

Democratización del consumo de ultraprocesados en España:

Un análisis territorial y socioeconómico de la cronicidad del sobrepeso (2017–2023)

1. Resumen

Este estudio analiza la evolución de la salud alimentaria en España entre 2017 y 2023 desde una perspectiva territorial y socioeconómica. La metodología se basa en la integración de microdatos de salud con información oficial del Instituto Nacional de Estadística (INE), incluyendo Producto Interior Bruto (PIB), cifras oficiales de población y estadísticas de hospitales públicos, lo que permite la normalización de los indicadores económicos y sanitarios por comunidad autónoma.

Los resultados evidencian una cronicidad estructural del índice de masa corporal (IMC) medio nacional, estabilizado en un valor de 26 durante todo el periodo analizado. Asimismo, se identifican tres rupturas estadísticas relevantes: la caída de la correlación entre riqueza regional y calidad de la dieta (de 0,41 en 2017 a 0,16 en 2023), el aumento de la asociación entre mala alimentación y presión sobre los hospitales públicos (hasta 0,36 en 2023) y la atenuación del efecto protector de una dieta de mayor calidad sobre el peso corporal.

Estos hallazgos sugieren que el consumo de ultraprocesados se ha democratizado, desvinculándose progresivamente del nivel de renta regional, lo que plantea importantes retos para las políticas de salud pública y prevención nutricional en España.

2. Introducción

El sobrepeso y la obesidad constituyen uno de los principales retos de salud pública en España. Siguiendo la definición de cronicidad empleada en la Encuesta Nacional de Salud (ENS) para condiciones persistentes en el tiempo, un problema puede considerarse crónico cuando se mantiene durante periodos prolongados. En este contexto, el índice de masa corporal (IMC) medio nacional, situado en un valor de 26, se ha mantenido estable de forma ininterrumpida desde 2017, lo que apunta a una situación de cronicidad estructural del sobrepeso en la población adulta.

Durante el mismo periodo, el PIB per cápita en España ha experimentado un crecimiento significativo, pasando de aproximadamente 25,13 mil euros en 2017 a 31,17 mil euros en 2023. Sin embargo, esta mejora económica no se ha traducido en una mejora de la salud metabólica de la población. Este contraste plantea una cuestión central: ¿sigue actuando la renta regional como un factor protector frente a una mala alimentación y el sobrepeso?

El objetivo principal de esta investigación es analizar la evolución del consumo de ultraprocesados en España y su relación con el IMC, la renta regional y la presión hospitalaria, evaluando si se ha producido una desconexión entre el nivel económico de las comunidades autónomas y la calidad de la dieta de su población.

3. Metodología

Se llevó a cabo un estudio descriptivo longitudinal basado en el procesamiento de microdatos de población adulta (16 o más años) correspondientes a los años 2017, 2020 y 2023.

La ingeniería de datos se realizó mediante Python, normalizando los distintos formatos de registro de la Encuesta Nacional de Salud (ENS) y la Encuesta Europea de Salud en España (EESE). A partir de las variables de frecuencia de consumo alimentario se construyó un índice de consumo de ultraprocesados (ICU), y a partir de los datos de peso y talla se calculó el IMC.

La integración de fuentes del INE incluyó tablas anuales de Contabilidad Regional de España (PIB), Cifras Oficiales de Población y la Estadística de Centros Sanitarios con Internamiento, todas ellas desagregadas por comunidad autónoma. El uso de los datos censales permitió calcular el PIB per cápita real para cada comunidad y año del estudio.

El análisis visual y estadístico se realizó mediante Power BI, aplicando coeficientes de correlación de Pearson para evaluar las relaciones entre dieta, renta y presión hospitalaria. Con el fin de evitar sesgos estadísticos derivados de valores atípicos, se excluyeron Ceuta y Melilla del cálculo de las correlaciones.

Debido a cambios en la disponibilidad de algunos enlaces de descarga directa del INE, en el repositorio del proyecto se incluyen los datos procesados utilizados para el análisis, garantizando la trazabilidad y reproducibilidad de los resultados.

4. Resultados

4.1. Cronicidad del IMC

Entre 2017 y 2023, la población censada en España aumentó de aproximadamente 46 a 48 millones de habitantes. A pesar de este crecimiento demográfico, el IMC medio nacional se mantuvo estable en un valor de 26 durante todo el periodo analizado, lo que indica una persistencia del sobrepeso a nivel estructural.

4.2. Ruptura del vínculo dieta–peso

En 2017, la correlación entre una dieta de mayor calidad (menor consumo de ultraprocesados) y un menor peso corporal era de -0,23. En 2023, esta relación se redujo hasta 0,08, mostrando una atenuación sustancial de la asociación entre calidad de la dieta y peso corporal.

4.3. Evolución de la correlación PIB–dieta

El análisis del PIB per cápita normalizado por población mostró una reducción progresiva de la asociación entre renta regional y calidad de la dieta. En 2017, la correlación PIB–dieta era de 0,41, mientras que en 2023 descendió hasta 0,16, reflejando una pérdida de la relación entre nivel económico regional y hábitos alimentarios.

4.4. Presión hospitalaria

La correlación entre comunidades con mayor consumo de ultraprocesados y la infraestructura de hospitales públicos aumentó de 0,16 en 2017 a 0,36 en 2023, lo que evidencia un incremento de la asociación entre mala alimentación y presión sobre el sistema sanitario público.

4.5. Disparidades regionales

Se observaron diferencias relevantes entre comunidades autónomas. La Región de Murcia redujo la proporción de población con consumo elevado de ultraprocesados del 36,2 % al 20,7 %, con mejoras especialmente notables en el grupo de edad de 16 a 24 años. En contraste, la Comunitat Valenciana registró un deterioro progresivo, alcanzando un 43,4 % de población con dieta deficiente en 2023.

5. Discusión

Los resultados muestran que el crecimiento del PIB per cápita, una vez normalizado por población, no garantiza una mejora de la salud alimentaria ni una reducción del sobrepeso. La atenuación de la relación entre dieta y peso corporal sugiere que factores ambientales y estructurales han superado la capacidad de elección individual como mecanismo de protección frente al aumento de peso.

La pérdida de la asociación entre renta regional y calidad de la dieta apunta a una democratización del consumo de ultraprocesados, que afecta por igual a comunidades con distintos niveles de riqueza. Asimismo, el incremento de la correlación entre mala alimentación y presión hospitalaria refuerza la hipótesis de que los hábitos alimentarios actuales tienen un impacto creciente sobre el sistema sanitario público.

El contraste entre la evolución positiva observada en Murcia, coincidente con políticas regionales orientadas a la mejora de la alimentación escolar, y el deterioro registrado en la Comunitat Valenciana sugiere que las intervenciones locales pueden ser más eficaces que el crecimiento económico regional como herramienta de prevención.

6. Conclusión

El sobrepeso en España se configura como un fenómeno crónico y ampliamente democratizado, desvinculado del nivel económico regional. La estabilidad del IMC medio nacional en un valor de 26 durante más de seis años indica una carga futura relevante para el sistema público de salud. En 2023, la mala alimentación se asocia de forma más

intensa con la presión sobre los hospitales públicos que el propio PIB regional, lo que subraya la necesidad de políticas de prevención nutricional centradas en el entorno social y territorial, más allá de los indicadores económicos tradicionales.

En este contexto, el caso de la Región de Murcia ilustra el potencial impacto de las políticas públicas regionales orientadas a la mejora de los hábitos alimentarios, especialmente cuando se implementan de forma temprana y focalizada en grupos de edad jóvenes. Si bien estos resultados no pueden generalizarse de manera automática al conjunto de las comunidades autónomas, sí ponen de manifiesto que las intervenciones territoriales pueden desempeñar un papel clave en la contención del consumo de ultraprocesados y sus efectos sobre la salud pública.

7. Referencias bibliográficas

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2017, 2020, 2023). *Contabilidad Regional de España: Producto Interior Bruto por Comunidad Autónoma*. INE.

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2017, 2020, 2023). *Cifras Oficiales de Población por Comunidad Autónoma*. INE.

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2017, 2020, 2023). *Estadística de Centros Sanitarios con Internamiento*. INE.

Ministerio de Sanidad. (2017). *Encuesta Nacional de Salud de España: Microdatos de Adultos*.

Ministerio de Sanidad. (2020). *Encuesta Europea de Salud en España: Microdatos*.

Ministerio de Sanidad. (2023). *Encuesta Nacional de Salud: Resultados y metodología*.