



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

¿Pedir o cocinar? La práctica de cocinar y el uso de aplicaciones de *delivery* en adultos de Montevideo: un protocolo de investigación



escuela de
NUTRICIÓN

INTEGRANTES DEL EQUIPO: Alexia Olivera, Franco Sena, Manuela Cavelli, Mikaela Vargas, Romina Cardoso

Tutora: Prof. Adj. Vanessa Gugliucci; Tutor: Prof. Adj. Youssef Abrache

1 Unidad Académica de prácticas; 2 Departamento de Nutrición Clínica

Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. Correo electrónico de los tutores: vgugliucci@nutricion.edu.uy, yabrache@nutricion.edu.uy

INTRODUCCIÓN:

El gran avance tecnológico y las transformaciones derivadas de la pandemia por COVID-19, han modificado la forma en que las personas acceden a los alimentos. En este contexto, el entorno alimentario, que influye en qué y cómo se come, incorpora actualmente una dimensión digital, en la cual las aplicaciones de *delivery* ocupan un lugar central, al facilitar el acceso inmediato a alimentos preparados ofreciendo rapidez y conveniencia. En Uruguay, el uso de estas aplicaciones se ha incrementado en los últimos años.

Esta situación incide en las prácticas alimentarias, particularmente en la preparación de alimentos en el hogar, observándose una disminución en el tiempo destinado a la cocina. Como consecuencia, se ve desplazada la práctica culinaria recomendada por la Guía Alimentaria para la Población Uruguaya, que promueve la preparación de alimentos en el hogar. Esto está también relacionado con las barreras identificadas en la evidencia nacional, donde la falta de tiempo es un impedimento para su aplicación.

Los cambios en la cocina en el hogar vinculados al uso de aplicaciones de *delivery* se asocian a un mayor consumo de alimentos ricos en grasas, azúcares y sal, aumentando el riesgo de Enfermedades No Transmisibles, principales causas de morbilidad en Uruguay.

Si bien estudios internacionales evidencian que el uso de aplicaciones de *delivery* influye en dicha práctica, en Uruguay aún no se dispone de evidencia al respecto, lo que resalta la importancia de su investigación.

OBJETIVO GENERAL:

Analizar la práctica alimentaria de cocinar en el hogar en población adulta de Montevideo y su relación con el uso de aplicaciones de *delivery*.

RESULTADOS ESPERADOS:

Se espera obtener una caracterización de las prácticas alimentarias vinculadas al uso de aplicaciones de *delivery* y a la cocina en el hogar en la población adulta residente en Montevideo, considerando variables sociodemográficas y socioeconómicas.

En relación con las aplicaciones de *delivery*, en función a la evidencia disponible a nivel internacional, se espera un mayor uso en hombres, en personas con mayor nivel educativo y mayores ingresos, y en quienes presentan jornadas laborales más extensas. Asimismo, se prevé un mayor uso en personas jóvenes (20-35 años), posiblemente asociado a mayor inserción laboral y menor disponibilidad de tiempo. También se espera un predominio de preparaciones frecuentemente solicitadas, como pizzas y hamburguesas.

En cuanto a la cocina en el hogar, se espera una mayor frecuencia de preparación de alimentos en mujeres, en personas de mayor edad y en hogares con mayor número de integrantes. A su vez, se prevé que quienes trabajan más horas cocinen con menor frecuencia.

Finalmente, se espera encontrar una asociación entre el uso de aplicaciones de *delivery* y la preparación de alimentos en el hogar, de modo que a mayor uso de estas plataformas, menor sería la frecuencia de cocina doméstica.

METODOLOGÍA:

Se trata de un estudio de tipo observacional, transversal con un alcance correlacional y con un enfoque mixto. La población de estudio estará constituida por personas adultas de entre 18 y 64 años que residan en Montevideo desde hace al menos 12 meses. El muestreo será no probabilístico.

La técnica de recolección de datos se realizará mediante una encuesta en línea, de elaboración propia (Google Forms), y será difundida a través de redes sociales (Facebook e Instagram). Previamente, se llevará a cabo una prueba piloto para evaluar la claridad y comprensión de esta. La participación será voluntaria y requerirá la aceptación previa de un consentimiento informado. La encuesta está compuesta por preguntas abiertas y cerradas agrupadas en tres bloques:

Cocinar los
alimentos en el
hogar

Uso de
aplicaciones de
delivery

Aspectos
sociodemográficos y
socioeconómicos

Los datos se analizarán mediante estadística descriptiva para caracterizar a la población según su nivel socioeconómico, aspectos sociodemográficos, sus prácticas culinarias y el uso de aplicaciones de *delivery*. Las preguntas abiertas sobre los motivos por el cual usan las aplicaciones de *delivery* y cocinan en el hogar se analizarán mediante codificación inductiva, agrupando las respuestas en categorías que serán presentadas según su frecuencia de mención. Para analizar la asociación entre la frecuencia de uso de aplicaciones de *delivery* y la frecuencia de elaboración de alimentos en el hogar, se aplicará el test χ^2 , considerando nivel de significancia un valor de $p < 0,05$.



¿PEDIR O COCINAR?

Referencias:

Gupta A, Sacks G, Cameron AJ, Huggins CE, Peeters A, Backholer K, et al. Use of online food delivery services among adults in five countries from the International Food Policy Study 2018-2021. Preventive Medicine Reports. julio de 2024;43:102766. ; Granheim SI, Opheim E, Terragni L, Torheim LE, Thurston M. Mapping the digital food environment: a scoping review protocol. BMJ Open [Internet]. 1 de abril de 2020;10(4):e036241. ; Ministerio de Salud Pública. Guía Alimentaria para la Población Uruguaya [Internet]. Uruguay; 2021. ; Prasad S, M. Jain C, Chajjed PV, S. Jain S, Modi J, Mittal H. Food Delivery Apps and their Effect and Social Impact on Eating Habits and Health: A Study. International Journal of Innovative Science and Research Technology (IJISRT). 16 de abril de 2025;3024-52. ; Rubio Hurtado MJ, Berlanga Silvente V. Cómo aplicar las pruebas paramétricas bivariadas t de Student y ANOVA en SPSS. Caso práctico. REIRE Revista d'Innovació i Recerca en Educació. 2012;5(2):83-100. ; Hernández Sampieri R, Fernández-Collado CF. Metodología de la investigación. Sexta edición. Baptista Lucio P, editor. México D.F.: McGraw-Hill Education; 2014. ; Alesina L, Bertoni M, Mascheroni P, Moreira N, Picasso F, Ramirez J, et al. Metodología de la Investigación en Ciencias Sociales: Apuntes para un curso inicial. Montevideo, Uruguay: Universidad de la República, CSIC; 2011. 114 p.