

Preferencias y factores que influyen en la ingesta alimentaria en universitarios mexiquenses según el sexo

Rosalinda Guadarrama Guadarrama¹, Mónica L. Bautista Rodríguez², Marcela Veytia López¹.

¹ Universidad Autónoma del Estado de México. Instituto de Estudios Sobre la Universidad (IESU); ² Universidad Autónoma del Estado de México.

Resumen

Fundamentos: El estudio tiene como objetivo describir la preferencia alimentaria de universitarios del Estado de México, México, según el sexo.

Métodos: La muestra fue constituida por 270 universitarios pertenecientes al Estado de México, México. Para determinar las preferencias se utilizó el cuestionario para evaluar el comportamiento alimentario en estudiantes mexicanos del área de la salud. Se obtuvieron los resultados a partir de porcentajes y frecuencias.

Resultados: Las preferencias se determinan principalmente por el sabor de los alimentos, de ahí que los alimentos dulces sean de gran agrado sobre todo en universitarias. Además, se encontró mayor consumo de carne que cualquier otro alimento consumido durante los tiempos de comida, siendo más elevado en los hombres universitarios.

Conclusiones: La alimentación de la muestra universitaria es aparentemente sana, evidenciado por los factores que intervienen en la elección de alimentos, así como también aquellos alimentos que son más de su agrado.

Palabras clave: Alimentación; Preferencias alimentarias; Elección de alimentos; Sexo.

Preferences and factors influencing food intake among Mexican university students according to sex

Summary

Background: The study aims to describe the food preference of university students from the State of Mexico, Mexico, according to sex.

Methods: The sample consisted of 270 university students from the State of Mexico, Mexico. The questionnaire to evaluate eating behavior in Mexican health students was used to determine preferences. Results were obtained from percentages and frequencies.

Results: Preferences are determined mainly by the taste of food, hence sweet foods are very popular, especially among university students. In addition, greater consumption of meat was found than any other food consumed during mealtimes, being higher in university men.

Conclusions: The nutrition of the university sample is apparently healthy, evidenced by the factors involved in the choice of food, as well as those foods that are more to their liking.

Key words: Nutrition; Food preferences; Food choice; Sex.

Introducción

El comer es una de las actividades más básicas del ser humano¹ en la cual intervienen diferentes factores para la elección de los alimentos; como la adquisición de comportamientos alimentarios, el estatus social, las tradiciones culturales, el aprendizaje^{1,2}, las nuevas tecnologías alimentarias³, entre otros. Siendo el hambre el principal determinante para dicha selección, sin embargo, al momento de poseer diversas opciones, la elección ya no estará determinada únicamente por el determinante fisiológico¹, sino, por la intervención de dos o más factores.

La elección de alimentos repercute en el estado nutricional y de salud de los individuos. Por lo que, la ingesta adecuada de nutrientes a nivel individual y poblacional tendrá gran influencia en la salud pública del país⁴ pero sobre todo presentándose como un gran reto para los profesionales de la nutrición. Actualmente, el patrón alimentario mexicano se caracteriza por un alto consumo de grasas, carnes, azúcares y sal^{5,6}, lo que se relaciona con problemas de malnutrición, tanto en las alteraciones relacionadas con carencias nutricionales (deficiencias vitamínicas, desnutrición, entre otras), así como también las que comprenden excesos como sobrepeso, obesidad y enfermedades cardiovasculares⁷. Siendo los adultos mayores de 20 años los más afectados con sobrepeso y obesidad, presentándose en el 38,1% y 36,0% respectivamente⁶.

La indagación de los hábitos y patrones alimentarios en una población a partir de herramientas de evaluación alimentaria y nutricional, favorecen la evaluación del

cumplimiento de las guías alimentarias establecidas para dicha población y por ende, permiten desarrollar políticas públicas adecuadas^{4,6}. En México destaca como herramienta de evaluación alimentaria poblacional la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) realizada por el Instituto Nacional de Salud Pública⁶, la cual mantiene una importante relación en la orientación de políticas públicas de salud y nutrición⁸.

La investigación sobre las elecciones, patrones y conductas alimentarias ha ido en aumento durante los últimos años, principalmente en escolares^{9,10,11}, universitarios^{12,13} y en adultos mayores^{14,15}.

Durante la infancia la elección de los alimentos está altamente relacionada con atractivos sentimentales o nostálgicos³, en donde, generalmente las preferencias no corresponden a una dieta saludable, destacando la predilección por los azúcares y alimentos procesados¹¹. Mientras que, en los adultos suelen centrarse más en emociones/situaciones positivas relacionadas con la comida³ y en el compromiso adquirido como responsables del hogar procurando tomar las mejores decisiones sobre alimentación familiar¹⁰.

Por lo que, se ha dejado de lado un grupo vulnerable y altamente afectado como lo son los adultos jóvenes y maduros, razón por la que esta investigación tiene como objetivo describir las preferencias alimentarias en universitarios del Estado de México, de acuerdo con el sexo.

Material y métodos

Estudio de tipo observacional descriptivo de corte transversal.

La muestra del estudio inicialmente se obtuvo por un muestreo no probabilístico obteniendo 375 participantes (135 hombres y 240 mujeres). Posteriormente se realizó un muestreo aleatorio con el objetivo de homogeneizar los grupos por sexo, específicamente se realizó en el grupo de mujeres; dando un total de 270 participantes universitarios (135 hombres y 135 mujeres) entre las edades de 18 a 35 años, pertenecientes al Estado de México, México.

Se realizó un cuadernillo de instrumentos conformado por una ficha de identificación; mediante la cual se obtuvo información como edad y sexo. Además, se utilizó el cuestionario para evaluar el comportamiento alimentario en estudiantes mexicanos por Márquez-Sandoval y colaboradores¹⁶ conformado por 31 preguntas. El instrumento incluye preguntas que evalúan la selección, preparación, horarios de toma de alimentos, preferencias de ingestión de alimentos, creencias y barreras al cambio. Así mismo, los autores sugieren las respuestas saludables para cada ítem. Sin embargo, para fines de la investigación, únicamente se utilizaron los ítems relacionados con la selección de alimentos y preferencias de ingestión de alimentos.

Las personas que aceptaron participar en el estudio firmaron de manera voluntaria el consentimiento informado.

Para el análisis estadístico se obtuvieron porcentajes y frecuencias. Se determinó la asociación de cada uno de los grupos de alimentos de acuerdo con el agrado y desagrado por sexo aplicando la prueba *chi-cuadrado* con un nivel de confianza de 95% ($p < 0,05$). Todos los análisis se realizaron en el paquete estadístico SPSS versión 25,0.

Resultados

La muestra estuvo conformada por 270 universitarios, tomando en cuenta una muestra homogénea de acuerdo con el sexo (mujeres $n=135$ y hombres $n=135$).

En la tabla 1 se muestran los porcentajes y las frecuencias de los factores que intervienen en la elección de los alimentos en cuanto a su sabor, contenido nutrimental, precio, caducidad y por ser agradables a la vista. Los resultados arrojaron que, el factor predominante en la muestra para la elección de un alimento es el sabor, seguido de contenido nutrimental y dejando por último al factor de agradable a la vista (59,5%, 25,9% y 2,6% respectivamente). De manera general, no se encontró gran diferencia para los factores según el sexo.

En la tabla 2, se muestran los alimentos y bebidas que son consumidos en mayor cantidad durante el día. Se encontró que las frutas y verduras son los alimentos que se consumen más entre comidas, son embargo, se puede determinar que específicamente son las frutas las que tienen mayor peso en este consumo (34,6%), puesto que, también se observa que las verduras son los alimentos con menor agrado. Mientras que la bebida más consumida entre comidas fue agua natural (73,3%).

En la tabla 3, se presentan los alimentos consumidos habitualmente en los tiempos de comida, siendo la carne, pescado y mariscos los más consumidos (31,9%) en ambos sexos, seguido de sopa, caldo (21,9%) y tortilla, bolillo o tostada (18,5%). Sin embargo, en el caso de los hombres los cereales (tortilla, bolillo o tostada) se posicionaron en el segundo lugar (23,0% en hombres vs. 14,1% en mujeres).

En la tabla 4, se muestra si existe agrado o desagrado hacia algunos alimentos, las

mujeres y los hombres mencionaron tener agrado por todos los alimentos y por las bebidas alcohólicas. Se encontraron porcentajes similares entre hombres y mujeres, sin embargo, los hombres mencionaron tener mayor agrado por las proteínas (carne roja y pollo) y los

cereales con respecto a las mujeres. Mientras que las mujeres tuvieron mayor agrado por las verduras y alimentos dulces. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los grupos de alimentos por sexo.

Tabla 1. Factores que intervienen en la elección de los alimentos

Factores de elección de alimentos	Mujeres n= 135		Hombres n= 135		Total n= 270	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Por su sabor	72	53,3	89	65,9	161	59,5
Contenido nutrimental	39	29,9	31	23,0	70	25,9
Por su precio	13	9,6	8	5,9	21	7,8
Por su caducidad	7	5,2	4	3,0	11	4,1
Agradables a la vista	4	3,0	3	2,2	7	2,6

n= total de la muestra; *f*= frecuencia

Tabla 2. Alimentos y bebidas consumidos habitualmente entre comidas durante el día.

Alimentos y bebidas mayormente consumidos	Mujeres n= 135		Hombres n= 135		Total n= 270	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
<i>Alimentos</i>						
Fruta o verdura	58	43,0	36	26,7	94	34,6
Frituras	11	8,1	26	19,3	37	13,7
Dulces	15	11,1	11	8,1	26	9,6
Galletas o pan dulce	9	6,7	16	11,9	25	9,3
Semillas	11	8,1	13	9,6	24	8,9
Yogurt	9	6,7	7	5,2	16	5,9
Nada	22	16,3	26	19,3	48	17,8
<i>Bebidas</i>						
Agua natural	104	77,0	94	69,6	198	73,3
Agua saborizada	21	15,6	24	17,8	45	16,7
Refrescos, jugos, té	9	6,7	13	9,6	22	8,1
Leche	1	0,7	4	3,0	5	1,9

n= total de la muestra; *f*= frecuencia

Tabla 3. Alimentos consumidos en los tiempos de comida.

Alimentos más consumidos en los tiempos de comida	Mujeres n= 135		Hombres n= 135		Total n= 270	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Carne, pescado, mariscos	40	29,6	46	34,1	86	31,9
Sopa, caldo, entrada	36	26,7	23	17,0	59	21,9
Tortilla, bolillo, tostada	19	14,1	31	23,0	50	18,5
Arroz, pasta, frijoles	16	11,9	17	12,6	33	12,2
Verduras o ensaladas	15	11,1	5	3,7	20	7,4
Fruta	1	0,7	5	3,7	6	2,2
Postre	0	0,0	2	1,5	2	0,7
Botana (tapas)	0	0,0	1	0,7	1	0,4

n= total de la muestra; *f*= frecuencia

Tabla 4. Agrado/desagrado por los alimentos

Preferencia de alimentos	Hombre		Mujer		<i>p</i>
	Agrado	Desagrado	Agrado	Desagrado	
	<i>f</i>	<i>f</i>	<i>f</i>	<i>f</i>	
Frutas	125	10	127	8	<i>p</i> =0,626
Verduras	116	19	122	13	<i>p</i> =0,259
Carnes rojas y pollo	123	12	113	22	<i>p</i> =0,067
Pescados y mariscos	108	27	100	35	<i>p</i> =0,247
Lácteos	117	18	107	28	<i>p</i> =0,106
Pan, tortillas, papa, pastas	122	13	120	15	<i>p</i> =0,690
Frijoles, garbanzos, lentejas	117	18	114	21	<i>p</i> =0,604
Huevo	116	19	106	29	<i>p</i> =0,111
Semillas	116	19	120	15	<i>p</i> =0,463
Alimentos dulces	104	31	112	23	<i>p</i> =0,224
Alimentos empaquetados	101	34	95	40	<i>p</i> =0,413
Bebidas alcohólicas	84	51	74	61	<i>p</i> =0,217

f= frecuencia; *p*= prueba χ^2 ($p < 0,05$).

Discusión

El estudio incluyó cinco factores determinantes para la elección de un alimento, de los cuales el que más intervino en la muestra es el sabor, se conoce que dicho componente es parte de la respuesta del sentido del gusto que nos permite saborear los alimentos e induce a preferencias por ciertos sabores (generalmente el dulce) que sean agradables al paladar¹⁷. En segundo lugar se

encontró el determinante contenido nutrimental, si bien, el objetivo del presente estudio no es evaluar los conocimientos sobre alimentación saludable, es interesante indagar al respecto, puesto que se podría concluir que mientras mayor importancia se le otorgue al contenido nutrimental en el momento de la elección de los alimentos, mejor estado de salud debido a la disminución de los factores de riesgo, pero sobre todo a la prevención de enfermedades crónicas no

transmisibles^{18,19}. Un estudio realizado en Perú, evaluó los conocimientos sobre alimentación saludable en adolescentes peruanos, en donde el 69,1% de la muestra demostró prácticas adecuadas sobre alimentación saludable²⁰, sin embargo, se puede atribuir que los adolescentes que participaron en el estudio no sentían la necesidad de obtener conocimientos sobre la alimentación debido a su edad o bien, no ponerlos en práctica. Dichos resultados apoyan la idea de que, a mayores conocimientos sobre alimentación, mejores hábitos alimenticios²¹ y por lo tanto, un adecuado estado de salud, situación que en diferentes regiones del país no sucede, manifestándose a partir de los patrones alimentarios en la población y de las estadísticas de salud-enfermedad.

Por otro lado, en un estudio realizado en Brasil, se identificaron los determinantes en la selección de alimentos, en donde encontraron que, el precio fue el determinante principal en esa población para la selección de alimentos²². Siendo el precio el tercer determinante que induce la elección de los alimentos en el presente estudio. Por último, se ha establecido que el color es un aspecto importante en la elección de los alimentos, dicho componente se relaciona con las características visuales que podemos denotar al momento de la compra y consumo de un alimento. Sin embargo, los resultados del presente estudio establecen que el factor agradable a la vista es el factor menos considerado en la muestra.

Otro punto importante para observar en los resultados fue que la mayoría de la muestra menciona hidratarse durante las comidas con agua natural, seguido de agua saborizada y, por último, refrescos y jugos. Sin embargo, en la actualidad, México es

uno de los países con mayor consumo de bebidas azucaradas²³ pero también uno de los mayores consumidores de agua embotellada²⁴. La ENSANUT 2020 sobre COVID-19, establece que el consumo de agua natural y de bebidas endulzadas es muy similar en adultos mexicanos⁶. A partir de los resultados y de la indagación teórica, se propone que lo anterior se debe a que las familias mexicanas suelen consumir agua natural o bien saborizada durante los tiempos de comida, mientras que, los refrescos o jugos son bebidas consumidas como aperitivo durante el día.

La cultura alimentaria en México se basa en tres principales alimentos: el frijol, el maíz y el chile²⁵. En la presente investigación destacaron como alimentos principales en las comidas de los mexicanos la sopa o caldo y la tortilla o bolillo, pero sobre todo la carne; lo cual es importante en la transición en la cultura alimentaria, debido a los efectos que la globalización trae consigo²⁵. Siendo el pescado, mariscos, carne de res, pollo y cerdo los alimentos de origen animal más consumidos sobre todo los hombres fueron quienes mencionaron tener mayor consumo. Dichos resultados se contrastan con los obtenidos en la ENSANUT 2020 sobre COVID-19, siendo la carne (procesada y no procesada) uno de los principales alimentos consumidos sin importar el tipo de localidad⁶. En un estudio comparativo sobre los patrones de consumo de carne roja y procesada entre Canadá, México y Estados Unidos, se obtuvo que, la prevalencia de consumo fue mayor en Estado Unidos, seguido de Canadá y México²⁶. Del mismo modo, datos del 2019 muestran que México se posicionó en sexto lugar a nivel mundial entre los principales países consumidores de carne²⁷. Así mismo, los autores describieron que en México el mayor consumo de carne se relaciona con

un nivel socioeconómico alto; mientras que en Estados Unidos y Canadá las personas con alto nivel educativo eran quienes tenían menor consumo de carnes rojas y procesadas²⁶. Por otro lado, las verduras son los alimentos con menor presencia en las comidas de los participantes del estudio. En un estudio realizado en preescolares mexicanos, se encontró que los niños prefieren los sabores dulces (frutas y azúcares), mientras que, no les agradan las verduras²⁸. Información relevante, ya que, se ha encontrado que las personas que comienzan a desarrollar prácticas alimentarias adecuadas desde etapas tempranas de la vida tienen más probabilidad de mantenerlas en la edad adulta²⁹, es decir, que es probable que las preferencias alimentarias orientadas a alimentos saludables desde la infancia sigan persistiendo en la adultez.

Destacando lo anteriormente descrito, se obtuvo que, las frutas son los alimentos con mayor agrado tanto en hombres como en mujeres. Del mismo modo, la literatura menciona que los hombres, sin importar la edad, son quienes más consumen y prefieren alimentos con alto valor proteico, como el huevo y las carnes rojas^{30,31}, lo que contrasta con los resultados obtenidos en la presente investigación. Siendo que, por el contrario, las mujeres prefieren alimentos dulces. Por otro lado, se ha establecido en la literatura que los hombres son quienes suelen tener un mayor consumo de bebidas alcohólicas³², información que se asemeja con los resultados obtenidos en la presente investigación, ya que los hombres universitarios fueron quienes tuvieron mayor agrado a dichas bebidas en relación con las mujeres, sin embargo, se pudo observar que una gran cantidad de participantes menciono tener desagrado por las bebidas alcohólicas.

En conclusión, la muestra evidencio el interés por preferir alimentos considerados como saludables o nutritivos.

Referencias

1. Capaldi, E. (dir) Why we eat. What we eat: The psychology of eating. Washington, DC: American Psychological Association; 1996.
2. Domínguez-Vásquez P, Olivares S, Santos JL. Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. ALAN. 2008;58(3): 249-255.
3. Bartkiene E, Steibliene V, Adomaitiene V, Juodeikiene G, Cernauskas D, Lele V, et al. Factors Affecting Consumer Food Preferences: Food Taste and Depression- Based Evoked Emotional Expressions with the Use of Face Reading Technology. BioMed Res Int. 2019; 1-10. DOI: 10.1155/2019/2097415
4. Ramos PE, Ramírez LE, Salas GR, Núñez RG, Villarreal PJ. Calidad del patrón de consumo alimentario en población del noreste de México. RESPYN. 2016;15(1): 8-15.
5. Shamah-Levy T, Gaona-Pineda E, Mundo-Rosas V, Gómez-Humarán I, Rodríguez-Ramírez S. Asociación de un índice de dieta saludable y sostenible con sobrepeso y obesidad en adultos mexicanos. Salud Publica Mex. 2020;62(6): 745-753.
6. Shamah-Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, Cuevas-Nasu L, Bautista-Arredondo S, Colchero MA, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública, 2021.
7. Etemadi A, Sinha R, Ward MH, Graubard BI, Inoue-Choi M, Dawsey SM, et al. Mortality from different causes associated with meat, heme iron, nitrates, and nitrites in the NIH-AARP Diet and Health Study: population-

- based cohort study. *BMJ*. 2017;357:j1957.
8. Secretaría de Salud. Ensanut, instrumento para reformar programas de salud vigentes: Alcocer Varela. México: secretaria de Salud, 2020.
 9. Roa DZ, Hernández SJ, Galvis PD, Floréz G N. Gustos, consumo y acceso a los alimentos: opinión de escolares de Santander, Colombia. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2019;25(4): 145-151.
 10. Gilbert, L.C. The Functional Food Trend: What's Next And What Americans Think about Eggs. *J. Am. Coll. Nutr.* 2000,19: 507S–512S.
 11. Cooke LJ, Wardle J. Age and gender differences in children's food preferences. *Br J Nutr.* 2005;9(5): 741-746.
 12. Navarro CA, Vera LO, Munguía VP, Sosa-Sánchez RA, Lazcano HM, Ochoa VC, et al. Hábitos alimentarios en una población de jóvenes universitarios. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2017;23(Supl.2):31-37.
 13. Reyna MV, Sandoval CJ, Aranzana JM. Acceso a los alimentos y hábitos alimentarios de jóvenes universitarios, Estado de México. *RESPYN*. 2021;20(3):36-45.
 14. Geri M, Gutiérrez E, González G. Patrones alimentarios de adultos mayores en una región argentina y su relación con factores socioeconómicos. *Rev. Salud Pública*. 2019;21(6): 1-5.
 15. Cuñat, AV, Maestro CM, Martínez PJ, Santos AC, Monge JV. Hábitos alimentarios en personas mayores de 65 años del Área Sanitaria de Guadalajara, sin deterioro cognitivo y residentes en la comunidad. *Rev Esp Geriatr Gerontol*. 2000;35(4): 197-204.
 16. Márquez-Sandoval YF, Salazar-Ruiz EN, Macedo-Ojeda G, Altamirano-Martínez MB, Bernal-Orozco MF, Salas-Salvado J, et al. Diseño y validación de un cuestionario para evaluar el comportamiento alimentario en estudiantes mexicanos del área de la salud. *Nutr Hosp*. 2014;30(1): 153-164.
 17. Cárdenas CB. Construcciones culturales del sabor. *Anales de Antropología*. 2014;48(1): 33-57.
 18. Azrin A, Aishath N, Al H, Hani N, Azreena M, Fatima M, et al. Knowledge, attitude and practice regarding healthy diet and physical activity among overweight or obese children. *Int J Public Heal Clin Sci*. 2018;5(4): 254–66.
 19. Daud NM, Fadzil NI, Yan LK, Aida I, Makbul A. Knowledge, attitude and practice regarding dietary fibre intake among Malaysian rural and urban adolescents. *Mal J Nutr*. 2018;24(1): 77–88.
 20. Rivas PS, Saintila J, Rodríguez VM, Calizaya-Milla E. Evaluación de los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación saludable en una población adolescente peruana: Un estudio transversal. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2021;27(2):105-110.
 21. Triches RM, Giugliani ERJ. Obesity, eating habits and nutritional knowledge among school children. 2005;39(4): 541–7.
 22. Lima-Filho DO, Quevedo-Silva F, Coelho ES, Da Silva WR. Criterios de selección y de consumo alimentarios en pequeñas ciudades de Brasil. *Universidad del Centro Educativo Latinoamericano*. 2016;19(37): 123-135.
 23. Théodore FL, Blanco-García I, Juárez-Ramírez C. ¿Por qué tomamos tanto refresco en México? Una aproximación desde la interdisciplina. *Interdisciplina*. 2019;7(19): 19-45. DOI: <http://dx.doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2019.19.70286>
 24. Pacheco R. Agua embotellada en México: la privatización del suministro a la mercantilización de los recursos hídricos. *Espiral (Guadalaj)*. 2015;22(63): 221-263.
 25. Gómez DY, Velázquez RE. Salud y cultura alimentaria en México. *Revista Digital Universitaria*. 2019;20(1): 1-11.
 26. Frank SM, Jacks LM, Batis C, Vanderlee L, Taillie LS. Patterns of Red and Processed Meat Consumption across North America: A Nationally Representative Cross-Sectional

- Comparison of Dietary Recalls from Canada, Mexico, and the United States. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(1): 1-13. DOI: 10.3390/ijerph18010357
27. Consejo Mexicano de la Carne. Compendio Estadístico 2019. México: Consejo Mexicano de la Carne. https://comecarne.org/wp-content/uploads/2020/05/Compendio_Estadistico_2019.pdf
28. Campos RN, Reyes LI. Preferencias Alimentarias y su Asociación con Alimentos Saludables y No Saludables en Niños Preescolares. *Acta de Investigación Psicológica*. 2014;4(1): 1385-1398.
29. Otzen T, Manterola C. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int J Morphol*. 2017;35(1): 227–232.
30. Morales PA, Rodríguez RI, Massip NJ, Sardinas AM, Balado SR y Morales VL. Preferencias y conductas alimentarias en adolescentes de secundaria básica. *Revista Cubana de Pediatría*. 2021;93(2): e968.
31. Arboleda ML y Villa AP. Preferencias alimentarias en los hogares de la ciudad de Medellín, Colombia. *Saude soc*. 2016;25(3). DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902016149242>
32. Secretaria de Salud. Encuesta Nacional de consumo de drogas, alcohol y tabaco 2016-2017 [Internet]. México.

