

# Baja adherencia a las guías alimentarias en España, especialmente en población con sobrepeso u obesidad: estudio científico ANIBES

## EDAD MEDIA DE LA POBLACIÓN ADULTA (18-64 AÑOS) DEL ESTUDIO CIENTÍFICO ANIBES

40,00 ± 12,20 años

### INGESTA DE ENERGÍA:

INGESTA MEDIA DE ENERGÍA

1.816 ± 512 kcal/día

GASTO MEDIO DE ENERGÍA

2.098 ± 400 kcal/día

CONTRIBUCIÓN DE LA INGESTA DE ENERGÍA A LA COBERTURA DEL GASTO

89,0 ± 28,1 %

### VALORES ANTROPOMÉTRICOS

ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC) MEDIO



HOMBRES

27,10 ± 4,87 kg/m<sup>2</sup>



MUJERES

25,60 ± 5,30 kg/m<sup>2</sup>

RELACIÓN CIRCUNFERENCIA CINTURA/ALTURA



HOMBRES

0,51 ± 0,08



MUJERES

0,54 ± 0,08

ADIPOSIDAD ABDOMINAL (RELACIÓN CIRCUNFERENCIA CINTURA/ALTURA ≥ 0,5)



HOMBRES

64,70 %



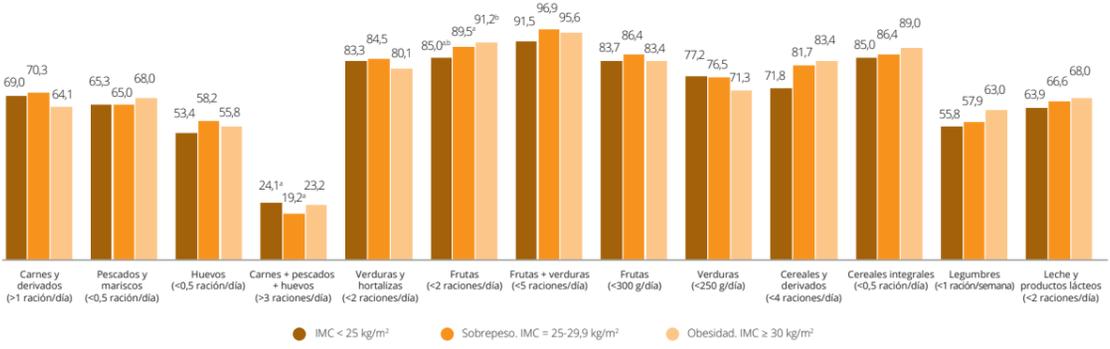
MUJERES

52,40 %

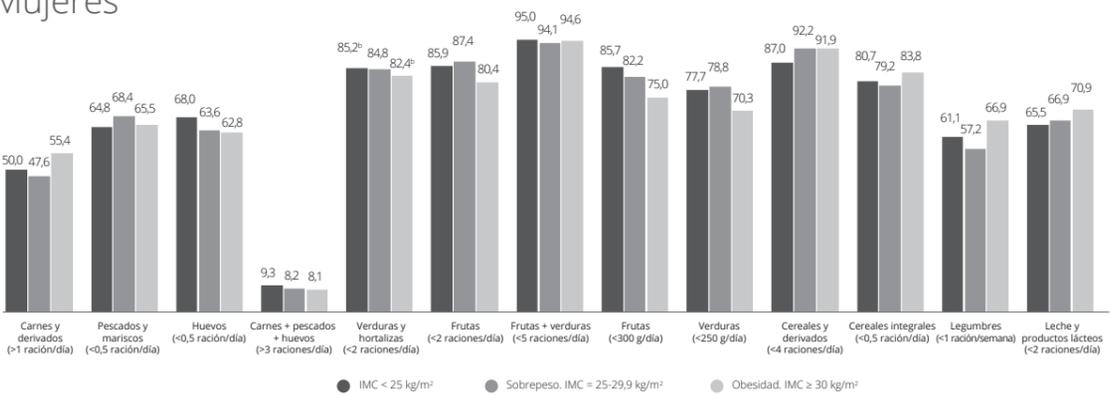
- La población española tiene un bajo consumo de frutas, verduras y hortalizas, cereales y productos lácteos
- Los hombres con un consumo inadecuado de cereales, frutas, verduras y hortalizas tienen un mayor riesgo de padecer sobrepeso y obesidad abdominal
- Las personas con sobrepeso y obesidad general y abdominal tienen una menor adherencia a las guías alimentarias

## Consumo inadecuado de alimentos (raciones/día). Diferencias según el Índice de Masa Corporal (%)

### Hombres



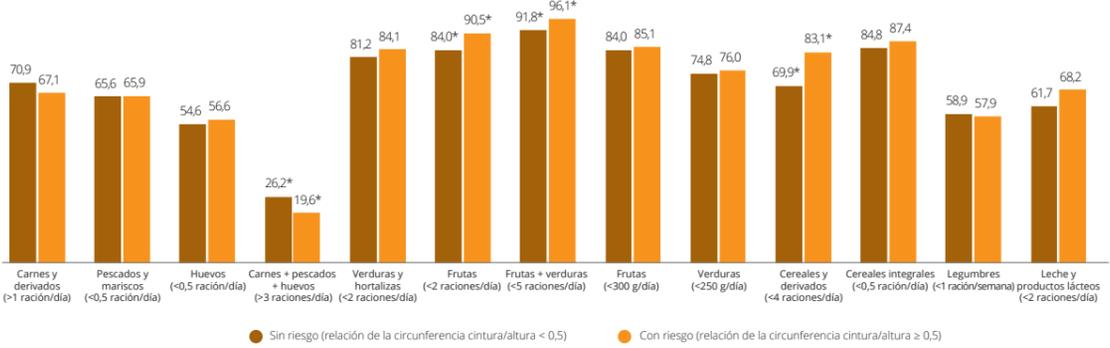
### Mujeres



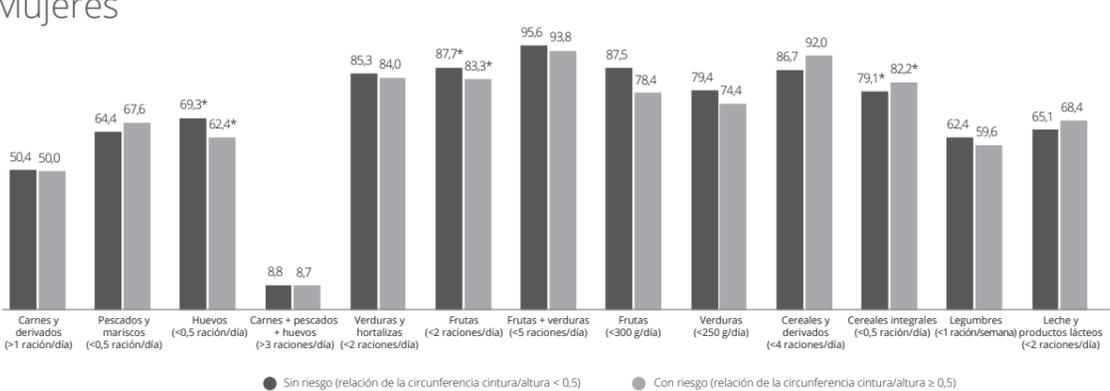
Índice de Masa Corporal (IMC)  
 a = Diferencia significativa entre sujetos con IMC < 25 kg/m<sup>2</sup> y con sobrepeso  
 b = Diferencia significativa entre sujetos con IMC < 25 kg/m<sup>2</sup> y con obesidad

## Consumo inadecuado de alimentos (raciones/día). Diferencias según la relación de la circunferencia cintura/altura (%)

### Hombres



### Mujeres



Diferencias significativas entre adultos con relación de la circunferencia cintura/altura < 0,5 y relación de la circunferencia cintura/altura ≥ 0,5

Rodríguez-Rodríguez E, Aparicio A, Aranceta-Bartrina J, Gil A, González-Gross M, Serra-Majem LI, Varela-Moreira G, Ortega RM. Low adherence to dietary guidelines in Spain, especially in the overweight/obese population: The ANIBES Study. J Am Coll Nutr, 2016;12:1-8; doi:10.1080/07315724.2016.1248246.