SALÓN DEL MANGA
6, 7 Y 8 DE NOVIEMBRE
FERIA DE MUESTRAS DE ARMILLA
ESPECIAL JAPÓN
fermasa
cuenta AZUL hipoteca AZUL nómina AZUL RBE nº 386/09 902 303 308 Banesto.com
Andalucía TE QUIERE

GRANADA

Los precocinados y la comida rápida acentúan la obesidad infantil

Expertos constatan un incremento en el consumo de estos productos entre los pequeños debido al recorte del gasto familiar El exceso de kilos afecta ya a entre un 35 y un 40% de los menores

M. V. C. | GRANADA

3 votos 0 Comentarios | Comparte esta noticia »

El porcentaje de menores con exceso de peso se ha disparado en 25 años. En 1984 sólo el 4% de los chiquillos sufría obesidad, mientras que en la actualidad la cifra llega ya al 30%. Las causas son varias según los expertos: una dieta inadecuada y la ausencia de ejercicio físico. La crisis ha aportado otro elemento contraproducente a la salud de los menores. La falta de recursos provoca el incremento de consumo de alimentos precocinados y de comida rápida.

mvcobo@ideal.es

El sedentarismo de los pequeños es otro factor clave para que ganen peso

La dieta mediterránea cede así ante las pizzas, hamburguesas, perritos calientes, patatas fritas y bollería industrial. En las casas donde ambos padres trabajan se reducen además la ingesta de alimentos saludables. Los hábitos alimentarios se adquieren en la infancia, explica Carlos Ruiz Cosano, profesor titular de Pediatría de la Universidad de Granada y especialista en obesidad infantil. Los padres comen peor, tienen menos tiempo, y esos hábitos se trasladan a los chavales: bollería industrial, bebidas azucaradas o isotónicas en detrimento de legumbres, hortalizas, verduras, frutas, carne de pollo y pescado. Uno de los aspectos negativos de la nutrición de los críos es que no hacen un desayuno fuerte.

La falta de actividad física no es menos nociva. Los chavales pasan mucho tiempo delante de la pantalla de un ordenador, la televisión o jugando con las videoconsolas. Un estudio de la Universidad de Granada cifraba este tiempo en unas cinco horas diarias. Los niños deberían realizar al menos una hora de ejercicio físico al día.

Cuenta AZUL de iBanesto, alta remuneración con total disponibilidad

TAGS RELACIONADOS

precocinados, comida, rapida, acentuan, obesidad, infantil

3 votos 0 Comentarios | Comparte esta noticia »

Opina

Aprovecha las ventajas de ser un usuario registrado y **Regístrate** Para realizar un comentario con tu perfil, primero debes identificarte: **Login**. También puedes escribir un comentario sin tener perfil:

Nombre * y apellidos

Email *

Acepto todas las **condiciones de uso**
* campos obligatorios

Opinión *
escribe aquí tu comentario

Enviar

Listado de Comentarios

Lo más reciente Lo más valorado

0 opiniones

ANUNCIOS GOOGLE

Best Western Los Cerezos
Hotel cerca Granada. Inmejorables vistas.Mejor relac. calidad-precio
book.bestwestern.com

Cada vez más familias confían en nosotros
ALARMA HOGAR 99€ 309 +IVA
y de regalo esta caja fuerte

BUSCAR EN IDEAL.ES
Buscar

LO MÁS LEIDO

Una niña de sólo diez años abortó en Gr...
A Baza le es indiferente Franco...
El frío recibe al fin de semana...
Un psiquiatra militar mata a 12 persona...
El sexto hombre...
Apocalipsis '2012'...
Los precocinados y la comida rápida ace...
La Fiscalía archiva la denuncia contra ...
El manos libres en el coche también dis...
«El mundo no se acabará en 2012'...
Paso a la nueva guardia...
Buscan en la costa granadina una embarc...

LO MÁS COMENTADO

LO ÚLTIMO

idealtv.es
VIDEOS DE GRANADA **más videos [+]**

NOTICIAS
Día del EPOC