

## Última Hora

### Los adolescentes inmigrantes comen mejor y tienen menos riesgo de obesidad que los españoles, según un estudio



GRANADA, 3 (EUROPA PRESS)

Un estudio realizado en el Departamento de Didáctica de las Ciencias Experimentales de la Universidad de Granada (UGR) revela que los adolescentes inmigrantes comen mejor que los españoles y tienen por lo tanto menos probabilidad de sufrir obesidad, diabetes y otras enfermedades cardiovasculares derivadas de una mala alimentación.

Así, de la investigación realizada, que ha analizado por primera vez los hábitos y actitudes que muestran los inmigrantes ante la nutrición, se desprende que la interculturalidad aplicada al ámbito alimentario ayuda a mejorar la salud de los jóvenes escolares, según informó la UGR en un comunicado.

La autora de este trabajo, dirigido por los profesores José Antonio Naranjo Rodríguez y Francisco González García, es Lorena Ramos Chamorro, que ha realizado más de 800 encuestas entre jóvenes en el País Vasco y Castilla y León, entre jóvenes españoles e inmigrantes.

Su investigación ha demostrado que los hábitos alimenticios de los inmigrantes son mucho mejores ya que ingieren muchas más frutas, verduras, cereales y zumos naturales que los españoles y, a diferencia de estos, apenas consumen 'snacks', golosinas y 'chucherías'.

Por el contrario, los adolescentes españoles beben más leche y son más conscientes de la importancia del desayuno --el 75 por ciento de ellos come algo antes de ir a clase--, si bien es cierto que los inmigrantes que desayunan le dedican más tiempo y toman un desayuno más completo.

Por su parte, las chicas autóctonas son las que mayor nivel de conocimientos tienen sobre temas relacionados con la nutrición, aunque son también las que consumen 'chucherías' en un porcentaje más elevado con respecto al resto de los colectivos analizados en este trabajo.

#### MÁS PROTEÍNAS

Esta radiografía de los hábitos alimentarios presentes en las aulas españolas revela que los extranjeros que estudian en España --en su mayoría sudamericanos, árabes, de los países bálticos y chinos-- toman más proteínas que los autóctonos, ingeridas a través de alimentos como la quinoa, el amaranto, el mijo, la soja o la yuca y la batata. Los inmigrantes están además más dispuestos a probar nuevas comidas y alimentos que los españoles, más reacios a comer aquello que no conocen.

En el marco de este trabajo la investigadora de la UGR ha diseñado e implementado un programa educativo multicultural basado en la alimentación y la nutrición, aplicado a alumnos de 3º de ESO del IES Cartuja de Granada.

Bajo el título 'Alimentación Intercultural. Comer mejor es posible' esta experiencia "ha permitido potenciar el respeto y la aceptación de las diferencias a partir de la alimentación, que es el mejor ejemplo de diversidad cultural", según señaló Ramos Chamorro.

Así, mediante esta iniciativa los alumnos han conocido y probado los alimentos y sabores de los lugares de origen de sus compañeros foráneos, compartiendo tradiciones y permitiendo así a los inmigrantes mantener su identidad a pesar de las distancias culturales". Este proyecto, afirmó su autora, "ha permitido mejorar prácticamente en un cien por cien los hábitos alimenticios de los escolares".

Lorena Ramos afirmó que su trabajo ha demostrado que a través de la alimentación "es posible mejorar la convivencia del grupo y crear un clima educativo basado en la igualdad de derechos y en la interculturalidad"

#### Servicios

[Suscripción gratuita](#)

[Libros](#)

[Películas](#)

[RSS Titulares en](#)

[RSS](#)

#### Por lo Breve

■ [Florentino tiene ahora vía libre para lanzarse contra Iberdrola](#)

■ [Europa responsabiliza a las agencias de información financiera de la crisis 'subprime'](#)

■ [Almunia: "Nadie duda de que se incrementarán los riesgos a la baja en 2008"](#)

■ [Se venden menos coches en España](#)

■ [Confirmado: las elecciones se celebrarán el 28 de octubre](#)

■ [Las demandas de Dependencia pasan de los 150.000 a los 200.000 en el mismo día](#)

■ [Zapatero considera que el PSOE puede colaborar con UPN, "muy diferente" al PP](#)

■ [El Gobierno trata de 'vender' que no pasa nada en la Educación](#)

■ [Ciudadans se suma a la Plataforma Pro \(Savater\)](#)

■ [Unidad de España y pulso contra ETA: en el PP gana la vieja guardia](#)

■ [Reino Unido comienza a retirar sus tropas mientras Bush realiza una visita sorpresa a Iraq](#)

■ [Este martes se vota](#)