

El significado de la comida en deportistas de competición

Afonso Delgado, Saray

Trabajo de Fin de Grado de Psicología

Facultad de Psicología y Logopedia, Universidad de La Laguna

Curso académico 2019/2020

Tutorizado por:

Suárez Rodríguez, Ernesto Jesús

China Montesdeoca, Cristina

Índice

Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
Método	10
<i>Participantes</i>	10
<i>Procedimiento</i>	11
<i>Instrumentos</i>	11
Análisis de datos	13
Resultados	13
Discusión	18
Lista de referencias	21
Apéndices	23
<i>Apéndice 1</i>	23

Resumen

El significado atribuido a la comida debe ser interpretado como parte de la vida de las personas, con una carga semántica importante y sin limitarse a las demandas alimentarias de una situación determinada. Además, sirve como soporte de las conexiones percibidas por los individuos entre sus elecciones alimentarias y otros dominios de sus vidas no asociados a la nutrición.

Este proyecto está orientado hacia el estudio de la significación de la comida a partir de la comprobación de la estructura factorial de la escala MFLQ de Arbit, Ruby y Rozin (2017), adaptada al español por China, Suárez y Hernández (en prensa). El análisis factorial reveló la existencia de cinco factores: moral, espiritual, salud, social y estética, en coincidencia con la evidencia previa aportada por los autores de la escala.

Adicionalmente, se realizaron dos pruebas de diferencia de medias entre el significado de la comida y dos variables de agrupación: la práctica deportiva de competición y la realización de dicha práctica de manera individual o en equipo de las cuales se hallaron diferencias significativas en esta última con respecto al factor salud.

PALABRAS CLAVE: *significado de la comida, moral, espiritual, social, estética, salud, práctica deportiva de competición.*

Abstract

The meaning of food must be interpreted as a significant part of people's life, rather than be limited to the demands of a determined eating situation. Furthermore, it supports individuals' perceived connections between their food choices and other domains of their lives not associated with nutrition.

This project is oriented towards the study of the meaning of food based on the verification of the factor structure of the MFLQ scale by Arbit, Ruby and Rozin (2017), adapted to Spanish by China, Suárez and Hernández (in press). The factor analysis reports the existence of five domains: moral, sacred, healthy, social and aesthetics, according to the previous evidence provided by the authors of the scale.

In addition, two tests of mean difference were performed between the meaning of food and two grouping variables: competitive sports practice and the performance of such practice individually or in teams. Significant differences were found between the healthy meaning of food and the type of practice.

KEY WORDS: *meaning of food, moral, spiritual, social, aesthetic, health, competitive sport practice.*

Introducción

La alimentación, entendida como estrategia de producción y reproducción de la vida social, constituye un complejo sistema en el que interaccionan múltiples factores, por lo que no ha de entenderse de manera estática y/o aislada. (Aguilar, 2001). Más allá de la satisfacción de la necesidad fisiológica y nutricional, la alimentación humana adopta múltiples y variados sentidos subyacentes a la interacción de los individuos, de los sistemas de clasificación, sistemas normativos, prácticas e instituciones que nos definen como sociedad (Espeitx, 2006).

En primer lugar, es preciso definir el concepto del significado de la comida en la vida de las personas. En la fundamentación teórica de su estudio, Arbit (2017) expone que el significado de la comida mide el grado en que las personas entienden los alimentos con carga semántica. En este sentido, permite interpretarlo como parte de la vida de la persona sin limitarse a las demandas alimentarias de una situación determinada. Asimismo, el significado de la comida sostiene explícitamente la conexión percibida por los individuos entre sus elecciones alimentarias y otros dominios vitales no relacionados con la nutrición.

Según Rozin (2005), la evolución cultural ha supuesto que la comida adquiriera otras funciones más allá de los aspectos nutricionales, abarcando un contexto más amplio y complejo. Así, la comida constituye un vehículo social que permite hacer distinciones y establecer lazos sociales. Además, cumple funciones simbólicas y morales y puede servir como medio de expresión estética.

La literatura científica no recoge un constructo claro que permita evaluar de manera sistemática la relación entre el significado otorgado a la comida y los distintos sistemas de creencias, valores y metas de las personas. No obstante, Arbit (2017) trata de delimitar el constructo mediante un cuestionario multidimensional sobre actitudes, motivaciones y comportamientos asociados a la comida. El análisis exploratorio del mismo revela cinco

dominios referidos al significado de la comida: moralidad, espiritualidad, salud, social y estética.

Las elecciones alimentarias están determinadas por multitud de factores individuales, sociales y medioambientales (Rankin, Bunting, Poinhos, van der Lans, Fischer, Kuznesof, Almeida, Markovina, Frewer y Stewart-Knox, 2018). En el caso del dominio moral, Arbit (2017) lo presenta como la manera en que las personas manifiestan las implicaciones éticas en sus elecciones alimentarias. Asimismo, se reflejan a través de estas elecciones su conexión con el medio y la naturaleza.

Según Lupton (1994, citado por Delaney y McCarthy, 2014) “toda la comida habita en un espacio moral”. El significado de la moral en la alimentación refleja una relación compleja entre la comida y el placer. En base a esto, se han hallado dos posiciones: o bien que la comida sea una fuente de placer, o bien, que deba ser tratada como una necesidad funcional y no placentera, asociada a la cultura, la religión y las expectativas saludables (Delaney y McCarthy, 2014). La ética en la elección alimentaria resulta importante para aquellos que presentan actitudes positivas hacia la adopción de dietas personalizadas, que comprendan hábitos, estilos de vida, estatus saludable y se focalicen hacia la promoción de la salud. (Rankin et al. 2018).

A su vez, el espacio moral asignado a la comida comprende la preocupación por el medio, cuya expresión se encuentra en las preferencias alimentarias suscritas al consumo de productos naturales, el comercio justo y la agricultura orgánica. (Renner, Sproesser, Strohbach y Schupp, 2012).

El dominio espiritual, sagrado, es definido a través de un proceso social que Durkheim (1915, citado por Belk, Wallendorf, y Sherry Jr, 1989) denominó jerofanía y que constituye la manifestación de lo sagrado, diferenciándolo radicalmente de lo que no lo es, lo profano. Dicho proceso trae consigo un sistema de significados para los individuos que tiene como resultado

la cohesión social y que comprenden los actos religiosos, rituales y valores espirituales. Para Arbit (2017), las elecciones alimentarias relativas a este dominio dependen de los valores espirituales individuales. Por ejemplo, se han abordado las conexiones entre la comida y los rituales, símbolos y sistemas de creencias de manera que la comida es utilizada como vehículo hacia lo sagrado y la recreación de historias que son veneradas. (Mintz y Du Bois, 2002)

Gran parte de las elecciones alimentarias tienen lugar a nivel automático, basándose en razonamientos intuitivos y apreciaciones hedonistas. Asumiendo la estética como uno de los significados atribuidos a la comida, cabe señalar que está determinada por la fluidez, el placer, la funcionalidad y el orden. En este sentido, Paakki, Aaltojärvi, Sandell, y Hopia (2019) estudiaron la influencia de la estética visual y los colores en las preferencias alimentarias de las personas. Los resultados reflejaban que los colores, si bien no son considerados como motivo primordial en las elecciones alimentarias, cuentan con un rol informativo que subyace a las mismas, ofreciendo información acerca de las expectativas evocadoras de sabor, calidad, seguridad, familiaridad y frescura de los alimentos. Un proverbio coreano sostiene que “lo que parece bueno, sabe bien”. (Chung, Yang, Shin, y Chung, 2016). Por otra parte, la gastronomía, en sus vertientes de selección, presentación y participación en los aspectos culinarios y gastronómicos se considera una actividad artística (Hegarty, y O’Mahony, 2001) que definitivamente emerge como una fuente de expresión de creatividad y belleza (Arbit, 2017).

En lo referido a la dimensión social, la alimentación por definición es una actividad relacional que permite conectar con otros (Arbit, 2017). En este sentido, la mayor parte de dicha actividad se produce en grupos de comensales, donde los individuos deben negociar y manejar sus propias elecciones de alimentación en conjunto con las preferencias alimentarias de los otros. De hecho, los patrones de alimentación observables en el acto de comer con otros son reflejo de las relaciones entre los individuos (Sobal y Nelson, 2003). Incluso cuando el acto de comer es individualizado, la elección alimentaria está influenciada por factores sociales que

parten de la interacción con los otros y que mediante mecanismos de imitación o modelado, se establecen como hábitos y actitudes fuertemente arraigados. (Feunekes, de Graaf, Meyboom y Staveren, 1998). En este sentido, la práctica deportiva y las influencias psicosociales del contexto en el que se desenvuelven pueden actuar como determinantes sobre la alimentación.

Scott, Haycraft, & Plateau (2019) estudiaron los mecanismos de influencia ejercida por los compañeros de equipo sobre las actitudes y comportamientos tanto en la alimentación como en la práctica deportiva, específicamente asociado al desarrollo de psicopatologías relacionadas. Hallaron que la influencia de los compañeros en términos positivos, caracterizada por relaciones sociales satisfactorias, tenía como resultado niveles más bajos en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria y contribuía sobre la focalización hacia comportamientos saludables referidos a la práctica de actividad física.

Entre otros aspectos psicosociales, la alimentación de los deportistas, tanto sus hábitos como la ingesta en periodos de competición, depende en gran medida del nivel en el que compiten y sus conocimientos nutricionales (Martínez, Urdampilleta, Mico y Soriano, 2013). De esta manera, el establecimiento de estrategias dietético-nutricionales requiere basarse en necesidades fisiológicas del entrenamiento y la competición, para determinar las necesidades energéticas y nutricionales del individuo así como en el estilo de vida del deportista y la cultura del deporte, que refleja las actitudes hacia la nutrición (Burke, 2010 citado en Martínez, Urdampilleta, Mico y Soriano, 2013).

González (2019) encontró diferencias significativas con respecto al significado de la comida en una muestra incidental constituida por deportistas y no deportistas. Este resultado es consistente con un estudio de Castañeda y Romero (2014) en el que se señala la influencia de realizar actividad físico-deportiva sobre la valoración de su alimentación, de manera que los sujetos practicantes la calificaban como más saludable y equilibrada. Por su parte, Hernández y Vera (2019) estudiaron el consumo de suplementos alimenticios asociado a la significación

de la alimentación en términos de salud en una muestra de deportistas, sin encontrar relaciones significativas.

“La salud es socialmente un factor de primer orden respecto a cómo se piensa la alimentación” (Cáceres, 2007, p.253). No obstante, la orientación hacia la salud en las elecciones alimentarias no es el único factor influyente. Arbit (2017) define este dominio como la manera en la que las personas cuidan del propio cuerpo. Más allá del conocimiento sobre las relaciones existentes entre el consumo de determinados alimentos y el desarrollo de enfermedades, la sociedad moderna fundamenta su dieta en los efectos de determinados alimentos para la optimización de ciertas funciones, entre las que encontramos las deportivas (Dakduk, 2011). Los ámbitos de confluencia relativos a la alimentación y el deporte se encuentran en las motivaciones individuales referidas a dos ámbitos: la preservación de la salud y las pretensiones estéticas. De esta manera, la forma de incidencia de estos no se deriva de las exigencias de la competición sino del contexto social en el que se desenvuelven. (Cáceres, 2007).

La influencia de la salud en términos generales ha sido estudiada por otros autores e incluida en variedad de escalas. Steptoe, Pollard, Wardle (1995) construyeron un cuestionario sobre los motivos que subyacen las elecciones alimentarias (The Food Choice Questionnaire-FCQ). Con respecto a la salud incluye ítems que van desde la prevención de enfermedades crónicas hasta la nutrición general y el bienestar. Asimismo, se incluyen ítems relativos a la apariencia o estética pero asociados también al factor salud. Los resultados de dicho estudio son consistentes con investigaciones previas y reflejan la importancia otorgada a la salud como motivo que sustenta la elección alimentaria, incrementándose con la edad y siendo mayor en mujeres que en hombres.

Según Allport (1970, citado por Cantón y Sánchez, 1997), las actitudes pueden considerarse como disposiciones de la persona, relativamente estables y que en cierto modo,

predicen la conducta humana, y en el caso que nos ocupa, la conducta alimentaria. Cantón y Sánchez (1997) estudiaron los motivos y actitudes que subyacen al inicio y mantenimiento de la práctica deportiva. Analizando variables como la competición, encontraron correlaciones positivas con el motivo de mejorar la salud. La mejora de la salud, a su vez, correlaciona con la variable de competir con otros, tanto en el inicio como en el mantenimiento de la práctica deportiva. Asimismo, se encontraron diferencias significativas con respecto al sexo, de manera que los hombres muestran una mayor predisposición hacia la realización de deporte extraescolar, y en consecuencia, a la competición.

El objeto del presente trabajo comprende el estudio de la significación de la comida mediante un análisis factorial exploratorio de la escala MFLQ de Arbit, Ruby y Rozin (2017) adaptada al español por China, Suárez y Hernández (en prensa), con el fin de comprobar si la estructura factorial coincide con la presentada en la versión original de la escala. Por otro lado, se valorará si existen diferencias en el significado atribuido a la comida en dos variables de agrupación: la práctica deportiva de competición y el tipo de práctica (individual o en equipo).

Método

Participantes

Para el presente estudio utilizó una muestra inicialmente constituida por 145 personas. Tras comprobar la existencia de sujetos que respondieran de forma atípica, fue detectado un caso que se decidió eliminar. Finalmente, la muestra quedó conformada por 144 personas de edades comprendidas entre los 18 y 69 años, con una media y desviación típica de 27,74 y 10.560 respectivamente. En lo que a la variable sexo se refiere, 75 de los participantes eran mujeres, lo que corresponde a un 52.1% de la muestra; 67 fueron hombres, cuyo porcentaje es del 46.5%; y 2 personas (equivalente al 1.4% de la muestra) prefirieron no indicarlo (Tabla 1). Respecto a la práctica deportiva de competición, vinculada a nuestro objeto de investigación, un 40.3% de los participantes declararon realizar práctica deportiva orientada a la competición

no siendo así en el caso del 59.7% restante (Tabla 1). Por otro lado, los sujetos que declararon realizar práctica deportiva de competición se agruparon en función del tipo de práctica: individual o en equipo. Así, 26 de ellos se dedicaban a la práctica individual mientras que el resto, 32, lo hacían en equipo (Tabla 1).

Tabla 1

Frecuencias y porcentajes variables sexo, práctica deportiva y tipo de práctica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Sexo	Mujer	75	52.1	52.1	52.1
	Hombre	67	46.5	46.5	98.6
	Prefiero no decirlo	2	1.4	1.4	100.0
	Total	144	100.0	100.0	
Práctica deportiva	Sí	58	40.3	40.3	40.3
	No	86	59.7	59.7	100.00
	Total	144	100.00	100.00	44.8
Tipo de práctica	Individual	26	18.1	44.8	100.00
	En equipo	32	22.2	55.2	
	Total	58	40.3	100.00	

Procedimiento

La recogida de datos se llevó a cabo mediante un cuestionario constituido por 22 ítems en formato de respuesta tipo Likert de 11 puntos en grado de acuerdo, en el que 0 corresponde a *nada de acuerdo* y 10 a *totalmente de acuerdo*. Además se incluyeron varias cuestiones sobre datos sociodemográficos entre los que figuran el sexo, la edad, la realización de práctica deportiva de competición y, en su caso, si esta es de carácter individual o en equipo (Apéndice 1). La administración del cuestionario resultante se efectuó de manera individual y autoaplicada a través de la plataforma online de “Formularios de Google”.

Instrumentos

El Cuestionario de Significado de la Comida -MFLQ- (Arbit, 2017) está conformado por 22 ítems que evalúan el significado de la comida en la vida de las personas y distintos

aspectos relacionados, como pueden ser las actitudes, motivaciones y comportamientos. Como ya se ha comentado con anterioridad, originalmente cuenta con cinco dominios: moralidad, espiritualidad, salud, social y estética. A continuación figura la relación de ítems incluidos en el cuestionario que parten de la adaptación al español de la escala, realizada por Chinaa, Suárez y Hernández (en prensa). (Tabla 2)

Tabla 2

Ítems de Significado de la Comida

-
1. Me preocupa el impacto que tienen mis elecciones alimentarias sobre el mundo.
 2. Mis elecciones alimentarias son una manera importante con las que puedo influir sobre el mundo.
 3. Como de cierta manera para expresar preocupación por el mundo.
 4. Cuando como, pienso de dónde provienen mis alimentos.
 5. Mis elecciones alimentarias reflejan mi conexión con la naturaleza.
 6. Desde una perspectiva espiritual, algunos alimentos son mejores que otros.
 7. Algunos alimentos son espiritualmente contaminantes.
 8. Lo que yo como es un reflejo de mis creencias espirituales
 9. Mis elecciones alimentarias son una manera de conectarme con lo sagrado.
 10. Los alimentos están estrechamente vinculados a mis relaciones con los demás.
 11. Cuando como me siento conectado/a con la gente.
 12. Compartir comida con otras personas me hace sentir más cercano/a a los demás.
 13. Preparar comida para otras personas es la mejor forma de cuidar de ellas.
 14. Los alimentos son para mí una manera de conectarme con mis tradiciones culturales.
 15. Un buen alimento es como una obra de arte.
 16. Preparar una buena comida es como crear una obra de arte.
 17. Disfrutar de una buena comida es una experiencia estética, como asistir a un buen concierto o como leer una buena novela.
 18. Puedo apreciar la belleza de un plato de comida, incluso si no me gusta.
 19. Me satisface saber que los alimentos que como son buenos para mi salud.
 20. Comer alimentos que conozco que son buenos para mi cuerpo me reconforta.
 21. Como de una manera que expresa el cuidado por mi cuerpo.
 22. Siento que nutrir mi cuerpo es una actividad significativa.
-

Análisis de datos

En primer lugar, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, con el fin de comprobar si la muestra seguía la distribución normal. Además, se identificaron los casos atípicos. Seguidamente, se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio, con el fin de verificar si, al igual que en el caso de la original se encontraban factores diferenciados en la Escala de Significado de la Comida. A continuación, se realizó un análisis de la consistencia interna de la escala para determinar su fiabilidad, así como de los elementos de cada factor por separado. Entre los factores obtenidos se realizaron correlaciones de Spearman. Por último, se efectuaron dos pruebas de diferencia de medias mediante U de Mann Whitney entre el significado de la Comida y la variable “práctica deportiva de competición” por un lado, y con la variable “individual o en equipo” por otro.

Resultados

Al llevar a cabo la prueba de Kolmogorov-Smirnov se encontró que la muestra no seguía la distribución normal (Tabla 3), criterio que se tuvo en cuenta para el resto de los análisis. Por otro lado, en la identificación de los casos atípicos se hallaron anomalías en las respuestas de un sujeto, que fue extraído de la muestra inicial constituida por 145, quedando finalmente conformada por 144 personas.

Tabla 3

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para el significado de la comida

	Estadístico	gl	Sig.
ÍTEM 1	,149	144	,000
ÍTEM 2	,149	144	,000
ÍTEM 3	,108	144	,000
ÍTEM 4	,151	144	,000
ÍTEM 5	,116	144	,000
ÍTEM 6	,166	144	,000
ÍTEM 7	,207	144	,000
ÍTEM 8	,218	144	,000
ÍTEM 9	,281	144	,000
ÍTEM 10	,167	144	,000
ÍTEM 11	,166	144	,000

ÍTEM 12	,157	144	,000
ÍTEM 13	,137	144	,000
ÍTEM 14	,151	144	,000
ÍTEM 15	,202	144	,000
ÍTEM 16	,212	144	,000
ÍTEM 17	,173	144	,000
ÍTEM 18	,193	144	,000
ÍTEM 19	,262	144	,000
ÍTEM 20	,254	144	,000
ÍTEM 21	,191	144	,000
ÍTEM 22	,177	144	,000

Para asegurar la adecuación de la muestra, se realizó la prueba KMO obteniendo en el mencionado índice un valor de 0.816. Asimismo, se valoró la prueba de esfericidad de Bartlett, cuyo resultado fue significativo ($p < 0,001$). (Tabla 4)

Tabla 4

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		.816
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	1929.697
	gl	231
	Sig.	.000

Nota. KMO > 0.75. $p < 0.001$.

En cuanto al análisis factorial, debido a la no-normalidad de la muestra, se utilizó el método de mínimos cuadrados no ponderados con rotación VARIMAX. Este reveló la existencia de cinco factores. A continuación (Tabla 5) se recogen los pesos factoriales de los ítems más representativos para cada factor.

El análisis de la consistencia interna de la escala ha tenido como resultado un coeficiente alfa de Cronbach equivalente a 0.898, asegurando la fiabilidad de la escala. En el caso de los factores, se calculó la fiabilidad en base a los ítems correspondientes a cada factor, determinados por sus pesos factoriales. (Tabla 6)

Tabla 5*Matriz de factor rotado*

	Factor				
	1	2	3	4	5
ÍTEM 1	.845				
ÍTEM 2	.689				
ÍTEM 3	.796				
ÍTEM 4	.431*		.482		
ÍTEM 5	.622				
ÍTEM 6		.759			
ÍTEM 7		.833			
ÍTEM 8		.811			
ÍTEM 9		.714			
ÍTEM 10				.708	
ÍTEM 11				.778	
ÍTEM 12				.606	
ÍTEM 13				.610	
ÍTEM 14				.354	
ÍTEM 15					.767
ÍTEM 16					.975
ÍTEM 17					.484
ÍTEM 18					.502
ÍTEM 19			.800		
ÍTEM 20			.746		
ÍTEM 21			.581		
ÍTEM 22			.659		

Nota: Método de extracción: mínimos cuadrados no ponderados

Método de rotación: Varimax con normalización Kaiser.

Tabla 6*Estadísticos de fiabilidad*

	Alpha de Cronbach	N de elementos
Escala	.898	22
Factor Moral	.876	4
Factor Espiritual	.874	4
Factor Salud	.853	5
Factor Social	.799	5
Factor Estética	.827	4

También se analizaron las correlaciones entre los factores (Tabla 7). Se observó que los factores que más correlacionan entre sí, con puntuaciones moderadas ($r < 0.5$ y significación en el nivel 0.01), son el factor salud con el factor moral y el factor salud con la estética.

Tabla 7*Correlaciones rho de Spearman*

		MORA L	ESPIRITU AL	SALUD	SOCIA L	ESTÉ TICA
MORAL	Coeficiente de correlación	1.000	.314**	.585**	.347**	.387**
	Sig. (bilateral)	.	.000	.000	.000	.000
ESPIRITU AL	Coeficiente de correlación	.314**	1.000	.103	.362**	.222**
	Sig. (bilateral)	.000	.	.220	.000	.007
SALUD	Coeficiente de correlación	.585**	.103	1.000	.265**	.572**
	Sig. (bilateral)	.000	.220	.	.001	.000
SOCIAL	Coeficiente de correlación	.347**	.362**	.265**	1.000	.352**
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.001	.	.000
ESTÉTICA	Coeficiente de correlación	.387**	.222**	.572**	.352**	1.000
	Sig. (bilateral)	.000	.007	.000	.000	.

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

Como ya se ha mencionado, para conocer si existían diferencias entre los sujetos que realizan práctica deportiva orientada a la competición y los que no efectúan dicha actividad, se aplicó la prueba U de Mann Whitney para cada uno de los factores de la Escala de Significado de la comida. La elección de esta prueba se fundamenta por el incumplimiento del criterio de normalidad en nuestra distribución, por lo que se requirió la aplicación de una prueba no paramétrica. En este caso, con un nivel de significación de $p < 0.05$ no se obtuvo diferencias significativas. (Tabla 8)

Tabla 8

Prueba U de Mann Whitney para los factores de Significado de la comida

FACTOR	PRÁCTICA DEPORTIVA	N	Rango promedio	U de Mann Whitney	Sig. asintótica (bilateral)
MORAL	SÍ	58	68.72	2274.500	.371
	NO	86	75.05		
	Total	144			
ESPIRITUAL	SÍ	58	75.60	2314.000	.460
	NO	86	70.41		
	Total	144			
SALUD	SÍ	58	75.24	2335.000	.685
	NO	86	70.65		
	Total	144			
SOCIAL	SÍ	58	74.38	2385.000	.657
	NO	86	71.23		
	Total	144			
ESTÉTICA	SÍ	58	75.23	2335.500	.518
	NO	86	70.66		
	Total	144			

Nota. Variable de agrupación: Práctica deportiva de competición.

Por otra parte, se llevó a cabo el mismo procedimiento, esta vez para observar si existían diferencias sobre el significado de la comida en función de la realización de práctica deportiva de manera individual, o bien, en equipo. Los resultados de este análisis revelaron diferencias

significativas entre ambos grupos para el factor salud, con una probabilidad de 0.009 ($p < 0.05$).

(Tabla 9)

Tabla 9

Prueba U de Mann Whitney para los factores de significado de la comida

	INDIVIDUAL O EN EQUIPO	N	Rango promedio	U de Mann Whitney	Sig. asintótica (bilateral)
MORAL	Individual	26	33.38	315.000	.114
	En equipo	32	26.34		
	Total	58			
ESPIRITU AL	Individual	26	33.87	302.500	.074
	En equipo	32	25.95		
	Total	58			
SALUD	Individual	26	35.90	249.500	.009
	En equipo	32	24.30		
	Total	58			
SOCIAL	Individual	26	33.33	316.500	.119
	En equipo	32	26.39		
	Total	58			
ESTÉTICA	Individual	26	31.08	375.000	.520
	En equipo	32	28.22		
	Total	58			

Nota. Variable de agrupación: práctica deportiva de competición individual o en equipo.

Discusión

Conforme al objeto de estudio, se ha analizado la estructura factorial de la Escala de Significado de la comida así como su relación con la práctica deportiva de competición en sus dos tipologías: individual o en equipo.

Los resultados obtenidos a partir de una muestra casual, revelaron la existencia de cinco factores diferenciados en la Escala de Significado de la Comida consistentemente con los resultados expuestos por los autores originales (Arbit et al. 2017). El ítem 4, correspondiente al factor moral en dicho estudio, ha sido eliminado en la adaptación al español de la escala por China, Suárez y Hernández (en prensa), lo que explicaría que su peso factorial no coincida con los ítems de dicho factor, ajustándose en mayor medida al factor salud. En cuanto a las

correlaciones, los resultados apuntan a una mayor correlación entre los factores de moral y salud, en sincronía con lo presentado por Arbit et al. (2017). No obstante, también indican correlación de carácter moderado entre los factores de salud y estética, que no fue contemplado en su investigación.

En lo relativo a la fiabilidad, tanto de la escala como de los distintos elementos que componen los factores, el valor de los coeficientes fue alto siendo, en la mayoría de los casos, superior a 0.8. Dichos resultados son satisfactorios pues indican una buena fiabilidad de la escala, de manera similar a lo hallado en Arbit et al. (2017)

Por otro lado, cabe señalar que no se han encontrado diferencias significativas entre los sujetos que declaraban la realización de práctica deportiva de competición y los que no llevan a cabo dicha actividad. Este resultado contradice la evidencia previa aportada por González (2019), cuyo estudio arroja diferencias significativas entre deportistas y no deportistas con respecto a la significación de la comida.

En cuanto a la otra variable de agrupación que ha sido analizada junto al significado de la comida, la práctica individual o en equipo, se han encontrado diferencias significativas con respecto a uno de los factores, cuyos ítems responden al factor salud según Arbit (2017). Este resultado coincide con la mayoría de estudios que abordan esta temática y que, casi sistemáticamente, manifiestan la influencia de la salud y las actitudes hacia lo saludable en el contexto deportivo (Cantón y Sánchez, 1997).

Llegados a este punto, es preciso indicar que el presente trabajo no escapa de limitaciones relativas a la muestra, tanto en tamaño como en forma. En este sentido, resultaría interesante en investigaciones futuras, estudiar las diferencias en una muestra puramente constituida por deportistas de manera que se introduzcan sujetos que compiten frente a aquellos que realizan actividad física sin orientar su práctica a la competición. Asimismo, sería

recomendable aumentar el tamaño muestral de manera que se garantice una mayor representatividad.

A modo de conclusión, el estudio que antecede a estas líneas contribuye a la confirmación de la estructura factorial de la Escala de Significado de la comida, permitiendo además vislumbrar nuevas líneas de investigación relacionadas con las variables de la práctica deportiva que han sido mencionadas con anterioridad.

Lista de referencias

- Aguilar Piña, P. (2001). Por un marco teórico conceptual para los estudios de antropología de la alimentación. *Anales de Antropología*, 35(1). Recuperado de: <http://revistas.unam.mx/index.php/antropologia/article/download/14884/14183>
- Arbit, N. I. (2017). *Theoretical Foundations and Preliminary Empirical Results for the Meaning of Food in Life Project* (Doctoral dissertation, Columbia University). <https://doi.org/10.7916/D8M04HT3>
- Belk, R. W., Wallendorf, M., & Sherry Jr, J. F. (1989). The sacred and the profane in consumer behavior: Theodicy on the odyssey. *Journal of consumer research*, 16(1), 1-38. <https://doi.org/10.1086/209191>
- Cáceres, J. (2007). Alimentación y deporte: factores de relación en el caso de los jóvenes catalanes. L. Cantarero y R. Ávila (coords.), *Ensayos sobre deportes. Perspectivas sociales e históricas*, 245-269. Recuperado de: <http://148.202.18.157/sitios/publicacionesite/ppperiod/esthom/esthompdf/esthom23/10.pdf>
- Cantón, E., y Sánchez-Gombau, M. (2007). Deporte y calidad de vida: motivos y actitudes en una muestra de jóvenes valencianos. *Revista De Psicología Del Deporte*, 6(2). Recuperado de: <https://www.rpd-online.com/article/view/459/449>
- Castañeda Vázquez, C. y Romero Granados, S. (2014). Alimentación y consumo de sustancias (alcohol, tabaco y drogas) del alumnado universitario. Análisis en función del género y la práctica de actividad físico-deportiva. (University students' eating habits and substance consumption (alcohol, tobacco, and drugs) according to gender and sport practice).. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 9(26), 95-105. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.12800/ccd.v9i26.426>
- China, Suárez y Hernández (en prensa). Meaning of food and eating patterns. *British Food Journal*.
- Chung, H. K., Yang, H. J., Shin, D., & Chung, K. R. (2016). Aesthetics of Korean foods: The symbol of Korean culture. *Journal of Ethnic Foods*, 3(3), 178-188. <https://doi.org/10.1016/j.jef.2016.09.001>
- Dakduk, S. (2011). El consumo saludable. *Debates IESA*, 16(4). Recuperado de: <http://virtual.iesa.edu.ve/servicios/wordpress/?p=379>
- Delaney, M., & McCarthy, M. B. (2014). Saints, sinners and non-believers: the moral space of food. A qualitative exploration of beliefs and perspectives on healthy eating of Irish adults aged 50-70. *Appetite*, 73, 105–113. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.10.017>
- Espeitx, Elena. (2006). Práctica deportiva, alimentación y construcción del cuerpo. *Revista pueblos y fronteras digital*, 1(2), 29-50. <https://dx.doi.org/10.22201/cimsur.18704115e.2006.2.244>

- Feunekes, G. I., de Graaf, C., Meyboom, S., & van Staveren, W. A. (1998). Food choice and fat intake of adolescents and adults: associations of intakes within social networks. *Preventive medicine*, 27(5 Pt 1), 645–656. <https://doi.org/10.1006/pmed.1998.0341>
- González Ramos, Y. (2019). Hábitos y su influencia en el bienestar y la satisfacción personal. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de La Laguna.
- Hegarty, J. A. y O'Mahony, G. B. (2001). Gastronomy: A phenomenon of cultural expressionism and an aesthetic for living. *International Journal of Hospitality Management*, 20(1), 3-13. DOI: [10.1016/S0278-4319\(00\)00028-1](https://doi.org/10.1016/S0278-4319(00)00028-1)
- Hernández Pérez, M. y Vera Suárez, A. (2019). Significado de la alimentación y suplementación deportiva. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de La Laguna.
- Martínez Sanz, J., Urdampilleta, A., Mico, L. y Soriano, J. (2013). Aspectos psicológicos y sociológicos en la alimentación de los deportistas. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*, 12(2), 39-48. Recuperado de: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/170311>
- Mintz, S. W. y Du Bois, C. M. (2002). The anthropology of food and eating. *Annual review of anthropology*, 31(1), 99-119. <https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.32.032702.131011>
- Paakki, M., Aaltojärvi, I., Sandell, M., & Hopia, A. (2019). The importance of the visual aesthetics of colours in food at a workday lunch. *International journal of gastronomy and food science*, 16, 100131. <https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2018.12.001>
- Rankin, A., Bunting, B. P., Poinhos, R., van der Lans, I. A., Fischer, A. RH., Kuznesof, S., Almeida, MDV., Markovina, J., Frewer, L. J., & Stewart-Knox, B. J. (2018). Food choice motives, attitude towards and intention to adopt personalised nutrition. *Public Health Nutrition*. Recuperado de: <https://doi.org/10.1017/S1368980018001234>
- Rozin, P. (2005). The meaning of food in our lives: a cross-cultural perspective on eating and well-being. *Journal of nutrition education and behavior*, 37, S107-S112. [https://doi.org/10.1016/S1499-4046\(06\)60209-1](https://doi.org/10.1016/S1499-4046(06)60209-1)
- Renner, B., Sproesser, G., Strohbach, S., & Schupp, H. T. (2012). Why we eat what we eat. The Eating Motivation Survey (TEMS). *Appetite*, 59(1), 117-128. DOI: [10.1016/j.appet.2012.04.004](https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.04.004)
- Sobal, J. y Nelson, M. K. (2003). Commensal eating patterns: a community study. *Appetite*, 41(2), 181–190. Recuperado de: [https://doi.org/10.1016/s0195-6663\(03\)00078-3](https://doi.org/10.1016/s0195-6663(03)00078-3)
- Stephoe, A., Pollard, T. M. y Wardle, J. (1995). Development of a Measure of the Motives Underlying the Selection of Food: the Food Choice Questionnaire. *Appetite*. Recuperado de: [http://doi.org/10.1006/appe.1995.0061](https://doi.org/10.1006/appe.1995.0061)

Apéndices

Apéndice 1 Cuestiones sobre datos sociodemográficos

Edad

Sexo

- Mujer
- Hombre
- Prefiero no decirlo

¿Realiza usted práctica deportiva orientada a la competición?

- Sí
- No

En caso afirmativo, ¿esta es de carácter individual o en equipo?

- Individual
- En equipo
- No realizo práctica deportiva orientada a la competición

¿Desde cuándo compite?

- Menos de un año
- 1-2 años
- 2-4 años
- Más de 4 años
- No realizo práctica deportiva orientada a la competición