



Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante

Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria

Convocatoria
2021-22

Memòries del Programa de Xarxes de investigació en docència universitària

Convocatòria
2021-22

Satorre Cuerda, Rosana (Coordinación)
Menargues Marcilla, María Asunción; Díez Ros, Rocío; Pellín Buades, Neus (Eds.)

UA

UNIVERSITAT D'ALACANT
UNIVERSIDAD DE ALICANTE

Vicerectorat de Transformació Digital
Vicerrectorado de Transformación Digital
Institut de Ciències de l'Educació
Instituto de Ciencias de la Educación

Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria. Convocatoria 2021-22 / Memòries del Programa de Xarxes d'investigació en docència universitària. Convocatòria 2021-22

Organització: Institut de Ciències de l'Educació (Vicerectorat de Transformació Digital) de la Universitat d'Alacant/ Organización: Instituto de Ciencias de la Educación (Vicerrectorado de Transformación Digital) de la Universidad de Alicante

Edició / Edición: Rosana Satorre Cuerda (Coord.), Asunción Menargues Marcilla, Rocío Díez Ros, Neus Pellin Buades

Revisió i maquetació: ICE de la Universitat d'Alacant/ Revisión y maquetación: ICE de la Universidad de Alicante

Primera edició / Primera edición: desembre 2022

© De l'edició/ De la edición: Rosana Satorre Cuerda, Asunción Menargues Marcilla, Rocío Díez Ros & Neus Pellin Buades

© Del text: les autores i autors / Del texto: las autoras y autores

© D'aquesta edició: Universitat d'Alacant / De esta edición: Universidad de Alicante

ice@ua.es

Memorias del Programa de Redes de investigación en docencia universitaria. Convocatoria 2021-22 / Memòries del Programa de Xarxes d'investigació en docència universitària. Convocatòria 2021-22

© 2022 by Universitat d'Alacant / Universidad de Alicante is licensed under CC BY-NC-ND 4.0

ISBN: 978-84-09-45382-5

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser realitzada amb l'autorització dels seus titulars, llevat de les excepcions previstes per la llei. Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra. / Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Producció: Institut de Ciències de l'Educació (ICE) de la Universitat d'Alacant / Producción: Instituto de Ciencias de la Educación (ICE) de la Universidad de Alicante

Aquesta publicació s'ha fet seguint les directrius d'accessibilitat UNE-EN 301549:2020 / Esta publicación se ha hecho siguiendo las directrices de accesibilidad UNE-EN 301549:2020.

EDITORIAL: Les opinions i continguts dels treballs publicats en aquesta obra són de responsabilitat exclusiva de les autores i dels autors. / Las opiniones y contenidos de los trabajos publicados en esta obra son de responsabilidad exclusiva de las autoras y de los autores.

76. Adherencia a la dieta mediterránea y prevención de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de primer curso del grado de nutrición humana y dietética

Alejandro Martínez-Rodríguez¹; Laura Miralles-Amorós¹; Juan Antonio Sánchez-Sáez²; Jacobo Ángel Rubio-Arias³; Domingo J Ramos-Campos⁴; Javier Sánchez-Sánchez⁵; Lorena Vidal-Martínez¹; Natalia Martínez-Amorós¹; Cheikh Moussa Chraiteh Al-Cheiktha-Kamela¹; María Martínez-Olcina¹

amartinezrodriguez@ua.es; laura.miralles@ua.es; jasanchezsaez@ucam.edu; jararias@ual.es; djramos@ucam.edu; javier.sanchez2@universidadeuropea.es; lorena.vidal@ua.es; martinez.amoros@ua.es; kamila.cheikh@ua.es; maría.martinezolcina@ua.es

¹Facultad de Ciencias. Universidad de Alicante.

²Facultad de Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia.

³Facultad de Educación. Universidad de Almería.

⁴Facultad de Educación. Universidad de Alcalá de Henares.

⁵Facultad de Deporte. Universidad Europea de Madrid.

Resumen

La etapa universitaria es un buen momento para promover estrategias de alimentación saludable. Los cambios sociológicos y culturales que sufren los estudiantes los llevan a saltarse comidas, ingesta de comida rápida,

alimentos hipercalóricos, siendo la adherencia a la Dieta Mediterránea baja. Los profesionales relacionados con la alimentación, como los nutricionistas y dietistas, además, son considerados población de riesgo en desarrollar trastornos alimentarios, debido al amplio conocimiento que poseen, pudiendo utilizarlo tanto para buena como para mala praxis. El contexto de la investigación fue el alumnado de primer curso del Grado en Nutrición Humana y Dietética. El objetivo de la investigación fue analizar el efecto de factores de adherencia a la dieta mediterránea, de composición corporal y trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes del grado de nutrición humana y dietética, comparar los resultados en función del porcentaje de masa grasa y establecer correlaciones entre variables. Los resultados muestran que las mujeres que mayor autocontrol y restricción dietética presentan son las que menor porcentaje de masa grasa tienen. La prevalencia de estudiantes con bajo peso es de 8,49% mientras que de sobrepeso y/o obesidad es de 10,38%. De forma general la adherencia a la dieta mediterránea es adecuada en hombres y debe mejorar ligeramente en las mujeres.

Palabras clave: Estudiantes de Nutrición, Trastornos de la Conducta Alimentaria, Composición corporal, Masa Grasa, Adherencia a la Dieta Mediterránea.

1. Introducción

1.1 Problema o cuestión específica del objeto de estudio

Es necesario definir los mecanismos de aparición de las enfermedades y la participación que tienen en ellos los aspectos subjetivos, sociales y biológicos. Además, es esencial que las ciencias sociales participen activamente en la comprensión, definición y estimulación de la prevención de las enfermedades tanto como las ciencias médicas.

La difusión de las intervenciones en materia de trastornos alimentarios en el ámbito universitario puede ser una forma potencial de reducir la incidencia de los trastornos alimentarios subumbrales, y potencialmente integrales. Trasladar a los estudiantes la importancia de una buena educación dietético-nutricional, que se transforme en un adecuado estado nutricional, les ayudará a ser futuros promotores de estos hábitos en los pacientes y grupos con los que trabajen.

1.2 Revisión de la literatura

La población universitaria está sujeta a varios cambios sociológicos y culturales. Muchos alumnos se alejan del núcleo familiar y se hacen responsables de sus propios hábitos alimentarios, comprando alimentos, preparando sus menús y organizando horarios de comidas (Trindade et al., 2019; Vila-Martí et al., 2021) especially teenage and college women. The first year of college is a critical period, as students acquire freedoms that can lead to poor eating habits. During this first year, students usually gain weight. The aims of this project are to analyze the risk of developing eating disorders, the composition and dietary intake and the changes in the body composition of two groups of college students (independent from the family nucleus or still living within the family. Todo esto puede llevar a saltarse comidas de forma habitual, preferir la comida rápida, consumir alcohol, fumar y, finalmente, favorecer la aparición de trastornos de la conducta alimentaria (TCA), cambios en el peso y composición corporal (Vila-Martí et al., 2021).

Una dieta saludable, como la dieta mediterránea, es uno de los principales factores de alerta de la obesidad o enfermedades no transmisibles (Guasch-Ferré et al., 2017). La etapa universitaria es un buen momento para promover estrategias de alimentación saludable, ya que el aumento del consumo de dietas hipercalóricas e inestables muestra una escasa adherencia a la Dieta Mediterránea de los estudiantes (Vila-Martí et al., 2021). Un estudio llevado a cabo en 597 estudiantes universitarios de entre 17 y 20 años en el sur de España arrojaba que el 21,9% debía mejorar su dieta (San Román Mata et al., 2018).

Los TCA se asocian con varias alteraciones fisiológicas, comorbilidades y un mayor riesgo de mortalidad (Sim et al., 2010). La tasa de mortalidad de las personas con TCA es la más alta entre todas las enfermedades psiquiátricas, y se estima que es doce veces mayor que la tasa por otras causas para las mujeres de 15 a 24 años (Jahrami et al., 2019). Los porcentajes de detección de TCA en diferentes poblaciones varían, encontrándose España con una de las tasas más elevadas del (20,8%) (Sepulveda et al., 2008).

Freitas et al. (Freitas et al., 2017) informaron que los profesionales relacionados con la alimentación, como los nutricionistas y dietistas, deben considerarse en riesgo de desarrollar trastornos alimentarios. Teniendo en cuenta el impacto de este tema en el desempeño de estos profesionales de la salud, es relevante estudiar la conducta alimentaria en esta población.

Se desconoce si la mayor prevalencia de los trastornos alimentarios se debe a una mayor asistencia a cursos de nutrición o dietética por parte de individuos motivados por sus experiencias en alimentación y control de peso; o el contacto con estos temas durante el curso y la creencia de que la buena apariencia es importante para el éxito profesional futuro es la fuente de este problema (Freitas et al., 2017).

Algunos estudios han analizado la relación entre los TCA y la composición corporal en estudiantes de nutrición, sin embargo, el análisis se limita únicamente al Índice de Masa Corporal (IMC) o relaciones cintura/cadera, sin incidir más en otras variables como son el porcentaje (%) de masa grasa (MG) o masa muscular (MM) (Gropper et al., 2014; Plichta & Jezewska-Zychowicz, 2019; Rouzitalab et al., 2015; Vila-Martí et al., 2021)unhealthy weight control methods, and eating disordered symptoms have risen among college students. OBJECTIVES: The aim of this study was to examine disordered eating attitudes and their relationship with anthropometric and body composition indices in physical education students in Tabriz, the capital of East Azerbaijan province, Iran. PATIENTS AND METHODS: This cross-sectional study was conducted on 210 physical education students, 105 males and 105 females aged 18 to 25, who were selected by systematic random sampling from physical education faculty of Tabriz University in Tabriz, Iran, in 2013. Eating attitude test (EAT-26).

Todas estas circunstancias condicionan la necesidad de que los docentes investiguen sobre la situación actual de los hábitos alimentarios, composición corporal y el riesgo de padecer TCA en esta comunidad, para poder introducir de manera innovadora estos conocimientos y transferir al alumnado la importancia de una buena educación dietético-nutricional que se transforme en un adecuado estado nutricional, convirtiéndose en promotores de estos hábitos hacia los sujetos y colectivos con los que se trabajen.

1.3 Propósitos u objetivos

Los objetivos de esta red fueron: A) Analizar el efecto de factores de adherencia a la dieta mediterránea, de composición corporal y trastornos del comportamiento alimentario en estudiantes del grado de nutrición humana y dietética. B) Estudiar la comparativa entre los estudiantes de primer curso en función del compartimento graso. C) Estudiar las posibles relaciones entre el % de MG, los trastornos de la conducta alimentaria y la composición corporal del alumnado del grado de

nutrición humana y dietética. D) Transferir al alumnado la importancia de una buena educación dietético-nutricional, que se transforme en un adecuado estado nutricional, para que luego sean promotores de estos hábitos en pacientes y colectivos con los cuales trabajen.

2. Método

2.1. Descripción del contexto y de los participantes

La investigación se realizó durante el primer semestre del curso 2021 - 2022 en la Universidad de Alicante. Participaron un total de 107 estudiantes de primer curso de nutrición y dietética; 24 hombres ($20,2 \pm 6,91$ años) y 83 mujeres ($19,6 \pm 3,53$ años), representaron porcentualmente a esta población en un 23% y 77%, respectivamente. Se excluyeron los estudiantes que no habían asistido a las prácticas, por lo que no pudieron realizar las mediciones de composición corporal. El estudio se realizó de acuerdo con la Declaración de Helsinki. Todos los procedimientos fueron previamente aprobados por el Comité de Ética de la Universidad de Alicante (UA-2021-03-11).

2.2. Instrumento

Para analizar el grado de distorsión de la imagen corporal se utilizó el cuestionario EAT 26 (Constaín et al., 2014). Consta de 26 ítems divididos en 3 escalas: escala de dietas (restricción alimentaria y la obsesión por perder peso), escala de bulimia (uso de conductas de atracones/vómitos inducidos y pensamientos sobre la comida) y preocupación por la comida y escala de control oral (autocontrol de la ingesta de alimentos y la presión del entorno para perder peso) (Constaín et al., 2014). Estos resultados fueron presentados a los estudiantes de nutrición y dietética en términos de contribuir a su auto-percepción sobre los diferentes comportamientos relacionados con los trastornos alimentarios. Y luego, utilizar ese hecho como una acción didáctica innovadora para desarrollar una integración de conocimientos sobre los hábitos alimenticios para prevenir los trastornos de la alimentación en los futuros pacientes.

La adherencia a la DM se evaluó mediante el cuestionario de 14 ítems previamente validado para la evaluación de la prevención con dieta mediterránea

(PREDIMED) (Martínez-González et al., 2012) a better quality of the diet (for example, conformity to the Mediterranean diet. Se asignó una puntuación de 1 y 0 para cada ítem; la puntuación total de PREDIMED se calculó de la siguiente manera: puntuación 0-5, baja adherencia; puntuación 6-9, adherencia media; puntuación >10, mayor adherencia (Martínez-González et al., 2012) a better quality of the diet (for example, conformity to the Mediterranean diet.

Para medir la composición corporal se utilizó el Biodyxpert® (La Ciotat, Francia). Este impedanciómetro permite un análisis preciso de la composición corporal con tecnología profesional de mano/pie, multifrecuencia y multialgoritmo. Consiste en hacer pasar una corriente eléctrica alterna de baja intensidad a través del cuerpo y medir la oposición de los tejidos al paso de esta corriente. El valor de las impedancias, el ángulo de fase, las re-sistencias y las reactancias recogidas por el aparato de medición permiten, gracias a los algoritmos, determinar los compartimentos corporales atravesados por la corriente y proporcionan una composición corporal detallada. La corriente utilizada es de muy baja intensidad y totalmente indolora.

2.3. Descripción de la experiencia / Procedimiento

Se realizó un estudio transversal. Se analizó el riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria (cuestionario EAT-26), la adherencia a la dieta mediterránea (cuestionario PREDIMED) y la composición corporal medida con Biodyxpert®.

En el caso de los cuestionarios, fueron completados por los estudiantes a través de un cuestionario de google forms. Un nutricionista cualificado analizó ambos cuestionarios y calculó las puntuaciones.

El análisis de la composición corporal se realizó de forma presencial, en las prácticas de Fundamentos de Nutrición y Dietética de 1º de carrera. Además, en la última práctica se les dio una charla complementaria a lo estudiado en clase, para concienciarles de la importancia de una buena educación dietético-nutricional.

Para el análisis de los resultados se utilizó el software estadístico JAMOVI (Sídney, Australia) en su versión para Mac. Los estadísticos descriptivos y el análisis inferencial se realizaron con la prueba de Shapiro-Wilk, para establecer la distribución de normalidad. Posteriormente, se realizaron comparaciones

de medias independientes mediante ANOVA para conocer si había diferencias entre los diferentes grupos en función del % graso, tanto en hombres y mujeres. Además, se hizo un análisis post hoc. En el caso de la variable PREDIMED también se hizo una comparación de medias independientes mediante la prueba T para conocer las diferencias entre sexos. Finalmente se establecieron modelos de regresión para poder elaborar modelos predictivos entre las variables. Para todo ello, se estableció un nivel de significación $p < 0,05$.

3. Resultados

La distribución de la muestra se hizo por sexo y % de grasa. En la tabla 1 se muestra las características de cada grupo en función del sexo.

Tabla 1. Distribución de la muestra en función del % graso.

	Mujeres	Hombres
Grupo 0	< 21	< 8
Grupo 1	21 - 33	8 - 20
Grupo 2	> 33	> 20

< menor; > mayor

En el caso de las mujeres (tabla 2), para las variables peso e IMC, se observaron diferencias significativas tanto entre el grupo 0 y 1 ($p=0,002$ y $p>0,001$ respectivamente); grupo 0 y 2 ($p<0,001$ y $p<0,001$) como grupo 1 y 2 ($p<0,001$ y $p<0,001$), siendo menor el valor del grupo 0 < grupo 1 < grupo 2 en ambos casos. En cuanto a la MM esquelética total (kilogramos) y de los miembros, el grupo 2 mostraba valores significativamente superiores tanto respecto al grupo 0 ($p<0,001$) como al grupo 1 ($p<0,001$). Ocurre lo contrario en la variable hidratación sin grasa (%), donde el grupo 2 muestra valores significativamente inferiores respecto al grupo 0 ($p<0,001$) como al grupo 1 ($p=0,002$).

En los hombres (tabla 3), sólo había diferencias estadísticamente significativas en las variables IMC; el grupo 2 respecto al 0 ($p=0,003$) y al 1 ($p=0,008$). También en las variables MG en hidratación constante (%) y MG bruta (kg); el grupo 2 presenta valores superiores tanto al 0 como al 1 ($p<0,001$).

Tabla 2. Estadísticos descriptivos (media \pm desviación estándar) composición corporal mujeres.

	GRUPO 0 (n=11)		GRUPO 1 (n=61)		GRUPO 2 (n=10)		p
	MEDIA	DS	MEDIA	DS	MEDIA	DS	
MG hidratación constante (%)	17,9	3,29	26,7	3,06	36,1	3,05	<,001
MG bruta (Kg)	8,64	1,5	15,9	3,42	29,3	8,56	<,001
MME (Kg)	19,6	3,11	20,9	2,05	24,5	3,76	<,001
MME miembros (Kg)	14,9	2,37	15,8	1,55	18,6	2,86	<,001
Hidratación sin grasa (%)	69,4	2,34	68,7	1,76	66,4	2,71	0,002
Agua total (L)	27,8	3,46	29,2	2,26	32,7	5,12	<,001

DS= desviación estándar; n= número sujetos de cada grupo; MG= masa grasa; %= porcentaje; kg= kilogramos; MME= masa muscular esquelética; L= litros

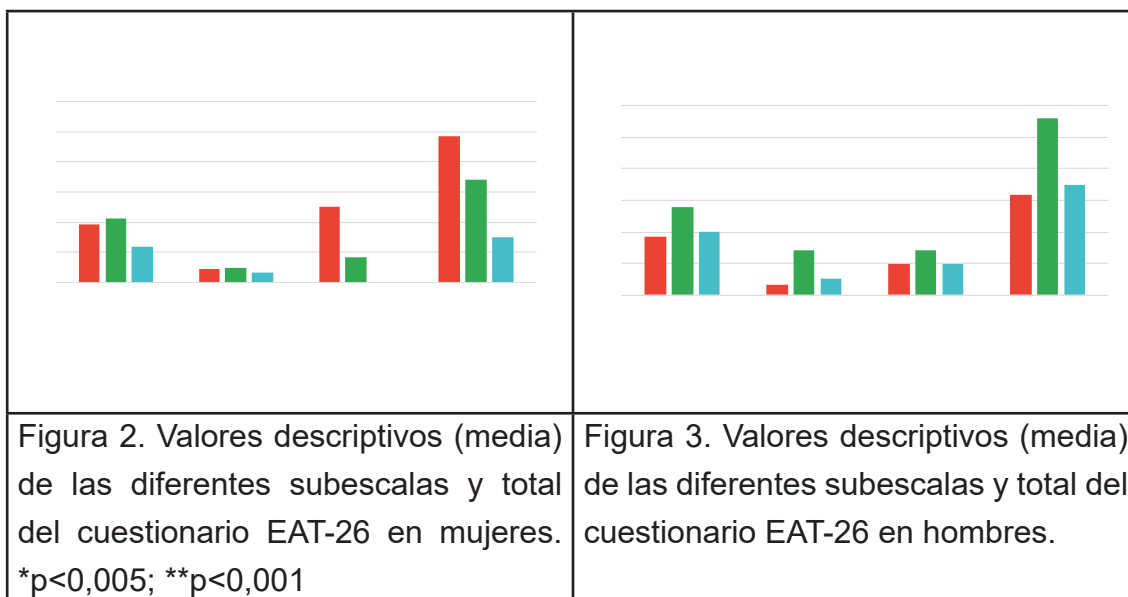
Tabla 3. Estadísticos descriptivos (media \pm desviación estándar) composición corporal hombres.

	GRUPO 0 (n=11)		GRUPO 1 (n=61)		GRUPO 2 (n=10)		p
	MEDIA	DS	MEDIA	DS	MEDIA	DS	
MG hidratación constante (%)	8,91	5,07	13,7	3,35	26,3	3,96	<,001
MG bruta (Kg)	5,83	4,26	9,43	3,05	21,6	9,05	<,001
MME (Kg)	29	3,86	30,5	2,85	30,2	7,88	0,84

MME miembros (Kg)	22	2,94	23,3	2,26	22,9	5,99	0,794
Hidratación sin grasa (%)	69,6	0,81	70,7	1,31	69,5	0,794	0,119
Agua total (L)	38,1	4,65	40,8	3,74	40,5	9,45	0,704

DS= desviación estándar; n= número sujetos de cada grupo; MG= masa grasa; %= porcentaje; kg= kilogramos; MME= masa muscular esquelética; L= litros

Tras analizar las diferencias en las diferentes subescalas del EAT-26 en las mujeres (figura 2), se observaron diferencias estadísticamente significativas para la variable control oral, observándose valores superiores en el grupo 0 tanto respecto al grupo 1 ($p=0,006$) como al grupo 2 ($p<0,001$). En el caso de los hombres (figura 3) no hubo diferencias significativas.



En cuanto al PREDIMED, no se observaron diferencias significativas entre grupos ni en la muestra de mujeres ni en la de hombres. En general los hombres presentan una adherencia a la dieta mediterránea mayor que las mujeres $8,16\pm 2,12$ y $7,29\pm 1,75$, respectivamente. En la figura 4 se muestran los resultados por grupo en función del sexo.

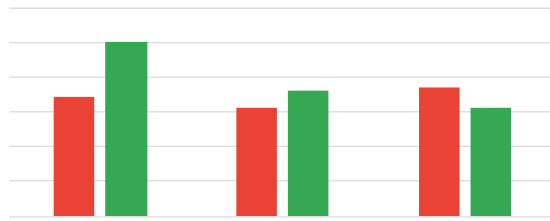


Figura 4. Valores descriptivos (media) de del cuestionario PREDIMED por grupo y sexo.

Tras correlacionar las diferentes variables incluidas en la investigación, en el caso de las mujeres, cabe destacar las correlaciones significativas entre la subescala control oral y diferentes variables de composición corporal. Se observaron correlaciones negativas entre esta subescala y las variables peso ($p=0,002$); IMC ($p<0,001$); MG en hidratación constante (%) ($p<0,001$); MG bruta (kg) ($p<0,001$); MME (kg) ($p=0,034$); MME de los miembros ($p=0,034$). Sin embargo, la correlación con la hidratación sin grasa (%) fue positiva ($p=0,044$). En el caso de los hombres no hay ninguna correlación entre las variables de composición corporal y los diferentes cuestionarios.

4. Conclusiones

Del total de estudiantes que participaron, ninguno presentó un alto riesgo de trastornos alimentarios ($EAT \geq 20$). El 8% de los participantes tenían puntuaciones > 15 puntos en el sumatorio total. Estos porcentajes se pueden comparar con lo que se ha encontrado en estudios previos, donde el riesgo oscila entre el 9 % y el 15 % entre estudiantes universitarios de ambos sexos (Z. Yu & Tan, 2016). La importancia de la investigación en cuando a hábitos alimentarios y percepción de la imagen corporal se refiere, en esta población, recae por el conocimiento de estrategias y patrones tanto adecuadas como inadecuadas. Los alumnos/as pueden utilizar toda esta información tanto para usarla de forma correcta como incorrecta. En investigaciones anteriores se ha visto que estudiantes de la carrera de nutrición no tenían mayor riesgo de trastornos alimentarios ni diferían

en los comportamientos de las subescalas, en comparación con los estudiantes de otras carreras (Gonidakis et al., 2009). Sin embargo, esto no siempre es así, también se ha visto que los que las estudiantes de nutrición y dietética tenían niveles más altos de actitudes y comportamientos alimentarios desordenados, sobre todo en cuando a restricción dietética se refiere (Korinth et al., 2010; Poínhos et al., 2015). En la presente investigación se observó que las mujeres que menor % de MG tenían, presentaban mayores puntuaciones en la escala control oral, por lo que son el grupo que mayor autocontrol de la ingesta de alimentos y la presión del entorno para perder peso presentan.

En cuanto al análisis de la composición corporal, la prevalencia de sobrepeso fue de 5,66%, de obesidad 1,89% y de obesidad tipo I un 2,83%. No obstante, cabe destacar que el 8,49% de la muestra estaba en bajo peso. Como el IMC tiene una especificidad inherentemente baja (Vanderwall et al., 2018), se realizaron mediciones apropiadas de composición corporal. Del total el 12,19% de mujeres y el 16,6% de los hombres presentaban un exceso de masa grasa (>33% y 20% mujeres y hombres, respectivamente).

Parece que un bajo porcentaje de masa grasa se relaciona con mayor autocontrol en la ingesta. De forma general la adherencia a la dieta mediterránea es adecuada en hombres y debería mejorar ligeramente en el caso de muchas de las mujeres.

A partir de esta investigación se irá haciendo un seguimiento de los estudiantes para poder observar cómo cambia la percepción, los hábitos y la composición corporal, pudiendo llevar a cabo un estudio de cohorte de todos los alumnos que pasan por el Grado. De esta forma se promueve un mayor conocimiento de aspectos dietético-nutricionales que pueden adoptar en su vida diaria y transferir a sus futuros pacientes.

5. Tareas desarrolladas en la red

Se enumerará cada uno de los componentes y se detallarán las tareas que ha desarrollado en la red.

Participante de la red	Tareas que desarrolla
Alejandro Martínez Rodríguez A.M.R	Realizar cuestionario formato google forms; Pasar los cuestionarios a formato online; Informe final de resultados; Medición de la composición corporal (CC); Informe final de resultados
Laura Miralles Amorós L.M.A	Medición de la composición corporal (CC)
Juan Antonio Sánchez Sáez J.A.S.S	Realizar cuestionario formato google forms; Pasar los cuestionarios a formato online
Cheikh Moussa Chraiteh Al-Cheiktha-Kamela C.M.C.A.K	Tratamiento y análisis de datos
Jacobo Ángel Rubio Arias J.A.R.A	Tratamiento y análisis de datos
Domingo Jesús Ramos Campos D.J.R.C	Tratamiento y análisis de datos
Javier Sánchez Sánchez J.S.S.	Realizar cuestionario formato google forms; Pasar los cuestionarios a formato online
María Martínez Olcina M.M.O	Medición de la composición corporal (CC)
Lorena Vidal Martínez L.V.M	Medición de la composición corporal (CC); Informe final de resultados
Natalia Martínez Amorós N.M.A	Medición de la composición corporal (CC)

El presente trabajo ha contado con una ayuda del Programa de Redes de

investigación en docencia universitaria del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Alicante (convocatoria 2021-22). Ref.: 5628.

6. Referencias bibliográficas

- Constaín, G. A., Ricardo Ramírez, C., Rodríguez-Gázquez, M. de L. Á., Alvarez Gómez, M., Marín Múnera, C., & Agudelo Acosta, C. (2014). Diagnostic validity and usefulness of the Eating Attitudes Test-26 for the assessment of eating disorders risk in a Colombian female population. *Atencion primaria*, 46(6), 283–289. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2013.11.009>
- Freitas, D., Oliveira, B. M., Correia, F., Pinhão, S., & Poínhos, R. (2017). Eating behaviour among nutrition students and social desirability as a confounder. *Appetite*, 113, 187–192. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.02.036>
- Gonidakis, F., Sigala, A., Varsou, E., & Papadimitriou, G. (2009). A study of eating attitudes and related factors in a sample of first-year female Nutrition and Dietetics students of Harokopion University in Athens, Greece. *Eating and Weight Disorders : EWD*, 14(2–3), e121-7. <https://doi.org/10.1007/BF03327809>
- Grammatikopoulou, M. G., Gkiouras, K., Markaki, A., Theodoridis, X., Tsakiri, V., Mavridis, P., Dardavessis, T., & Chourdakis, M. (2018). Food addiction, orthorexia, and food-related stress among dietetics students. *Eating and Weight Disorders : EWD*, 23(4), 459–467. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0514-1>
- Gropper, S. S., Arsiwalla, D. D., Lord, D. C., Huggins, K. W., Simmons, K. P., & Ulrich, P. V. (2014). Associations among eating regulation and body mass index, weight, and body fat in college students: the moderating role of gender. *Eating Behaviors*, 15(2), 321–327. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.04.002>
- Guasch-Ferré, M., Merino, J., Sun, Q., Fitó, M., & Salas-Salvadó, J. (2017). Dietary Polyphenols, Mediterranean Diet, Prediabetes, and Type 2 Diabetes: A Narrative Review of the Evidence. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, 2017, 6723931. <https://doi.org/10.1155/2017/6723931>
- Jahrami, H., Sater, M., Abdulla, A., Faris, M. A.-I., & AlAnsari, A. (2019). Eating disorders risk among medical students: a global systematic review and meta-analysis. *Eating and Weight Disorders : EWD*, 24(3), 397–410. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-0514-1>

- Korinth, A., Schiess, S., & Westenhoefer, J. (2010). Eating behaviour and eating disorders in students of nutrition sciences. *Public Health Nutrition*, *13*(1), 32–37. <https://doi.org/10.1017/S1368980009005709>
- Martínez-González, M. A., García-Arellano, A., Toledo, E., Salas-Salvadó, J., Buil-Cosiales, P., Corella, D., Covas, M. I., Schröder, H., Arós, F., Gómez-Gracia, E., Fiol, M., Ruiz-Gutiérrez, V., Lapetra, J., Lamuela-Raventos, R. M., Serra-Majem, L., Pintó, X., Muñoz, M. A., Wärnberg, J., Ros, E., & Estruch, R. (2012). A 14-item Mediterranean diet assessment tool and obesity indexes among high-risk subjects: the PREDIMED trial. *PloS One*, *7*(8), e43134. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0043134>
- Plichta, M., & Jezewska-Zychowicz, M. (2019). Eating behaviors, attitudes toward health and eating, and symptoms of orthorexia nervosa among students. *Appetite*, *137*, 114–123. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.02.022>
- Póinhos, R., Alves, D., Vieira, E., Pinhão, S., Oliveira, B. M. P. M., & Correia, F. (2015). Eating behaviour among undergraduate students. Comparing nutrition students with other courses. *Appetite*, *84*, 28–33. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.09.011>
- Rouzitalab, T., Pourghassem Gargari, B., Amirsasan, R., Asghari Jafarabadi, M., Farsad Naeimi, A., & Sanoobar, M. (2015). The Relationship of Disordered Eating Attitudes With Body Composition and Anthropometric Indices in Physical Education Students. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, *17*(11), e20727. <https://doi.org/10.5812/ircmj.20727>
- San Román Mata, S., Zurita Ortega, F., Martínez Martínez, A., Padial Ruz, R., Chacón Cuberos, R., & Linares Manrique, M. (2018). Adherencia a la Dieta Mediterránea en estudiantes universitarios del sur de España según factores sociales, académicos y religiosos. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, *22*(2), 141–148.
- Sepulveda, A. R., Carrobles, J. A., & Gandarillas, A. M. (2008). Gender, school and academic year differences among Spanish university students at high-risk for developing an eating disorder: an epidemiologic study. *BMC Public Health*, *8*, 102. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-102>
- Sim, L. A., McAlpine, D. E., Grothe, K. B., Himes, S. M., Cockerill, R. G., & Clark, M. M. (2010). Identification and treatment of eating disorders in the

primary care setting. *Mayo Clinic Proceedings*, 85(8), 746–751. <https://doi.org/10.4065/mcp.2010.0070>

Trindade, A. P., Appolinario, J. C., Mattos, P., Treasure, J., & Nazar, B. P. (2019). Eating disorder symptoms in Brazilian university students: a systematic review and meta-analysis. *Revista Brasileira de Psiquiatria (Sao Paulo, Brazil : 1999)*, 41(2), 179–187. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0014>

Vanderwall, C., Eickhoff, J., Randall Clark, R., & Carrel, A. L. (2018). BMI z-score in obese children is a poor predictor of adiposity changes over time. *BMC Pediatrics*, 18(1), 187. <https://doi.org/10.1186/s12887-018-1160-5>

Vila-Martí, A., Elío, I., & Sumalla-Cano, S. (2021). Eating Behavior during First-Year College Students, including Eating Disorders-RUVIC-RUNEAT-TCA Project. Protocol of an Observational Multicentric Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18). <https://doi.org/10.3390/ijerph18189457>

Yu, Z., & Tan, M. (2016). Disordered Eating Behaviors and Food Addiction among Nutrition Major College Students. *Nutrients*, 8(11). <https://doi.org/10.3390/nu8110673>