

La ingesta de sodio procedente de alimentos excede los límites recomendados en la población española: estudio científico ANIBES

Muestra representativa de 2.009 individuos entre 9 y 75 años



Ingesta de sodio de alimentos y bebidas consumidos por la población del estudio ANIBES

Excluido el sodio procedente de la sal añadida en la mesa y durante el cocinado

POBLACIÓN TOTAL	n	Ingesta de sodio (mg/día)
Total	2.009	2.025 ± 805
Hombres	1.013	2.218 ± 868*
Mujeres	996	1.828 ± 682

*Muestra aleatoria



NIÑOS

Total	213	2.247 ± 735^a
Hombres	126	2.350 ± 798*
Mujeres	87	2.098 ± 608

*Muestra aleatoria más refuerzo



ADOLESCENTES

Total	211	2.351 ± 842^a
Hombres	137	2.517 ± 868*
Mujeres	74	2.043 ± 698

*Muestra aleatoria más refuerzo



ADULTOS

Total	1.655	2.026 ± 805^b
Hombres	798	2.218 ± 868*
Mujeres	857	1.846 ± 686

*Muestra aleatoria



PERSONAS MAYORES

Total	206	1.693 ± 640^c
Hombres	99	1.841 ± 668*
Mujeres	107	1.556 ± 583

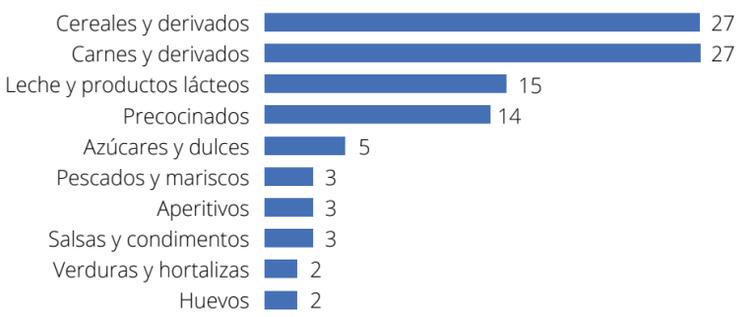
*Muestra aleatoria

Datos reportados como media ± desviación estándar (DE) por grupo. Diferentes letras en los superíndices indican diferencias estadísticamente significativas entre grupos de edad (todas las diferencias son p < 0,001; test de Kruskal-Wallis) y * indica diferencias estadísticamente significativas entre sexos, (todas las diferencias son p ≤ 0,05; test de Mann-Whitney U).

Principales grupos de alimentos y bebidas que contribuyen a la ingesta de sodio en diferentes grupos de edad de la población del estudio ANIBES

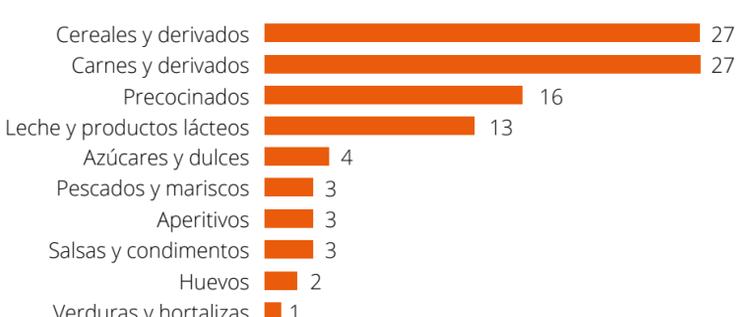
Excluido el sodio procedente de la sal añadida en la mesa y durante el cocinado

NIÑOS 9 - 12 AÑOS (n = 213*)



*Muestra aleatoria más refuerzo

ADOLESCENTES 13 - 17 AÑOS (n = 211*)



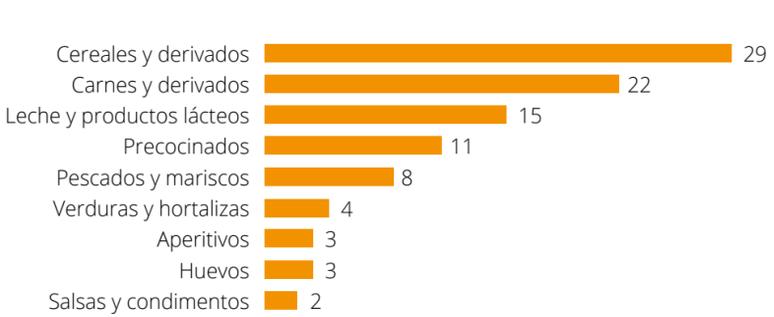
*Muestra aleatoria más refuerzo

ADULTOS 18 - 64 AÑOS (n = 1.655*)



*Muestra aleatoria

PERSONAS MAYORES 65 - 75 AÑOS (n = 206*)



*Muestra aleatoria

Partearroyo T, Samaniego-Vaesken ML, Ruiz E, Aranceta-Bartrina J, Gil Á, González-Gross M, et al. Sodium Intake from Foods Exceeds Recommended Limits in the Spanish Population: The ANIBES Study. *Nutrients*, 2019;11(10):2451;doi:10.3390/nu11102451.