Asociación entre el consumo de alimentos orgánicos y la actividad física de adultos residentes en Chile

Association between the consumption of organic food and physical activity among adult residents in Chile.

Autores

Carla Villagrán-Cerro[1],
Catalina Ramírez-Contreras[1],
Felipe Poblete-Valderrama[2],
Lautaro Briones[1],
Cesar Grez[1],
Marcela Rosales[1],
Gloria Cárcamo[1],
Solange Parra-Soto[1,3]

[1]Universidad del Bío-Bío, Chillán, Chile
[2]Universidad Católica de la Santísima Concepción, Chile
[3]University of Glasgow, United Kingdom

Autor de correspondencia:
Solange Parra Soto
sparra@ubiobio.cl

Cómo citar en APA

Parra-Soto, S. (2025). Asociación entre el consumo de alimentos orgánicos y la actividad física de adultos residentes en Chile. *Retos*, *63*,496–502. https://doi.org/10.47197/retos.v63.106211

Resumen

Introducción: La producción alimentaria masiva ha sido criticada por su impacto en la salud, lo que ha generado un aumento en el interés de aspectos ecológicos y ambientales de la nutrición. El consumo de alimentos orgánicos ha aumentado y se ha asociado tanto a actividad física como estilos de vida saludable.
Objetivo: Asociar la ingesta de alimentos orgánicos (AO) con la realización de actividad física en adultos pertenecientes a Chile. Metodología: Estudio observacional, descriptivo, transversal con una muestra probabilística aleatoria de 1152 adultos residentes en Chile.
Resultados: Un 74% de la muestra consume AO y tienen en promedio una edad de 29,64 (±12.16), un IMC promedio de 25.65 (±4.58), predominancia del sexo femenino (66,4%), residencia urbana (85,6%), nivel educativo universitario (46,4%), no tienen pareja (78,1%), son estudiantes (40,3%) o tienen un empleo a tiempo completo (23,8%). La regresión logística asoció la actividad física (AF) con el consumo de AO (OR: 0.44, 95% CI: 0.32; 0.59), género (OR: 0.50, 95% CI: 0.38; 0.66), estado civil (OR: 0.36, 95% CI: 0.27; 0.48), área laboral (OR: 0.93, 95% CI: 0.88; 1.00), tamaño familiar (OR: 0.93, 95% CI: 0.77; 1.12) y nivel educativo (OR: 0.89, 95% CI: 0.84; 0.96).
Conclusión: Existe una asociación entre la actividad física y el consumo de alimentos orgánicos en adultos residentes en Chile. Además, se destaca la asociación positiva entre el nivel educacional y la probabilidad de realizar actividad física, subrayando la importancia de la educación en la promoción de estilos de vida activos y saludables.

Palabras clave

Alimentos orgánicos; consumo alimentos; actividad física.

Abstract

Introduction: Mass food production has been avidly criticized for its impact on health, leading to enhance the interest in ecological and environmental aspects of nutrition. The consumption of organic food is increasing and it´s been associated with physical activity and healthy lifestyles.
Objective: Associate the intake of organic foods (OF) with physical activity in adults residing in Chile.
Methodology: Observational, descriptive, prospective study of a cross-sectional survey type with a random probability sample of 1,152 adults residing in Chile.
Results: 74% of the sample consumes organic food (OF) with an average age of 29,64 (±12.16), and average BMI of 25.65 (±4.58), predominantly female (66,4%), urban residence (85,6%), university education level (46,4%), no partner (78,1%), students (40,3%) or have full-time employment (23,8%). The statistical logistic regression associated physical activity (PA) with OF consumption (OR: 0.44, 95% CI: 0.32; 0.59), gender (OR: 0.50, 95% CI: 0.38; 0.66), marital status (OR: 0.36, 95% CI: 0.27; 0.48), work area (OR: 0.93, 95% CI: 0.88; 1.00), family size (OR: 0.93, 95% CI: 0.77; 1.12), and educational level (OR: 0.89, 95% CI: 0.84; 0.96).
Conclusion: There is an association between physical activity and the consumption of organic food in adults residing in Chile. Additionally, the study identifies that educational level is positively associated with physical activity, highlighting the importance of education in promoting active and healthy lifestyles.
Keywords organic food; food intake; physical activity.

Keywords

Organic foods; food consumption; physical activation.

Introducción

La producción alimentaria a gran escala se ha asociado con escándalos alimentarios y ambientales (Jebb, 2007). Se requieren de sistemas de producción a gran escala por su eficiencia y eficacia de producción, pero a su vez estas tecnologías han generado un desmedro del ecosistema que actualmente está siendo irreversible debido a la erosión de suelos, contaminación, presencia de toxinas, residuos tóxicos y riesgos alimentarios (Núñez & Yañez, 2016).

Por lo mismo, los aspectos ecológicos y ambientales de la nutrición son un tópico que actualmente está siendo más comentado y cada vez más estudiado. La agricultura orgánica es para muchos la respuesta a estas problemáticas no solo ecológicas y ambientales, sino también un apoyo a los pequeños productores del país (Macias M et al., 2009). El consumo y la producción de alimentos orgánicos (AO) ha ido en crecimiento no solo en Chile sino en el mundo (Díaz Tobar et al., 2013).

Por otro lado, actividad física, es determinante de bienestar (Gallegos et al., 2024; Quintero et al., 2024), mantenerla es un factor que mejora la calidad de vida (Ureña et al., 2023), y mejora el control del peso (Johnson et al., 2023) podría estar propiciada por diferentes estilos de vida y motivaciones intrínsecas como diversión, disminución del estrés, mejora de la calidad de salud (Bisquert-Bover et al., 2020).

Quienes están interesados por llevar estilos de vida saludable también son usualmente quienes se adhieren al consumo de AO y presentan características tales como preocupación por su salud, por el ambiente, la ecología, evitan hábitos como el tabaco, alcohol y principalmente realizan actividad física continuamente (Eisinger-Watzl et al., 2014). También se ha identificado que quienes consumen AO tienen estilos de vida holísticos y activos (Goetzke et al., 2014). Podría existir una relación entre quienes tienen estas dos características, principalmente siendo el consumo de alimentos orgánicos una conducta motivadora a la actividad física. Munk Andersen y su equipo resaltan que individuos con mayor nivel educativo y estilos de vida saludables, especialmente aquellos que practican deporte regularmente, tienden a consumir una mayor cantidad de AO. Los autores subrayan la relevancia de seguir las guías alimentarias para promover estilos de vida saludables y, en consecuencia, incrementar el consumo de AO (Andersen et al. 2022). Finalmente, los AO son una excelente fuente de nutrientes esenciales para mejorar el rendimiento físico. Estos incluyen antioxidantes, ácidos grasos poliinsaturados y micronutrientes como vitamina D, calcio y hierro, ideales para deportistas y quienes buscan optimizar su salud (Dobrowolski et al., 2024).

En Chile la venta de productos orgánicos es de cerca de un 90% realizada hacía el comercio exterior de exportación, poco se conoce del mercado interno de consumidores de estos productos, un estudio realizado en una región del país refiere que la actitud e intención de compra podría estar influenciada en parte por estilos de vida (Adasme-Berríos et al., 2011).

Es de interés conocer el perfil de quienes consumen estos alimentos y sus motivaciones. En este contexto, existe investigación insuficiente sobre cómo el consumo de AO o el estilo de alimentación que se base en alimentos orgánicos podría influir en los patrones de actividad física de estos consumidores. Dado lo anterior, este artículo tiene como objetivo asociar la ingesta de alimentos orgánicos con la realización de actividad física en adultos de 18 años o más residentes en territorio chileno.

Método

Diseño del estudio

Se realizó un estudio transversal analítico. Para participar los criterios de inclusión fueron: Adultos de 18 años y más, chilenos como inmigrantes que viven en territorio chileno. Se les invitó a responder una encuesta en línea sobre las variables de estudio. El cálculo del tamaño de la muestra se realizó en base a población de adultos que vivieran en territorio chileno, se realizó un muestreo probabilístico aleatorio simple con un nivel de confianza de 95% y un error máximo de 5%. Se incluyeron 1152 adultos de 18 años o más residentes en territorio chileno que participaron voluntariamente

Variables de estudio

Para la recolección de datos, se llevó a cabo una encuesta en línea donde se incluyeron preguntas sobre el consumo y comportamiento de compra de alimentos orgánicos, así como datos sociodemográficos, de estilos de vida y salud. La validez de la encuesta fue sometida a un proceso de evaluación por expertos en el área de Nutrición, quienes aprobaron las preguntas relacionadas con el tema de interés, sin proceso de validación adicional. Las variables incluidas abarcan aspectos tales como edad, género, lugar de residencia, región, estado civil, nivel educacional, situación laboral actual, área laboral, tamaño del grupo familiar, peso, estatura, consumo de alimentos orgánicos y actividad física.

Análisis estadísticos

Para caracterizar la población de estudio, se obtuvieron los promedios y desviaciones estándar para las variables cuantitativas, mientras que para las variables categóricas se calcularon frecuencias y porcentajes. Para evaluar la relación entre variables, se realizó un análisis de regresión logística para modelar la asociación entre actividad física y alimentos orgánicos. Se implementaron tres modelos en base a características biosociodemográficas basados en la literatura (Alosaimi et al., 2023) y variables disponibles. Modelo 1, se ajustó por sexo, residencia, estado civil, Modelo 2 se ajustó por las variables del modelo 1 más situación laboral, área laboral, tamaño del grupo familiar, región y nivel de educación. Modelo 3, se ajustó por las variables del modelo 2 más estado nutricional. La significancia estadística se estableció con un nivel de confianza del 95% y un valor p <0.05. Se utilizó Stata 17 MP como software para realizar los análisis estadísticos.

Consideraciones éticas

El estudio fue aprobado por el Comité de Bioética de la Universidad del Bío-Bío de la sede de Chillán. La participación fue voluntaria ya que los participantes firmaron el consentimiento informado adjuntado en la encuesta en línea, pudiendo abandonar la investigación en cualquier momento. La información obtenida del cuestionario es confidencial.

Resultados

Las características sociodemográficas de la muestra se encuentran en la tabla 1. Dónde se refiere que predomina la alimentación orgánica en la muestra (74%), siendo en su mayoría adultos jóvenes quienes consumen AO con una edad de 29.64 (±12.16) menores que quienes no consumen AO 35.71 ±14.55. El grupo que consume AO fue mayoritariamente femenino (66,4%). La mayoría de los participantes residía en entornos urbanos (85,6%) y tenían un nivel educativo universitario (46,4%). Quienes no tienen pareja predominaron como consumidores de AO (78,1%), al igual que quienes tenían un nivel educativo universitario (49,6%). La situación laboral principal fue estudiante (40,3%) seguida del empleo a tiempo completo (23,8%), dónde la principal área laboral fue “otros” (35,3%), seguida del comercio (23,5%) y finalmente el área de servicios sociales y de salud (20%) El grupo familiar predominante fue el que se componía de 3-4 integrantes. (54,7%).

En la Tabla N°1 también se identifica que la mayoría de la muestra tenía un IMC de sobrepeso 25.80 kg/m2 (±4.47), sin diferencias significativas entre quienes consumen AO y quienes no.

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra según consumo de alimentos orgánicos. Consumo de alimentos orgánicos

	No	Si	Total
N (%)	299 (26,0%)	853 (74,0%)	1152 (100%)
Edad (años)	35.71 ±14.55	29.64±12.16	31.21 ±13.09
Género			
Femenino	124 (41,5%)	566 (66,4%)	690 (59,9%)
Masculino	175 (58,5%)	287 (33,6%)	462 (40,1%)
Lugar de residencia			
Rural	33 (11%)	133 (15,6%)	166 (14,4%)
Urbano	266 (89%)	720 (84,4%)	986 (85,6%)
Estado civil			
Con pareja	129 (43,1%)	187 (21,9%)	316 (27,4%)
Sin pareja	170 (56,9%)	666 (78,1%)	836 (72,6%)
Nivel educacional alcanzado			
Básica completa	34 (11,4%)	12 (1,4%)	46 (4%)
Media completa	69 (23,1%)	90 (10,6%)	159 (13,8%)
Técnico completo	30 (10%)	78 (9,1%)	108 (9,4%)

Estudiante universitario	112 (37,5%)	423 (49,6%)	535 (46,4%)
Universitaria completa	45 (15,1%)	195 (22,9%)	240 (20,8%)
Postgrado magíster	9 (3%)	48 (5,6%)	57 (4,9%)
Postgrado doctorado	0 (0%)	7 (0,8%)	7 (0,6%)
Situación laboral actual			
Desempleado	35 (11,7%)	85 (10%)	120 (10,4%)
Empleo medio tiempo	43 (14,4%)	68 (8%)	111 (9,6%)
Empleo tiempo completo	60 (20,1%)	214 (25,1%)	274 (23,8%)
Estudiante	94 (31,4%)	370 (43,4%)	464 (40,3%)
Jubilado/Pensionado	25 (8,4%)	11 (1,3%)	36 (3,1%)
Trabajador independiente	42 (14%)	105 (12,3%)	147 (12,8%)
Tamaño del grupo familiar			
1-2 integrantes	97 (32,4%)	176 (20,6%)	273 (23,7%)
3-4 integrantes	154 (51,5%)	476 (55,8%)	630 (54,7%)
5 o más integrantes	48 (16,1%)	201 (23,6%)	249 (21,6%)
Realiza Actividad Física			
Si	122 (40.8%)	526 (61.7%)	648 (56.3%)
No	177 (59.2%)	327 (38.3%)	504 (43.8%)
Antropometría			
Peso (kg)	73,16 ±13,58	70,30 ±14,44	71,04 ±14,27
Estatura (mts)	1.67 ±0.09	1.65 ±0.09	1.66 ±0.09
IMC (Kg/m2)	26.20 ±4.17	25.65±4.58	25.80±4.47

En la tabla 2 podemos ver la asociación entre AF y consumo de AO, en modelo más ajustado existe una asociación entre el consumo de AO y personas activas (OR: 0.44, 95% CI: 0.32; 0.59). De igual forma, género (OR: 0.50, 95% CI: 0.38; 0.66), estado civil (OR: 0.36, 95% CI: 0.27; 0.48), área laboral (OR: 0.93, 95% CI: 0.88; 1.00), tamaño familiar (OR: 0.93, 95% CI: 0.77; 1.12) y nivel educativo (OR: 0.89, 95% CI: 0.84; 0.96) se asociaron a la AF (Tabla 2).

Tabla 2. Regresión logística de 3 modelos respecto de la realización de actividad física

Realiza actividad física	Modelo 1		Modelo 2		Modelo 3	
	OR 95% IC	Valor *p*	OR 95% IC	Valor *p*	OR 95% IC	Valor *P*
Consumo alimentos orgánicos	0.43 (0.32; 0.57)	<0,001	0.44 (0.33; 0.60)	<0,001	0.44 (0.32; 0.59)	<0,001
Género	0.52 (0.40; 0.68)	<0,001	0.50 (0.38; 0.65)	<0,001	0.50 (0.38; 0.66)	<0,001
Lugar de residencia	0.03 (0.73; 1.45)	0,881	0.11 (0.78; 1.57)	0,57	1.11 (0.78; 1.58)	0,569
Estado Civil	0.38 (0.29; 0.50)	<0,001	0.36 (0.27; 0.48)	<0,001	0.36 (0.27; 0.48)	<0,001
Situación laboral actual	-	-	1.03 (0.94; 1.13)	0,493	1.03 (0.94; 1.13)	0,476
Área laboral	-	-	0.94 (0.88; 1.00)	0,040	0.93 (0.88; 1.00)	0,038
Tamaño del grupo familiar	-	-	0.94 (0.78; 1.13)	0,485	0.93 (0.77; 1.12)	0,455
Región	-	-	1.02 (0.99; 1.04)	0,246	1.02(0.99;1.04)	0,265
Nivel educacional alcanzado	-	-	0.89 (0.84; 0.95)	<0,001	0.89(0.84;0.96)	<0,001
Estado nutricional	-	-	-	-	0.93(0.78;1.10)	0,382

Regresión logística de 3 modelos, Modelo 1: Consumo alimentos orgánicos, género, lugar de residencia y estado civil. Modelo 2: Consumo alimentos orgánicos, género, lugar de residencia, estado civil, situación laboral actual, área laboral, tamaño del grupo familiar, región y nivel educacional alcanzado. Modelo 3: Consumo alimentos orgánicos, género, lugar de residencia, estado civil, situación laboral actual, área laboral, tamaño del grupo familiar, región, nivel educacional alcanzado y Estado nutricional.
Datos presentados como Odds Ratio y su 95% intervalo de confianza (IC), las personas activas fueron codificadas como 0 y los inactivos como 1.

Similares asociaciones fueron encontradas con la frecuencia de actividad física (Tabla 3).

Tabla n°3. Regresión logística frecuencia de actividad física

Frecuencia actividad física	OR 95% IC	Valor *p*
Consumo alimentos orgánicos	0.40 (0.27; 0.59)	<0,001
Género	0.56 (0.42; 0.76)	<0,001
Lugar de residencia	0.83 (0.54; 1.27)	0.392
Estado Civil	0.45 (0.30; 0.66)	<0,001
Situación laboral actual	0.99 (0.89; 1.11)	0.874
Área laboral	0.90 (0.82; 0.99)	0.030
Tamaño del grupo familiar	0.96 (0.77; 1.20)	0.727
Región	0.98 (0.94; 1.01)	0.177
Nivel educacional alcanzado	0.93 (0.87; 1.00)	0.056
Estado nutricional	0.89 (0.73; 1.09)	0.271

Datos presentados como Odds Ratio y su 95% intervalo de confianza (IC), las personas activas fueron codificadas como 0 menor a 3 veces a la semana y 1 mayor a 3 veces a la semana.

Discusión

Se identificó en el estudio que un 74% de la muestra consume AO y quienes realizan actividad física tienen mayor probabilidad de consumirlos, existiendo diferencias según edad, género, estado civil, entorno residencial y nivel educativo.

También se identificó que las mujeres y los más adultos jóvenes tienen mayor tendencia al consumo de AO. Además, la situación laboral actual y el área laboral también influyen la decisión de consumo. Junto

a esto la regresión linear identificó una asociación entre la actividad física (AF) y el consumo de AO, igualmente según el género, estado civil, área laboral, tamaño familiar y nivel educativo.

Frente el consumo de AO un estudio relacionó que las motivaciones de la realización de actividad física se asocian con mayor voluntad a consumir alimentos orgánicos, pero no necesariamente a pagar por ellos o pagar precios mayores (Knaggs et al., 2022). A su vez otros estudios han identificado que quienes realizan actividad física tienen una mayor tendencia al consumo de alimentos orgánicos y se preocupan más por comer saludable, como también a evitar el consumo de alcohol y/o cigarrillo (Andersen et al., 2022; Soroka & Wojciechowska-Solis, 2019).

El consumo de productos orgánicos se ha asociado con una dieta más rica en nutrientes, mejor apariencia de los productos, mejores atributos sensoriales, menor contenido de nitratos y metales pesados, mayor contenido de vitamina C. También se asocian con disminución del riesgo de patologías como el cáncer, pero por otro lado también se han atribuido mayor cantidad de intoxicaciones por microorganismos ante el consumo de estos, todo beneficio dependerá de las calidad de producción y condiciones del consumo (Eyinade et al., 2021). La importancia nutricional de los AO radica en su alto contenido de nutrientes esenciales como calcio, magnesio, potasio y vitaminas C y E. Estos micronutrientes son indispensables para el correcto funcionamiento de nuestro organismo, contribuyendo a la salud ósea, muscular y antioxidante, entre otras (Rahman et al., 2024).

Se identificó que el consumo de alimentos orgánicos es mayor en personas jóvenes con un promedio de IMC 25,65 kg/m2 y en el sexo femenino similar a los resultados obtenidos por Andersen et al donde el riesgo relativo de consumir alimentos orgánicos versus el no consumo, fue mayor en mujeres y sujetos con un promedio de IMC<25 kg/m2 (Andersen et al., 2022). Otros estudios también han identifico al sexo femenino como predominante del consumo de AO, donde también se asoció la actividad física y la compra de alimentos orgánicos con el sexo femenino (Ureña et al., 2008). Un estudio evalúo la actitud de los consumidores y la frecuencia del consumo de productos orgánicos específicos en el riesgo de sobrepeso y obesidad, se identificó que quienes consumían estos productos tenían un 36% menos de riesgo para el sexo femenino y un 42% menos de riesgo para el sexo masculino de desarrollar sobrepeso, un 48% menos de riesgo en el sexo femenino de desarrollar obesidad un 62% en el sexo masculino, en este caso asociando a los pesticidas como factores de riesgo para la obesidad (Bhagavathula et al., 2022).

Respecto a la edad, el promedio de edad de la muestra que realiza actividad física es de 24 años, similar a un estudio que evidenció que quienes son adultos jóvenes y realizan actividad física tienen mayor probabilidad de consumir productos orgánicos que población joven (Gosling et al., 2021).

El área laboral que más actividad física realiza es la de “otros” y de servicios sociales y salud similar a lo identificado en un estudio donde se evidenció que quienes tienen un mayor nivel educacional y mayores ingresos realizan actividad física y además tienen mayor probabilidad de seguir una dieta vegana, vegetariana y de tener una ingesta mayor de alimentos orgánicos (Baudry et al., 2015).

Este estudio identificó que quienes tienen un nivel educacional superior tienen mayor probabilidad de consumir alimentos orgánicos que quienes pertenecen a otro nivel educacional y a su vez otro estudio en base a la Cohorte de Nutrinet-Santé identificó que quienes tienen un mayor nivel educacional tienen mayor probabilidad de realizar más actividad física que quienes tienen un nivel educacional menor, pudiendo ser un factor de relación entre el consumo de AO y la AF (Kesse-Guyot et al., 2013). Esto similar a lo identificado por un estudio que asoció el consumo de alimentos orgánicos con el cuidado de la salud, identificando que al percibirse los AO como saludables y de mejor calidad que los convencionales, las personas con mayor nivel socioeconómico, mayor nivel educacional y con empleos a tiempo completo tienen mayor preferencia de consumirlos, pero en este estudio no se incluyó la variable de actividad física dentro del análisis (Araya-Pizarro & Rojas-Escobar, 2021).

Frente a que aún es amplia la necesidad de continuar describiendo los perfiles de los consumidores de alimentos orgánicos, tanto sus estilos de vida, alimentación como estados de salud y motivantes, nuestro estudio entrega una nueva perspectiva, principalmente nutricional y de estilos de vida que asocia el consumo de alimentos orgánicos con la actividad física, ya que de forma predominante la evidencia existente de los consumidores de AO son estudios de mercado y ciencias empresariales que no incluyen esta perspectiva. Aun así, nos encontramos con limitaciones tales como de representatividad y exactitud de los datos.

Conclusiones

Se logra concluir que existe una asociación entre la realización de actividad física y el consumo de alimentos orgánicos en adultos mayores de 18 años residentes en Chile, igualmente según género, estado civil, área laboral, tamaño familiar y nivel educativo. Este estudio identifica que el nivel educacional se asocia positivamente con la probabilidad de consumir alimentos orgánicos y realizar actividad física, una conducta que podría traer beneficios para la salud y que subrayan la importancia de la educación en la promoción de estilos de vida activos y saludables.

Es de interés continuar conociendo el perfil de los consumidores de alimentos orgánicos y sus estilos de vida, identificando como se modula su relación con la actividad física y características sociodemográficas, para continuar caracterizando a este grupo de consumidores y los beneficios que podría traer su elección alimentaria y características.

Financiación

Esta investigación no conto con financiamiento. Los autores expresan que no hay conflictos de interés a la redacción de este artículo.

Referencias

Adasme-Berríos, C., Rodríguez, M., Jara-Rojas, R., & Díaz-Tobar, B. (2011). Dimensiones que caracterizan el consumo potencial de alimentos orgánicos en la Región del Maule, Chile. Revista de la Facultad de Ciencias Agrarias. Universidad Nacional de Cuyo, 43(2), 59-69.

Alosaimi, N., Sherar, L. B., Griffiths, P., & Pearson, N. (2023). Clustering of diet, physical activity and sedentary behaviour and related physical and mental health outcomes: a systematic review. BMC Public Health, 23(1), 1572. https://doi.org/10.1186/s12889-023-16372-6

Andersen, J. L. M., Frederiksen, K., Raaschou-Nielsen, O., Hansen, J., Kyrø, C., Tjønneland, A., & Olsen, A. (2022). Organic food consumption is associated with a healthy lifestyle, socio-demographics and dietary habits: a cross-sectional study based on the Danish Diet, Cancer and Health cohort. Public Health Nutr, 25(6), 1543-1551. https://doi.org/10.1017/s1368980021001270

Araya-Pizarro, S., & Rojas-Escobar, L. (2021). Cuidado de la salud como determinante del consumo de alimentos orgánicos en Chile. Idesia (Arica), 39, 59-67.

Baudry, J., Méjean, C., Allès, B., Péneau, S., Touvier, M., Hercberg, S.,...Kesse-Guyot, E. (2015). Contribution of Organic Food to the Diet in a Large Sample of French Adults (the NutriNet-Santé Cohort Study). Nutrients, 7(10), 8615-8632. https://doi.org/10.3390/nu7105417

Bhagavathula, A. S., Vidyasagar, K., & Khubchandani, J. (2022). Organic Food Consumption and Risk of Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis. Healthcare (Basel), 10(2). https://doi.org/10.3390/healthcare10020231

Bisquert-Bover, M., Ballester-Arnal, R., Gil-Llario, M. D., Elipe Miravet, M., & López-Fando Galdón, M. (2020). Motivaciones para el ejercicio físico y su relación con la salud mental y física: un análisis desde el género.

Dobrowolski, H., Kopczyńska, K., Kazimierczak, R., Rembiałkowska, E., & Włodarek, D. (2024). Organic Food in Athletes Diet—Narrative Review of Alternative Products in Sports Nutrition. Nutrients, 16(14), 2347.

Díaz Tobar, B., Adasme-Berríos, C., Rodríguez, M., & Pindado, E. (2013). Variables que influyen en el consumo de alimentos orgánicos en la Región del Maule. Chile [Variables that affect the organic food consumption on the Maule Region. Chile.]. Economía Agraria (Revista Economia Agraria), 17, 49-61. Retrieved 2013-12, from https://ageconsearch.umn.edu/record/169573/files/RAE6_2013_D_az.pdf

Eisinger-Watzl, M., Wittig, F., Heuer, T., & Hoffmann, I. (2014). Customers Purchasing Organic Food - Do They Live Healthier? Results of the German National Nutrition Survey II. European Journal of Nutrition & Food Safety, 5(1), 59-71. https://doi.org/10.9734/EJNFS/2015/12734

Eyinade, G. A., Mushunje, A., & Yusuf, S. F. G. (2021). The willingness to consume organic food: A review. Food and Agricultural Immunology, 32(1), 78-104.

Gallegos, L. I. F., Hernández, G. S. R., Mata, K. J. M., & Chávez, J. F. A. (2024). Más allá del control glucémico: beneficios de la actividad física en la calidad de vida de personas con diabetes mellitus tipo 2: una revisión narrativa. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación(53), 262-270.

Goetzke, B., Nitzko, S., & Spiller, A. (2014). Consumption of organic and functional food. A matter of well-being and health? Appetite, 77, 94-103. https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.02.012

Gosling, C. J., Goncalves, A., Ehrminger, M., & Valliant, R. (2021). Association of organic food consumption with obesity in a nationally representative sample. Br J Nutr, 125(6), 703-711. https://doi.org/10.1017/s0007114520003189

Jebb, S. A. (2007). Dietary determinants of obesity. Obes Rev, 8 Suppl 1, 93-97. https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2007.00326.x

Johnson, N. A., Sultana, R. N., Brown, W. J., Bauman, A. E., & Gill, T. (2023). La actividad física en la gestión de la obesidad en adultos: una ponencia de Exercise and Sport Science Australia. Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, 21(2), 12.

Kesse-Guyot, E., Péneau, S., Méjean, C., Szabo de Edelenyi, F., Galan, P., Hercberg, S., & Lairon, D. (2013). Profiles of organic food consumers in a large sample of French adults: results from the Nutrinet-Santé cohort study. PLoS One, 8(10), e76998. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0076998

Knaggs, J., Pruitt, J. R., Anderson, L., & Palma, M. (2022). Influence of social status, physical activity, and socio-demographics on willingness to pay for a basket of organic foods. Agricultural and Food Economics, 10(1), 25. https://doi.org/10.1186/s40100-022-00233-8

Macias M, A. I., Quintero S, M. L., Camacho R, E. J., & Sánchez S, J. M. (2009). La tridimensionalidad del concepto de nutrición: su relación con la educación para la salud. Revista chilena de nutrición, 36, 1129-1135.

Núñez, S. R., & Yañez, L. N. (2016). Cadenas agroalimentarias orgánicas en el sur de chile: tensiones que condicionan su puesta en valor Organic agrifood chain in southern Chile: Tensions conditioning its potential value. Estudios Sociales, 25, 39-62.

Quintero, A. M., Osorio, A. N. V., Cerquera, P. E. B., & Cruz, Á. M. R. (2024). Levels of physical activity and psychological well-being of the elderly in rural areas. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación (51), 69-74.

Rahman, A., Baharlouei, P., Koh, E. H. Y., Pirvu, D. G., Rehmani, R., Arcos, M., & Puri, S. (2024). A Comprehensive Analysis of Organic Food: Evaluating Nutritional Value and Impact on Human Health. Foods, 13(2), 208.

Soroka, A., & Wojciechowska-Solis, J. (2019). Consumer Motivation to Buy Organic Food Depends on Lifestyle. Foods, 8(11). https://doi.org/10.3390/foods8110581

Ureña, F., Bernabéu, R., & Olmeda, M. (2008). Women, men and organic food: differences in their attitudes and willingness to pay. A Spanish case study. International Journal of Consumer Studies, 32(1), 18-26. https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2007.00637.x

Ureña, R. M., Ruiz, R. O., & Sillero, J. d. D. B. (2023). Calidad de Vida: Actividad y Condición Física en mujeres adultas: Un estudio descriptivo. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación (47), 138-145.

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Carla Villagrán-Cerro	villagrancerrocarla@gmail.com	Autora
Catalina Ramírez-Contreras	ctramirez@ubiobio.cl	Autora
Felipe Poblete-Valderrama	felipepobletev@gmail.com	Autor
Lautaro Briones	lbriones@ubiobio.cl	Autor
Cesar Grez	grezcesar@gmail.com	Autor
Marcela Rosales	nutrirosales@gmail.com	Autor
Gloria Cárcamo	gcarcamo@ubiobio.cl	Autora
Solange Parra-Soto	sparra@ubiobio.cl	Autora