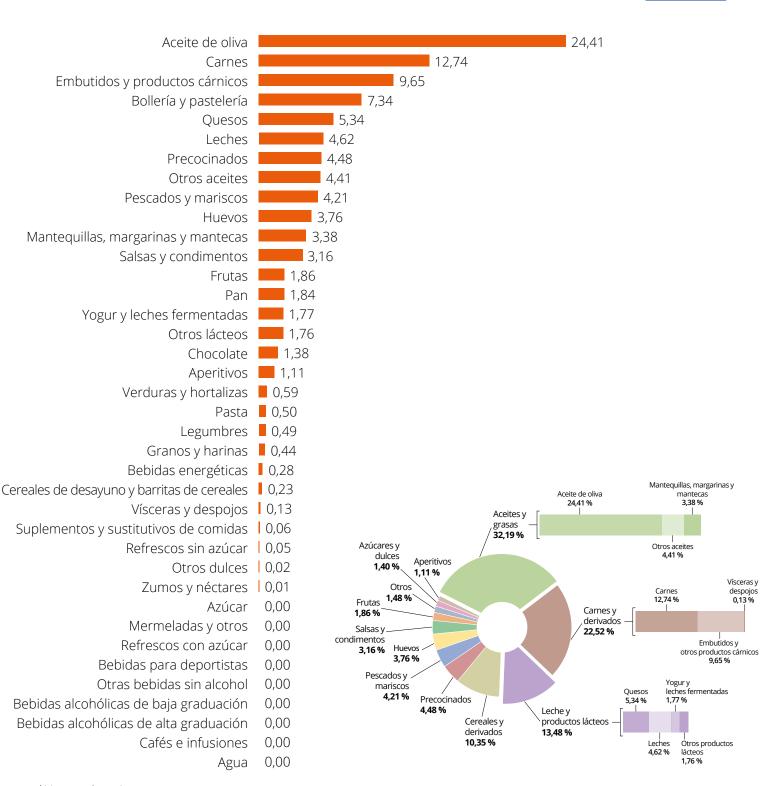




## 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice



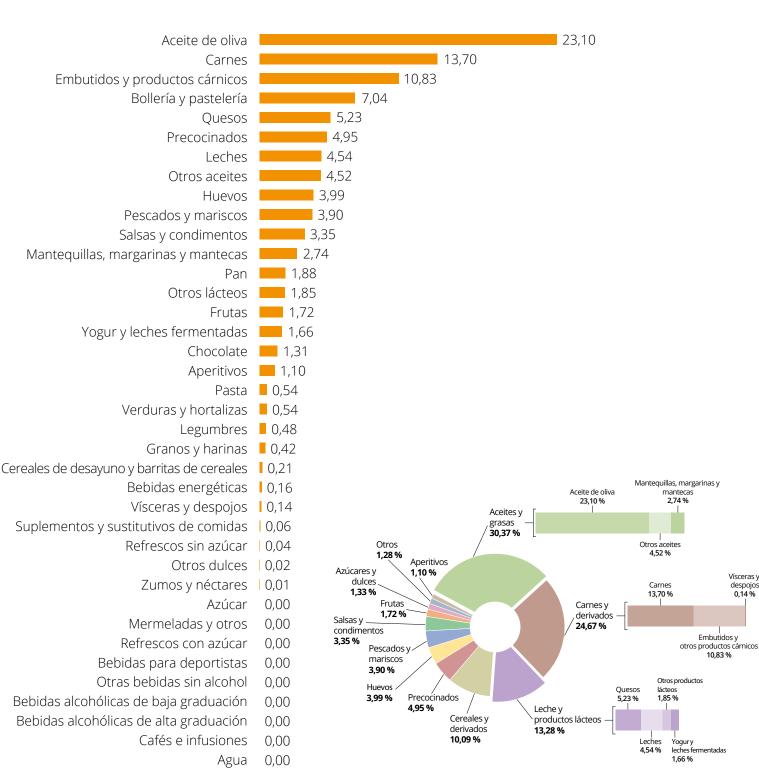
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





## 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*



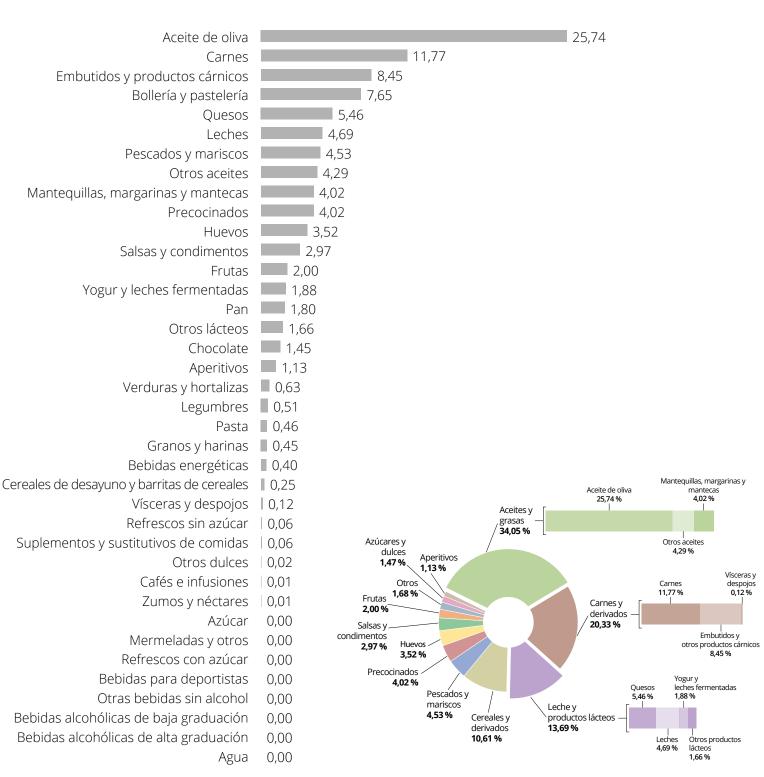
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



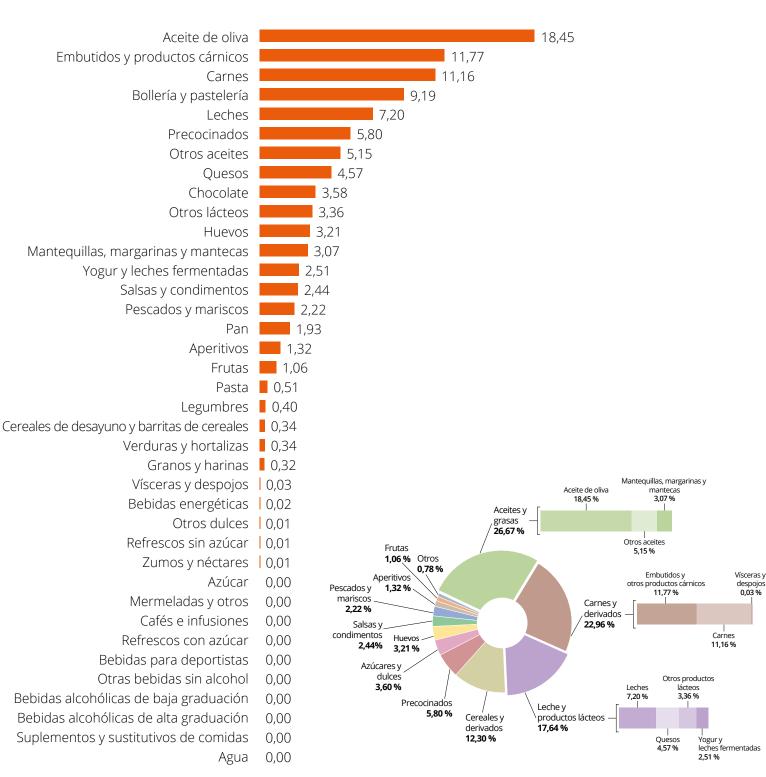


LÍPIDOS

Fuentes alimentarias de lípidos (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

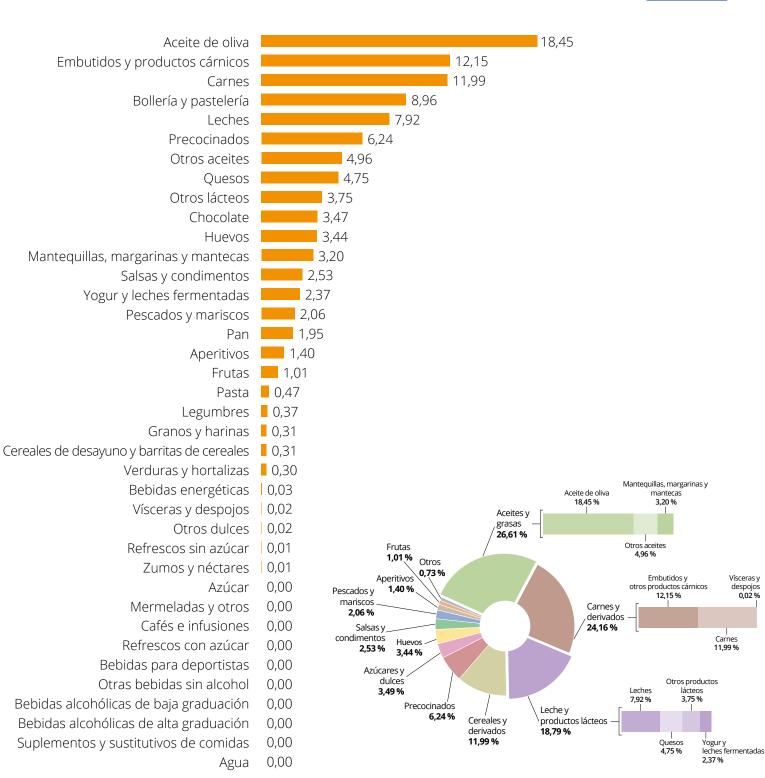




## 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

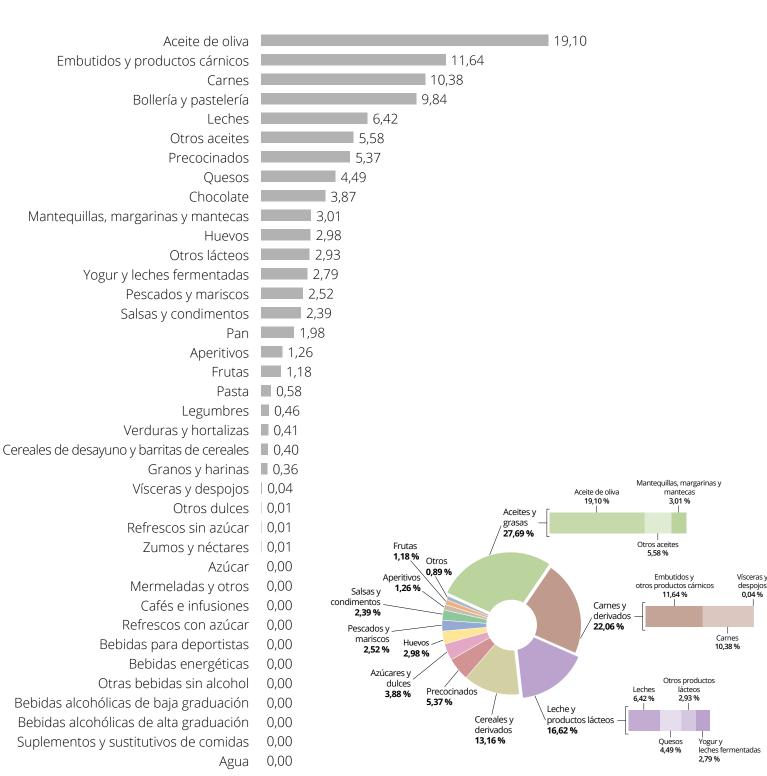




## 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

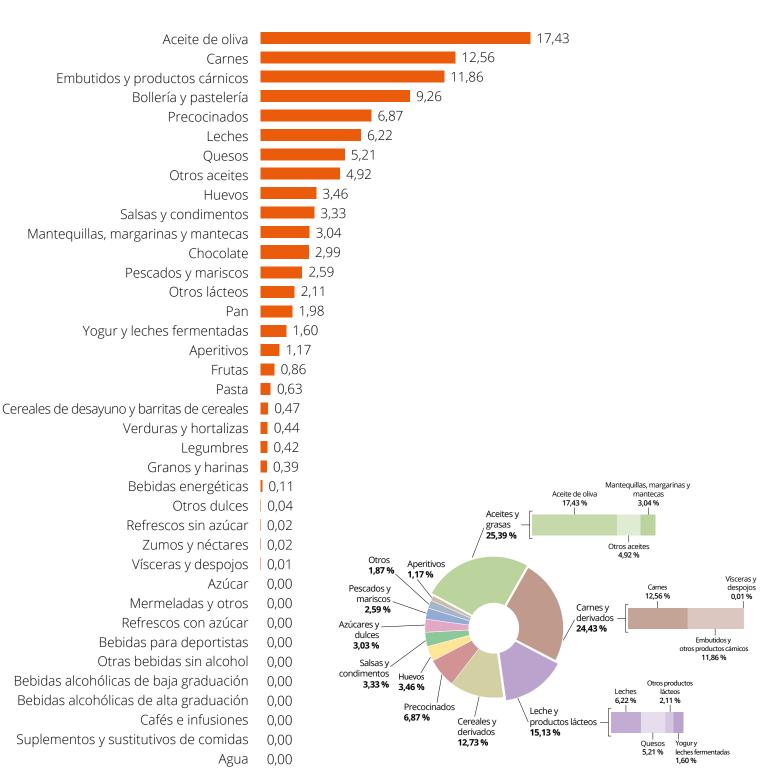




## 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

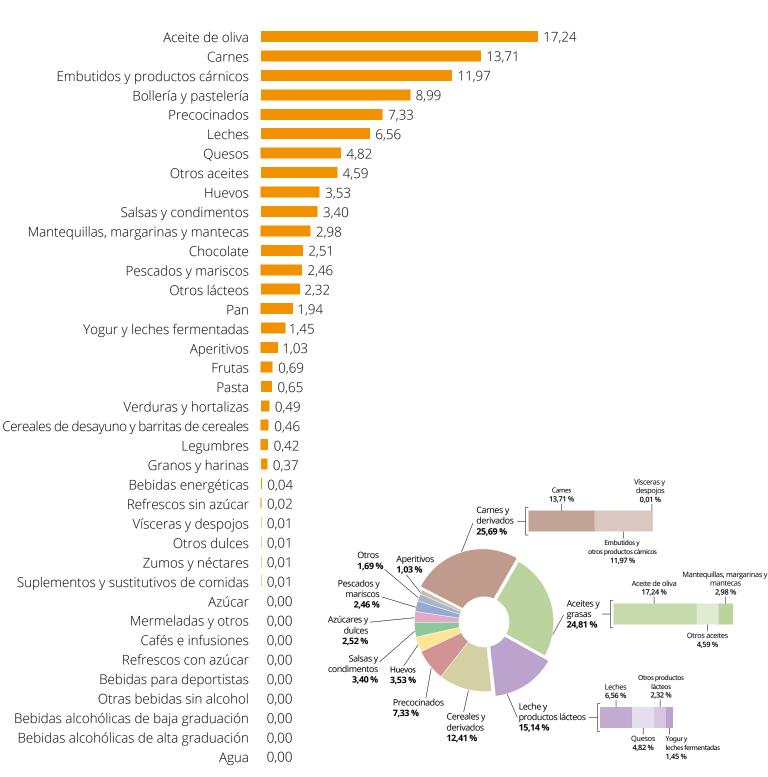




## 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*

Volver al índice



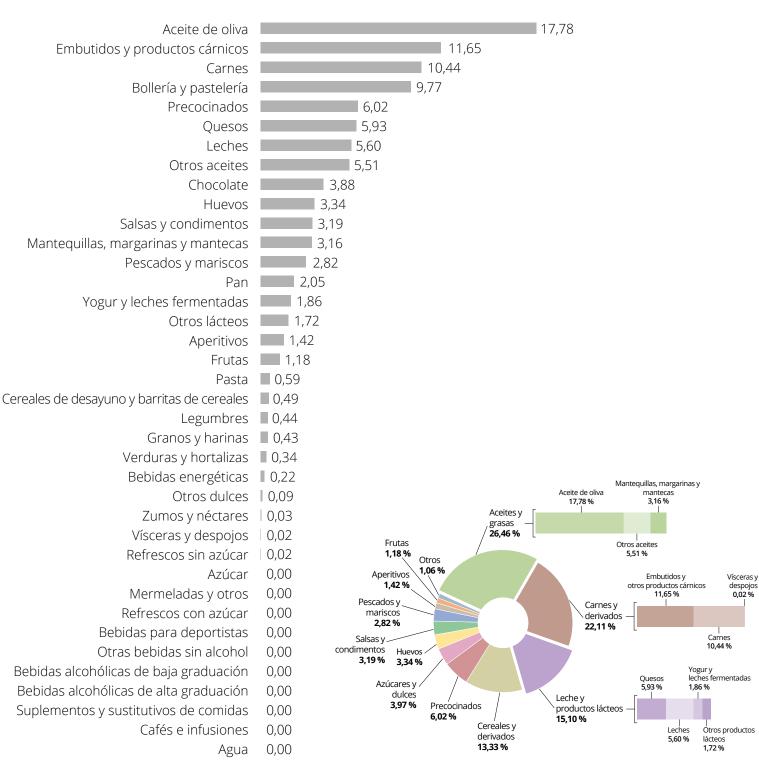
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





# 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



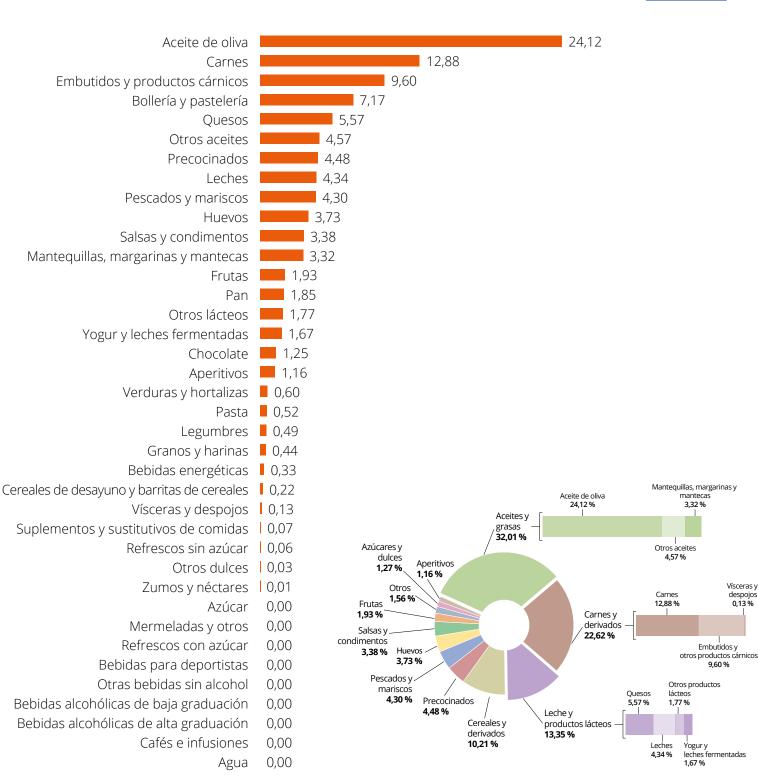


## 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

Volver al índice

LÍPIDOS



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

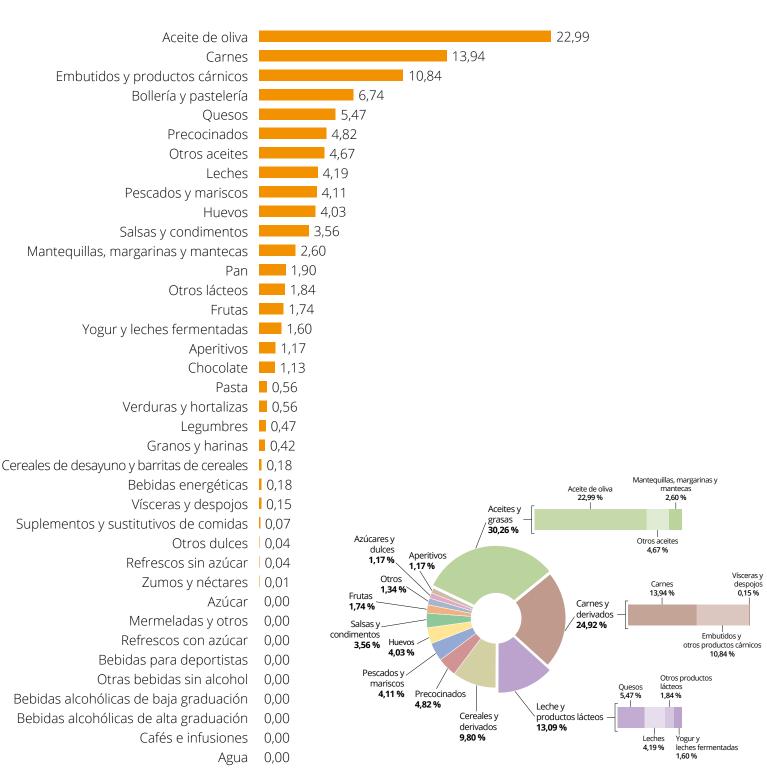




# 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*

Volver al índice



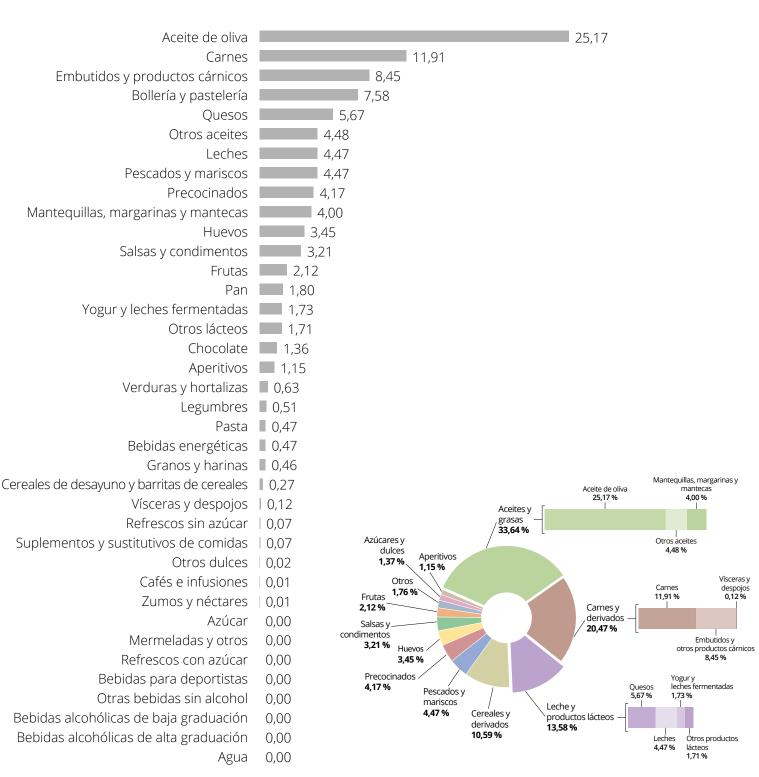
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



\*Muestra aleatoria



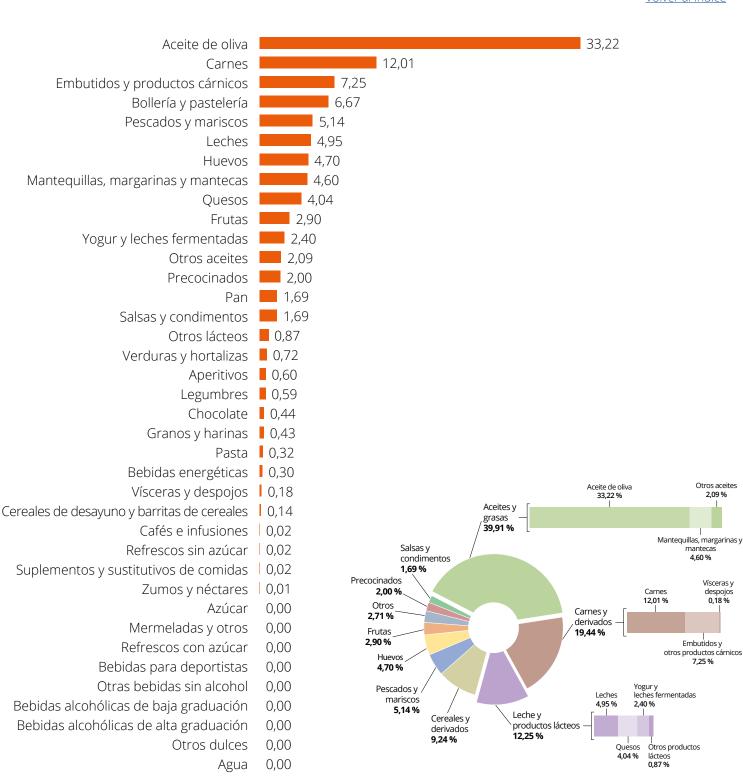
Fuentes alimentarias de lípidos (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 13. MAYORES 65-75 AÑOS

Muestra: 206 individuos\*

Volver al índice

LÍPIDOS



Otros aceites

2,09 %

Vísceras y

despojos 0,18 %

4,60 %

Embutidos y

7.25 %

<sup>64</sup> 



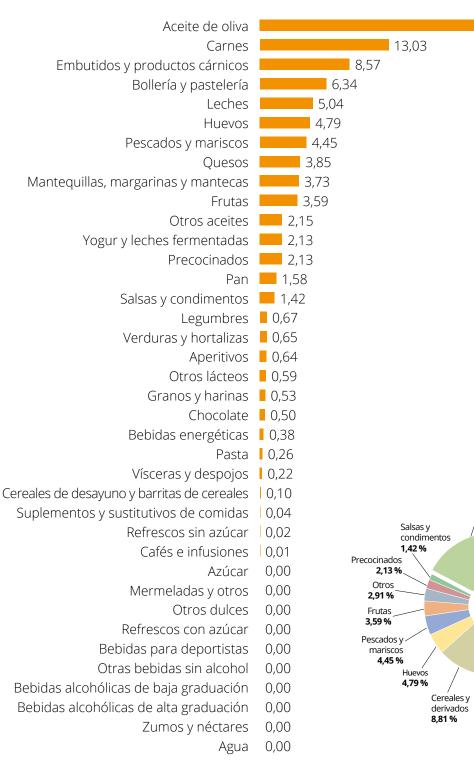


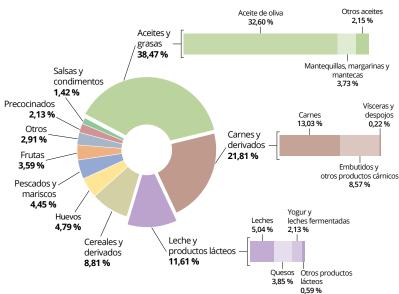
32,60

Fuentes alimentarias de lípidos (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

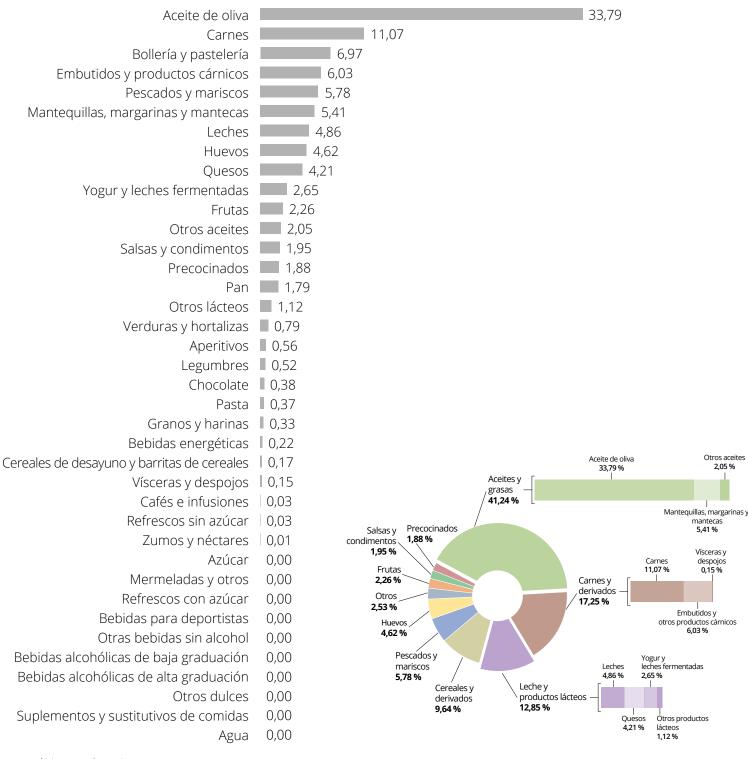




# 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas





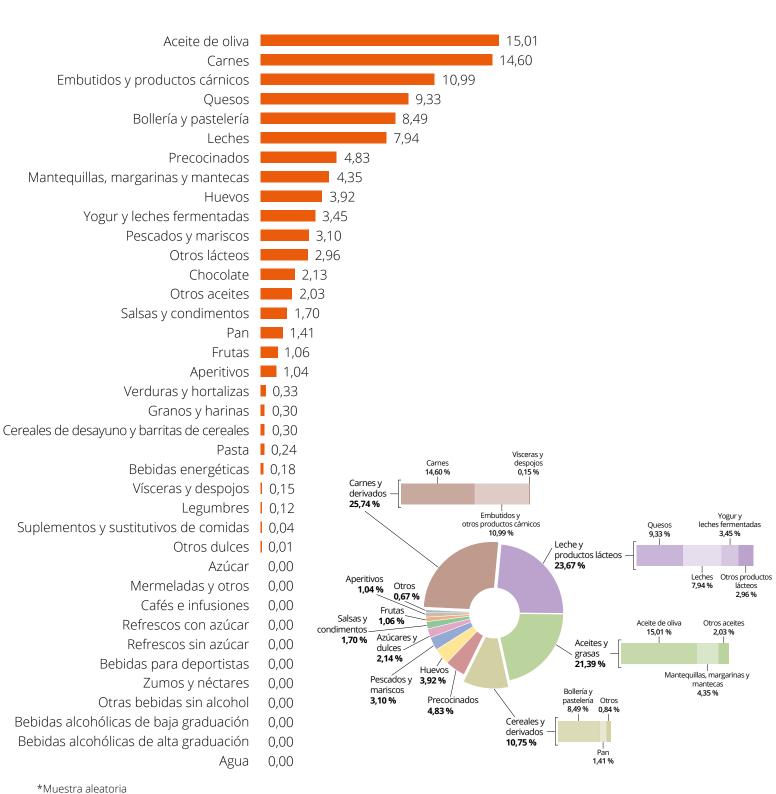
Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice

AGS







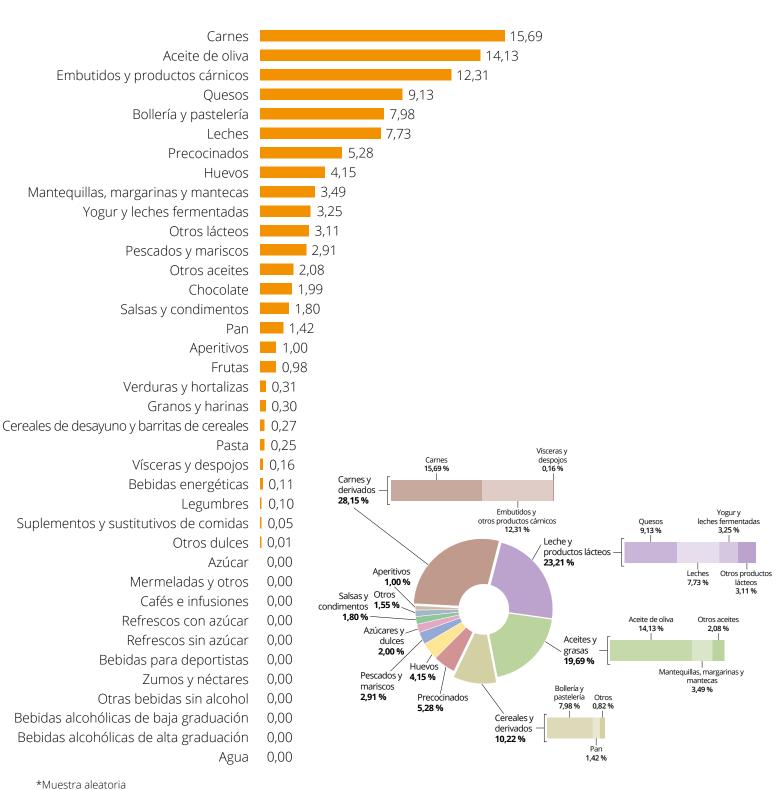
AGS

Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

## 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*

Volver al índice



ividesti a aleatoi ia



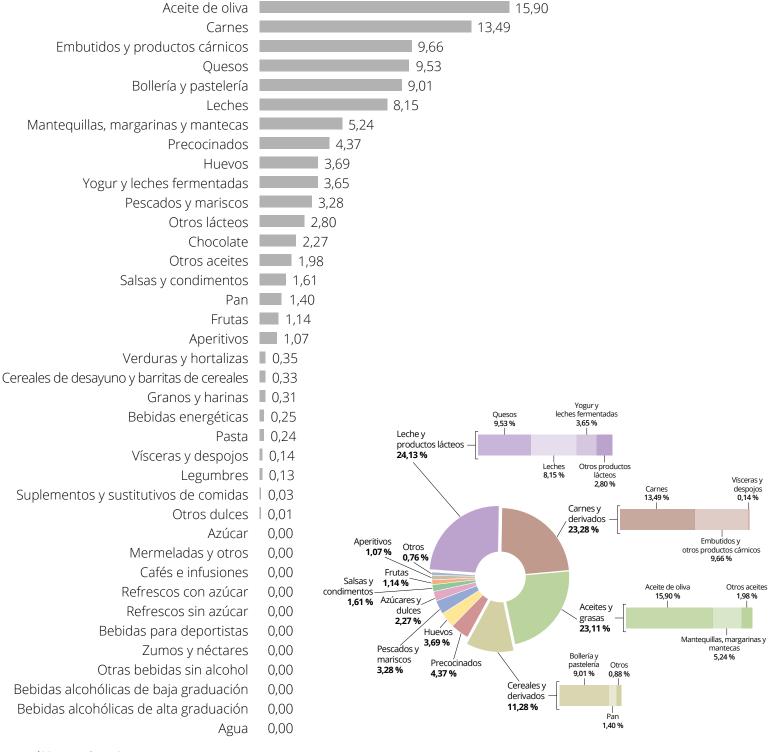


AGS

Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

# 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



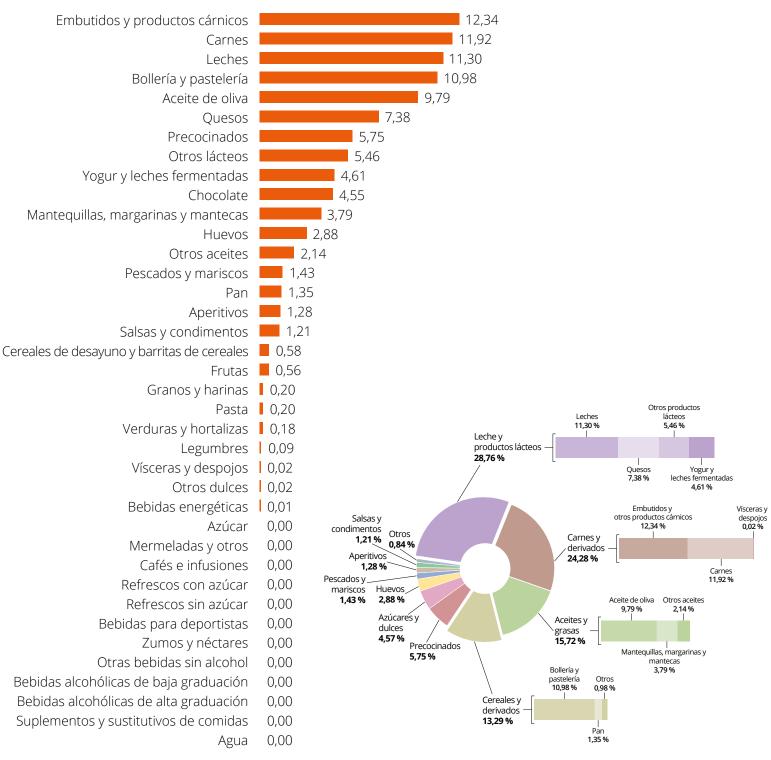


AGS

Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

## 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



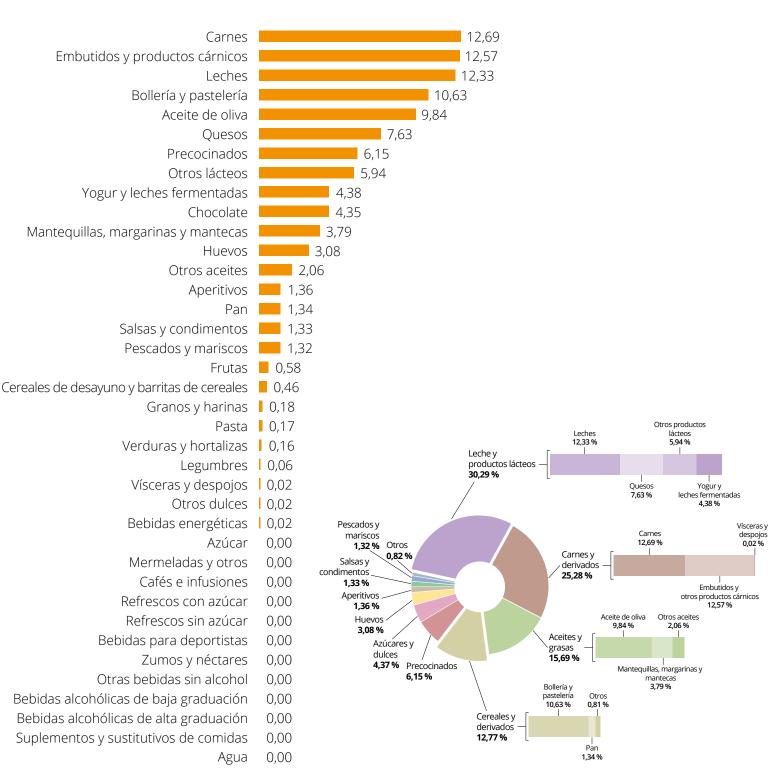


Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

#### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



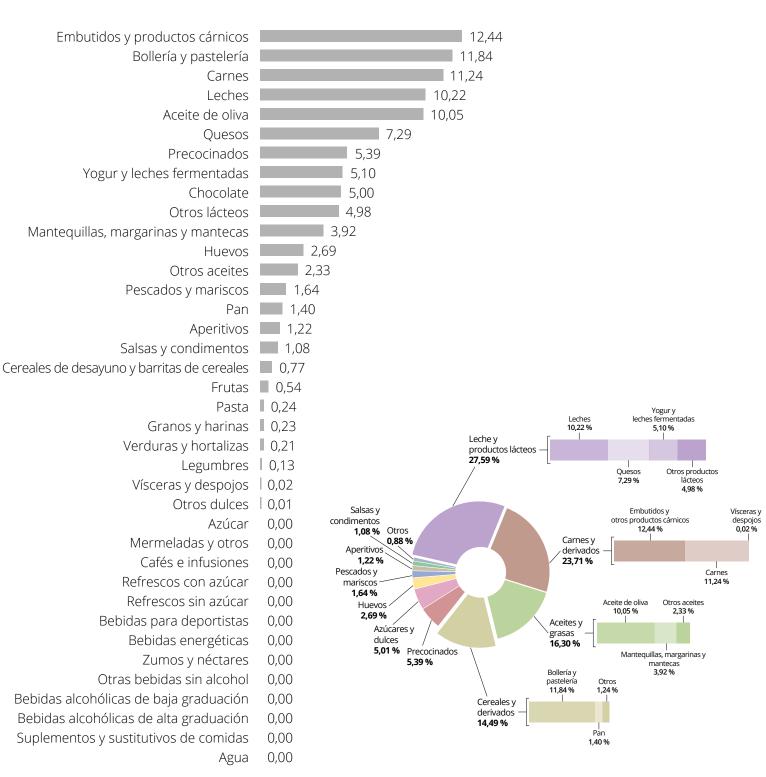
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





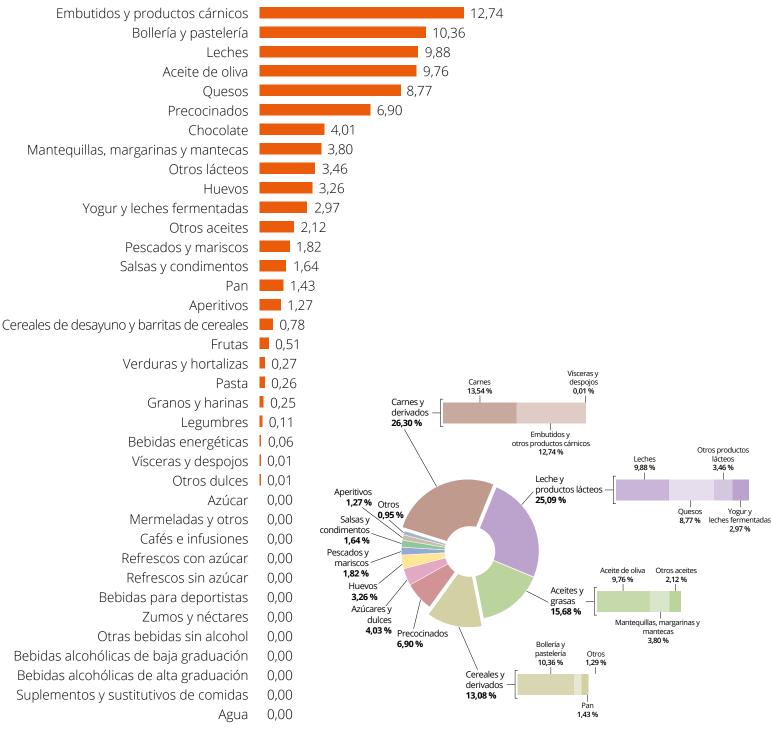
Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

Carnes

# 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



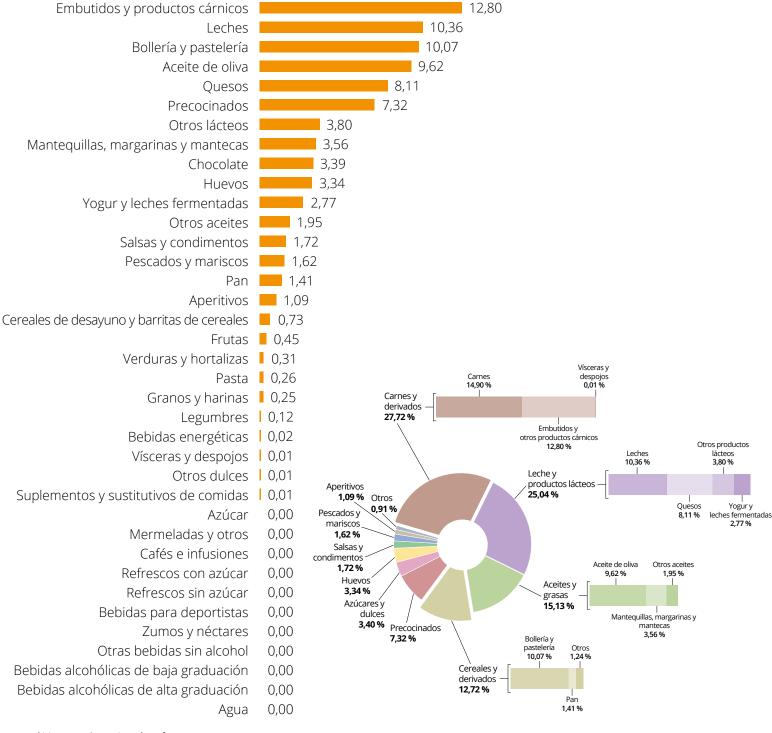


Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Carnes

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

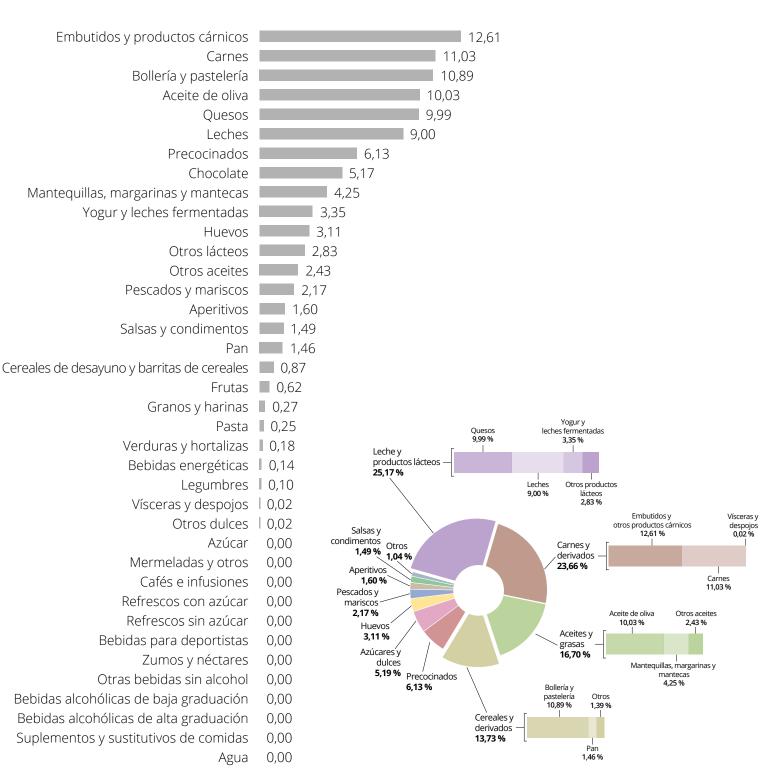




Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

### 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



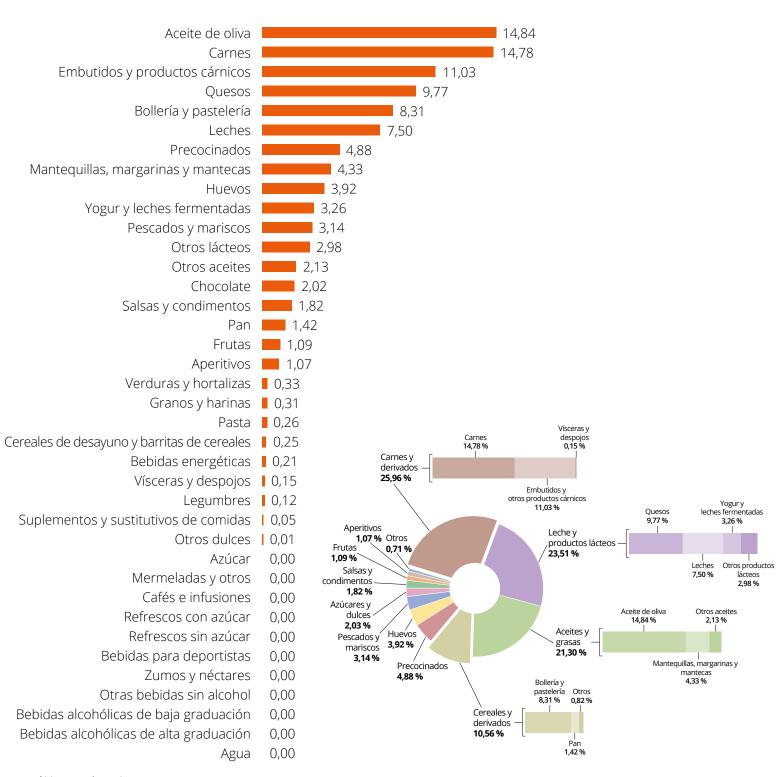


Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

# 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



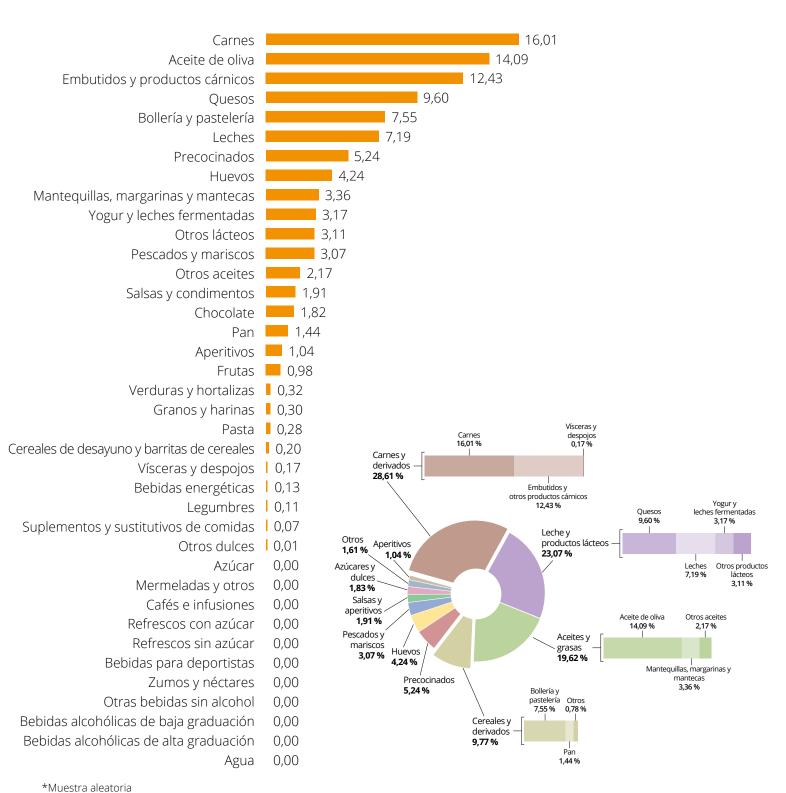
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



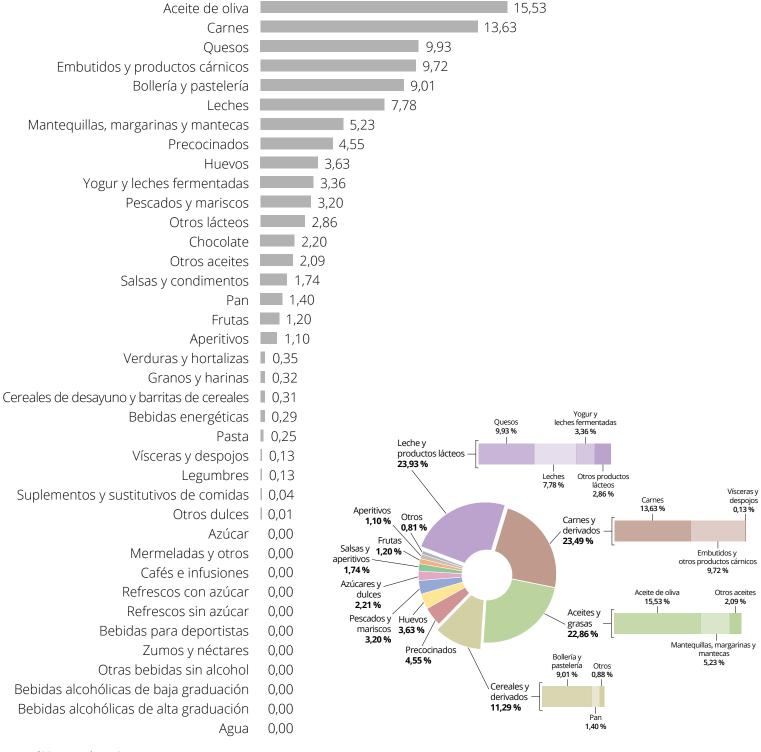
<sup>78</sup> 





# 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



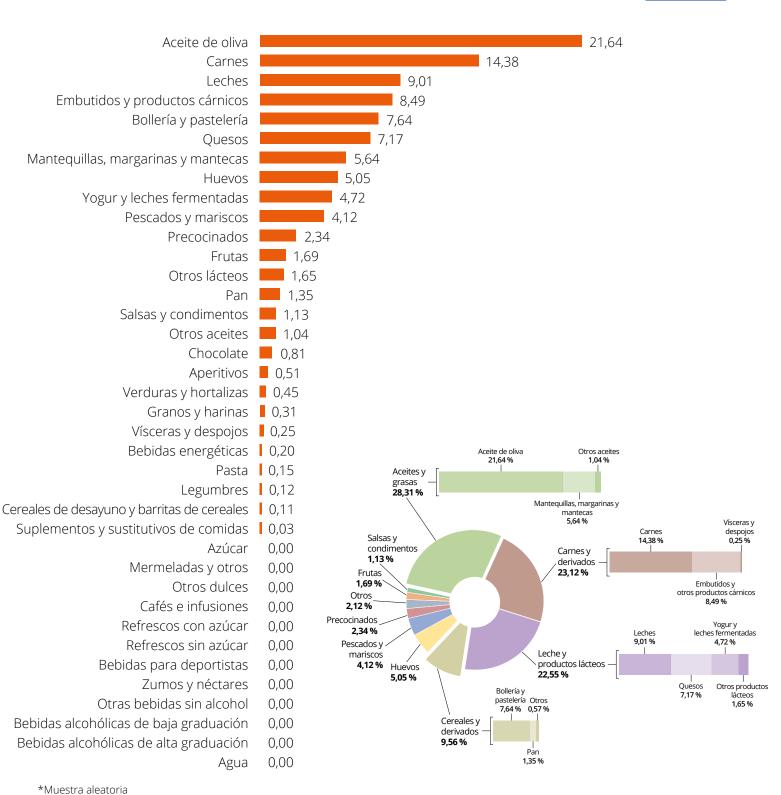


# **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

Volver al índice

AGS



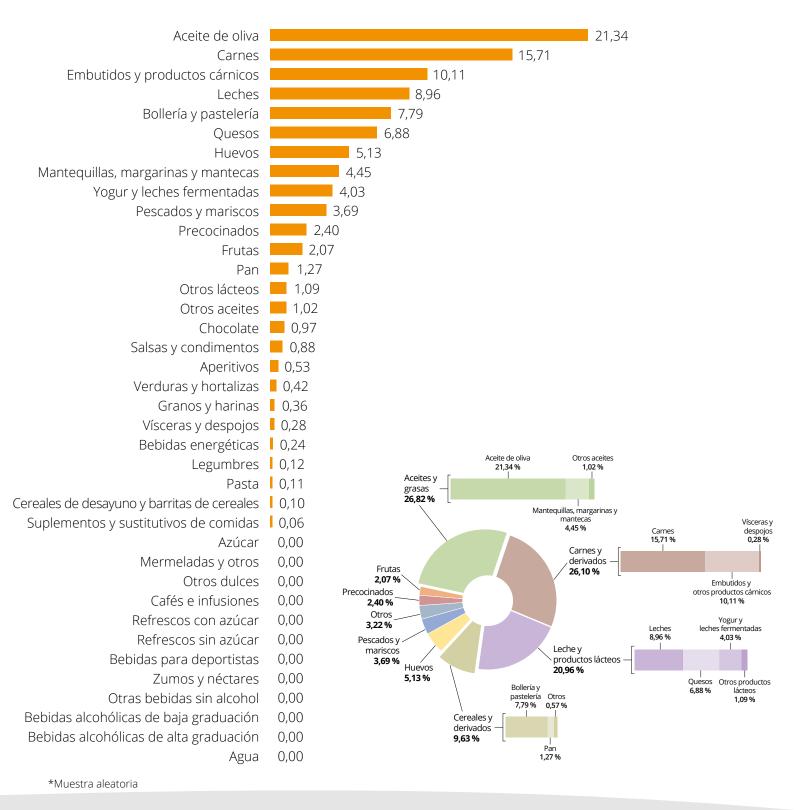




Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>81</sup> 



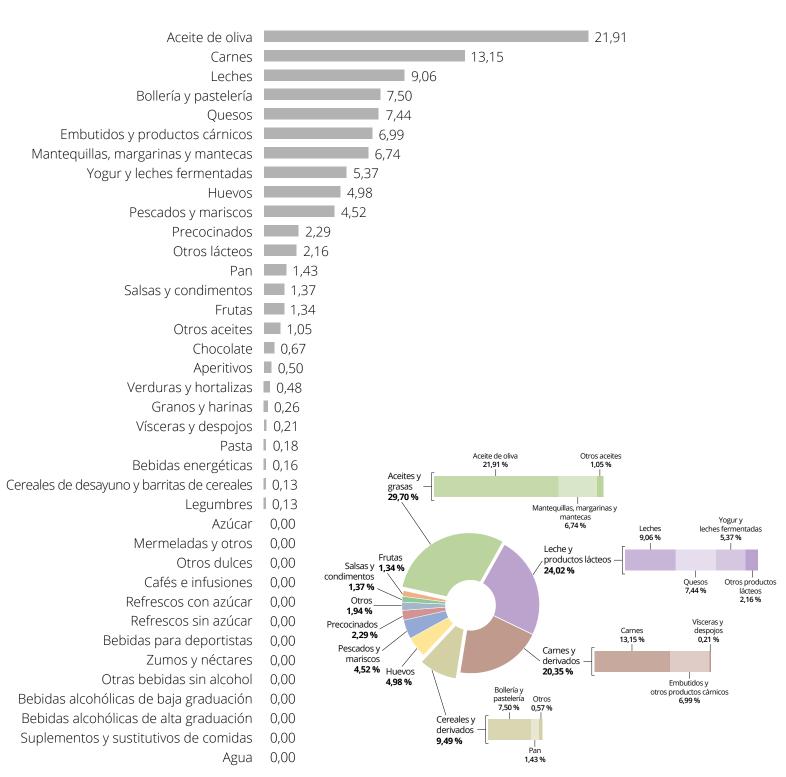


Fuentes alimentarias de ácidos grasos saturados (AGS) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas



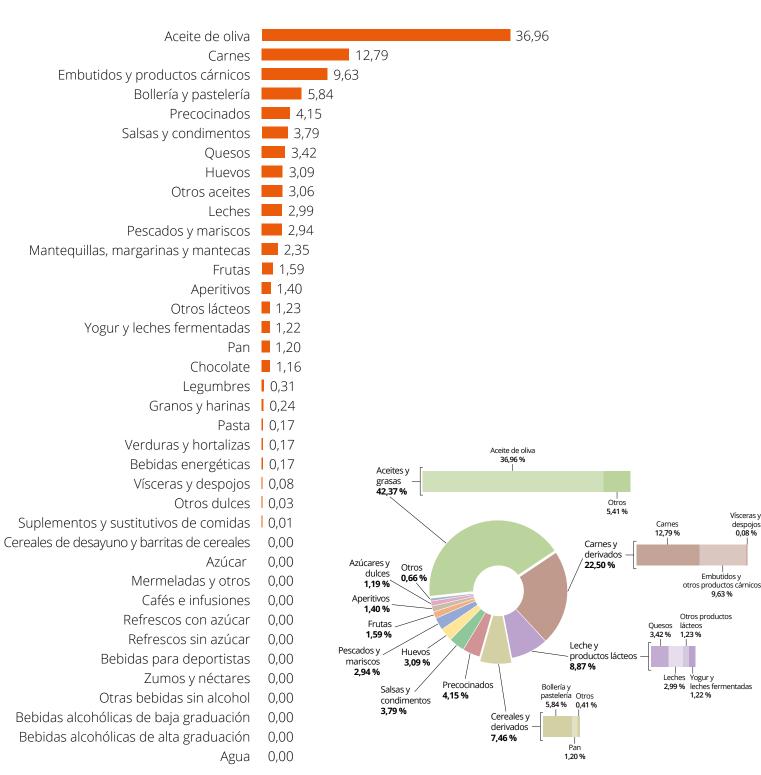


Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

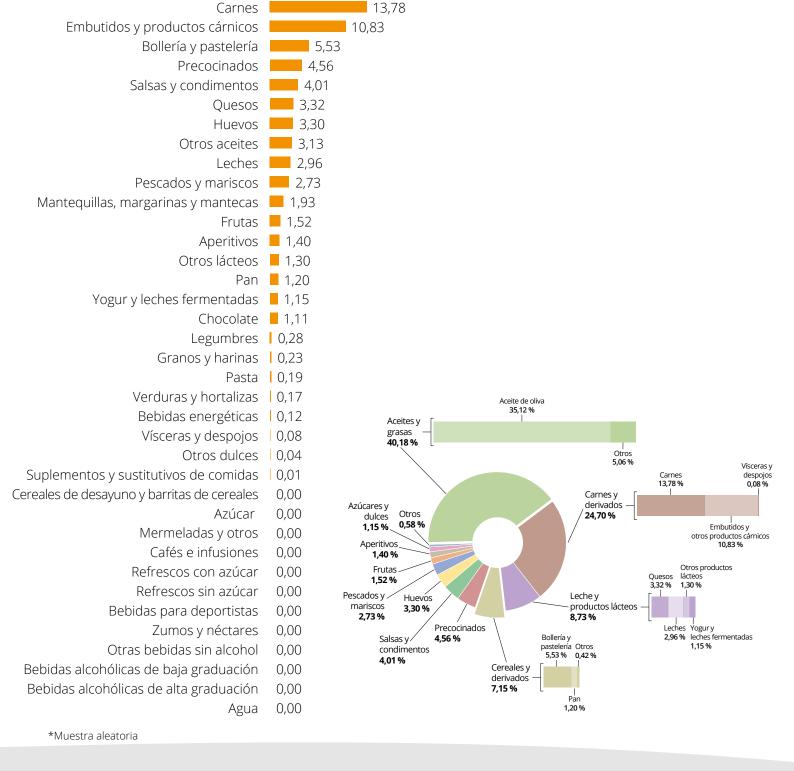




### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Aceite de oliva

Muestra: 1.013 individuos\*



<sup>85</sup> 



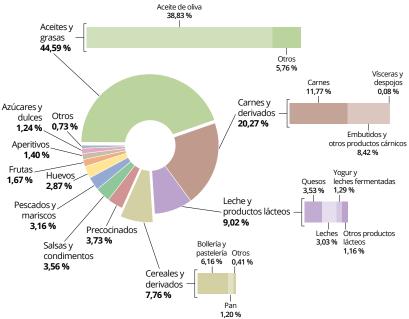


Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





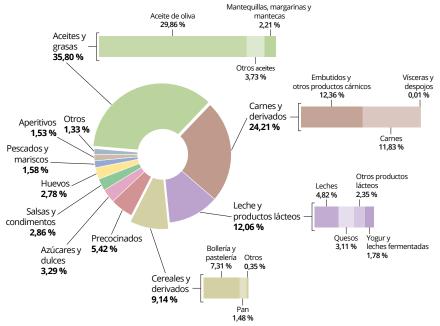
Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

12,36 11,83





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

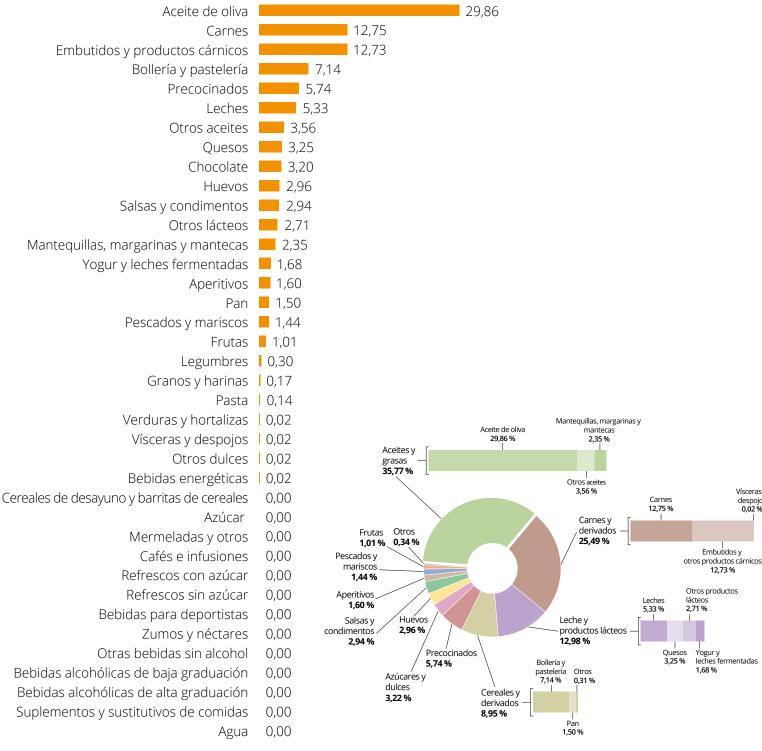




# 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



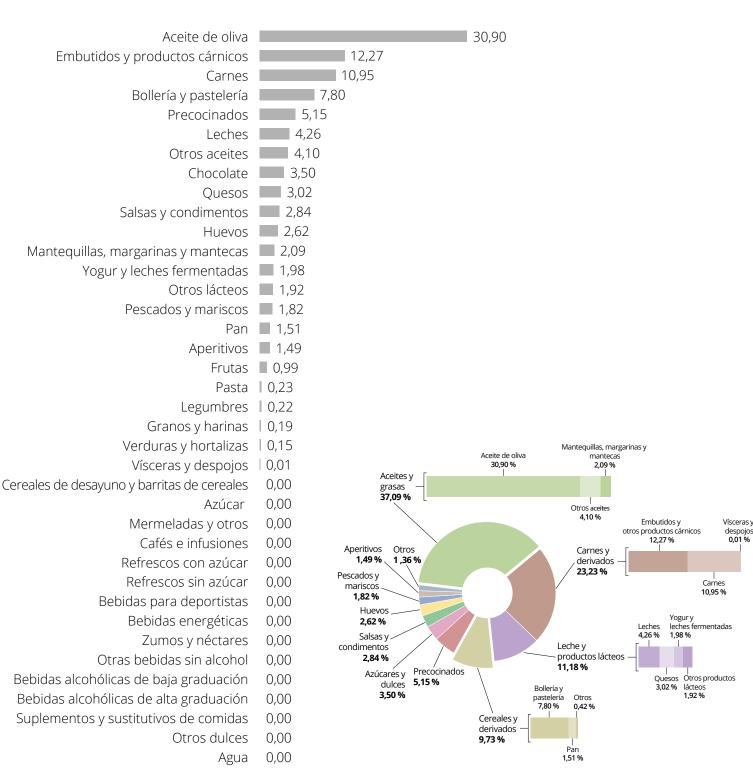
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



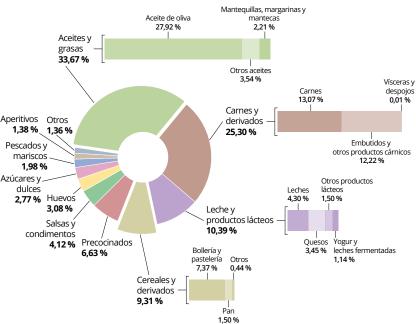


Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*





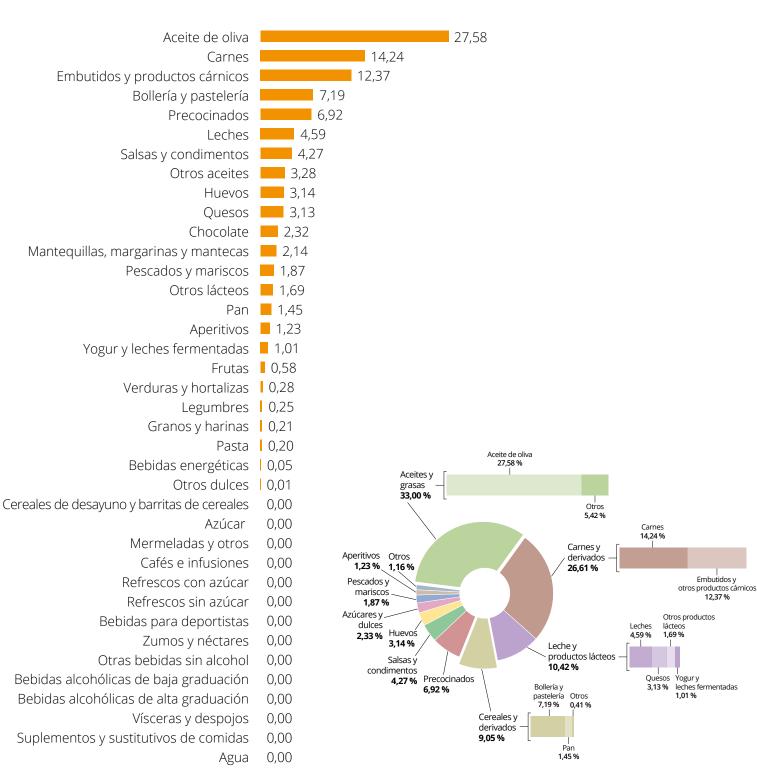
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



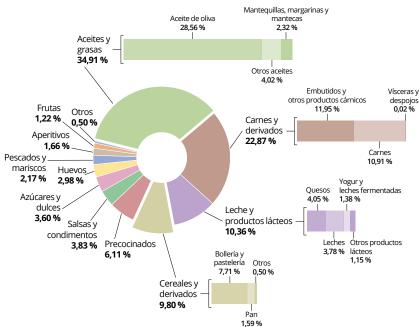


Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



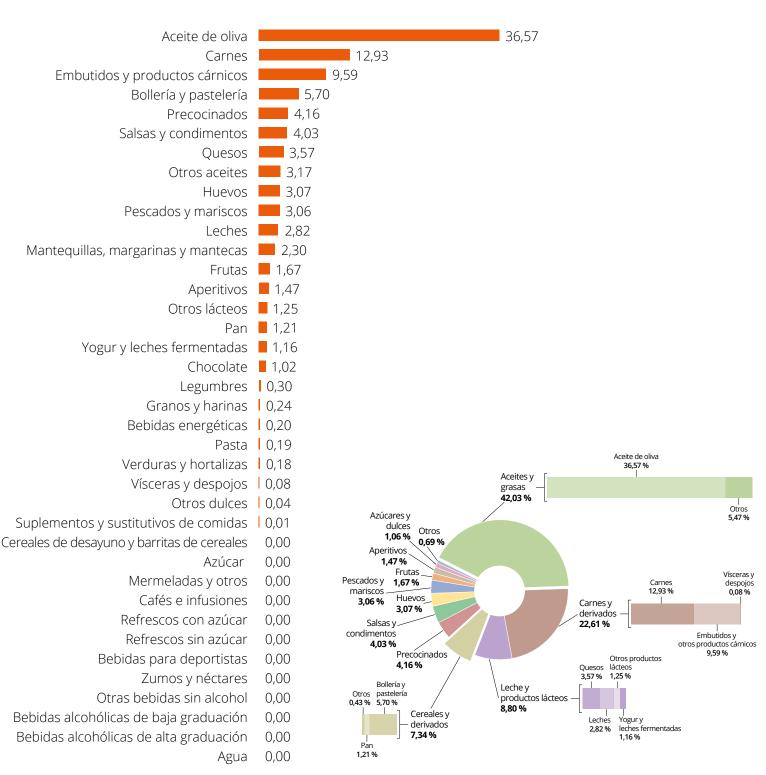


Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



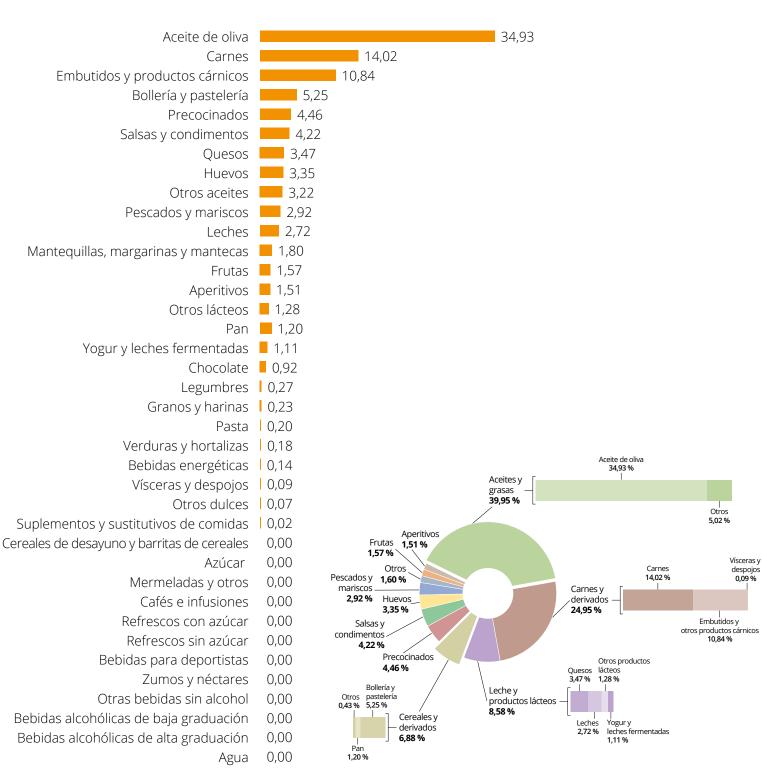
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



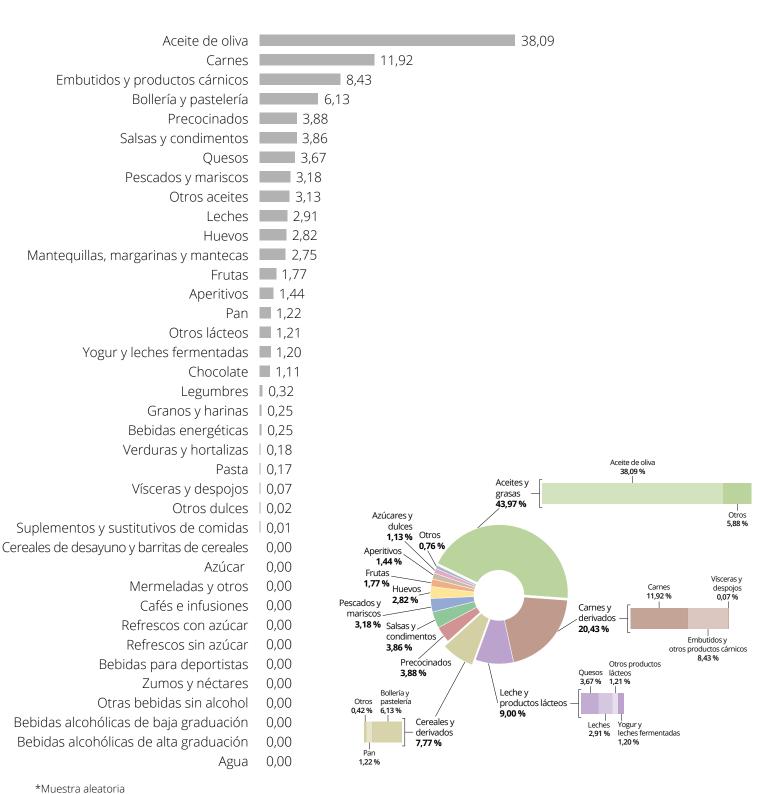


Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*

Volver al índice



<sup>95</sup> 





48,40

Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 13. MAYORES 65-75 AÑOS

Muestra: 206 individuos\* Volver al índice



0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

Agua

Cafés e infusiones

Refrescos con azúcar

Refrescos sin azúcar

Zumos y néctares

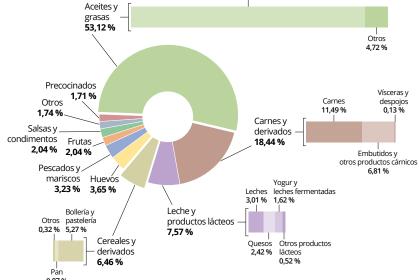
Bebidas para deportistas

Otras bebidas sin alcohol

Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Suplementos y sustitutivos de comidas



Aceite de oliva

48,40 %

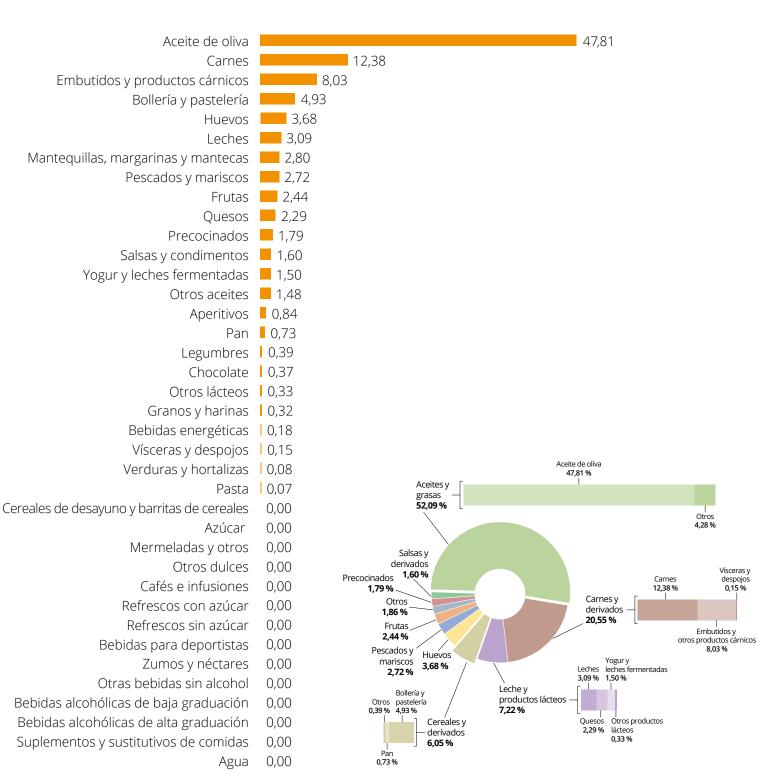
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

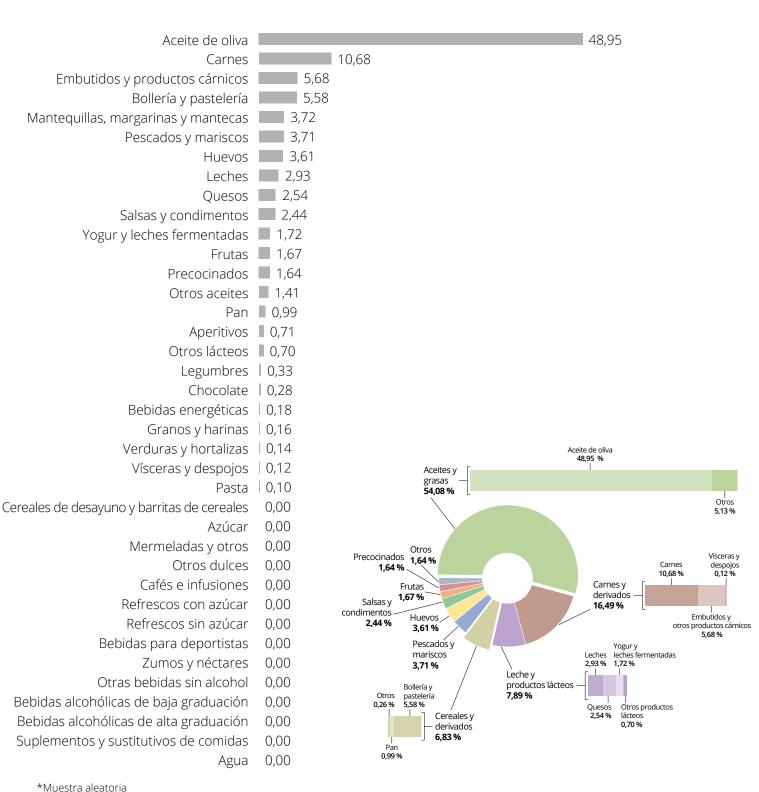




Fuentes alimentarias de ácidos grasos monoinsaturados (AGMI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*



<sup>98</sup> 



Volver al índice

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas





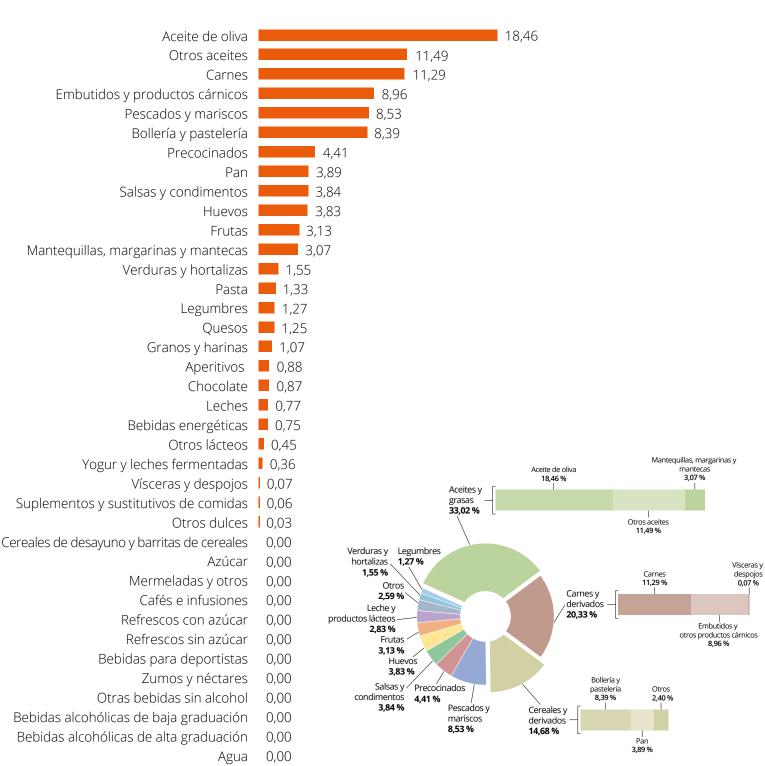
AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



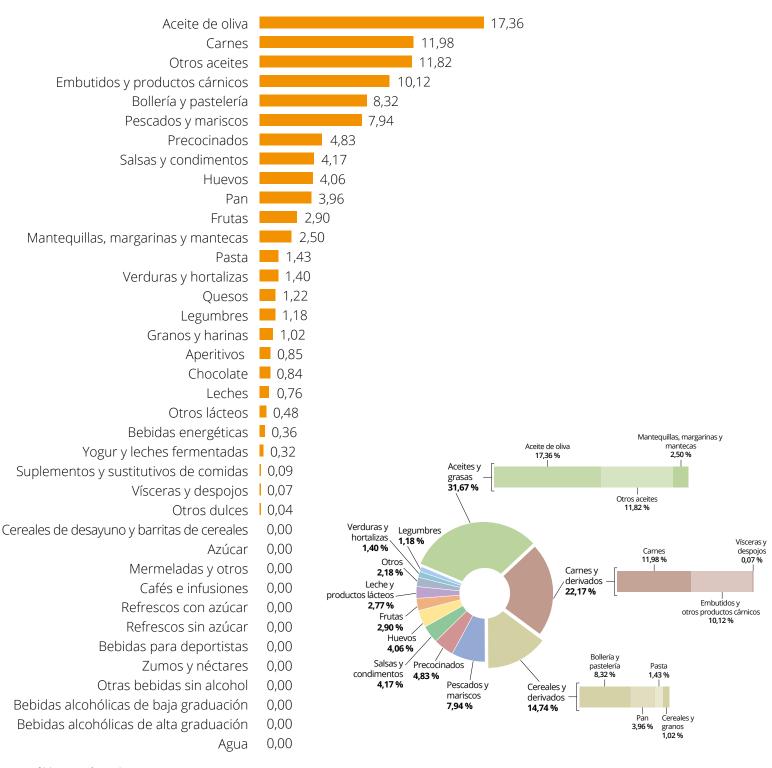
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



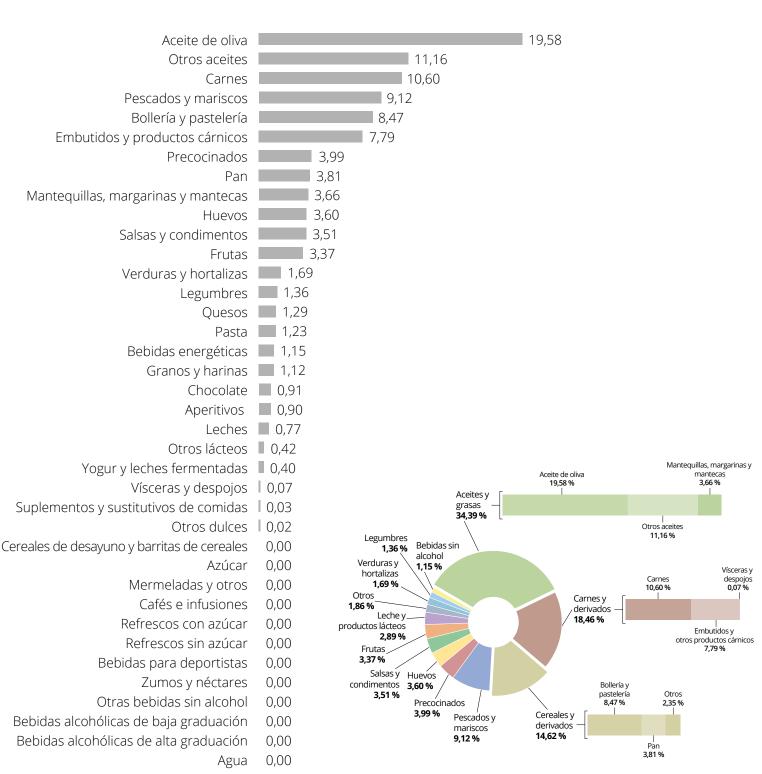


AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





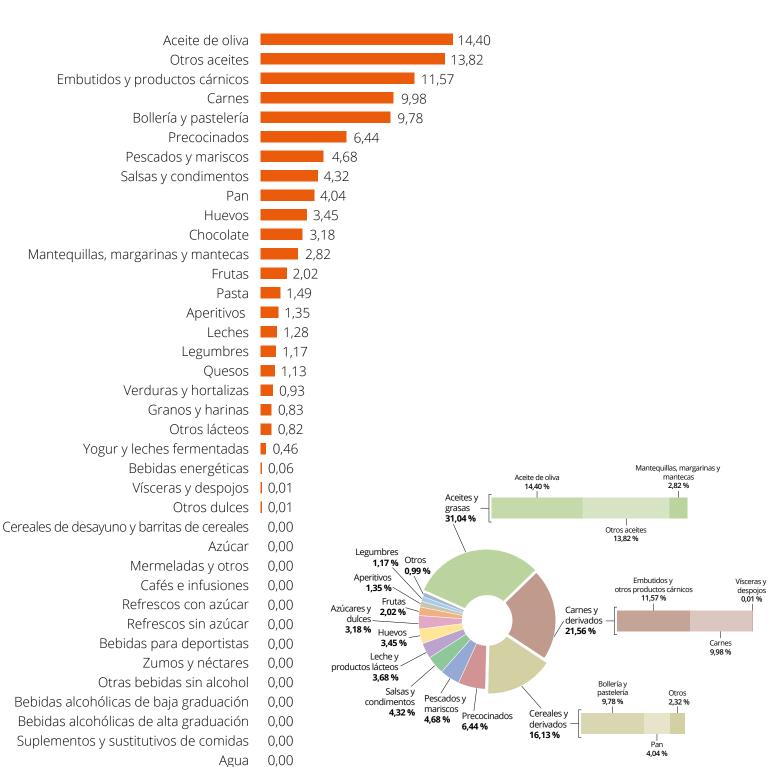
AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

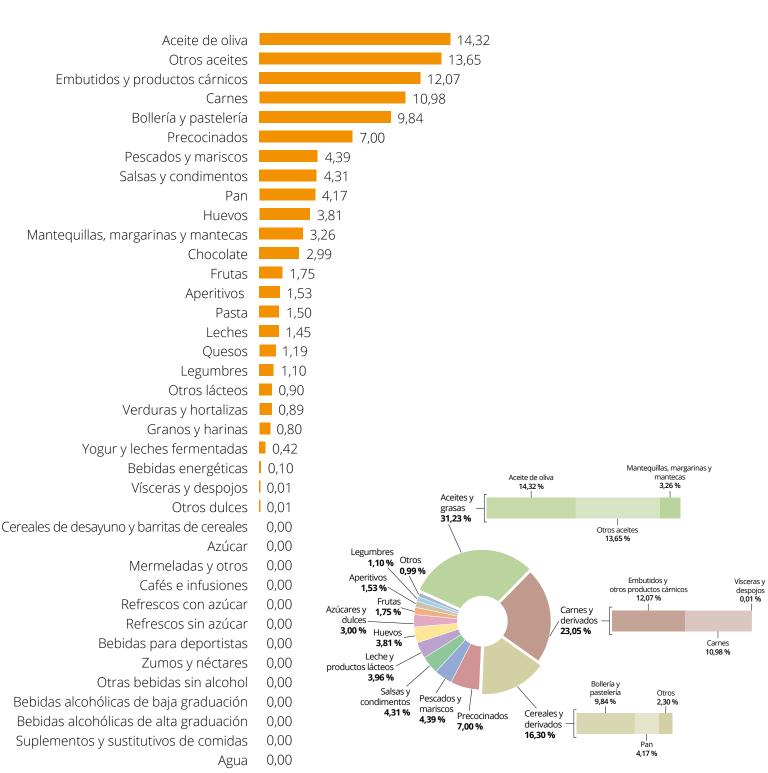




### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



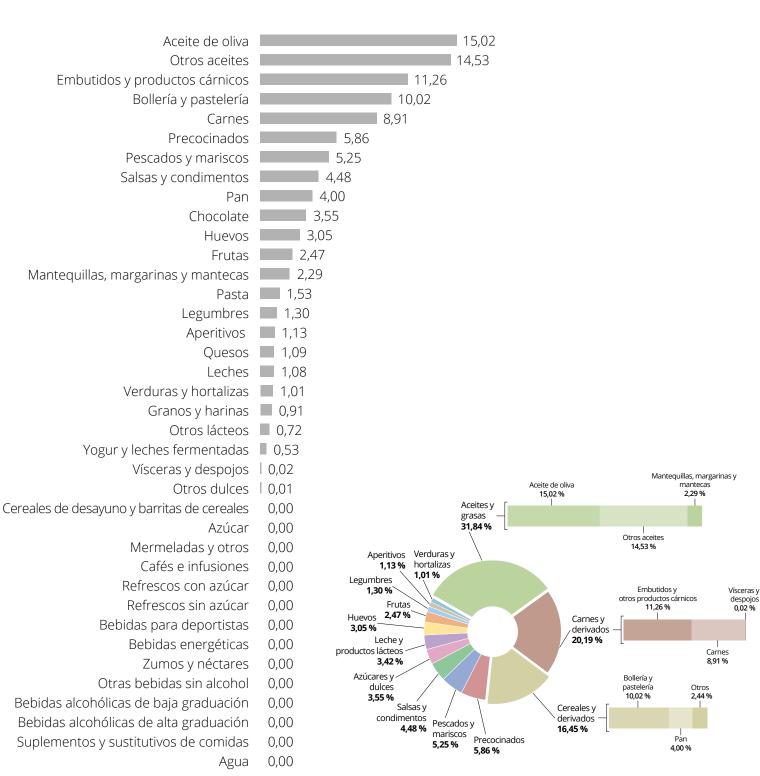


AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





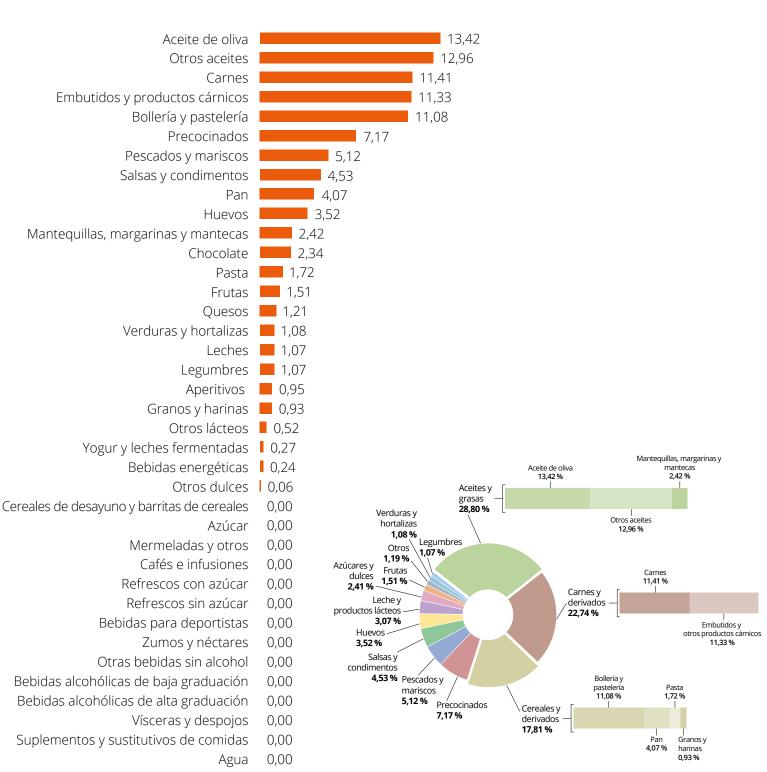
AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



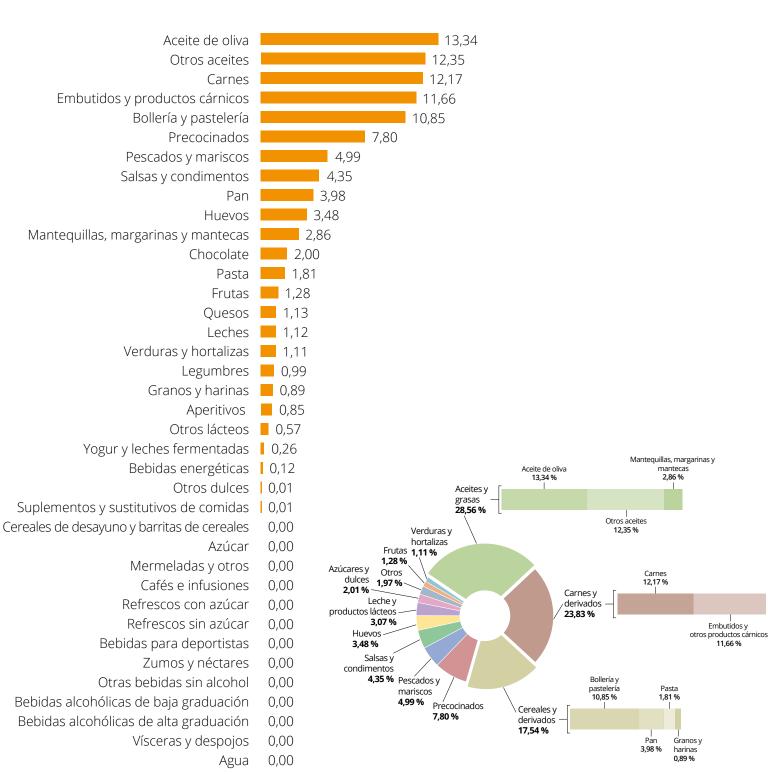
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

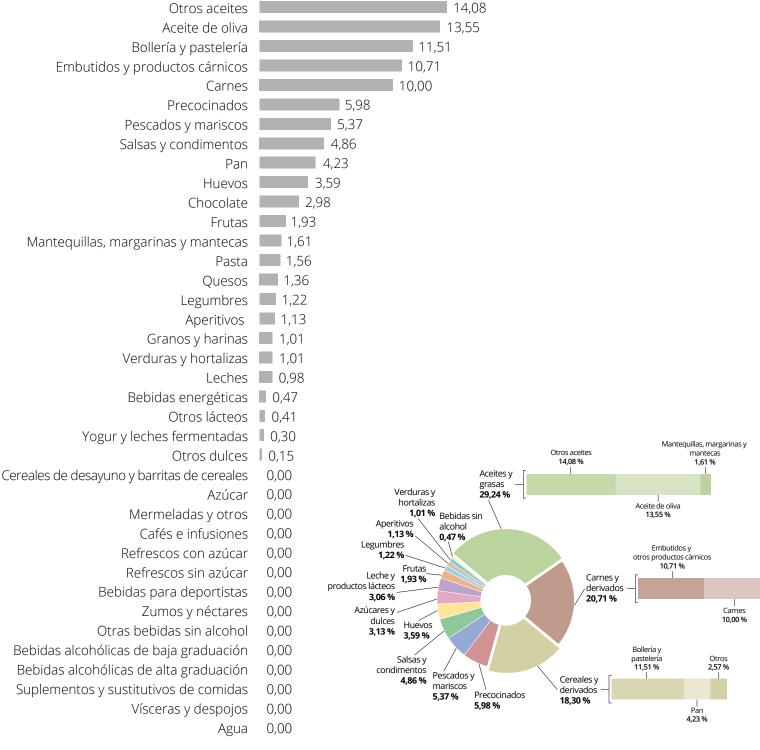




### 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



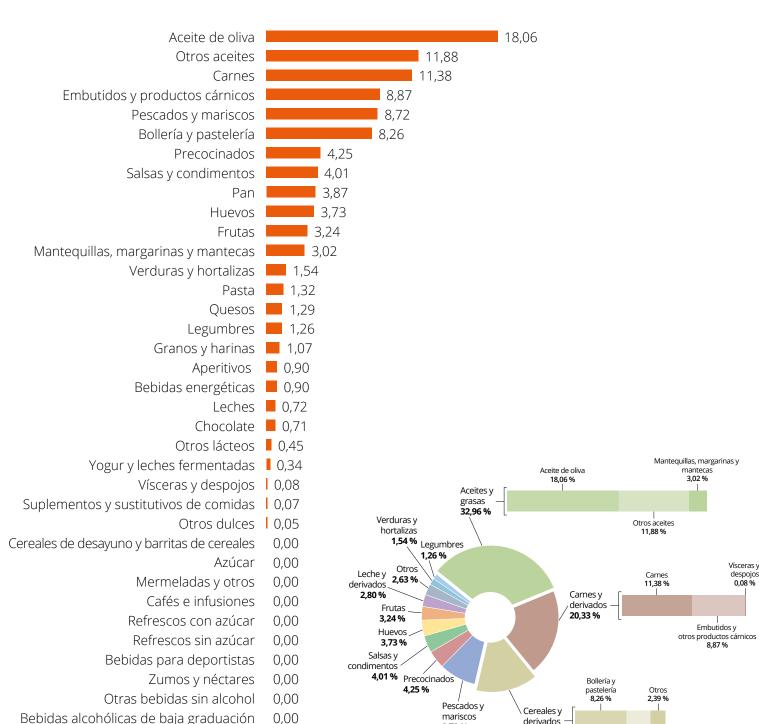


AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## **10. ADULTOS 18-64 AÑOS**

Muestra: 1.655 individuos\* Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

Bebidas alcohólicas de alta graduación

0,00

0,00

Agua

derivados

Pan 3,87 %

14.53 %

8.72 %

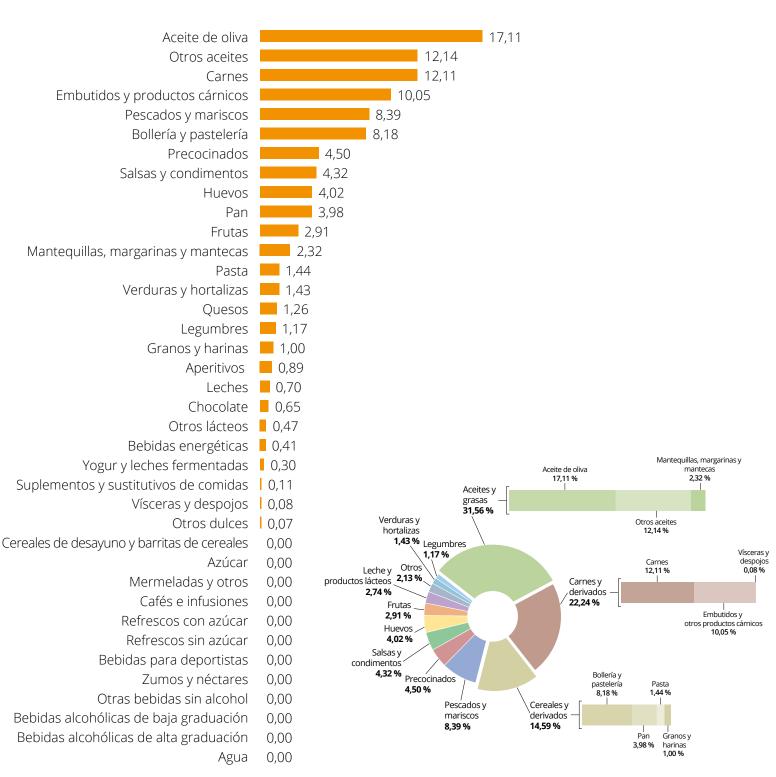




Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



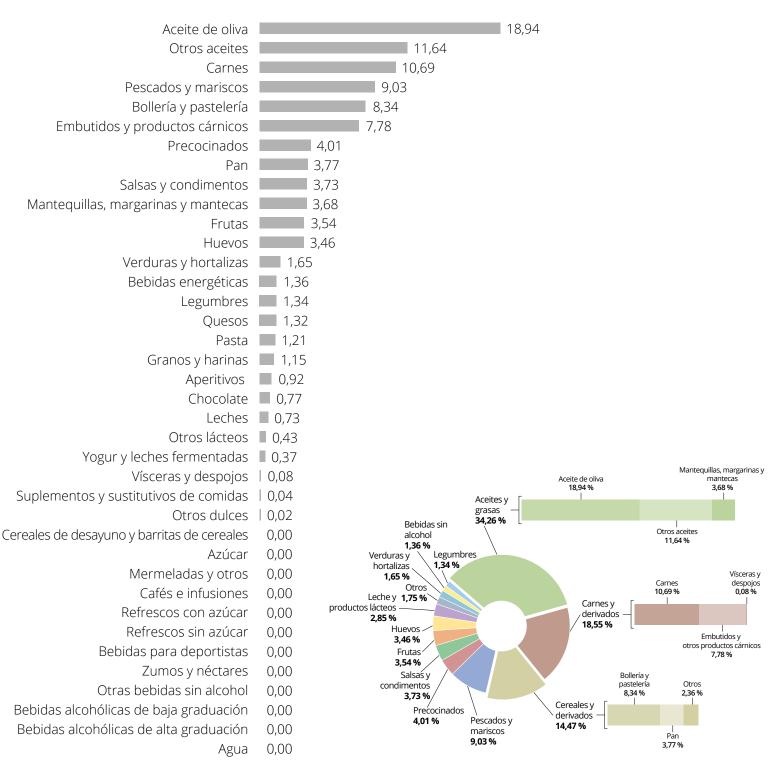


Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





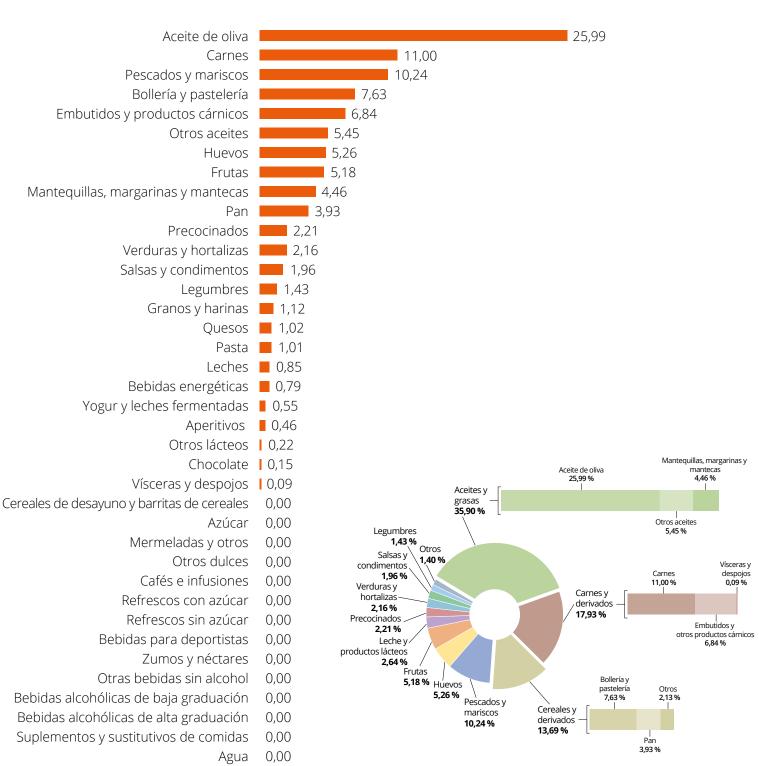
AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



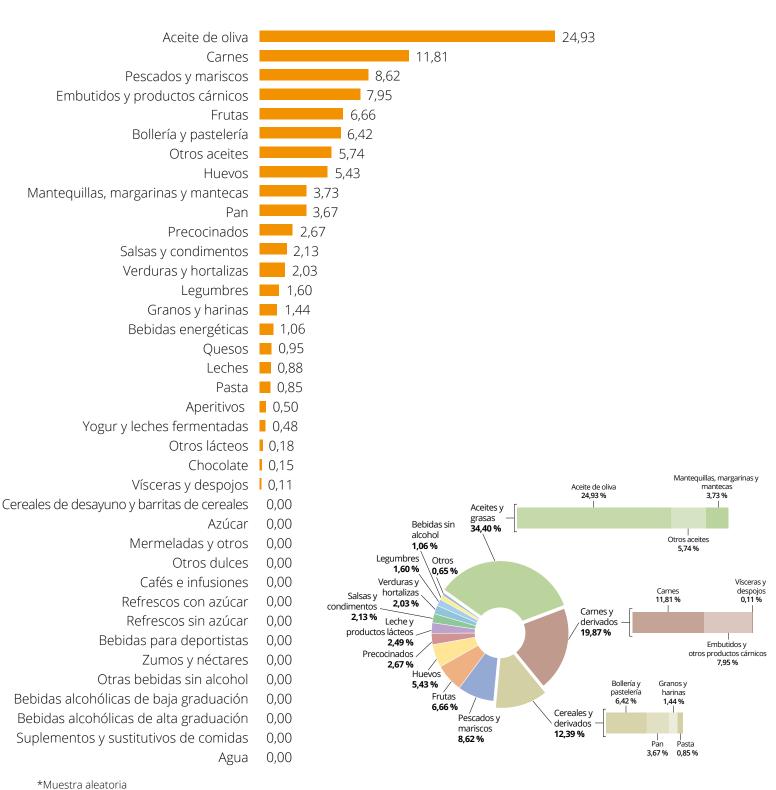


Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*

Volver al índice



iviuesti a aleatoi



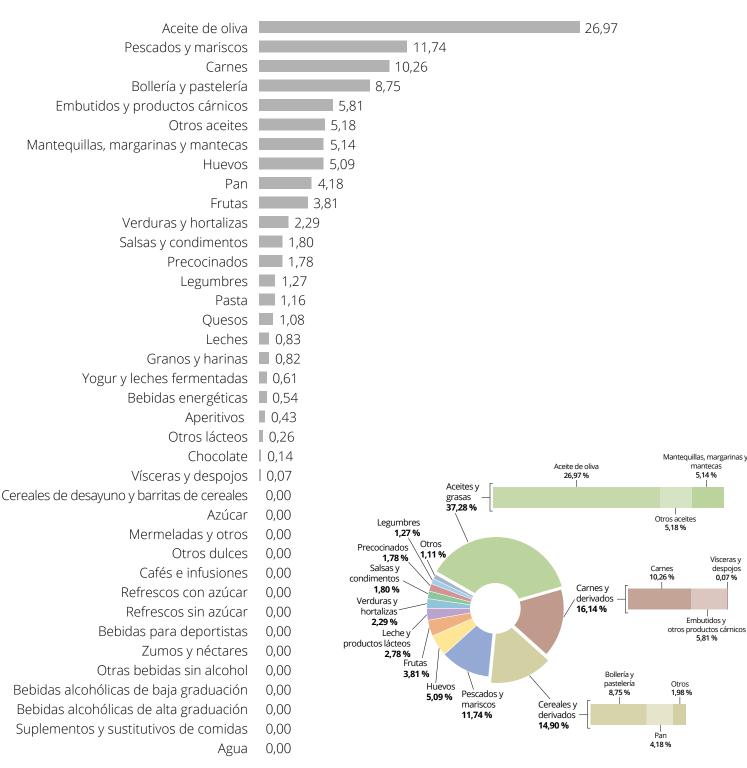


AGPI

Fuentes alimentarias de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de ácidos grasos Omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas

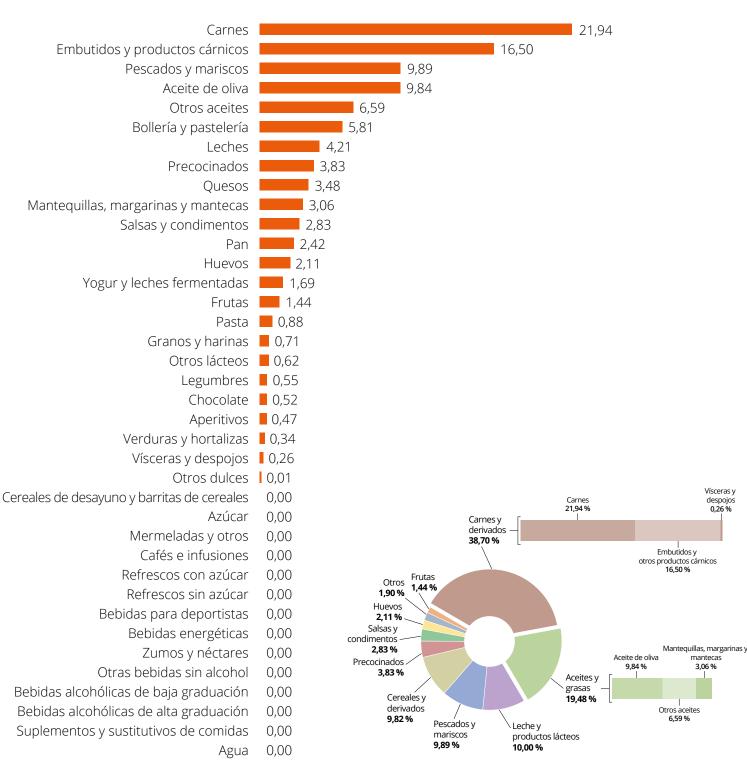




#### **OMEGA-6**

#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

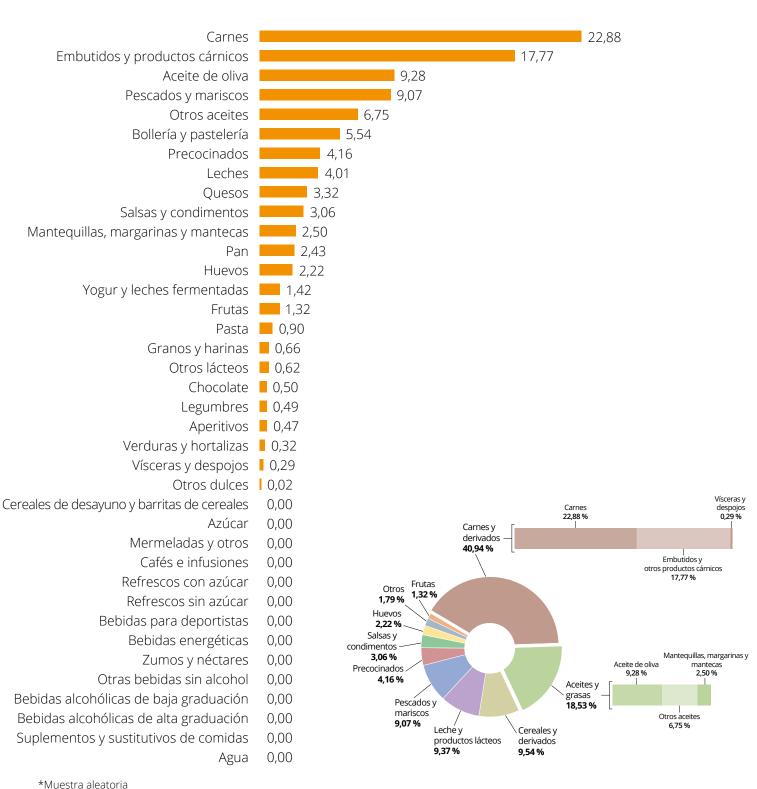




Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*



ividesti a aleatoi

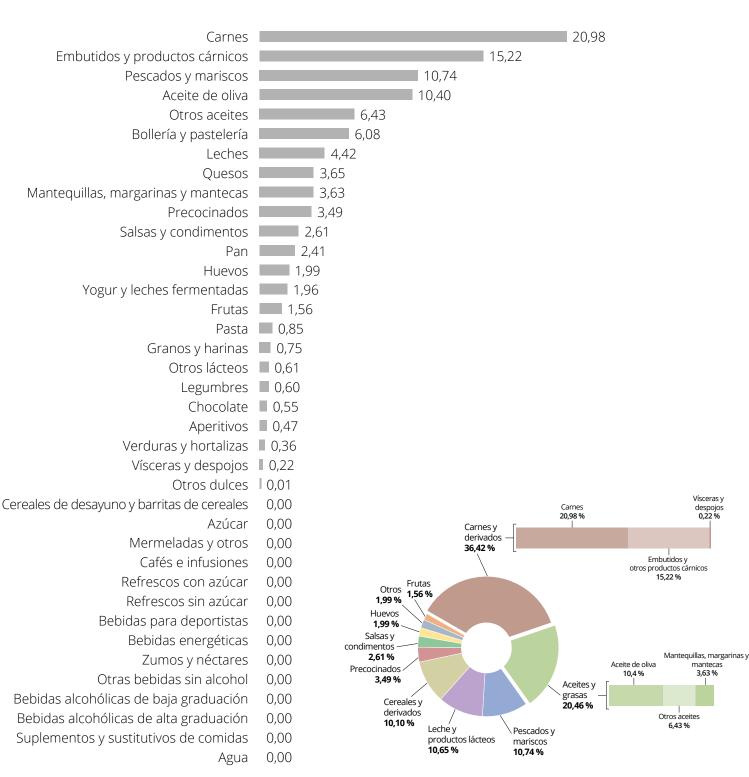




Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



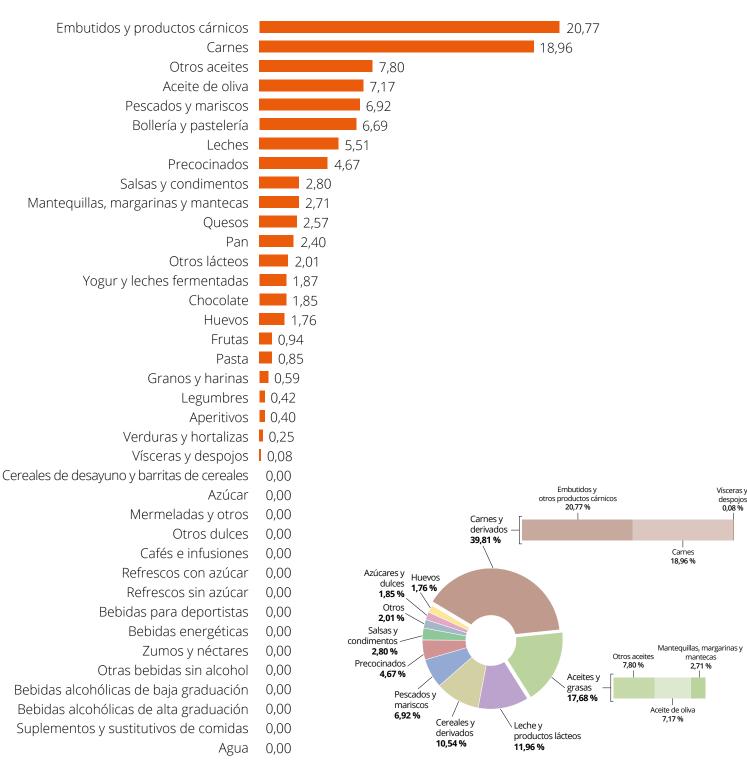


Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



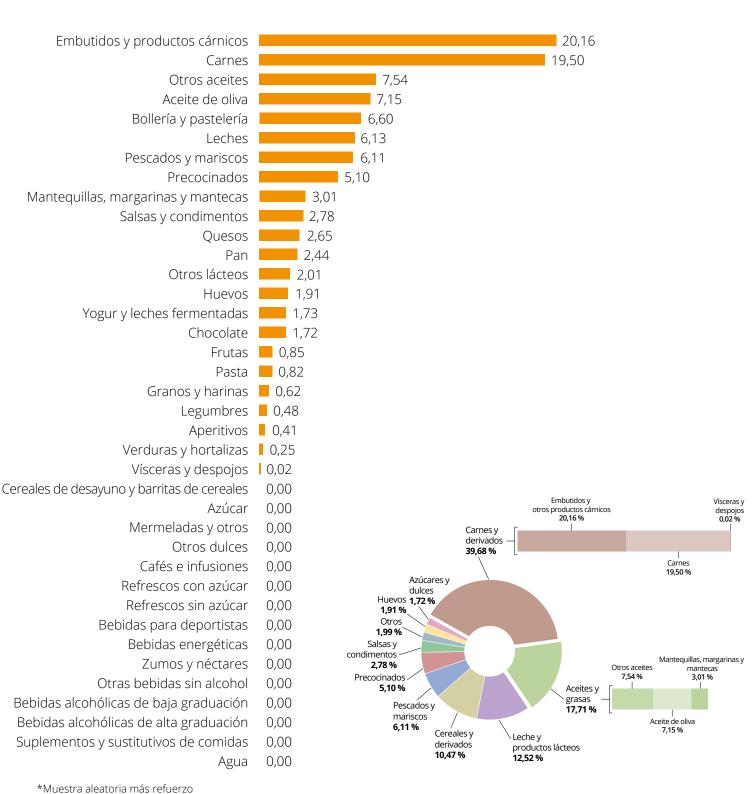


#### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice

OMEGA-6



<sup>120</sup> 



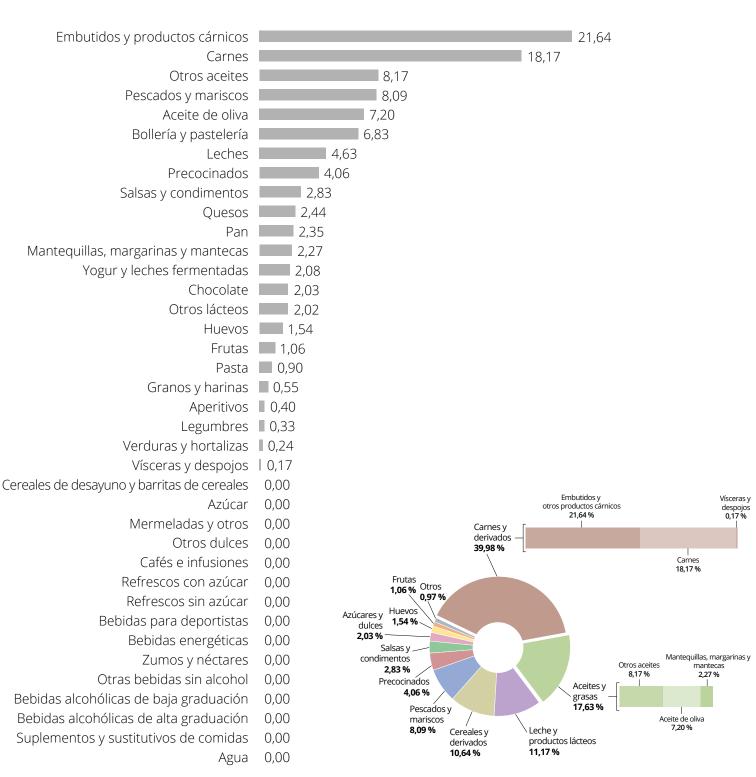


#### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*

Volver al índice

**OMEGA-6** 



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



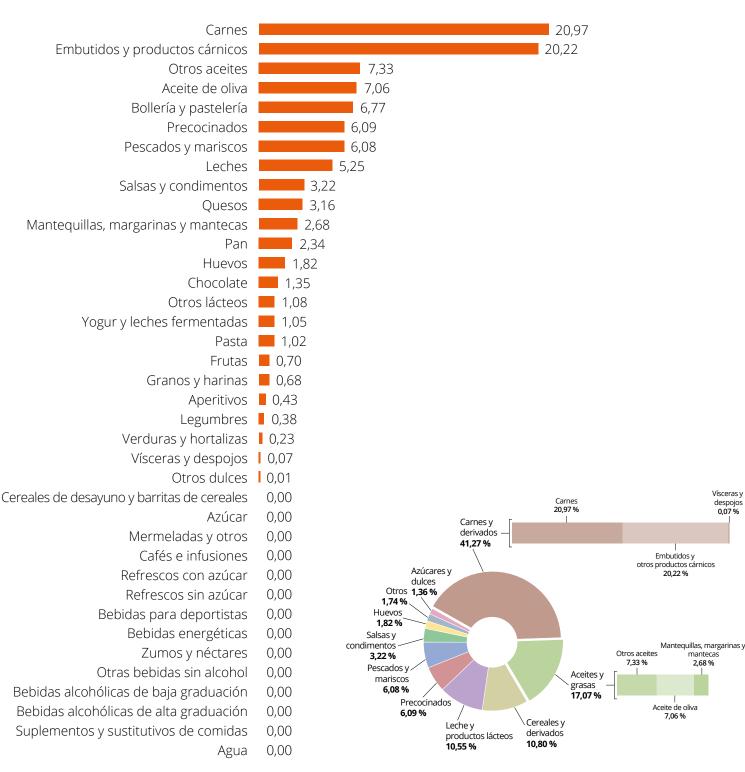


#### **OMEGA-6**

## 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

<u>Volver al índice</u>



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

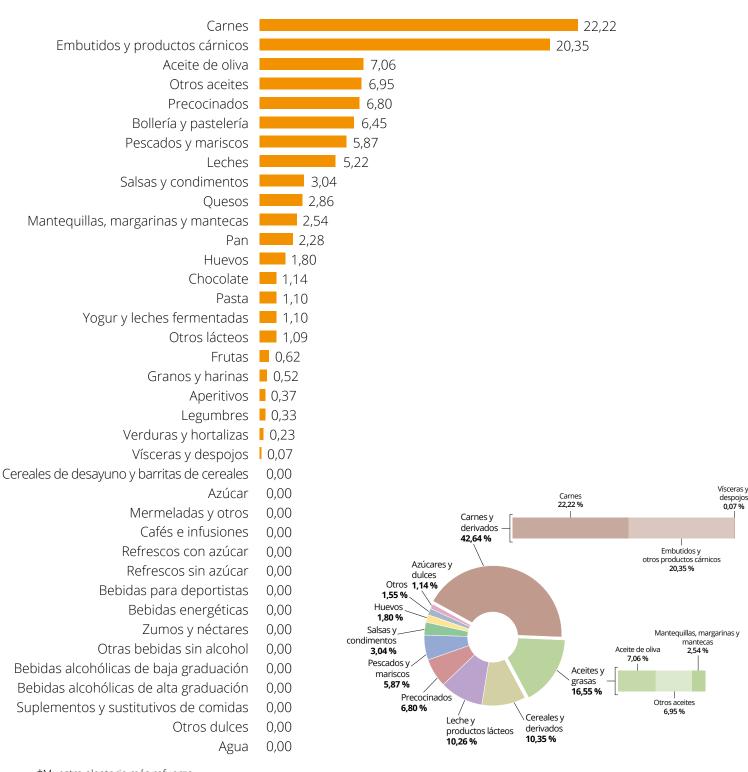




Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

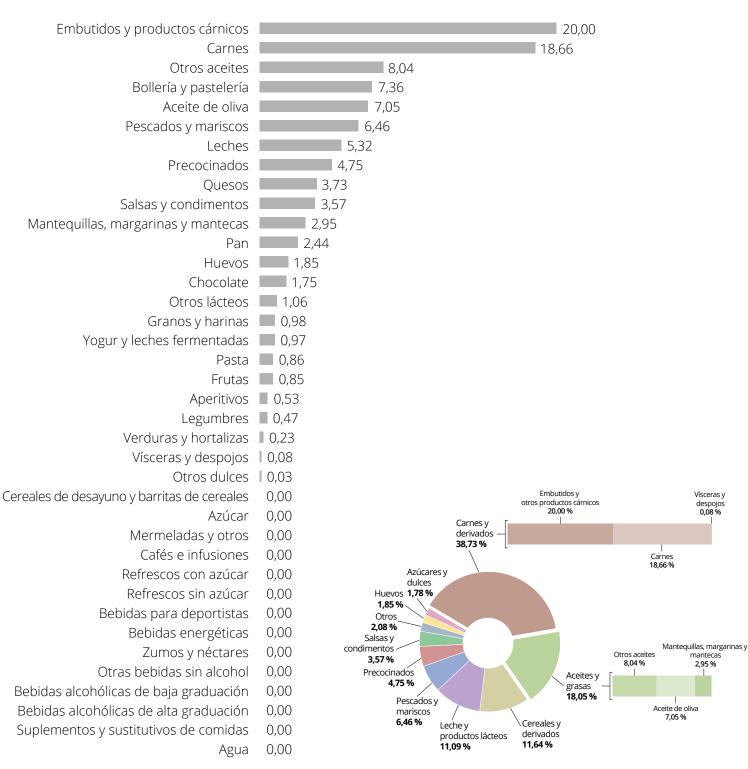




Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



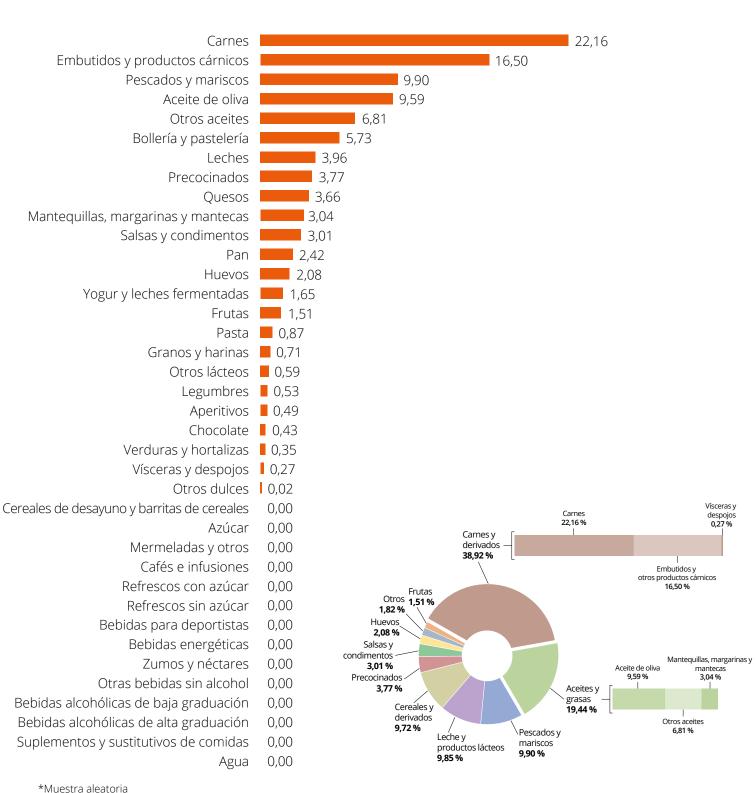


## 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

**OMEGA-6** 

Volver al índice



<sup>125</sup> 

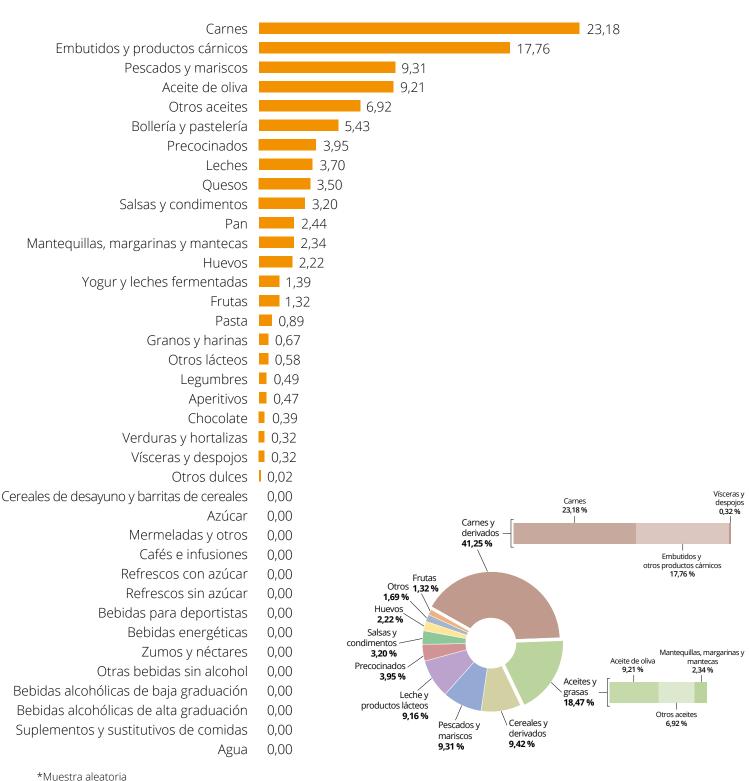




Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



Muesti a aleatoria

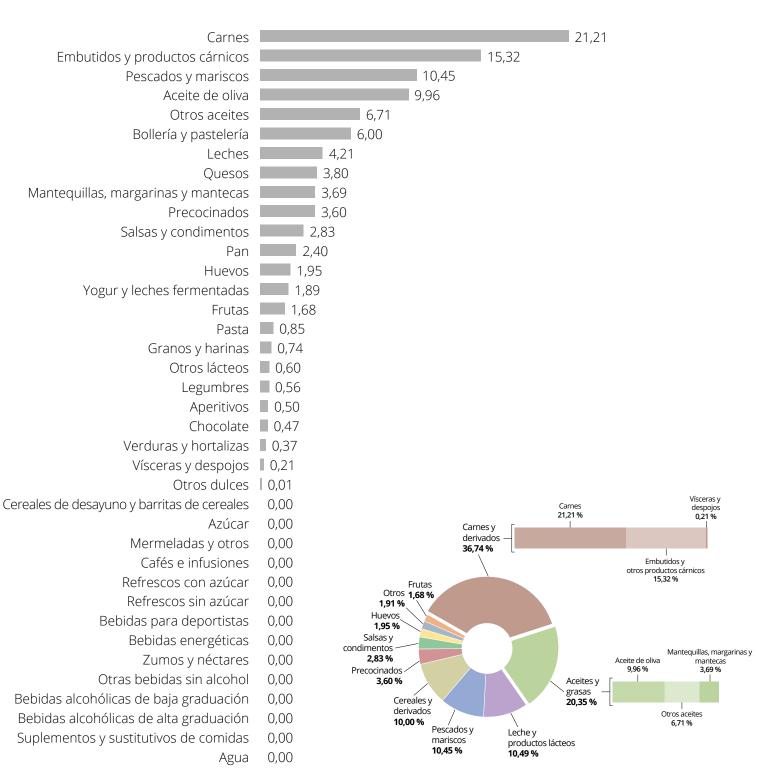




Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



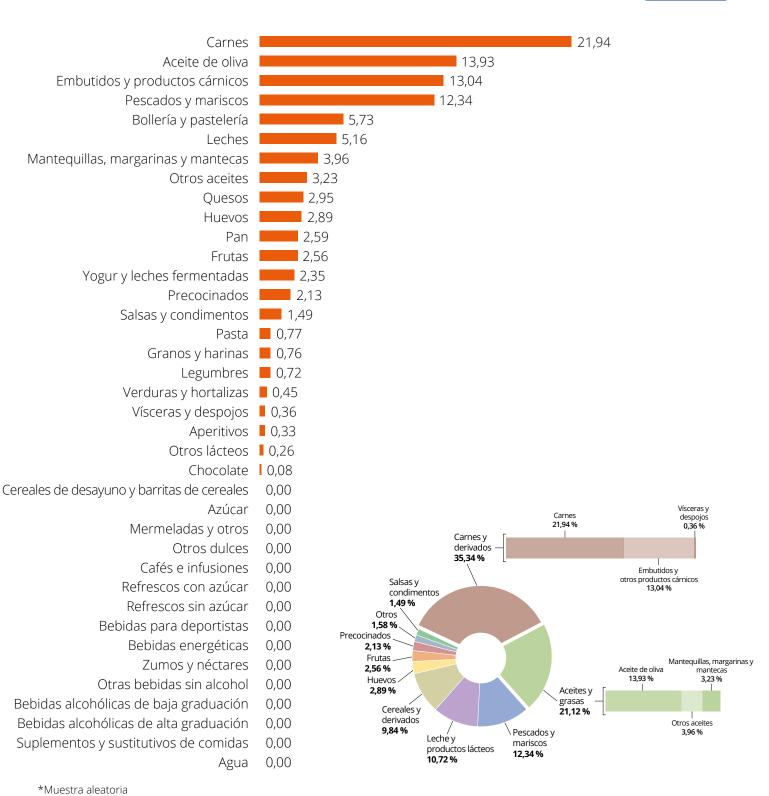


## **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

**OMEGA-6** 

Volver al índice



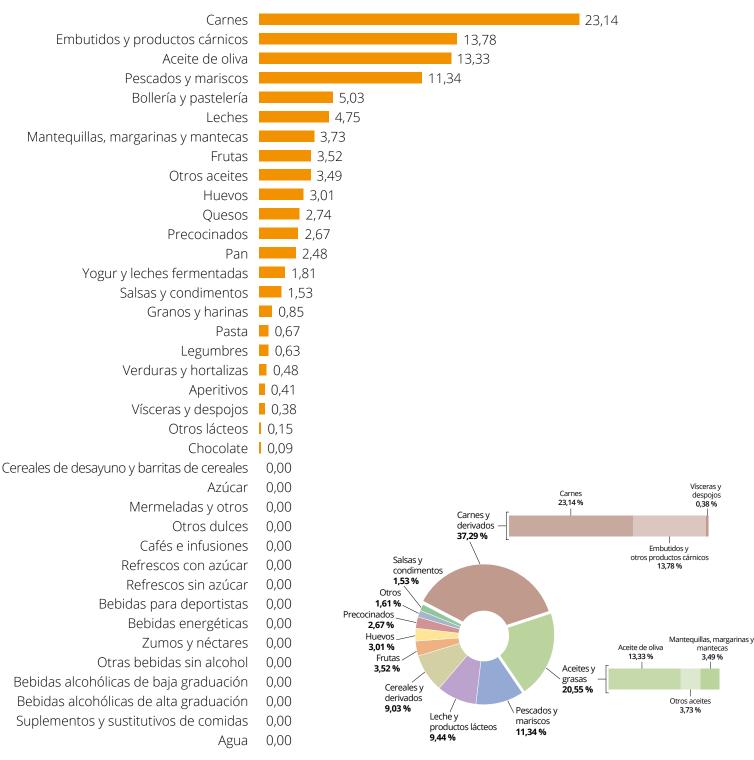
<sup>128</sup> 





#### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



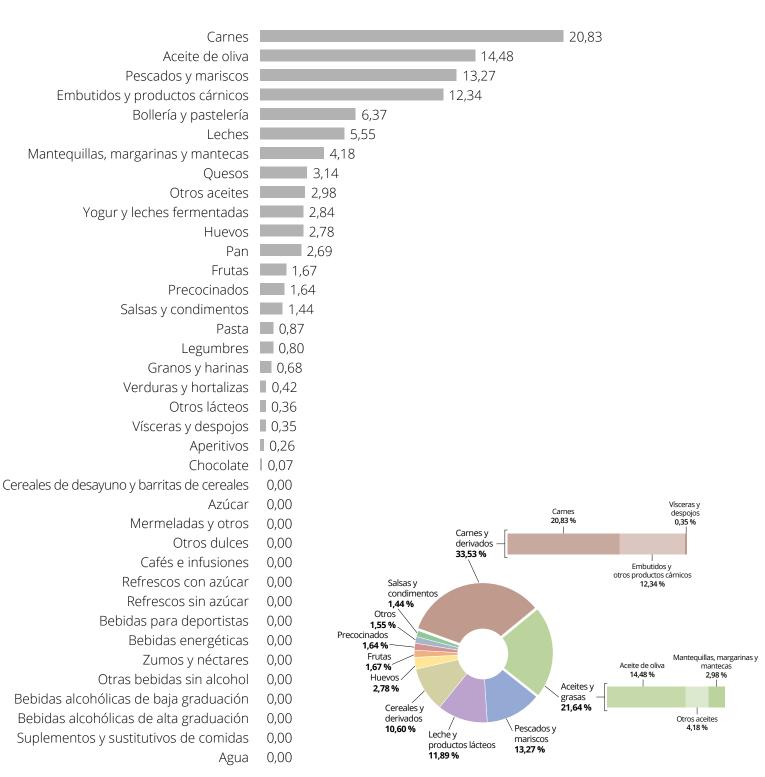


Fuentes alimentarias de omega-6 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de ácidos grasos Omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas



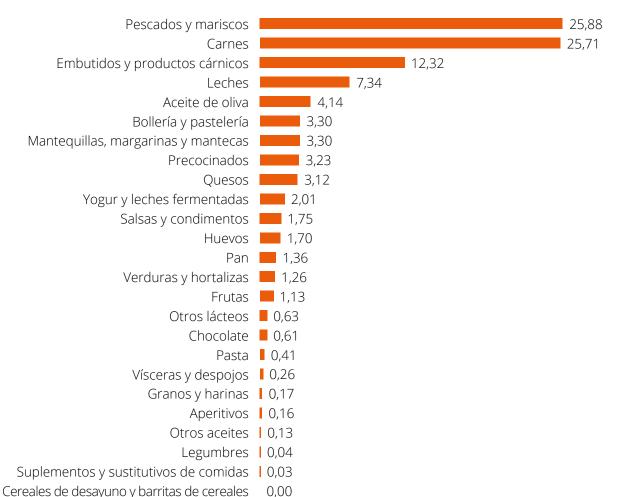


#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice

OMEGA-3



0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

Azúcar

Mermeladas y otros

Refrescos con azúcar

Refrescos sin azúcar

Bebidas energéticas

Zumos y néctares

Otros dulces

Agua

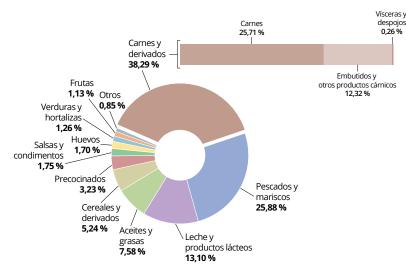
Bebidas para deportistas

Otras bebidas sin alcohol

Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Cafés e infusiones



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

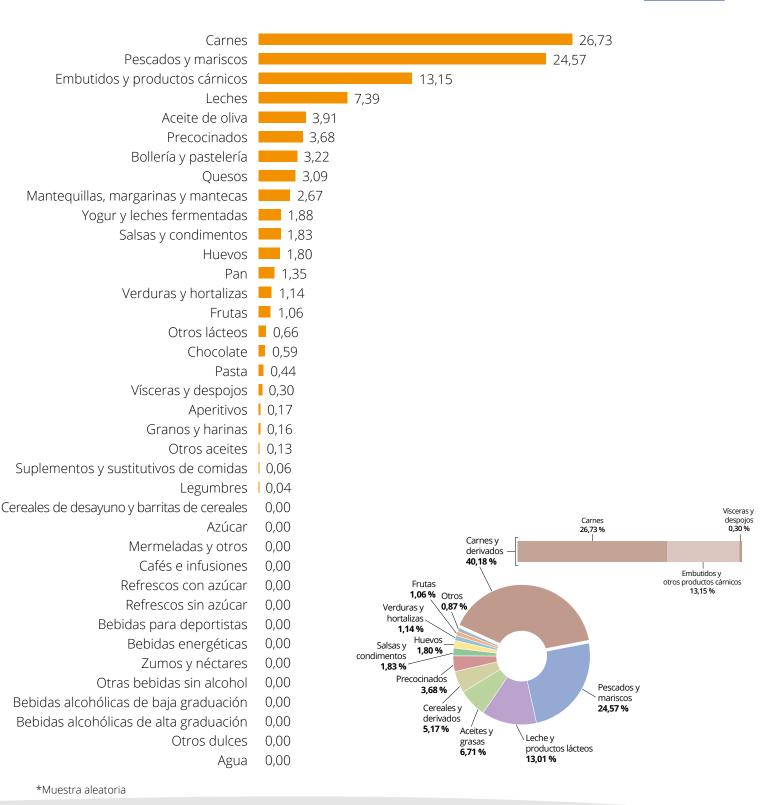




#### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*

Volver al índice



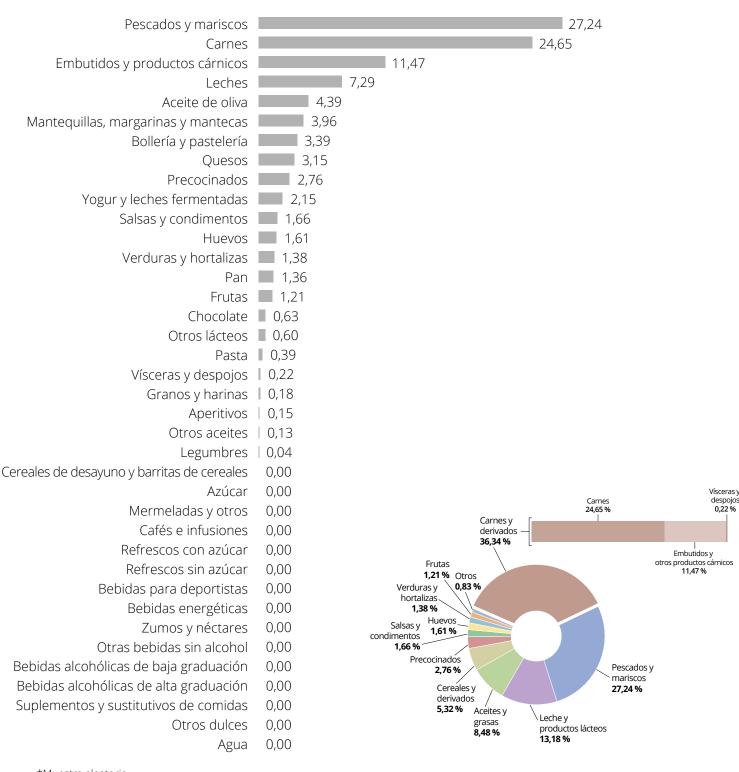




Fuentes alimentarias de omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





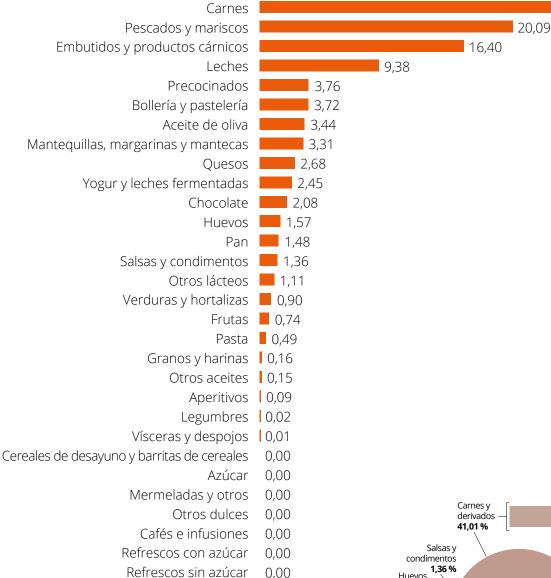
24.61

Fuentes alimentarias de omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

Volver al índice



0,00

0,00

0,00

0,00

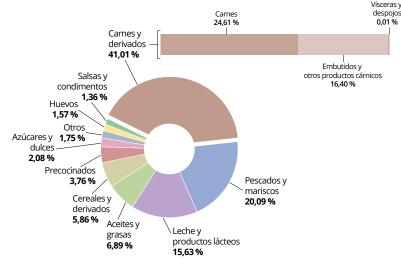
0,00

0,00

0,00

0,00

Agua



Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Suplementos y sustitutivos de comidas

Bebidas para deportistas

Otras bebidas sin alcohol

Bebidas energéticas

Zumos y néctares

<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

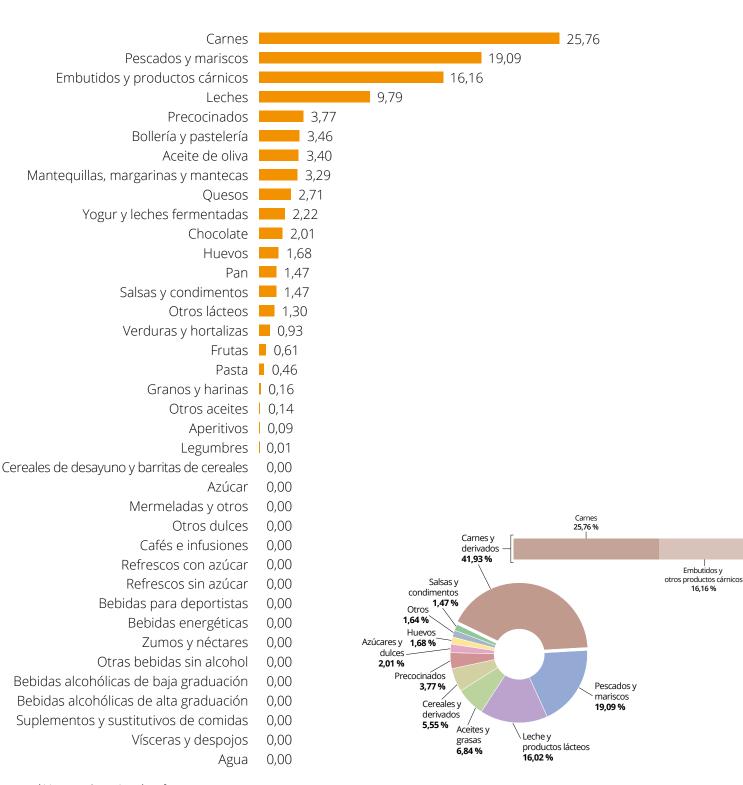




#### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



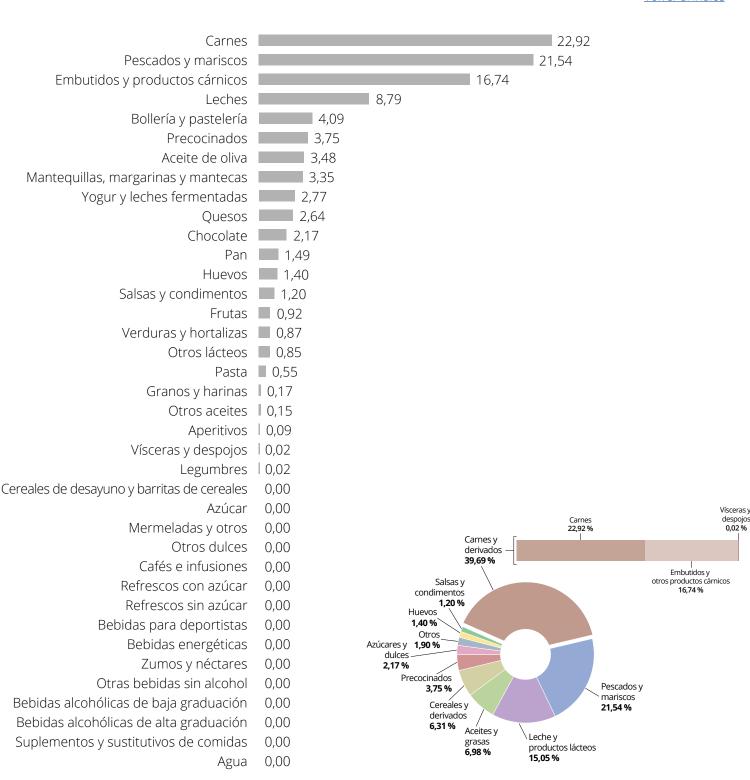


## 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*

Volver al índice

**OMEGA-3** 



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





Azúcar

Mermeladas y otros

Refrescos con azúcar

Refrescos sin azúcar

Bebidas energéticas

Zumos y néctares

Otros dulces

Agua

Bebidas para deportistas

Otras bebidas sin alcohol

Cafés e infusiones

0.00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

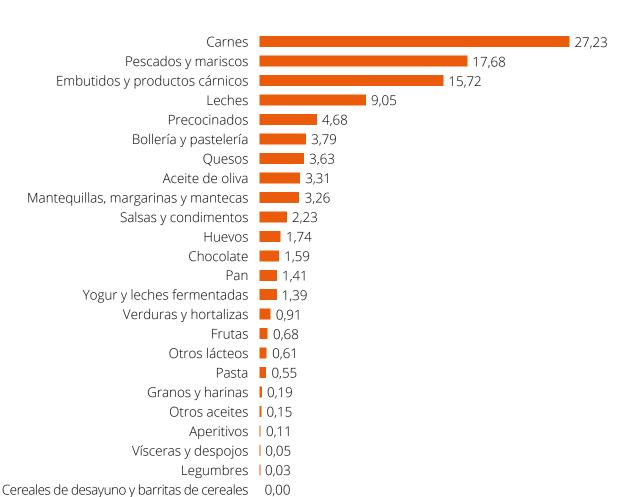
0,00

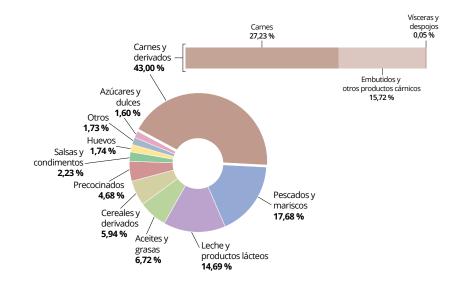
# 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

Volver al índice

OMEGA-3





Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Suplementos y sustitutivos de comidas

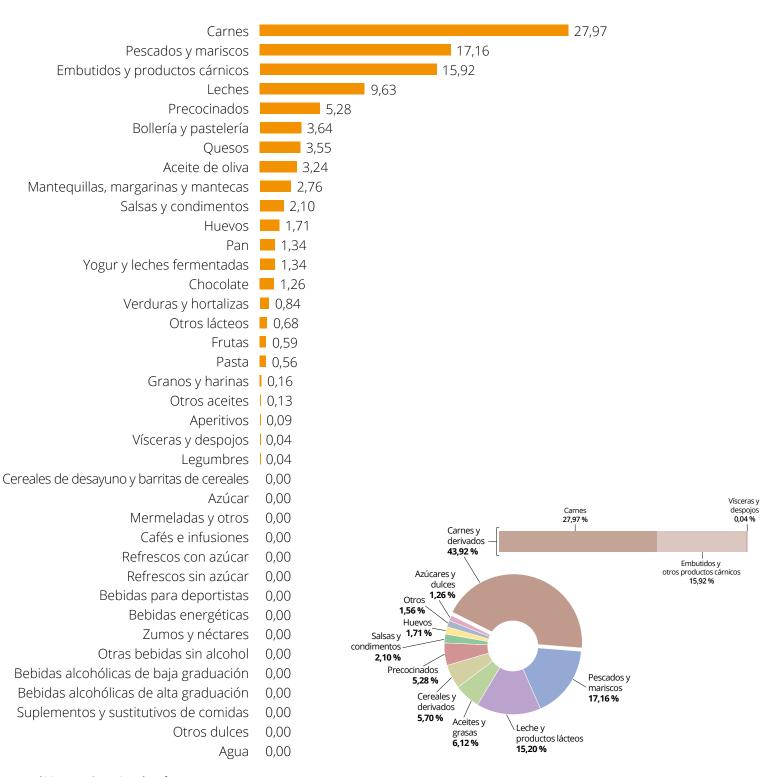
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





## 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



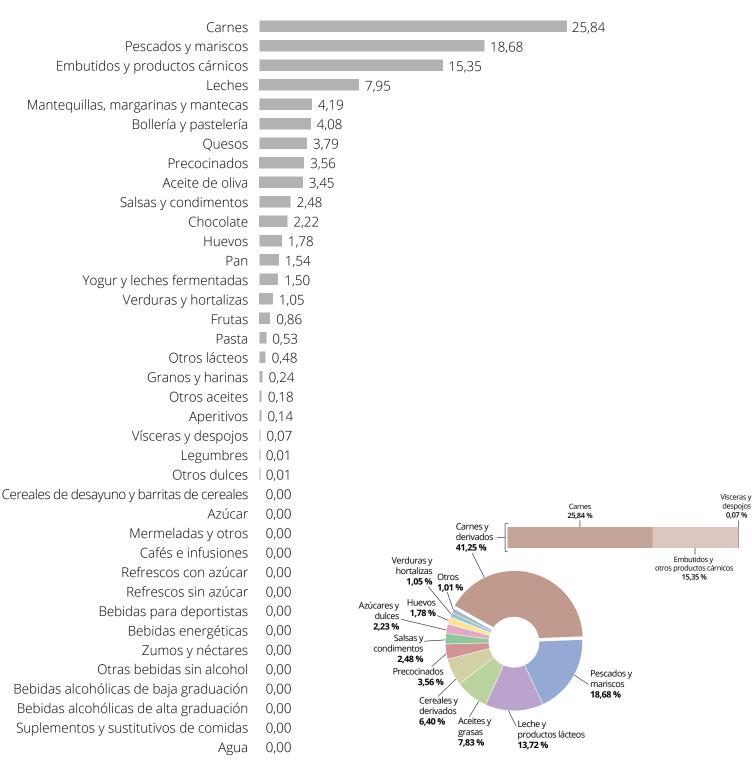


Fuentes alimentarias de omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



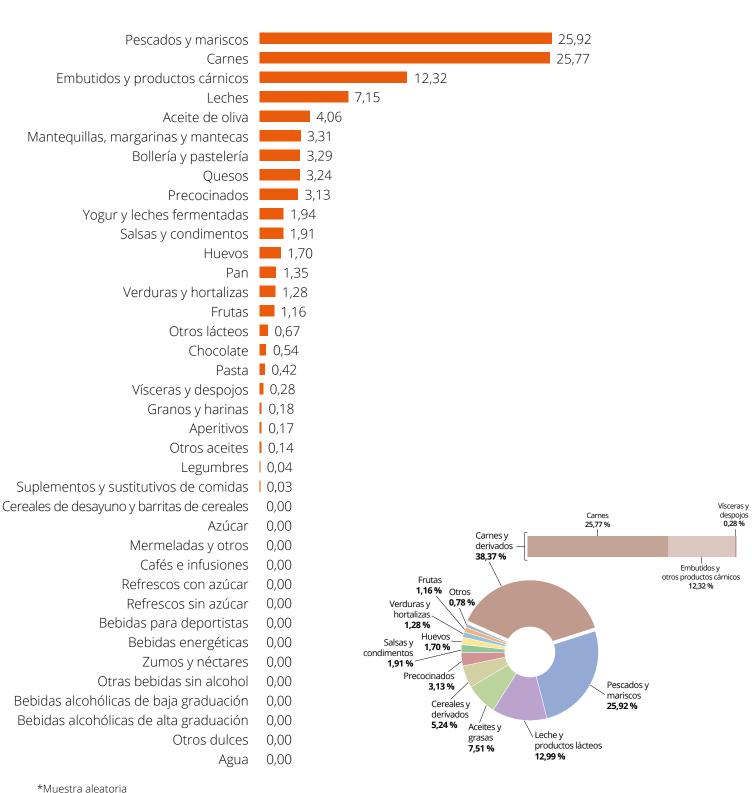


## 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

OMEGA-3





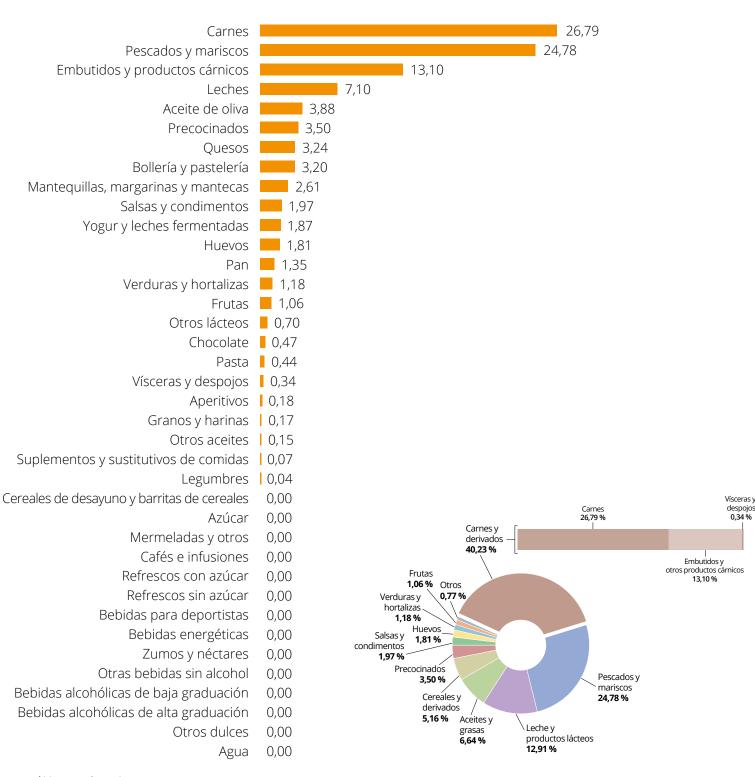
<sup>141</sup> 





## 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

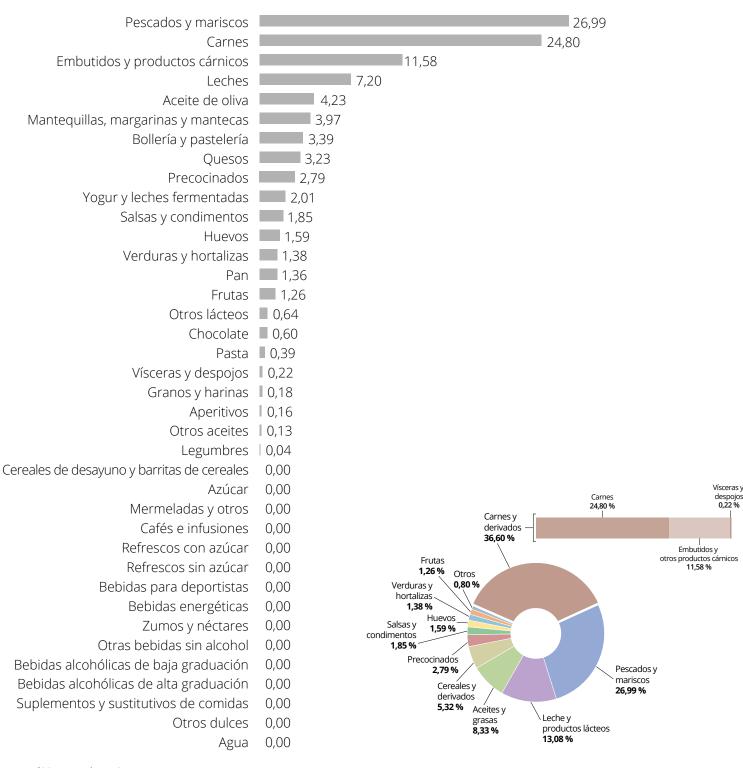




Fuentes alimentarias de omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

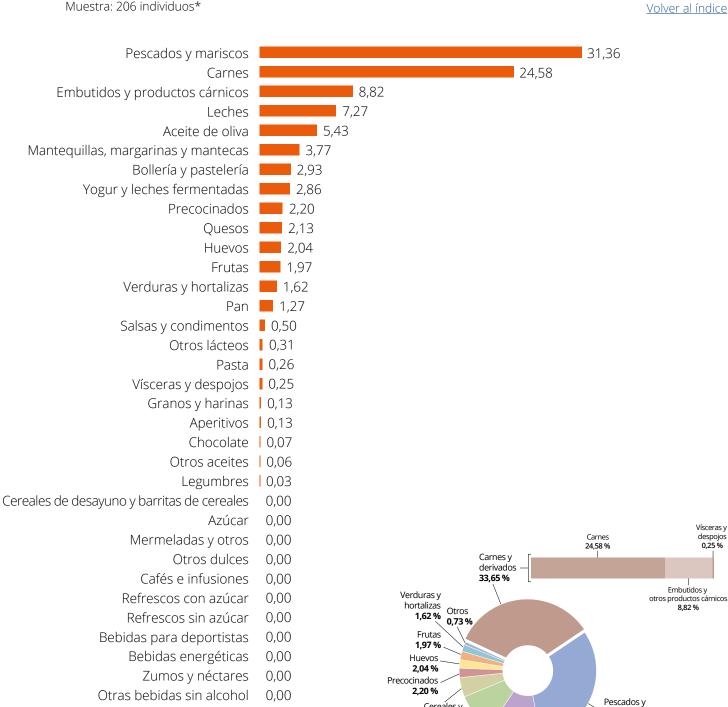




## **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

OMEGA-3



Cereáles y

derivados

Aceites y

9.26 %

Leche y

productos lácteos 12,56 %

4,60 %

Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Suplementos y sustitutivos de comidas

0,00

0,00

0,00

0,00

Agua

mariscos

31.36 %

<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



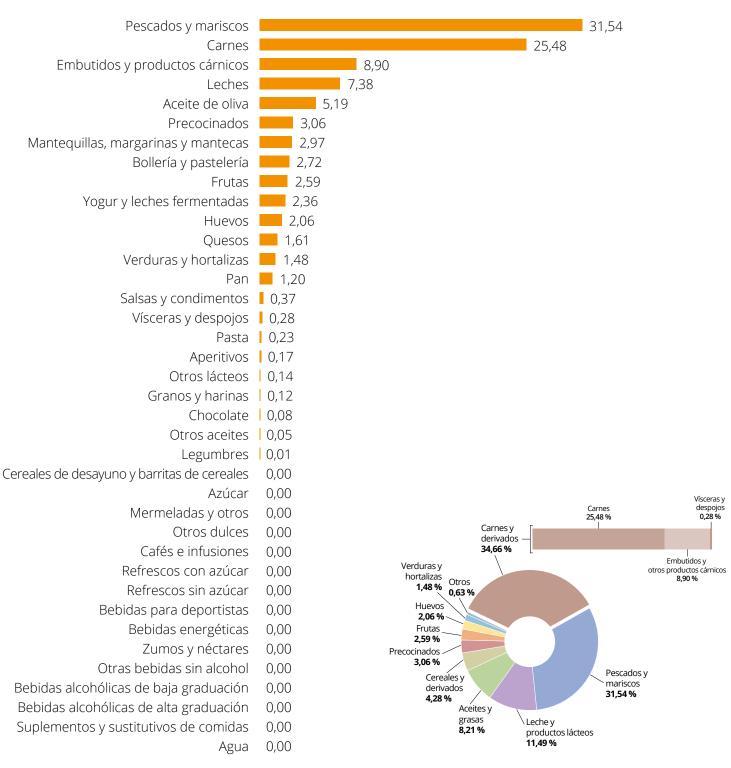


**OMEGA-3** 

Fuentes alimentarias de omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



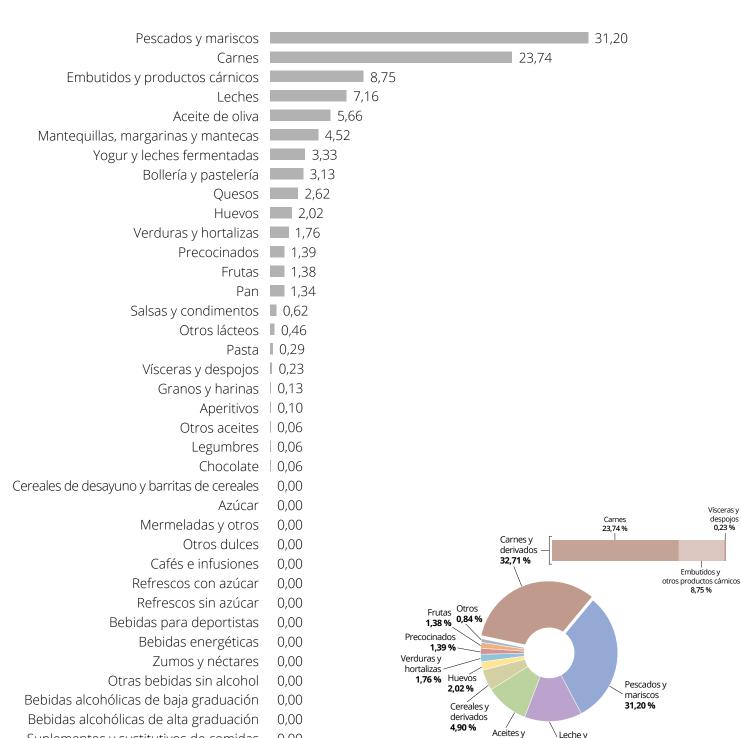


**OMEGA-3** 

Fuentes alimentarias de omega-3 (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\* Volver al índice



0,00

0,00

Agua

grasas 10.23 %

productos lácteos 13,56 %

Suplementos y sustitutivos de comidas

Vísceras y

Embutidos y

8.75 %

<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de colesterol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas



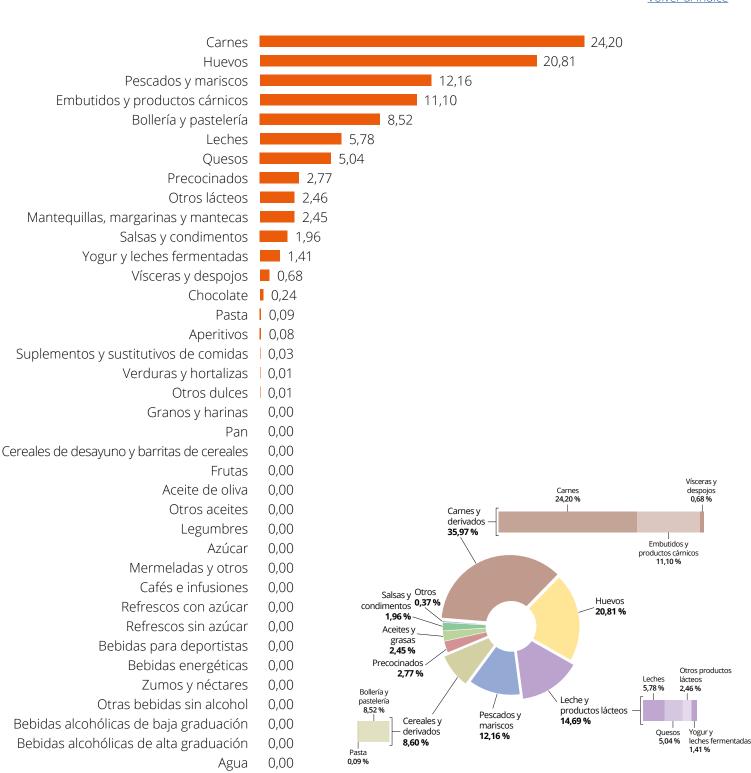


#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice

COLESTEROL



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



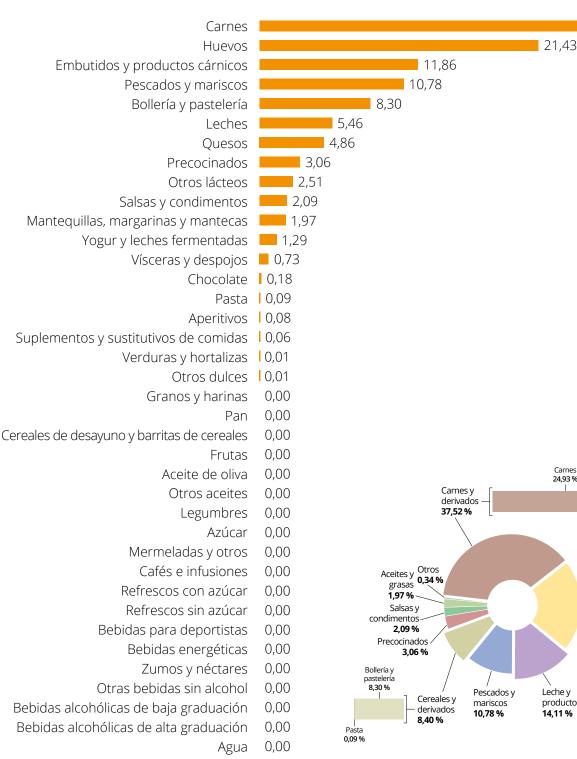


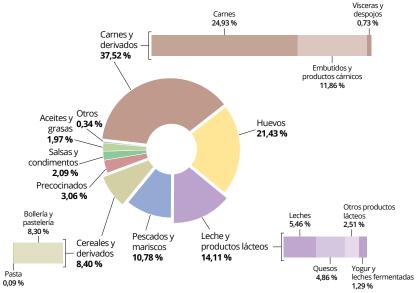
24.93

Fuentes alimentarias de colesterol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\* Volver al índice





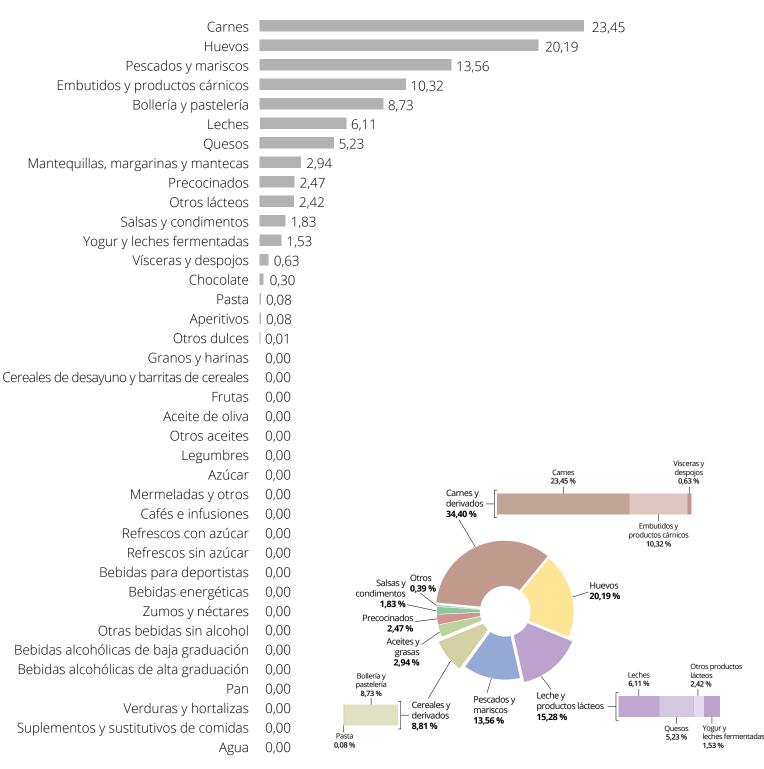
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





## **3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS**

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



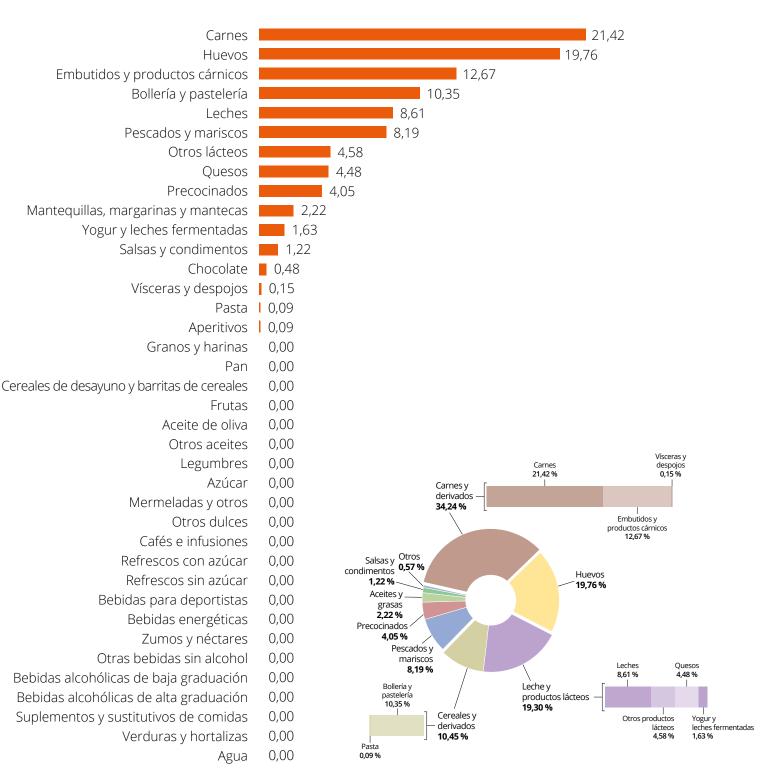


COLESTEROL

Fuentes alimentarias de colesterol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

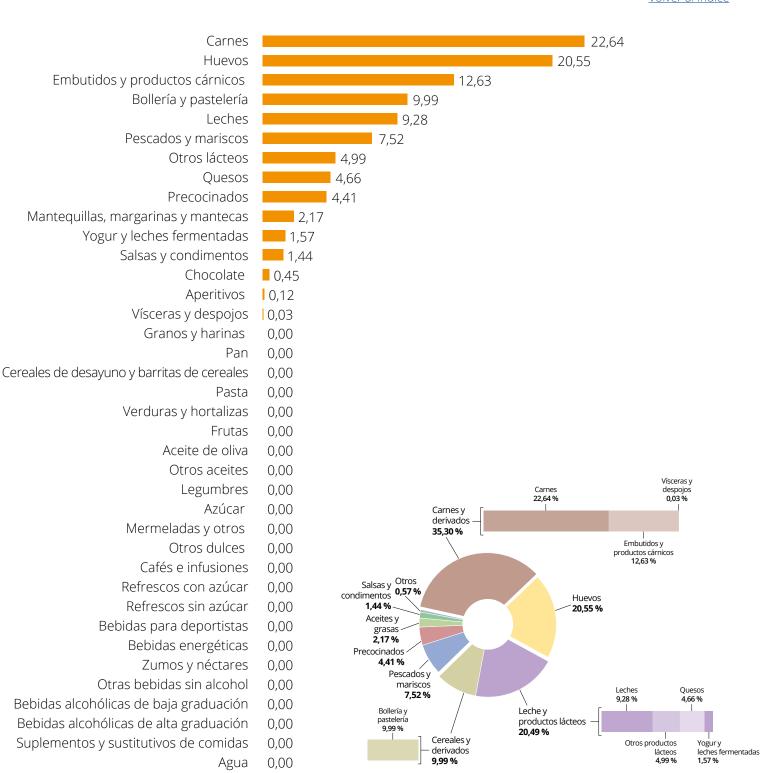




#### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



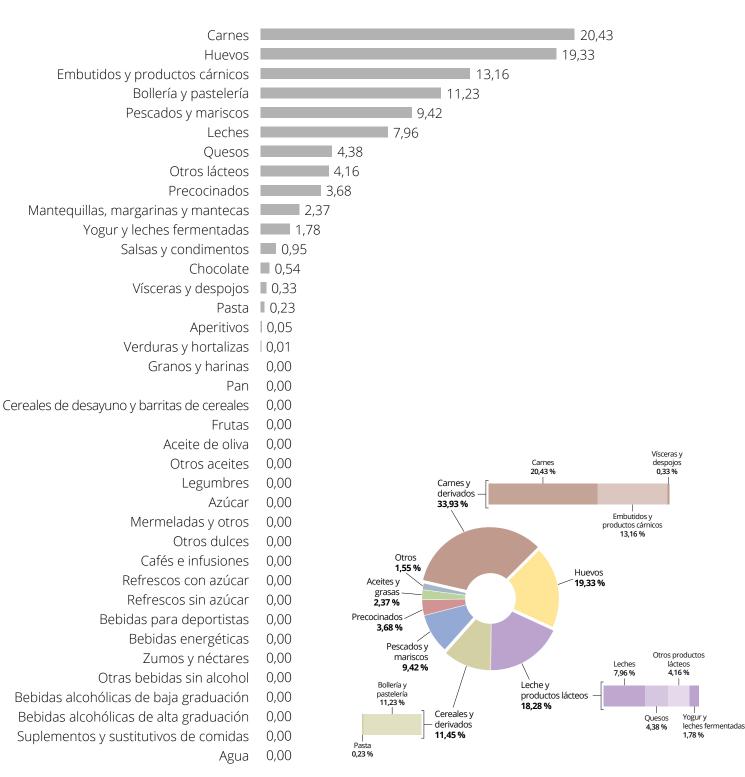
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



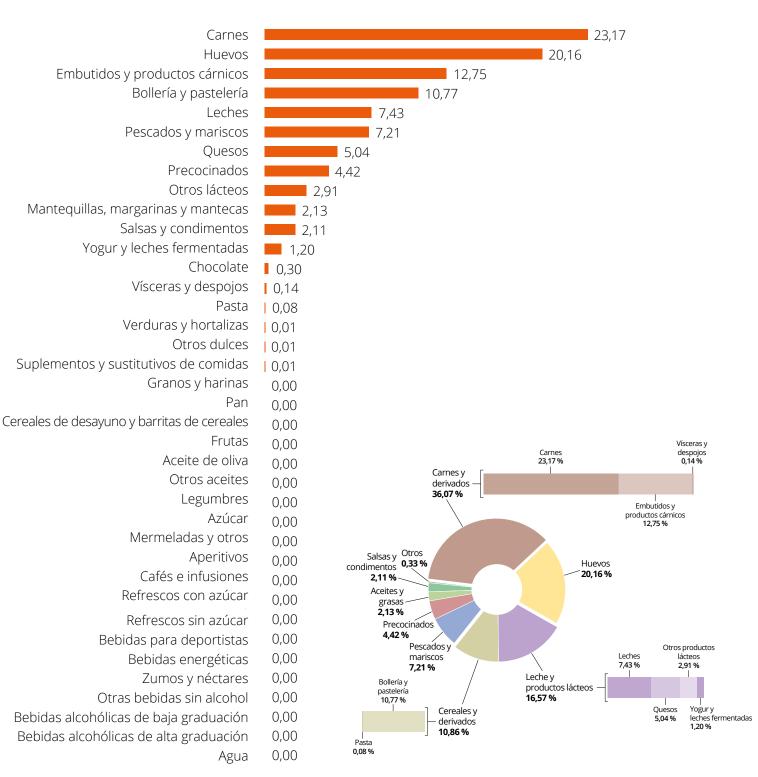


COLESTEROL

Fuentes alimentarias de colesterol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

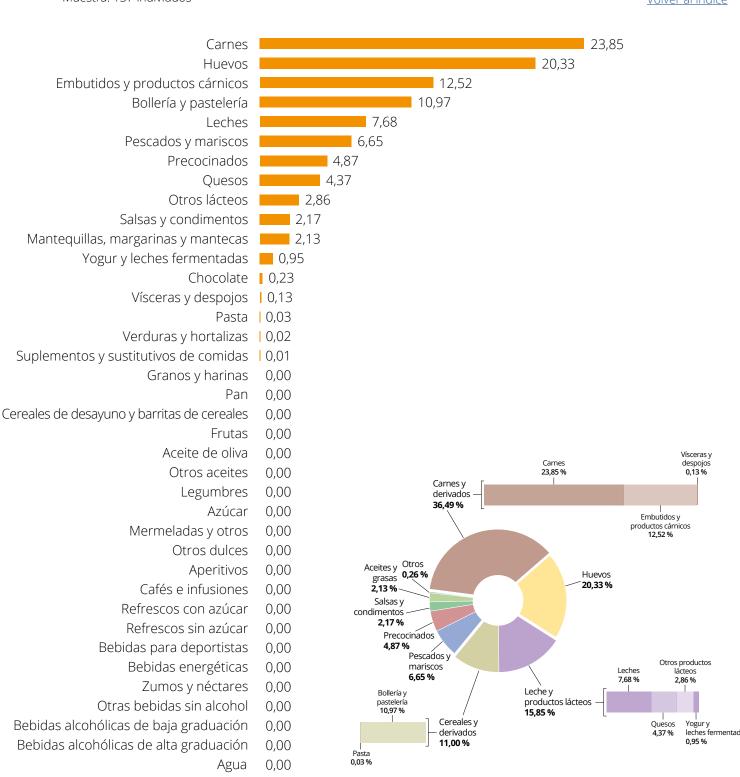




## 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*

Volver al índice



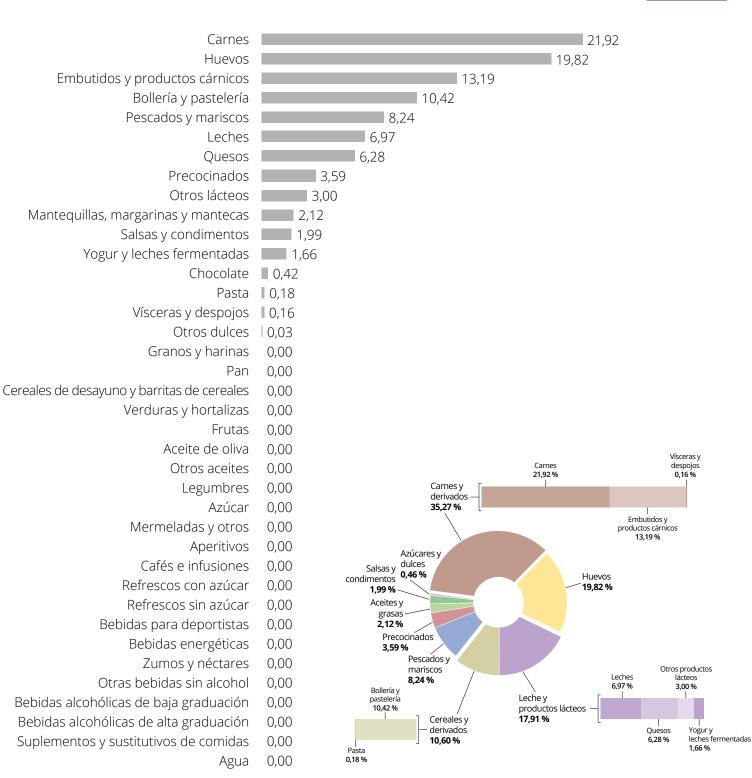
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





## 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



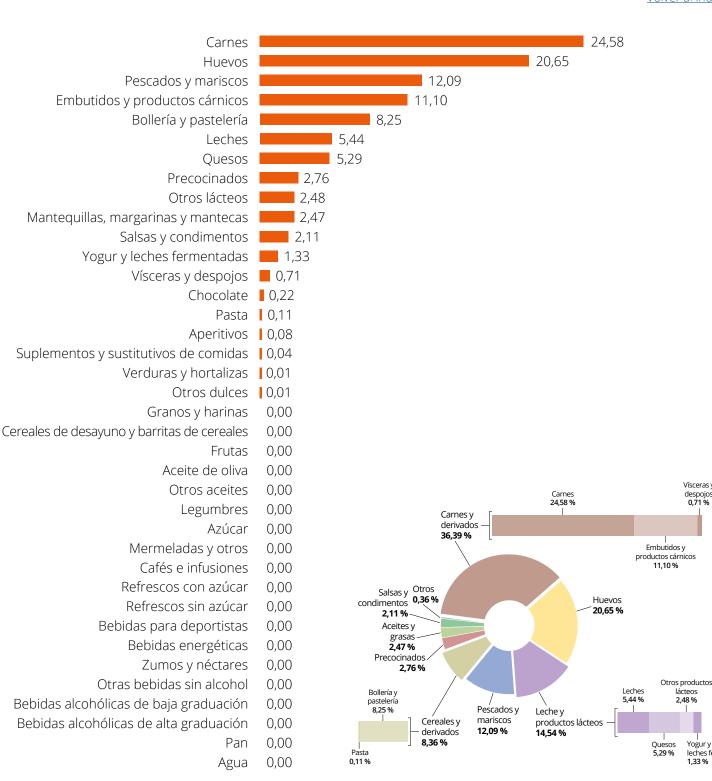


#### 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

Volver al índice

COLESTEROL



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

Yogur y leches fermentadas

1.33 %

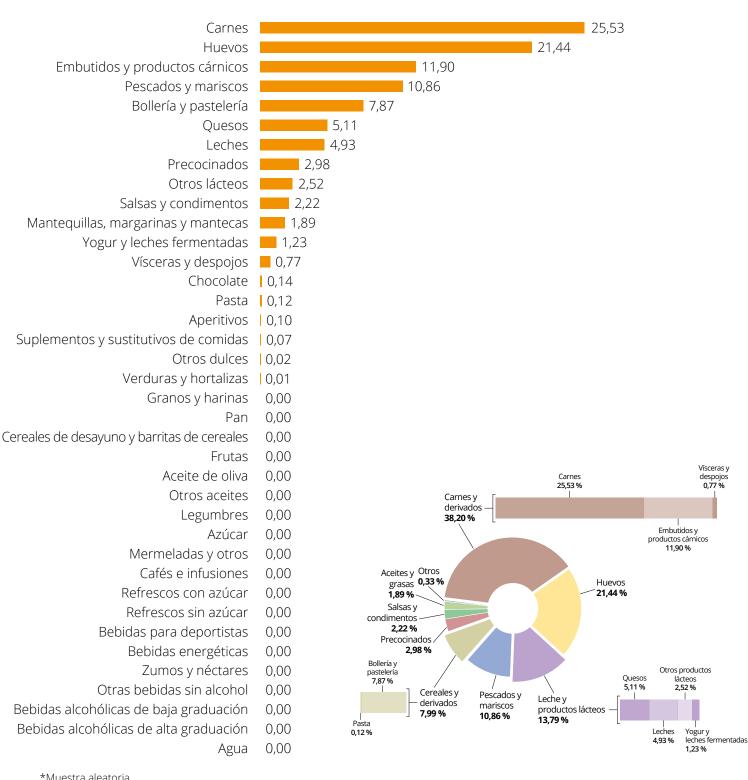
Vísceras v





### 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\* Volver al índice



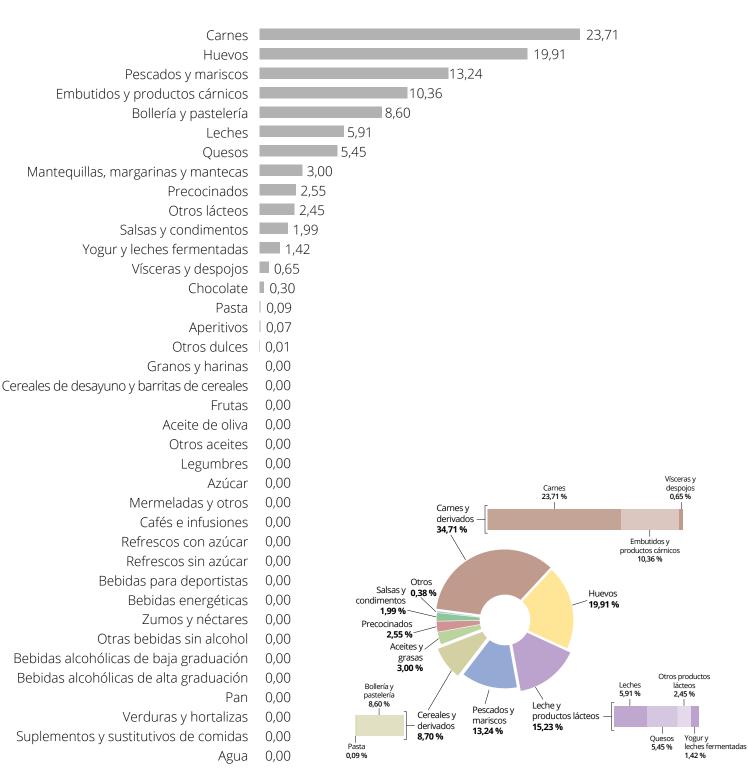
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

Volver al índice

Vísceras y

Embutidos y

productos cárnicos 8.59 %

24.81 %

Pescados y

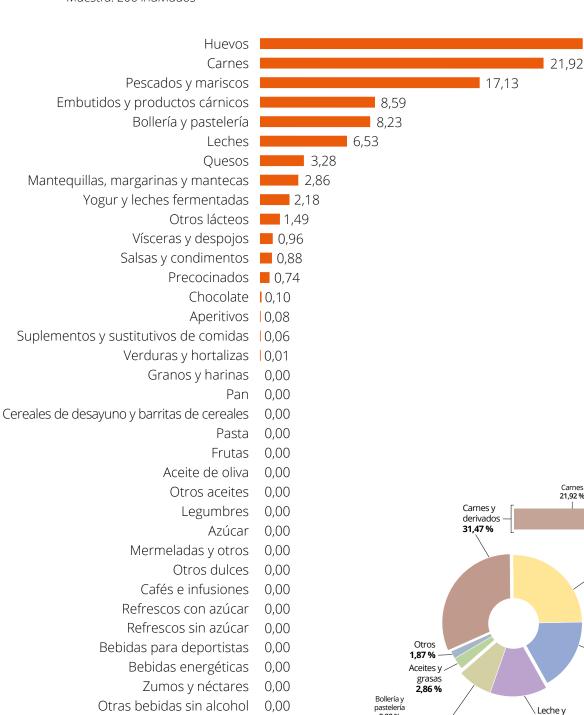
Leches 6,53 %

mariscos

17,13%

24,81

COLESTEROL



Otras bebidas sin alcohol 0,00

Bebidas alcohólicas de baja graduación 0,00

Bebidas alcohólicas de alta graduación 0,00

Agua 0,00

Bollería y pastelería 8,23 %

Cereales y derivados 8,23 %

Agua 0,00

Yogur y leches fermentadas

Otros productos

lácteos

2,18 %

3,28 %

<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





25.02

22,34

17,11

Fuentes alimentarias de colesterol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

#### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*

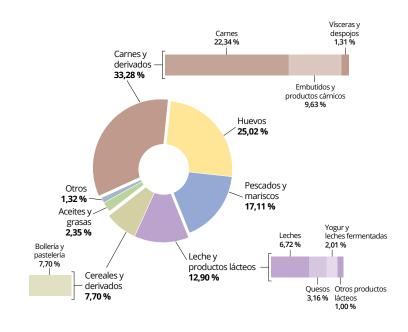
Volver al índice

9,63

7,70

6,72





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





24.61

21,53

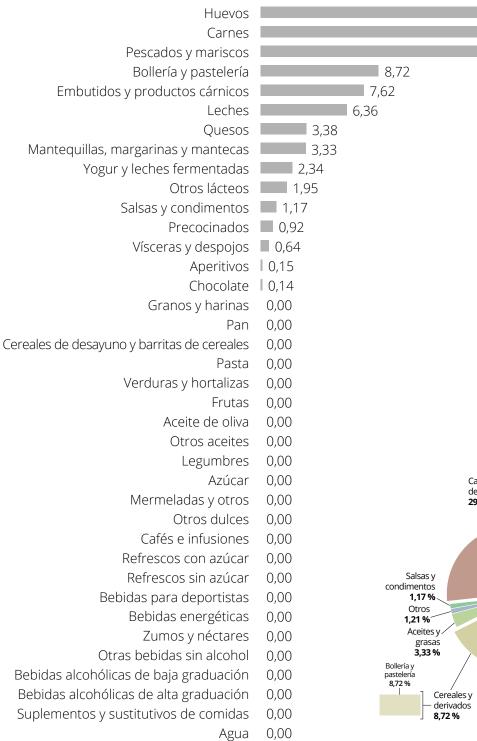
17,14

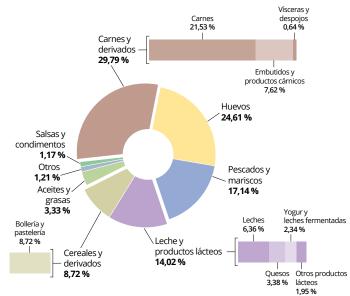
Fuentes alimentarias de colesterol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice





<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

Fuentes alimentarias de **fibra** (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas



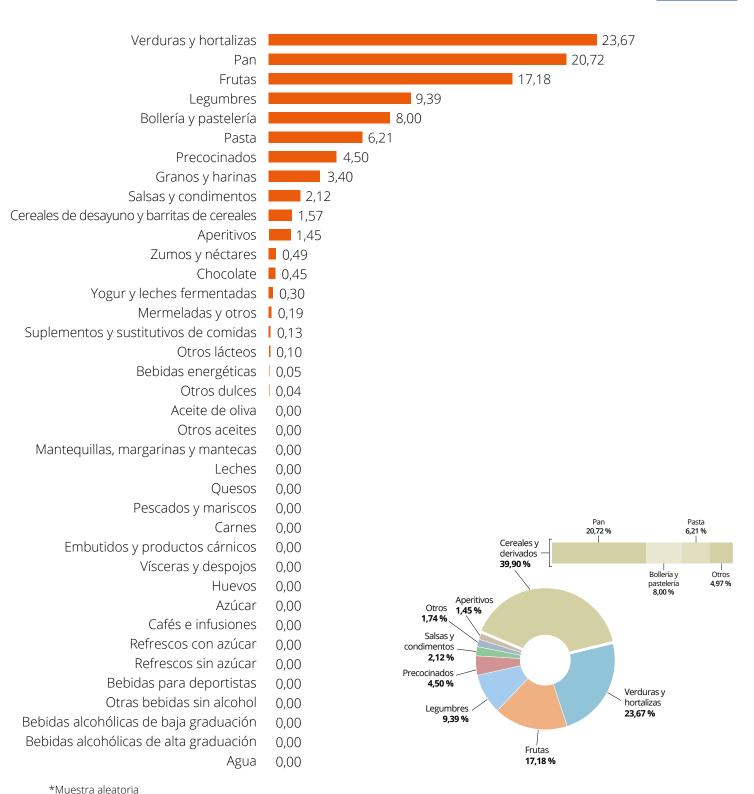


#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice

**FIBRA** 



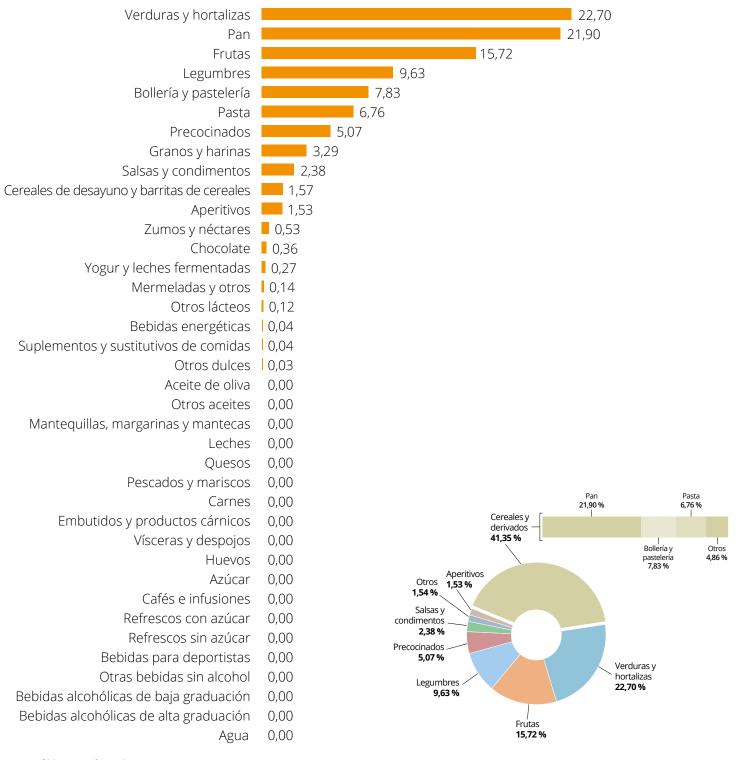
<sup>164</sup> 





### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*



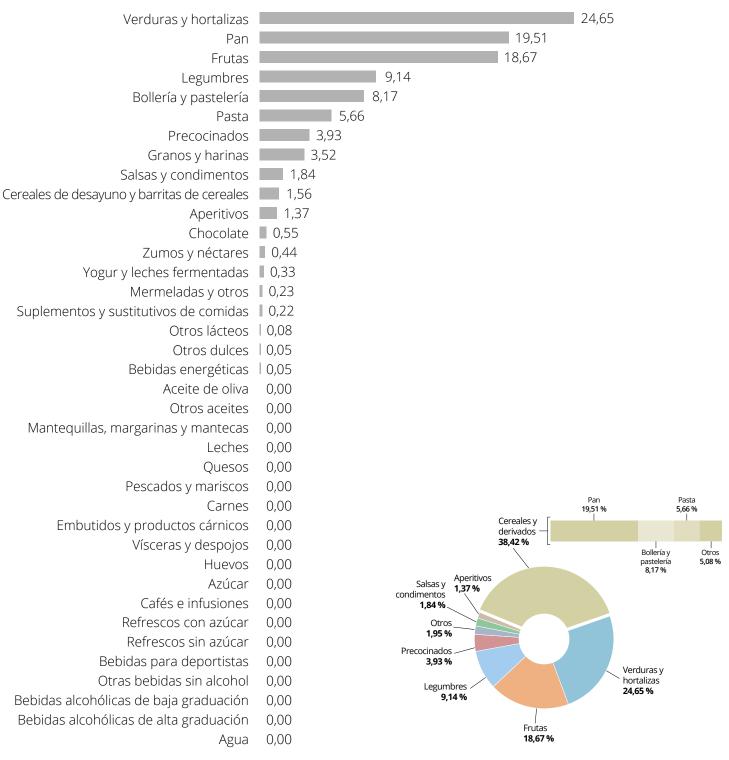
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





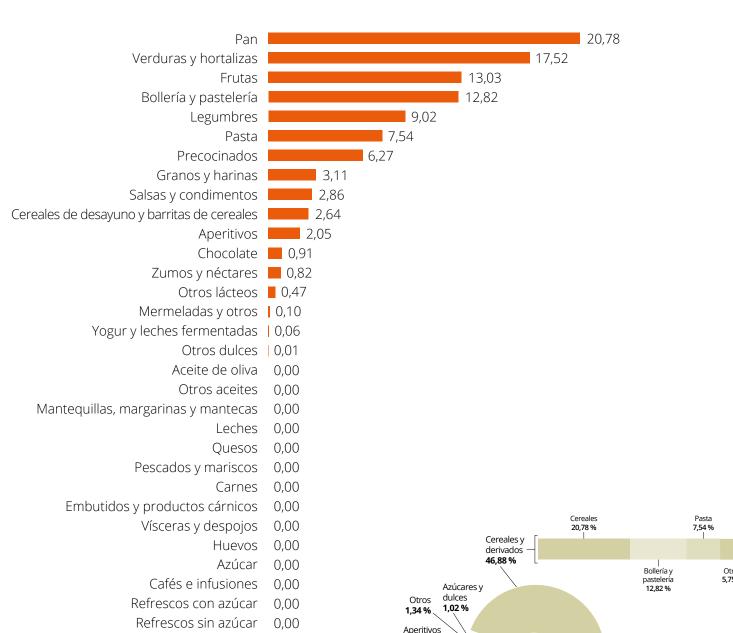
**FIBRA** 

Fuentes alimentarias de fibra (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

Volver al índice



2,05 %

Salsas y

Precocinados

6,27 %

Legumbres

9,02 %

Frutas

13,03 %

condimentos 2,86 %



Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Suplementos y sustitutivos de comidas

Bebidas para deportistas

Otras bebidas sin alcohol

Bebidas energéticas

0,00

0,00

0.00

0,00

0,00

0,00

0,00

Agua

Verduras y

hortalizas 17.52 %

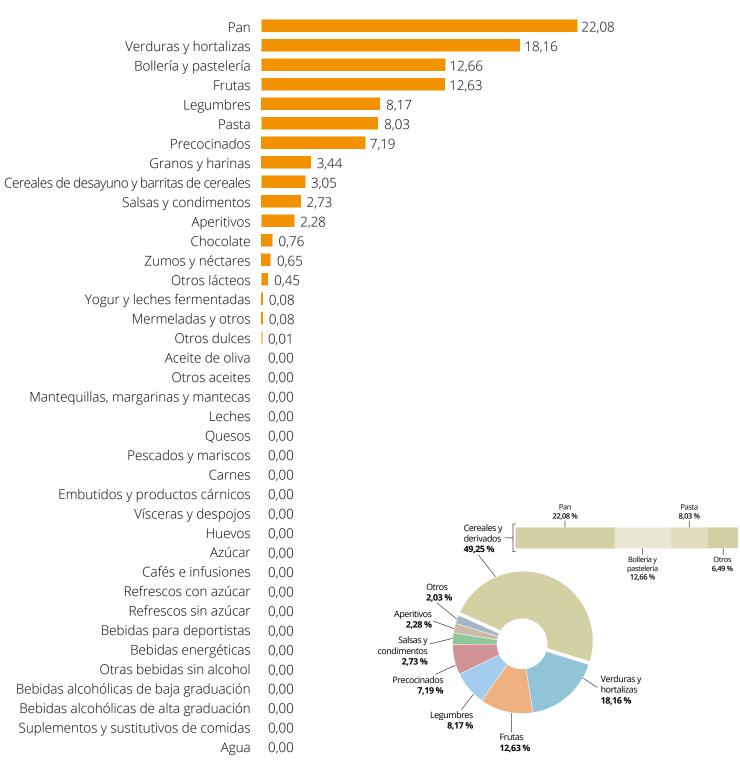




#### 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



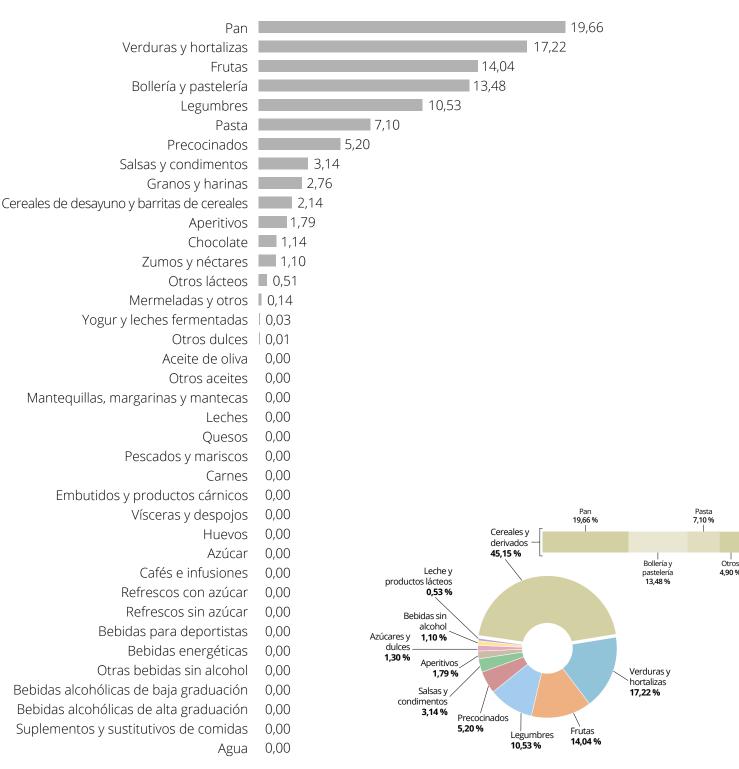


Volver al índice

Fuentes alimentarias de fibra (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



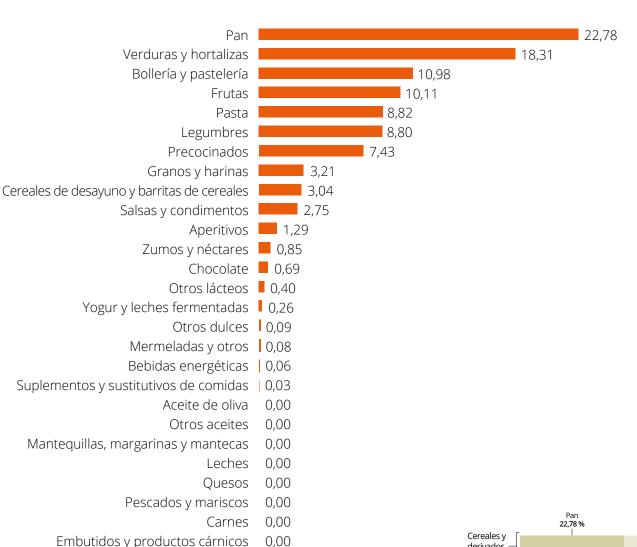


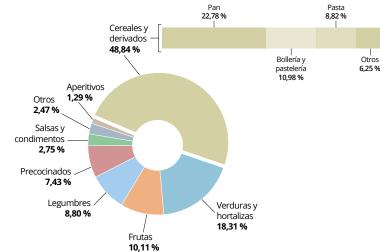
### 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

Volver al índice

**FIBRA** 





Bebidas alcohólicas de baja graduación

Bebidas alcohólicas de alta graduación

Vísceras y despojos

Cafés e infusiones

Refrescos con azúcar

Refrescos sin azúcar

Bebidas para deportistas

Otras bebidas sin alcohol

Huevos

Azúcar

Agua

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0,00

0.00

0,00

0,00

0,00

0,00

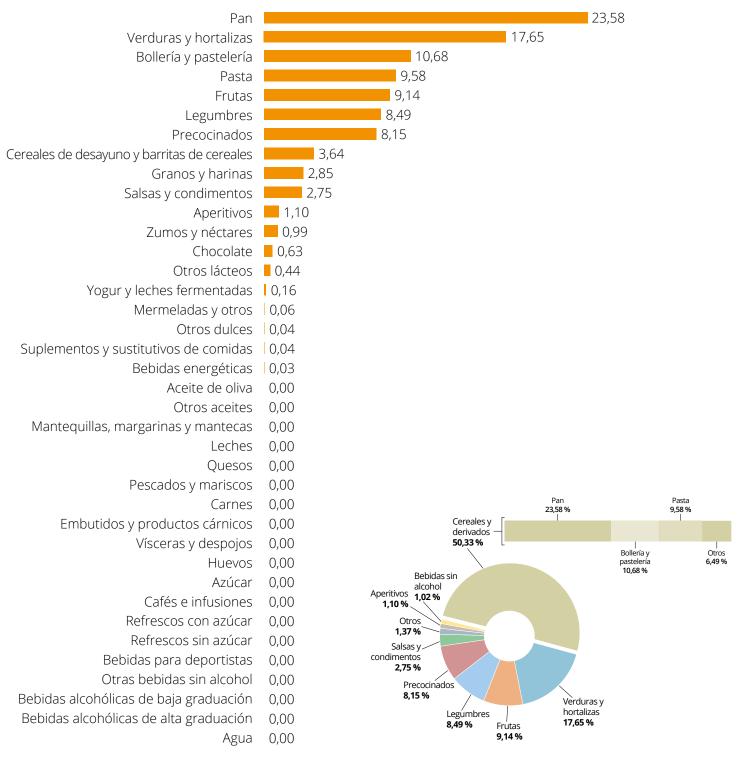
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo





### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

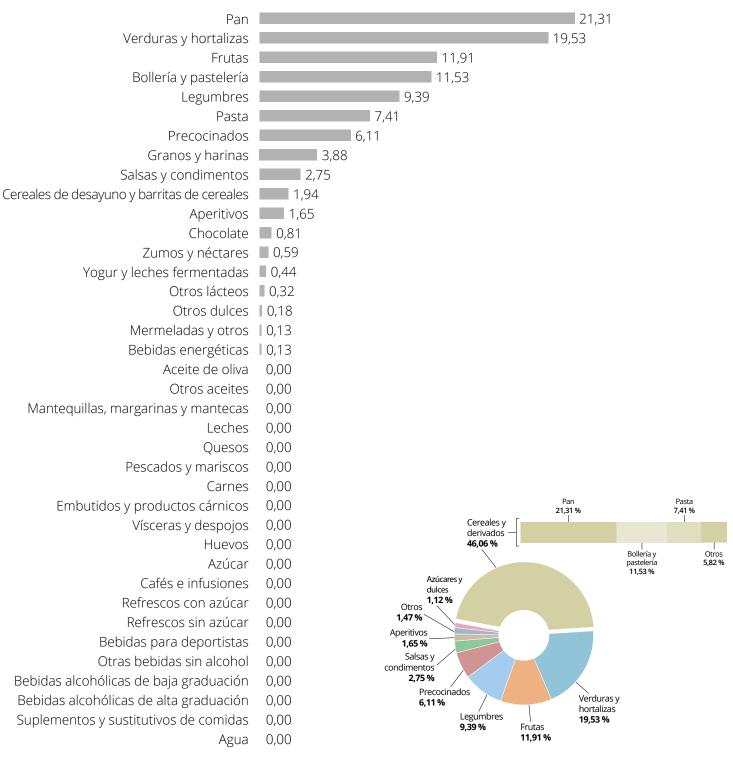




#### 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



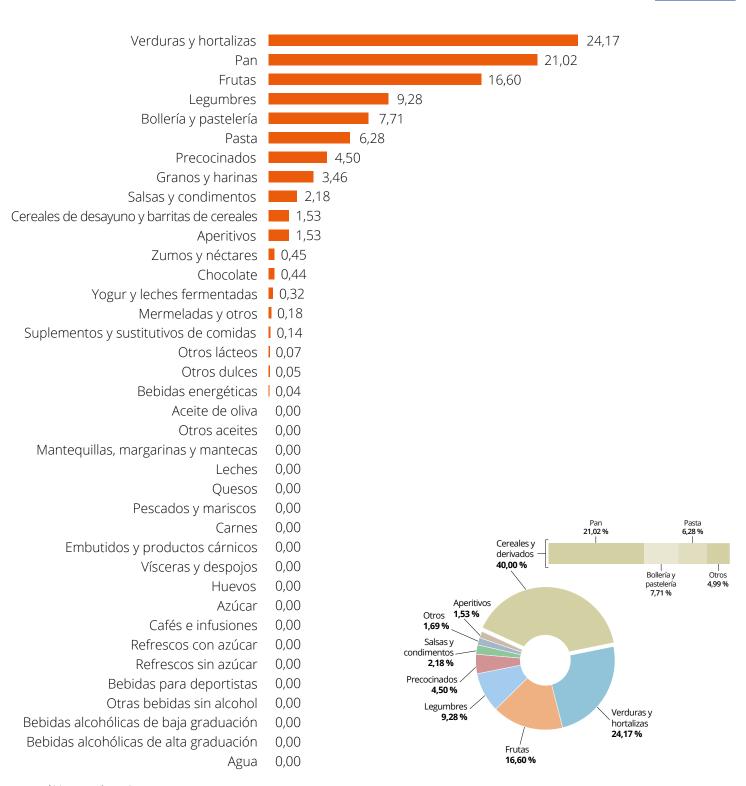


#### 10. ADULTOS 18-64 AÑOS

Muestra: 1.655 individuos\*

Volver al índice

**FIBRA** 



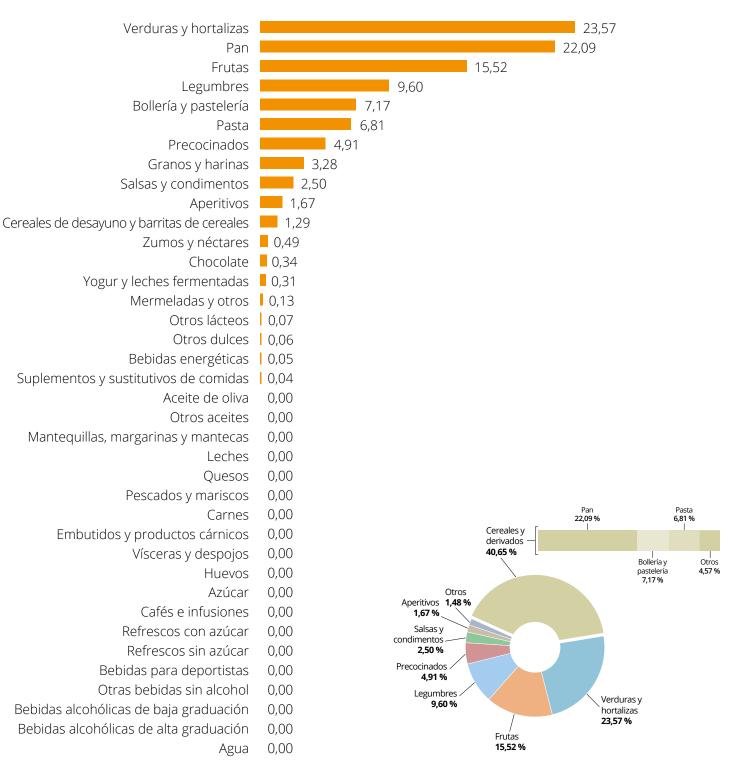
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





# 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

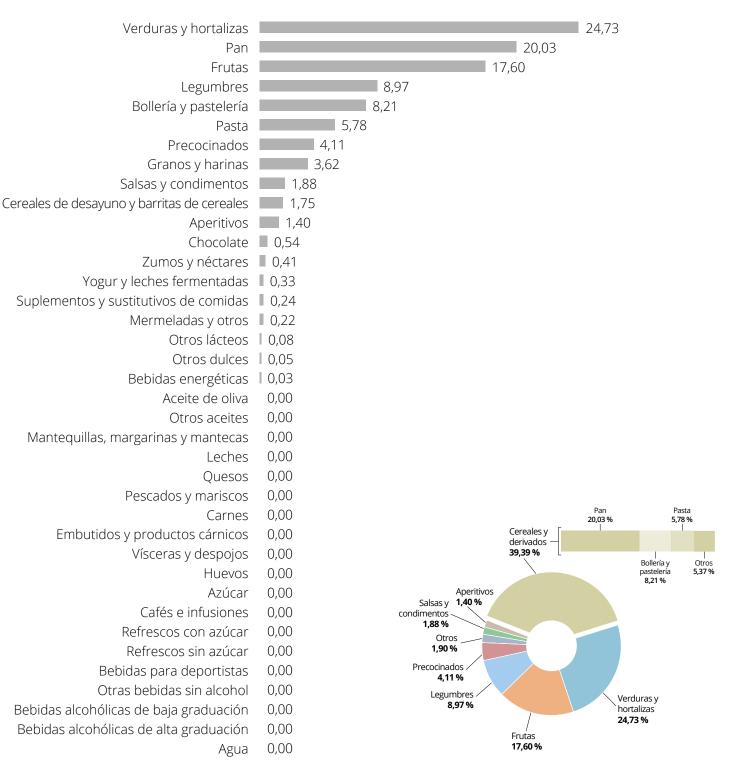




### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



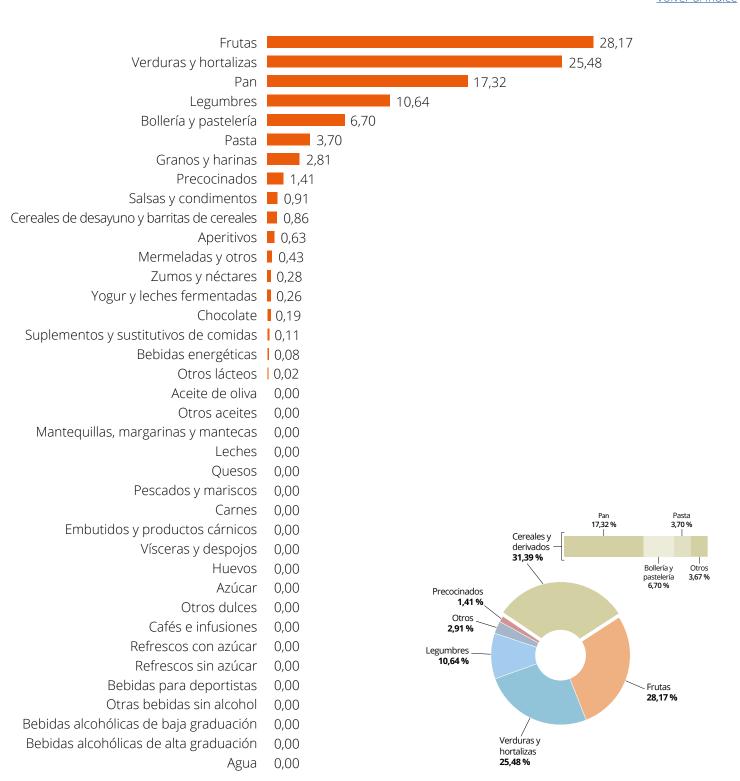


### **13. MAYORES 65-75 AÑOS**

Muestra: 206 individuos\*

Volver al índice

**FIBRA** 



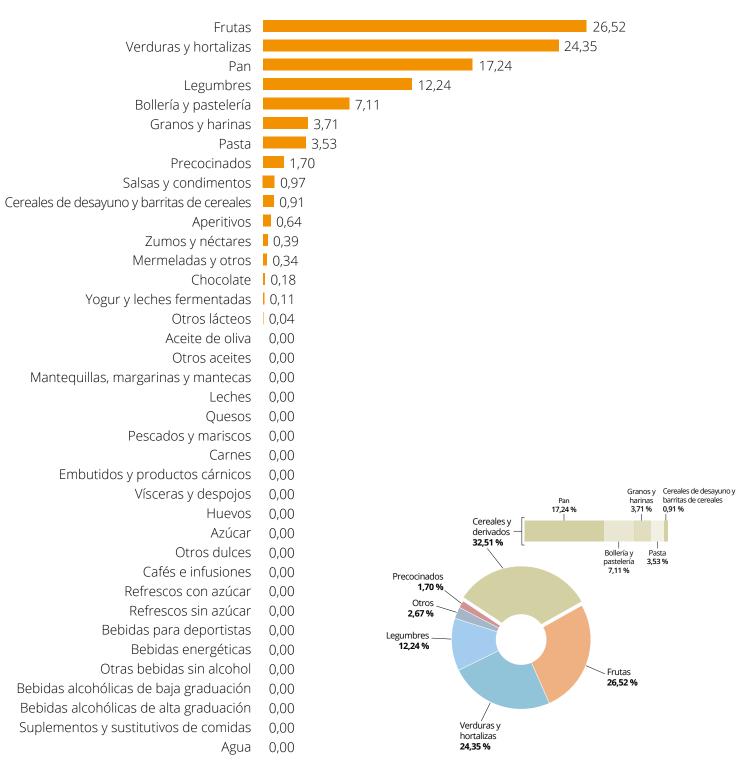
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria

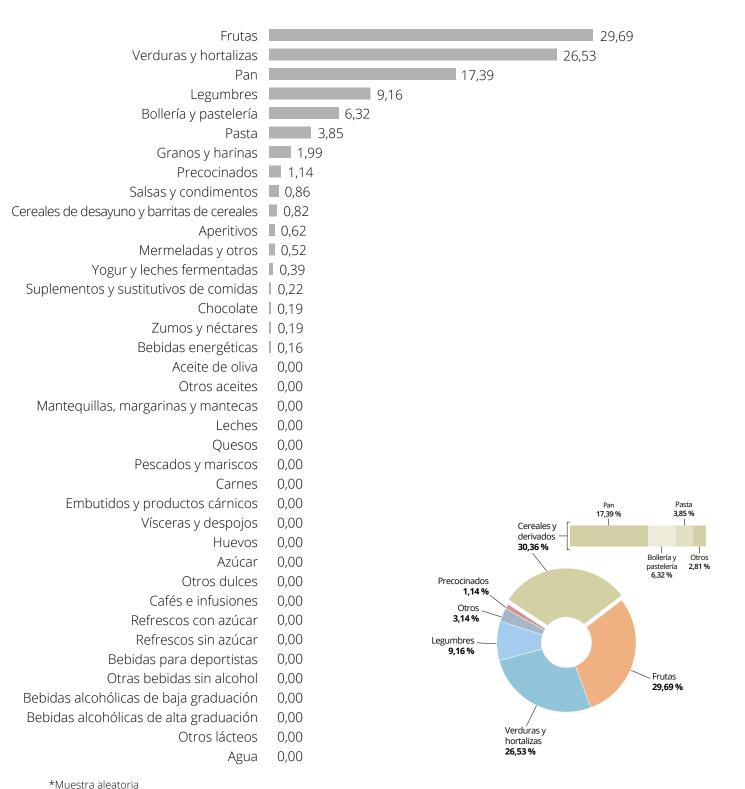




### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice



ividesti a aleatoi i



Volver al índice

Fuentes alimentarias de **alcohol** (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas



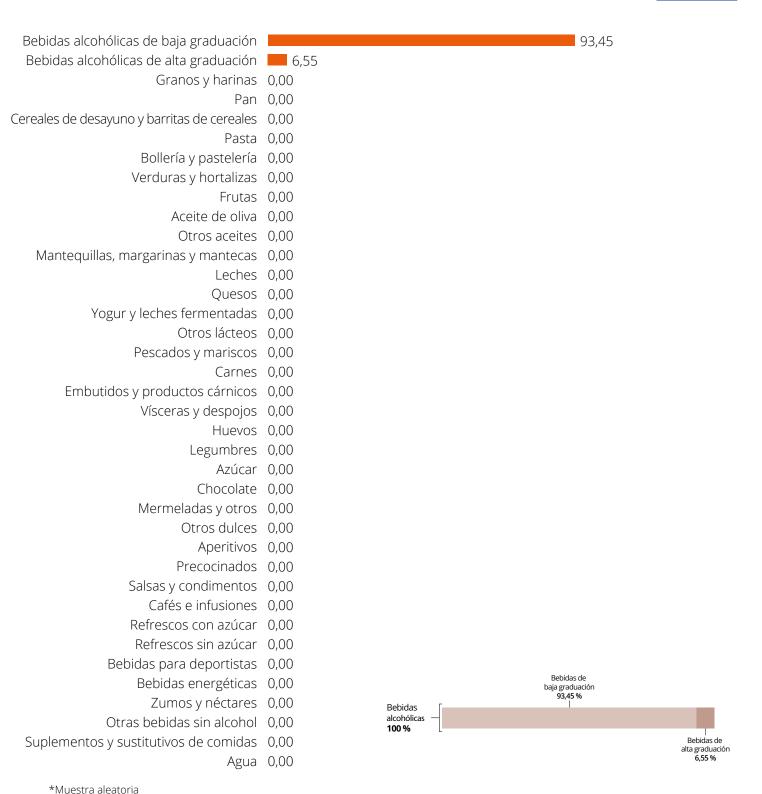


#### 1. GENERAL 9-75 AÑOS

Muestra: 2.009 individuos\*

Volver al índice

ALCOHOL



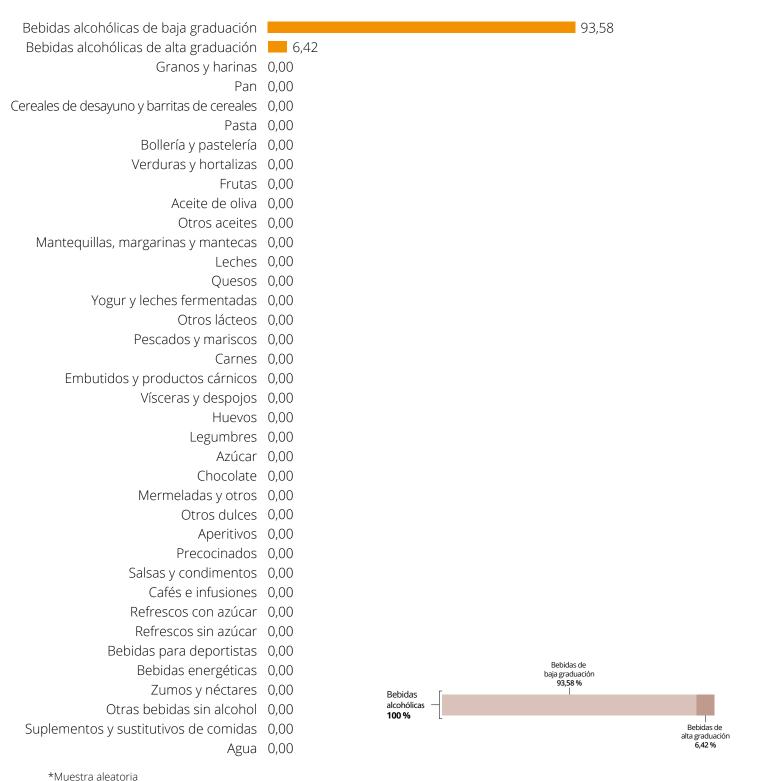
ividesti a aleatoria





### 2. GENERAL HOMBRES 9-75 AÑOS

Muestra: 1.013 individuos\*



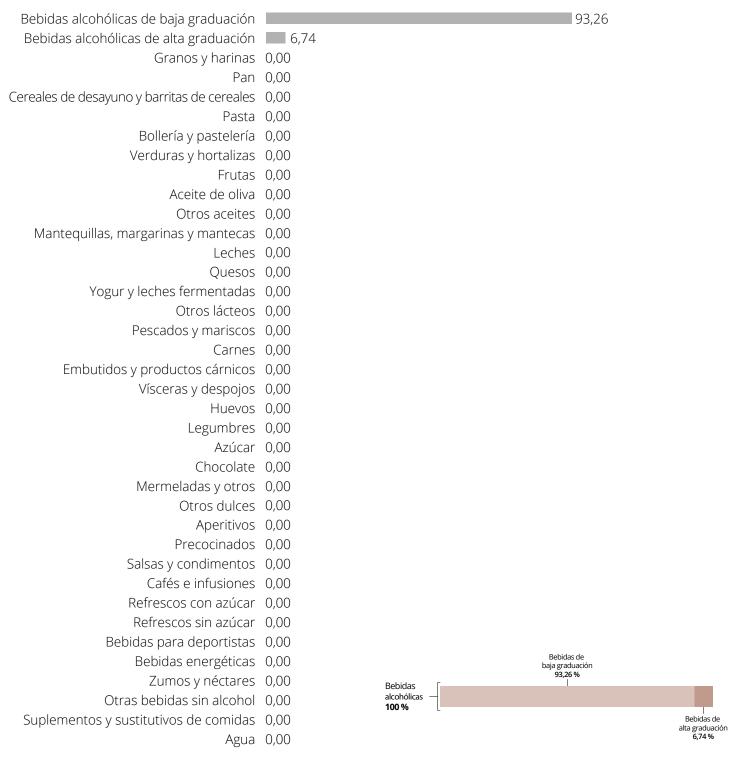
ividesti a aleatori





#### 3. GENERAL MUJERES 9-75 AÑOS

Muestra: 996 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





**ALCOHOL** 

Fuentes alimentarias de alcohol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

### 4. NIÑOS Y NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 213 individuos\*

<u>Volver al índice</u>

Bebidas alcohólicas de alta graduación			100
Bebidas alcohólicas de baja graduación	0.00		
Granos y harinas			
	0,00		
Cereales de desayuno y barritas de cereales			
Pasta			
Bollería y pastelería			
Verduras y hortalizas			
Frutas			
Aceite de oliva			
Otros aceites	•		
Mantequillas, margarinas y mantecas			
Leches			
Quesos			
Yogur y leches fermentadas			
Otros lácteos			
Pescados y mariscos			
Carnes			
Embutidos y productos cárnicos	0,00		
Vísceras y despojos			
Huevos	0,00		
Legumbres	0,00		
Azúcar	0,00		
Chocolate	0,00		
Mermeladas y otros	0,00		
Otros dulces	0,00		
Aperitivos	0,00		
Precocinados	0,00		
Salsas y condimentos	0,00		
Cafés e infusiones	0,00		
Refrescos con azúcar	0,00		
Refrescos sin azúcar	0,00		
Bebidas para deportistas	0,00		
Bebidas energéticas	0,00		Bebidas de alta graduación
Zumos y néctares	0,00	Bebidas	100 %
Otras bebidas sin alcohol	0,00	alcohólicas — 100 %	
Suplementos y sustitutivos de comidas	0,00		
	0.00		

<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo

Agua 0,00





## 5. NIÑOS 9-12 AÑOS

Muestra: 126 individuos\*

\*Muestra aleatoria más refuerzo

Volver al índice

Bebidas alcohólicas de alta graduación				100
Bebidas alcohólicas de baja graduación	0,00			
Granos y harinas				
	0,00			
Cereales de desayuno y barritas de cereales	0,00			
Pasta				
Bollería y pastelería	0,00			
Verduras y hortalizas	0,00			
Frutas	0,00			
Aceite de oliva	0,00			
Otros aceites	0,00			
Mantequillas, margarinas y mantecas	0,00			
Leches	0,00			
Quesos				
Yogur y leches fermentadas	0,00			
Otros lácteos	0,00			
Pescados y mariscos				
Carnes				
Embutidos y productos cárnicos				
Vísceras y despojos				
Huevos				
Legumbres				
Azúcar				
Chocolate				
Mermeladas y otros				
Otros dulces				
Aperitivos				
Precocinados				
Salsas y condimentos				
Cafés e infusiones				
Refrescos con azúcar				
Refrescos sin azúcar				
Bebidas para deportistas Bebidas energéticas			Bebidas de	
Zumos y néctares			alta graduació <b>100 %</b>	ו
Otras bebidas sin alcohol		Bebidas alcohólicas —		
Suplementos y sustitutivos de comidas		100 %		
Agua				
Agua	0,00			

<sup>184</sup> 





## 6. NIÑAS 9-12 AÑOS

Muestra: 87 individuos\*

\*Muestra aleatoria más refuerzo

Volver al índice

Bebidas alcohólicas de alta graduación			100	
Bebidas alcohólicas de baja graduación			100	
Granos y harinas				
	0,00			
Cereales de desayuno y barritas de cereales				
Pasta				
Bollería y pastelería				
Verduras y hortalizas				
Frutas				
Aceite de oliva				
Otros aceites	•			
Mantequillas, margarinas y mantecas				
Leches				
Quesos				
Yogur y leches fermentadas				
Otros lácteos				
Pescados y mariscos	•			
Carnes				
Embutidos y productos cárnicos				
Vísceras y despojos				
Visceras y despojos Huevos				
Legumbres				
Azúcar				
Chocolate				
Mermeladas y otros				
Otros dulces				
Aperitivos				
Precocinados				
Salsas y condimentos				
Cafés e infusiones				
Refrescos con azúcar				
Refrescos con azúcar				
Bebidas para deportistas	,			
Bebidas para deportistas Bebidas energéticas	0,00		Bebidas de	
Zumos y néctares			alta graduación 100 %	
Otras bebidas sin alcohol		Bebidas alcohólicas —		
Suplementos y sustitutivos de comidas	0,00	100 %		
Agua				
Agua	0,00			



\*Muestra aleatoria más refuerzo



Fuentes alimentarias de alcohol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

# 7. ADOLESCENTES 13-17 AÑOS

Muestra: 211 individuos\*

Volver al índice

**ALCOHOL** 

Bebidas alcohólicas de baja graduación			100
Bebidas alcohólicas de alta graduación	0.00		
Granos y harinas			
-	0,00		
Cereales de desayuno y barritas de cereales	0,00		
Pasta			
Bollería y pastelería			
Verduras y hortalizas			
Frutas			
Aceite de oliva			
Otros aceites			
Mantequillas, margarinas y mantecas			
Leches			
Quesos			
Yogur y leches fermentadas			
Otros lácteos			
Pescados y mariscos	•		
Carnes			
Embutidos y productos cárnicos			
Vísceras y despojos			
Huevos			
Legumbres	0,00		
Azúcar	0,00		
Chocolate	0,00		
Mermeladas y otros	0,00		
Otros dulces			
Aperitivos	0,00		
Precocinados	0,00		
Salsas y condimentos	0,00		
Cafés e infusiones	0,00		
Refrescos con azúcar	0,00		
Refrescos sin azúcar	0,00		
Bebidas para deportistas	0,00		
Bebidas energéticas	0,00	Bebidas baja gradu	ación
Zumos y néctares	0,00	Bebidas [	
Otras bebidas sin alcohol	0,00	alcohólicas — 100 %	
Suplementos y sustitutivos de comidas	0,00		
Agua	0,00		

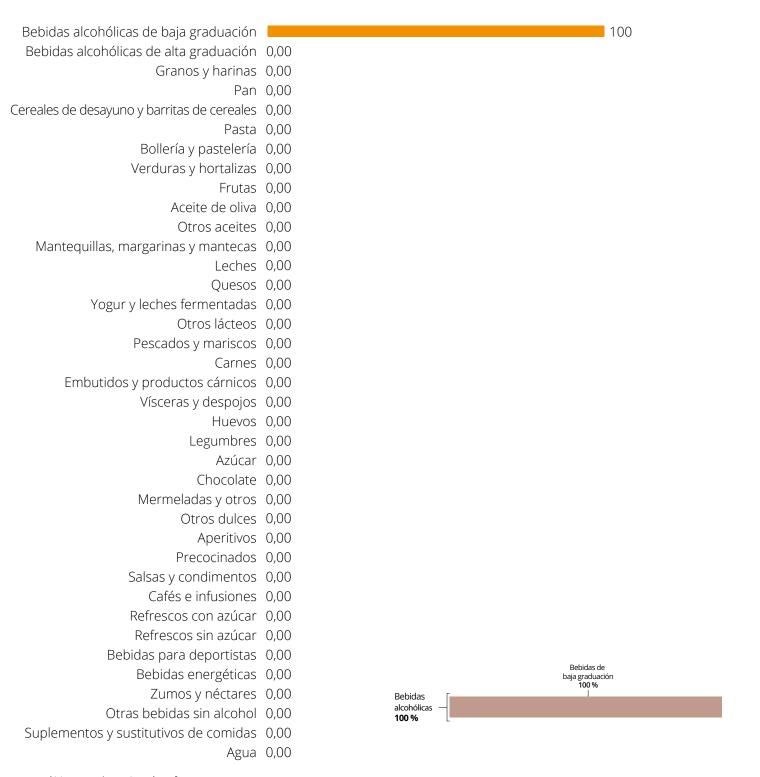




#### 8. ADOLESCENTES CHICOS 13-17 AÑOS

Muestra: 137 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria más refuerzo



\*Muestra aleatoria más refuerzo



Fuentes alimentarias de alcohol (%) aportadas por los grupos y subgrupos de alimentos y bebidas.

## 9. ADOLESCENTES CHICAS 13-17 AÑOS

Muestra: 74 individuos\*

Bebidas alcohólicas de baja graduación			100
Bebidas alcohólicas de alta graduación	0,00		
Granos y harinas	0,00		
Pan	0,00		
Cereales de desayuno y barritas de cereales	0,00		
Pasta	0,00		
Bollería y pastelería	0,00		
Verduras y hortalizas	0,00		
Frutas	0,00		
Aceite de oliva	0,00		
Otros aceites	0,00		
Mantequillas, margarinas y mantecas	0,00		
Leches	0,00		
Quesos			
Yogur y leches fermentadas			
Otros lácteos	0,00		
Pescados y mariscos	0,00		
Carnes			
Embutidos y productos cárnicos			
Vísceras y despojos			
Huevos			
Legumbres			
Azúcar			
Chocolate			
Mermeladas y otros			
Otros dulces			
Aperitivos			
Precocinados			
Salsas y condimentos			
Cafés e infusiones			
Refrescos con azúcar			
Refrescos sin azúcar	,		
Bebidas para deportistas			Bebidas de
Bebidas energéticas			baja graduación <b>100</b> %
Zumos y néctares		Bebidas alcohólicas —	
Otras bebidas sin alcohol	•	100 %	
Suplementos y sustitutivos de comidas			
Agua	0,00		

<sup>188</sup> 



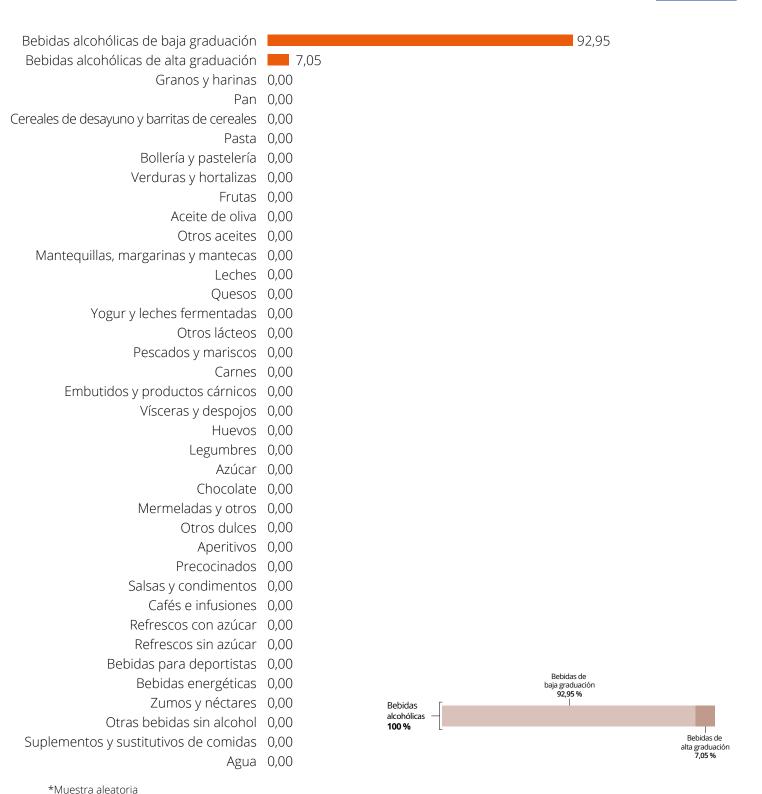


### **10. ADULTOS 18-64 AÑOS**

Muestra: 1.655 individuos\*

Volver al índice

ALCOHOL



<sup>189</sup> 

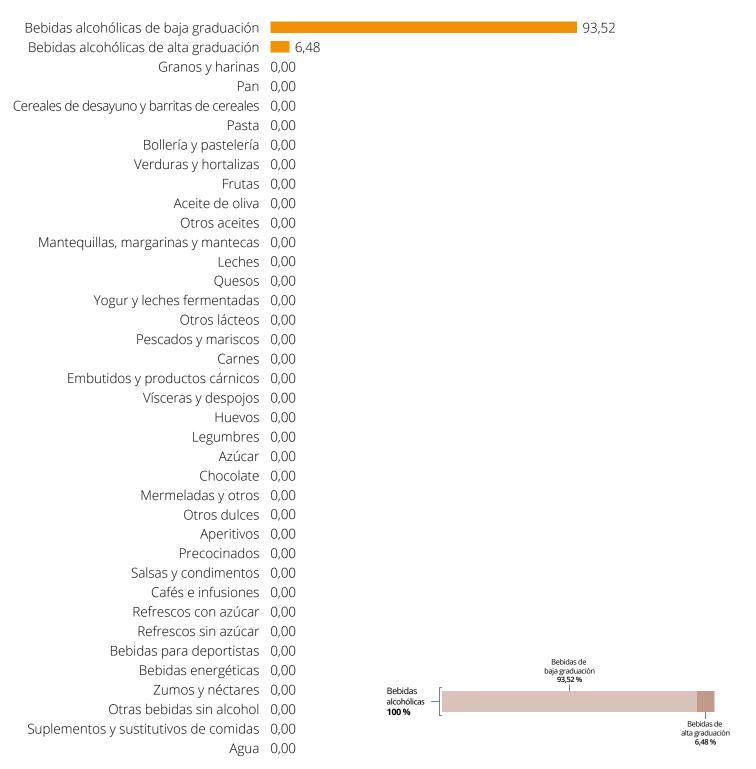




### 11. ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS

Muestra: 798 individuos\*

Volver al índice



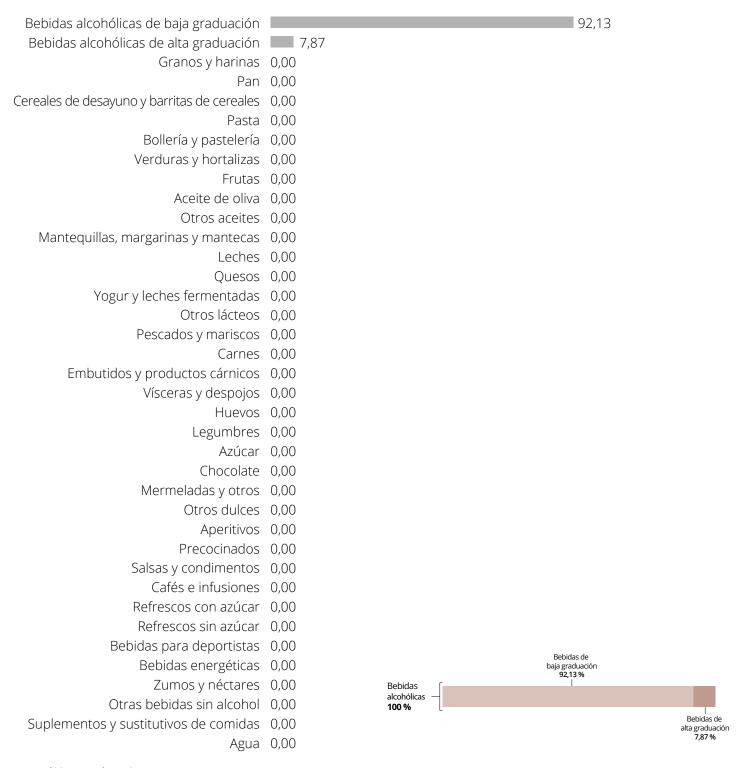
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 12. ADULTOS MUJERES 18-64 AÑOS

Muestra: 857 individuos\*



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





Volver al índice

ALCOHOL

13. MAYORES 65-75 AÑOS

y subgrupos de alimentos y bebidas.

Muestra: 206 individuos\*

Bebidas alcohólicas de baja graduación 95,45

Bebidas alcohólicas de alta graduación 4,55

Granos y harinas 0,00

Fuentes alimentarias de alcohol (%) aportadas por los grupos

Pan 0.00

Cereales de desayuno y barritas de cereales 0,00

Pasta 0,00

Bollería y pastelería 0,00

Verduras y hortalizas 0,00

Frutas 0,00

Aceite de oliva 0.00

Otros aceites 0,00

Mantequillas, margarinas y mantecas 0,00

Leches 0,00

Quesos 0,00

Yogur y leches fermentadas 0,00

Otros lácteos 0,00

Pescados y mariscos 0,00

Carnes 0,00

Embutidos y productos cárnicos 0,00

Vísceras y despojos 0,00

Huevos 0,00

Legumbres 0,00

Azúcar 0,00

Chocolate 0,00

Mermeladas y otros 0,00

Otros dulces 0,00

Aperitivos 0,00

Precocinados 0,00

Salsas y condimentos 0,00

Cafés e infusiones 0,00

Refrescos con azúcar 0,00 Refrescos sin azúcar 0,00

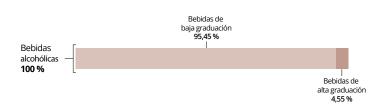
Bebidas para deportistas 0,00

Bebidas energéticas 0,00 Zumos y néctares 0,00

Otras bebidas sin alcohol 0,00

Suplementos y sustitutivos de comidas 0,00

Agua 0,00



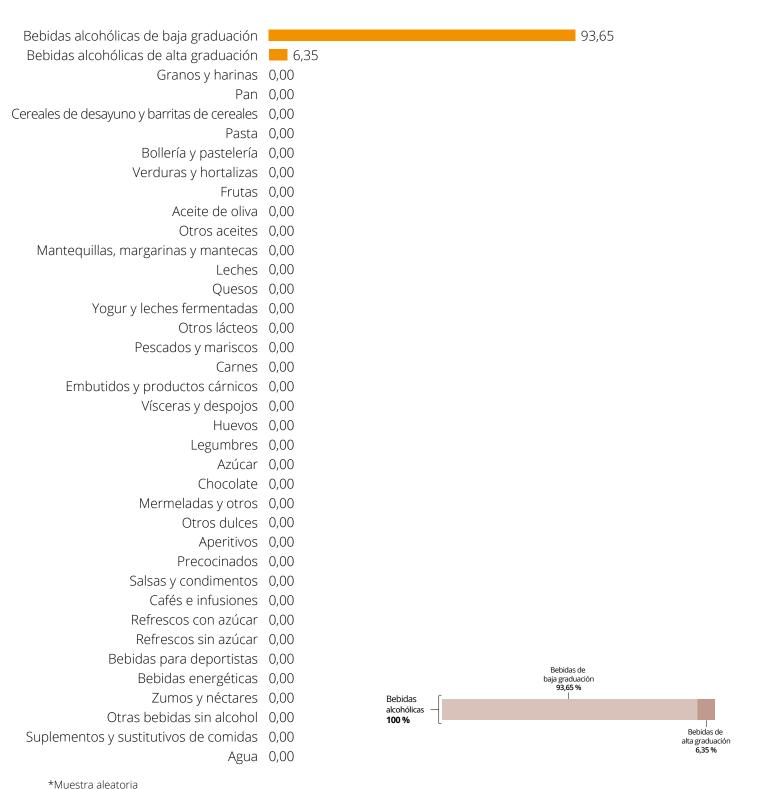
<sup>\*</sup>Muestra aleatoria





### 14. MAYORES HOMBRES 65-75 AÑOS

Muestra: 99 individuos\*



Muesti a aleatori

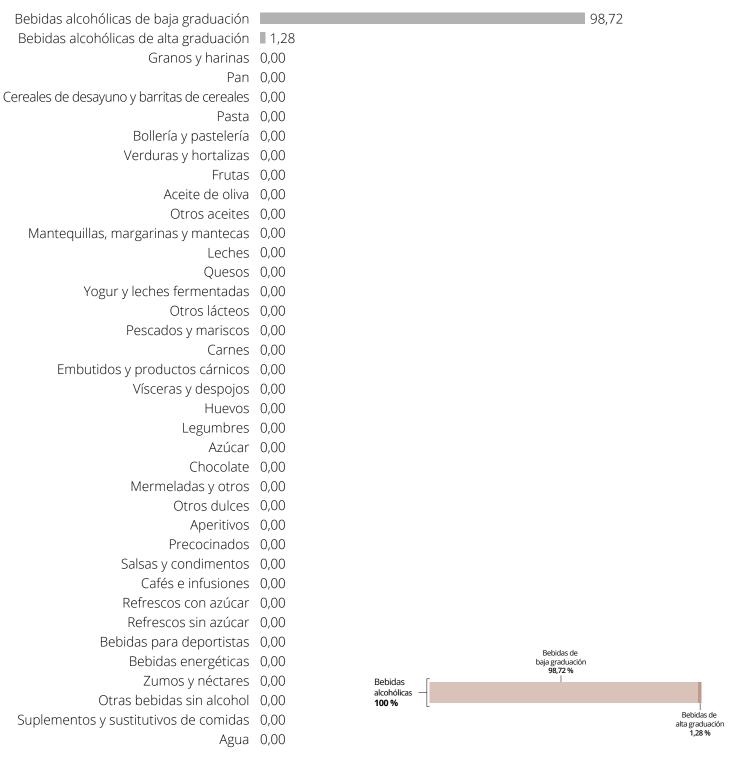




#### 15. MAYORES MUJERES 65-75 AÑOS

Muestra: 107 individuos\*

Volver al índice



<sup>\*</sup>Muestra aleatoria



Volver al índice

# Referencias

Ruiz E, Ávila JM, Valero T, del Pozo S, Rodriguez P, Aranceta-Bartrina J, Gil A, González-Gross M, Ortega RM, Serra-Majem Ll, Varela-Moreiras G. Macronutrient Distribution and Dietary Sources in the Spanish Population: Findings from the ANIBES Study. Nutrients, 2016;8(3):177; doi:10.3390/nu8030177.

