

Ingesta y fuentes alimentarias de fibra en España: diferencias en cuanto a la prevalencia de exceso de peso y obesidad abdominal en adultos del estudio científico ANIBES

Muestra representativa de 1.655 individuos entre 18 y 64 años.

SEXO



HOMBRES

48,2 %



MUJERES

51,8 %

Ingesta de fibra en toda la muestra y en los reportes plausibles del estudio ANIBES de la población adulta española (18-64 años) por índice de masa corporal (IMC)

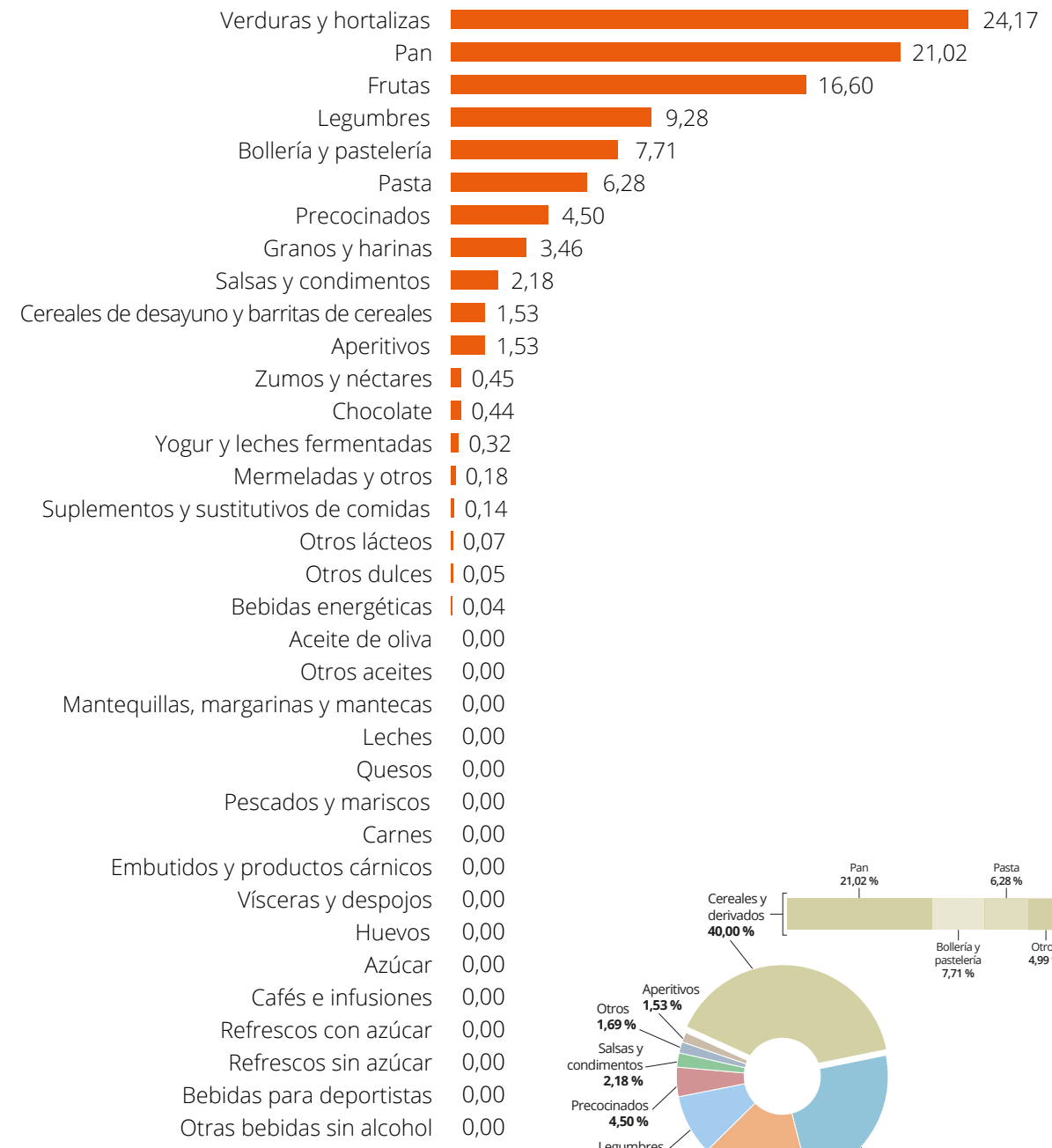
	PESO BAJO		NORMOPESO		SOBREPESO		OBESIDAD		ANOVA DE DOS FACTORES	ANCOVA DE DOS FACTORES
	Muestra total	Reportes plausibles	Muestra total	Reportes plausibles	Muestra total	Reportes plausibles	Muestra total	Reportes plausibles		
	n = 30	n = 20	n = 704	n = 271	n = 542	n = 109	n = 329	n = 33		
Energía (kcal/día)*										
Muestra total	1.930,9 ± 592,4		1.872,5 ± 526,9		1.773,4 ± 502,3 ^b		1.759,0 ± 475,6 ^b		S*** IMC****	S*** IMC****
Reportes plausibles	2.153 ± 466		2.307 ± 425		2.443 ± 394 ^{ab}		2.539 ± 395 ^{ab}		IMC***	S*** IMC****
Fibra total (g/día) (en crudo)*										
Muestra total	12,8 ± 6,3		13,0 ± 5,9		12,2 ± 5,4 ^b		12,1 ± 5,3 ^b		IMC*** **	IMC**** **
Reportes plausibles	14,1 ± 6,3		15,5 ± 6,3		16,6 ± 5,8		16,7 ± 6,9			
Fibra total (g/día) (ajustado por la ingesta de energía)*										
Muestra total	12,2 ± 4,5		12,7 ± 5,1		12,5 ± 4,7		12,5 ± 4,8			IMC**** **
Reportes plausibles	15,2 ± 4,9		15,8 ± 5,8		16,1 ± 5,8		15,6 ± 6,4			
Fibra por 1.000 kcal/día*										
Muestra total	6,5 ± 2,3		7,0 ± 2,7		7,0 ± 2,7		7,0 ± 2,9		S**	S** IMC***
Reportes plausibles	6,4 ± 2,1		6,7 ± 2,4		6,9 ± 2,4		6,5 ± 2,4			
Fibra procedente del desayuno (%)*										
Muestra total	10,5 ± 11,8		13,2 ± 11,5		13,1 ± 11,7		12,6 ± 11,3			
Reportes plausibles	11,8 ± 13,3		14,4 ± 11,6		14,1 ± 10,6		14,6 ± 10,8			
Fibra procedente del almuerzo (%)*										
Muestra total	6,2 ± 9,9		5,3 ± 8,0		5,1 ± 8,4		4,6 ± 7,9			
Reportes plausibles	9,0 ± 11,1		6,4 ± 8,5		6,1 ± 7,8		4,1 ± 5,3			
Fibra procedente de la comida (%)*										
Muestra total	47,1 ± 15,6		45,8 ± 16,2		48,9 ± 16,8 ^b		48,2 ± 16,7		IMC***	
Reportes plausibles	42,4 ± 15,0		42,6 ± 15,1		43,7 ± 14,5		43,9 ± 14,0			
Fibra procedente de la merienda (%)*										
Muestra total	7,4 ± 5,9		6,9 ± 9,1		5,3 ± 8,4 ^b		4,7 ± 7,9 ^b		IMC***	IMC**
Reportes plausibles	8,1 ± 6,0		8,6 ± 9,2		9,5 ± 11,3		8,4 ± 8,5			
Fibra procedente de la cena (%)										
Muestra total	28,5 ± 12,3		28,6 ± 13,9		27,3 ± 14,0		29,6 ± 14,3			IMC**
Reportes plausibles	28,6 ± 12,8		27,8 ± 12,6		26,4 ± 11,8		28,7 ± 13,2			

* Media ± Desviación estándar. ANOVA de dos factores se tuvo en cuenta el sexo (S) y el índice de masa corporal (IMC). Para el ANCOVA de dos factores se tuvieron en cuenta el sexo, el IMC, la edad y la actividad física como covariantes. Diferencias significativas según el IMC: a: respecto al bajo peso; b: respecto al normopeso; c: respecto al sobrepeso; I: Interacción; ** p < 0,05. *** p < 0,01. **** p < 0,001.

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



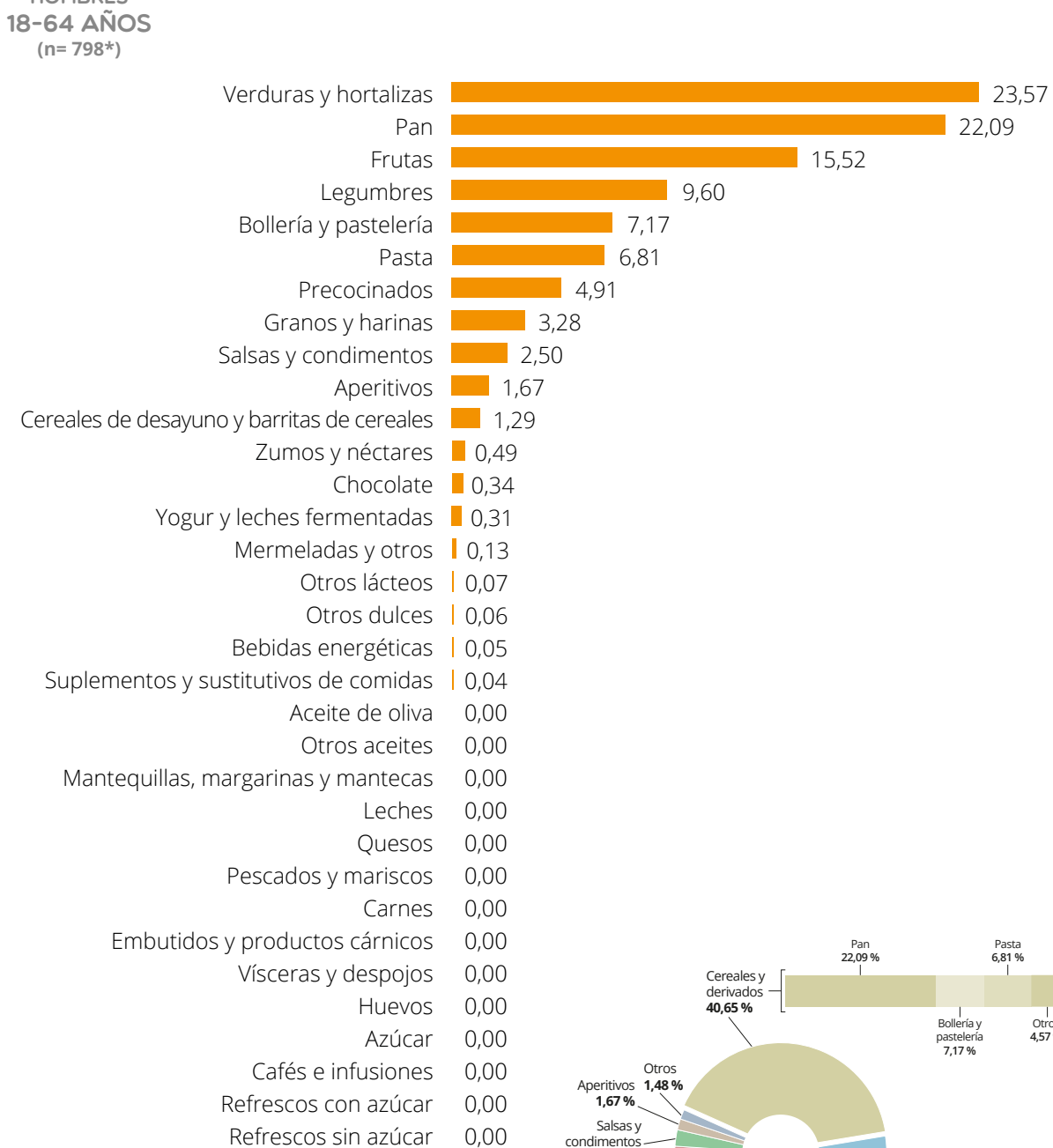
ADULTOS 18-64 AÑOS (n= 1.655*)



*Muestra aleatoria



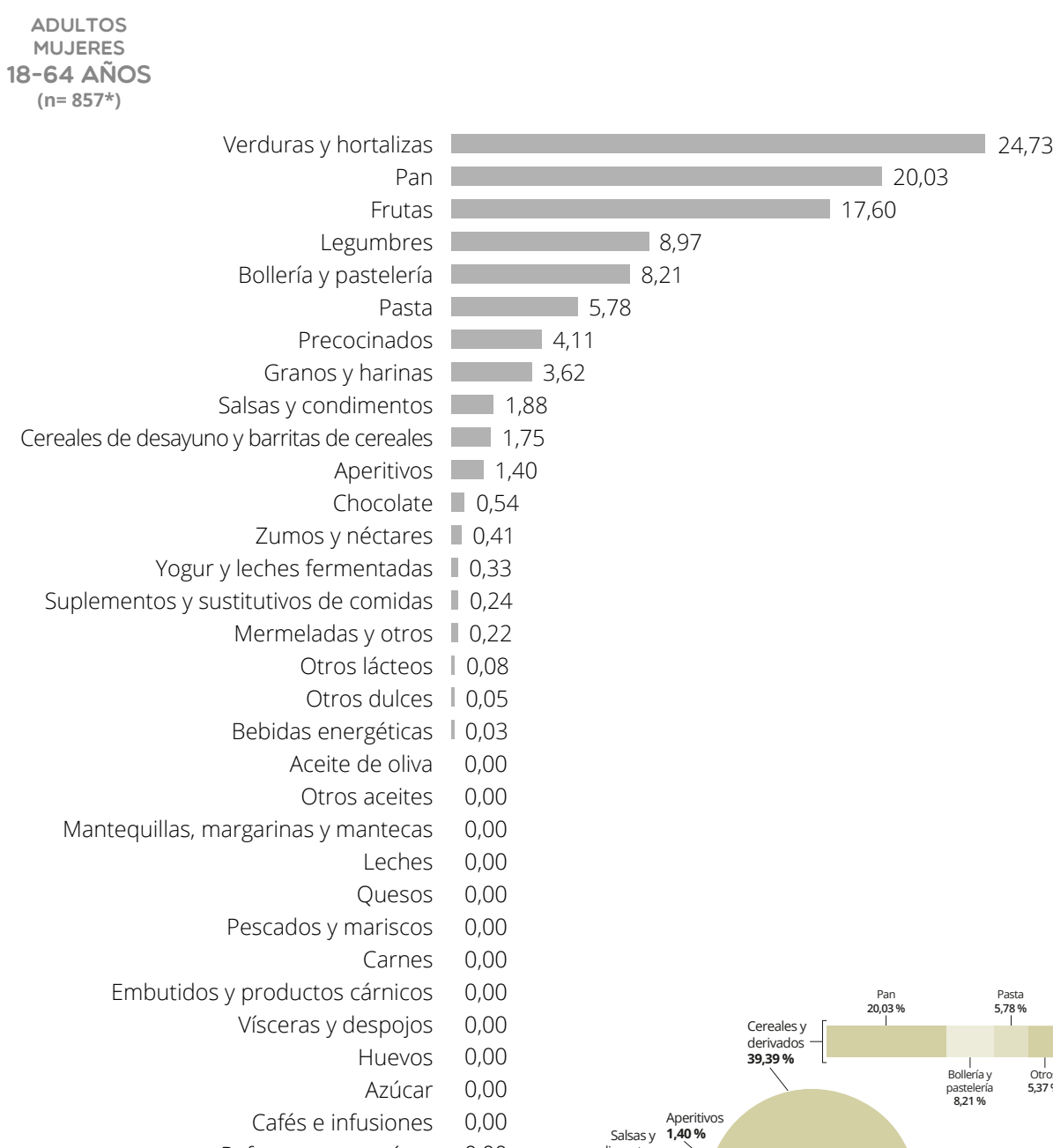
ADULTOS HOMBRES 18-64 AÑOS (n= 798*)



*Muestra aleatoria



ADULTAS MUJERES 18-64 AÑOS (n= 857*)



*Muestra aleatoria

González-Rodríguez L, Perea JM, Aranceta-Bartrina J, Gil A, González-Gross M, Serra-Majem LI, Varela-Moreiras G, Ortega RM. Intake and Dietary Food Sources of Fibre in Spain: Differences with Regard to the Prevalence of Excess Body Weight and Abdominal Obesity in Adults of the ANIBES Study. *Nutrients*, 2017;9(4):326; doi:10.3390/nu9040326.