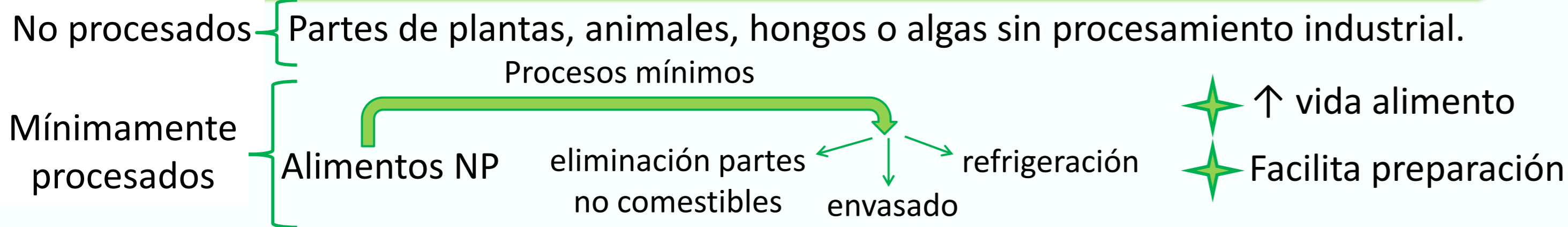


1. INTRODUCCIÓN

1.1. Tipos de alimentos según grado de procesamiento (sistema NOVA)

Grupo 1: Alimentos No Procesados o Mínimamente Procesados (NP ó MP)



Grupo 2: Ingredientes Culinarios Procesados (ICP)

Sustancias extraídas por la industria a partir de componentes de alimentos del grupo 1 o sustancias obtenidas de la naturaleza por procesos como el prensado, el refinamiento o el triturado.

Grupo 3: Alimentos Procesados (P)

Alimentos mínimamente procesados + ICP → ↑ duración y/o modificar-potenciar cualidades sensoriales

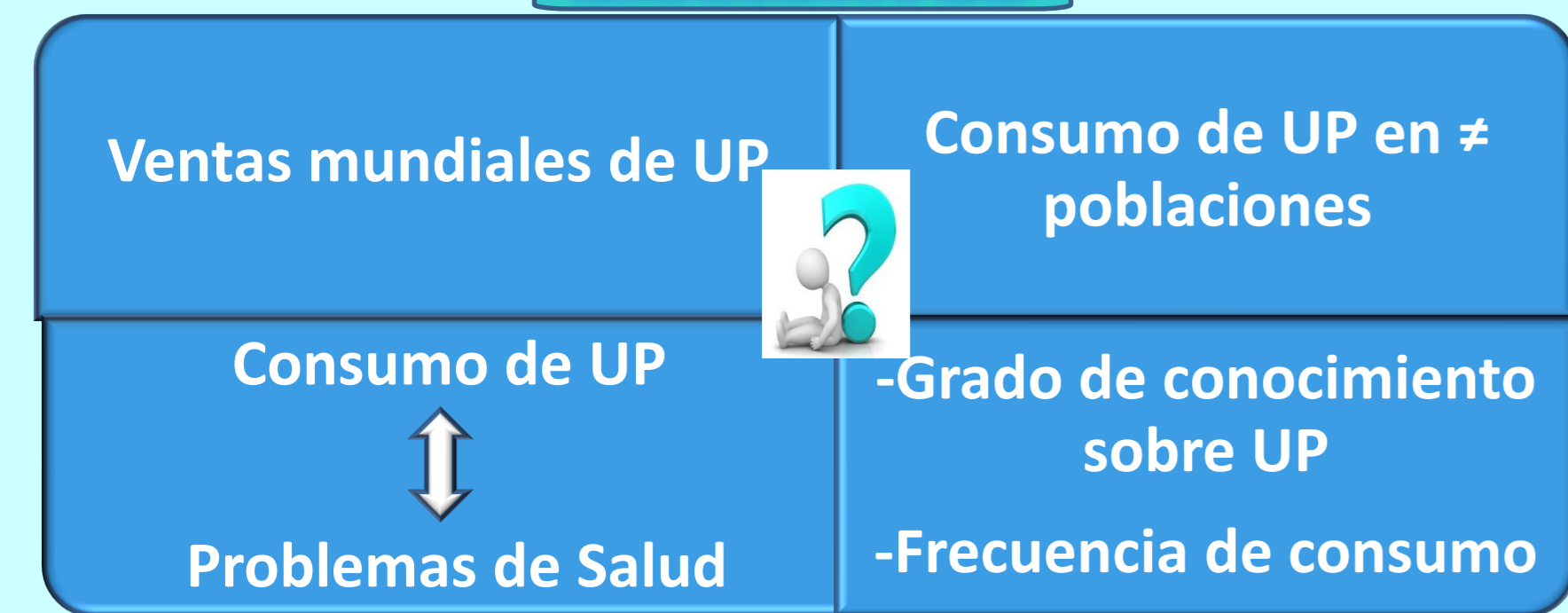
★ Grupo 4: Alimentos Ultra-Procesados (UP)

→ Sustancias derivadas del procesado: aceites hidrogenados, proteínas hidrolizadas...
 ≥5 ingredientes → ICP: azúcares, aceites, sal, grasas...
 → Aditivos: colorantes, edulcorantes artificiales, potenciadores del sabor...

1.2. Alimentos Ultra-Procesados



2. OBJETIVOS

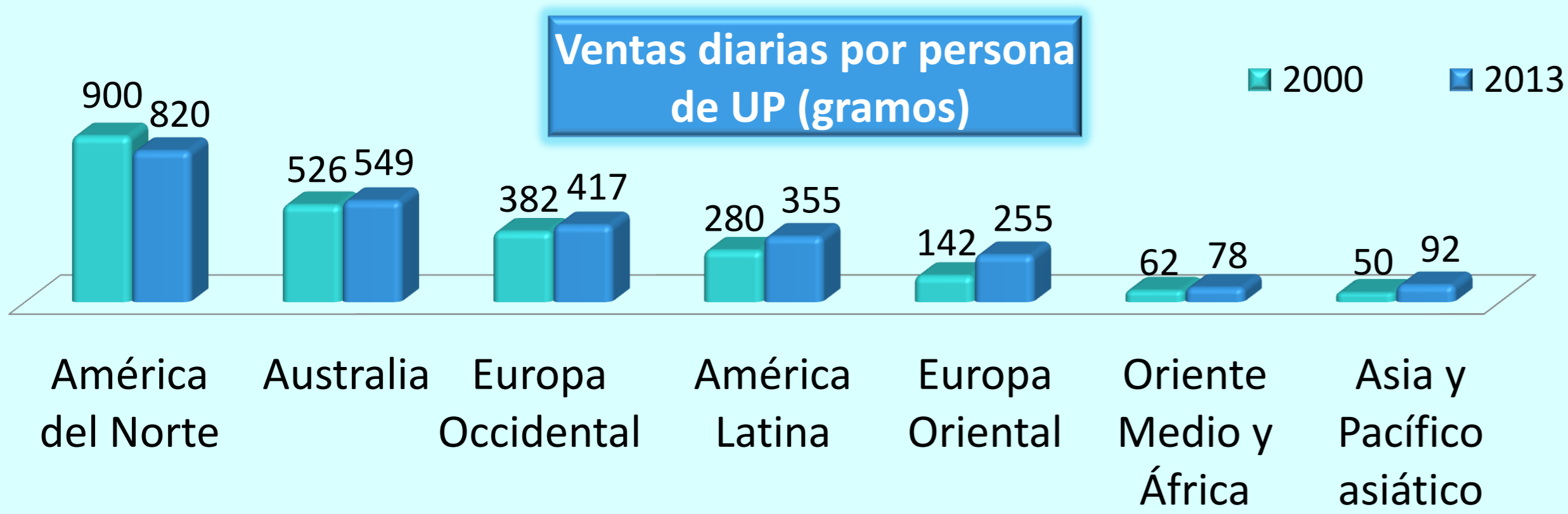


3. METODOLOGÍA



4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Ventas mundiales de Productos Ultra-Procesados



4.2. Consumo de Ultra-Procesados en distintas poblaciones

Región	BRASIL	MÉXICO	REINO UNIDO
Edad participantes	13-35 meses	1->20 años	Adultos
Contribución energética de P + UP a la dieta (%)	26%	36%	53%
Factores socio-demográficos relacionados con ↑ consumo UP	•Bajo nivel educativo •>16 meses	•Hombre •Bajo nivel laboral •Población más joven	•Área urbana •Medio-alto nivel socio-económico •Población más joven

4.3. Asociación entre el consumo de Ultra-Procesados y los problemas de salud

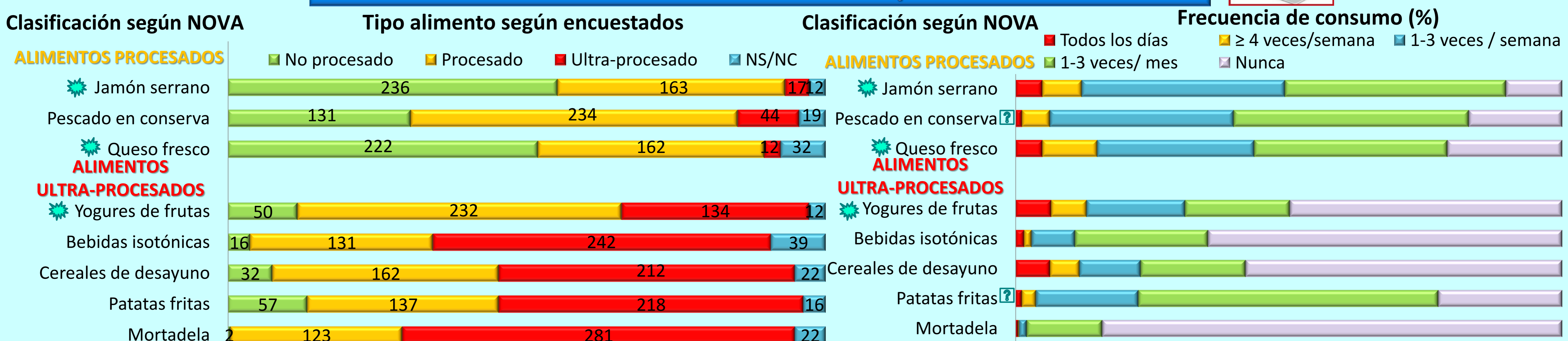
Patología	Asociación con el consumo de UP	Probabilidad de desarrollar la patología con un consumo ↑ de UP
SOBREPESO Y OBESIDAD	+	26%
HIPERTENSIÓN	+	21%
CÁNCER* (en general y de mama)	+	10%

Los mayores consumidores de Ultra-Procesados solían ser fumadores y sedentarios.

* No asociación entre consumo UP y cáncer de próstata y colorrectal.



4.4. Grado de conocimiento de los Ultra-Procesados y su frecuencia de consumo



5. CONCLUSIONES

- Las ventas de UP por persona y día han aumentado del año 2000 al año 2013 a nivel mundial excepto en América del Norte. Sin embargo, dicha región se sigue manteniendo como la que más UP compra al día.
- Los UP contribuyen al menos a una cuarta parte del total de las calorías ingeridas. Un mayor consumo de UP está relacionado con pertenecer a un bajo nivel socio-económico y estar englobado dentro de los grupos de población de menor edad.
- La ingesta de UP está directamente relacionada con el riesgo de desarrollar patologías como el sobrepeso y la obesidad, la hipertensión y el cáncer.
- Aún el grado de conocimiento sobre los UP es insuficiente. Los productos consumidos con más regularidad suelen coincidir con los peor categorizados.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Monteiro CA et al. NOVA. The star shines bright. [Food classification. Public health] World Nutrition. 2016, 7,1-3:28-38.
- Organización Panamericana de la Salud. Alimentos y bebidas ultra-procesados en América Latina: tendencias, efecto sobre la obesidad e implicaciones para las políticas públicas.
- Adams J, White M. Characterisation of UK diets according to degree of food processing and associations with socio-demographics and obesity(2008-12). International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2015. 12:160.
- Marrón-Ponce JA, Sánchez-Pimenta TG, da Costa Louzada ML, Batis C. Energy contribution of NOVA food groups and sociodemographic determinants of ultra-processed food consumption in the Mexican population. Public Health Nutrition. 21(1), 87-93.
- de Deus Mendonc R, Marçal Pimenta A, Gea A, de la Fuente-Arrillaga C, Martínez-Gonzalez MA, Souza Lopes AC and Bes-Rastrollo M. Ultraprocessed food consumption and risk of overweight and obesity: the University of Navarra Follow-Up (SUN) cohort study. American Journal of Hypertension. 1 April 2017. 30 (4) ,358-366.
- Fiolet T, Srour B, Sellem L, Kesse-Guyot E, Allès B, Méjean C, Deschasaux M, Fossier P, Latino-Martel P, Beslay M, Herberg S, Lavalette C, Monteiro CA, Chantal J, Touvier M. Consumption of ultra-processed foods and cancer risk: results from NutriNet-Santé prospective cohort. BMJ. 14 February 2018; 36.