

Las creencias irracionales y las emociones orientan el consumo alimenticio de los universitarios sonorenses

Ehécatl Cabrera

27 de mayo de 2019



Entre estudiantes universitarios, las mujeres son más propensas de sufrir trastornos de alimentación

En Sonora existe una confrontación entre el modo de alimentación tradicional y la comida ofrecida por franquicias. En los últimos 10 años incrementaron de 3781 a 7123 establecimientos de comida rápida en la capital del estado, lo que ha modificado el consumo y el gusto de los sonorenses, afirmó Sandra Elvia Domínguez Ibañez, investigadora del Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo.

La comensalidad se ha desestructurado, se come frente a televisión y la computadora, se deja de cocinar, se pide comida a casa y se han perdido los hábitos tradicionales de comer en familia. Se observa una modificación de las creencias sobre los alimentos y las formas de consumirlos, refirió la investigadora.

Percepción y alimentación de los universitarios

Frente a este panorama, la académica presentó una investigación sobre creencias alimentarias en la que se indagó sobre la percepción alimenticia de jóvenes universitarios en Hermosillo, Sonora. En dicha investigación Domínguez Ibañez identificó como variables que influyen en las creencias juveniles sobre alimentación a las costumbres y prácticas familiares, las costumbres y practicas de pares, la modificación de la percepción sobre la imagen corporal y los mensajes en medios de comunicación.

Para evaluar las creencias de los universitarios sobre alimentación, la investigadora construyó tres escalas de creencias; las irracionales, o actitudes cognitivas distorsionadas que se ejemplifican en la frase “no puedo vivir sin comer helado”; las emociones, que otorgan significados y funciones a los alimentos, ejemplificadas con la frase “la felicidad puede alcanzarse con la comida”; y los conocimientos, donde se encuentra la información y las recomendaciones generadas desde las disciplinas especializadas como la nutrición.

Mediante la aplicación de cuestionarios a estudiantes de diversas carreras universitarias, Domínguez Ibañez encontró que, a pesar de que su papel como estudiantes se centra en la incorporación de conocimientos, los hábitos alimenticios de los universitarios sonorenses están guiados en mayor medida por creencias irracionales y emociones.

Mujeres y trastornos alimenticios

Al hacer una diferenciación en género, el estudio reveló que la mujeres padecen en porcentajes mas altos enfermedades relacionadas con la mala alimentación como gastritis, colitis y anemia. Asimismo, se observó que los hombres practican ejercicio por más tiempo en comparación con las mujeres y que ellas, en mayor

medida, basan sus hábitos alimentarios en creencias irracionales y emociones, a diferencia de los hombres que siguen creencias más racionales, afirmó la investigadora.

La investigación muestra una correlación negativa entre emociones y conocimientos. Se puede afirmar que, si predominan creencias emocionales, probablemente se verán reflejadas en problemas de salud, aceseró Domínguez Ibañez, y agregó que, los trastornos de alimentación afectan de manera distinta a hombres y mujeres, debido a la combinación de factores biológicos, psicológicos, familiares y personales.

La conferencia de Sandra Elvia Domínguez Ibañez se llevó a cabo el 24 de mayo de 2019 en el marco del seminario *Cultura y Representaciones Sociales*, coordinado por Gilberto Giménez, investigador del Instituto de Investigaciones Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), y Jorge A. González y Tommaso Gravante, investigadores del Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades de la UNAM. El video del evento se puede consultar en el siguiente enlace: https://www.youtube.com/watch?v=bbQ_DbpWqIc



Resonancias

Blog del Instituto de Investigaciones
Sociales de la UNAM

<https://iis.unam.mx/blog>

Contacto

Lic. Miriam Aguilar
Coordinadora de Difusión del IIS-UNAM
Correo: difusion.iis@unam.mx
Tel. 5622 7390

 [/iis-unam](https://twitter.com/iis-unam)

 [@iisUNAM](https://www.facebook.com/iisUNAM)

 [/user/canaliisunam](https://www.youtube.com/user/canaliisunam)