usuario
clave
regístrate iniciar sesión

Buscar
PORTADA
CANALES
Apple
Blackhats
Ciencia
Comunicación
Curiosidades
e-Administración
Empresas
Eventos
Hardware
Nombramientos
Seguridad
Software
Software Libre
Telefonía
Videojuegos
Wireless
EL PERIÓDICO
Blogs amigos
Editorial
Entrevistas
Gadgets
Minijuegos
Perfiles
Tags
Top noticias
Videorreportajes
Webcómics
MIFLECHA
Blogs
Imágenes
Videos
SERVICIOS
Boletines
Contactos
Formación
Tienda
Viviendas
COMUNIDAD
Encuestas
Foros
Emails de los lectores
Chat

VIVIENDAS
Acción:
Propiedad:
Provincia:
Buscar
Patrocinado por:
Spainhouses.net

TIENDA
RACE
Servicio Asistenci
Taller Incluido
Race. Por 130€/añ
Race te paga las
facturas de averías

BOLETÍN SEMANAL
Email:
Suscribirme
Boletines publicados

DISEÑO WEB
ENTERSOFTWEB

Permitir a los niños que elijan qué verdura quieren comer cada día aumenta su consumo

Un estudio de la **Universidad de Granada** demuestra que, cuando pueden elegir, los pequeños ingieren hasta un 80% más de verdura. También han identificado que el sabor amargo del calcio, muy presente en verduras como las espinacas y acelgas, la col, la cebolla, el cardo o el brócoli, puede ser un factor sensorial que influye muy negativamente en el consumo infantil

03 Jun 2011 | **EUREKALERT**

Un gesto tan simple como permitir a un niño pequeño que elija libremente qué verdura le gustaría comer ayuda a aumentar el consumo de estos alimentos en la población infantil, según han comprobado investigadores de la **Universidad de Granada**. Además, su trabajo apunta que el sabor amargo del calcio, muy presente en verduras como las espinacas y acelgas, la col, la cebolla, el cardo o el brócoli, puede ser un factor sensorial que influye muy negativamente en el consumo infantil.

Para llevar a cabo este estudio experimental, sus autores analizaron los principales factores determinantes del consumo de verdura en niños de menos de 6 años, evaluando la eficacia de una estrategia denominada "Provisión de elección", consistente en permitir a los pequeños elegir en cada comida qué tipo de verduras deseaban tomar.

Provisión de elección

Los investigadores trabajaron con 150 niños y niñas en las aulas escolares de cuatro colegios públicos de Granada gestionados por la Fundación Granada Educa, a quienes se les dio la oportunidad de que pudieran elegir la verdura que querían comer durante la comida. Se les dotó así de una herramienta conocida como "provisión de elección", con la que comprobaron que el consumo de verduras aumentó hasta en un 80 por ciento. Observaron además que aquellos niños a quienes se les permitió elegir qué verdura deseaban comer ingirieron 20 gramos más, lo que supone una media de 40 gramos más al día entre comida y cena. Teniendo en cuenta que la ración de verduras que se les sirvió fue de 150 gramos, "se trata de una cantidad muy importante", advierten los autores del trabajo.

La autora principal de esta investigación, pionera en España, es Paloma Rohlfs Domínguez, del Instituto de Neurociencias de la **Universidad de Granada**, y el trabajo fue dirigido por el profesor Jaime Vila Castelar, del departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. En el estudio también participaron otros investigadores de la **UGR**, así como de la **Universidad** de Wageningen, en los Países Bajos.

Su trabajo también ha revelado que la sensibilidad de los pequeños hacia el sabor amargo de los glucosinolatos contenidos en las verduras, indicado por la sensibilidad hacia el componente químico 6-n-propylthiouracil (PROP), puede ser una de las causas de que muchos niños rechacen las verduras. Del mismo modo, el sabor amargo del calcio también influye muy negativamente en este aspecto.

Parte de los resultados de este trabajo han sido recientemente aceptados para su publicación en la revista científica de distribución internacional Brain Research Bulletin y se encuentran disponibles para su lectura online en Siencedirect.

BOLETÍN

Si quieres recibir cada semana las noticias más interesantes **suscríbete a nuestro boletín**.

COMENTARIOS

LaFlecha.net no se hace responsable del contenido de los comentarios publicados.

Entérate de cuándo hay nuevos comentarios

No se permitirán los comentarios que :
- puedan resultar ofensivos o injuriosos
- incluyan insultos, alusiones sexuales innecesarias y palabras soeces o vulgares
- apoyen la pedofilia, el terrorismo o la xenofobia

Autor

OTRAS NOTICIAS

Besos de película
Hackers contra la pornografía
En Sicilia se venden Ferrari ´s falsos
Castigan con dos partidos al panameño Luis Moreno por patear a una lechuza
Inventan un paraguas que predice la lluvia
¿Sudamos todos de la misma forma?
Una píldora ayuda a bajar de peso y a dejar de fumar, todo al mismo tiempo
Una droga de diseño podría curar la depresión
La longevidad engendra longevidad
Los hombres solitarios llaman a Emergencias
Más noticias

EN EL FORO

DEMANDA A DIOS POR INCUMPLIMIENTO DE CONTRATO
Juego Mental
Nombres raros.
Chuck Norris
Algunos datos curiosos sobre México
Ir al foro de Curiosidades

Bonos de Casino
Apuestas
Resultados futbol

VITALDENT
¿Estás pensando en ir al dentista?
24 Prestaciones
Gratis
Financiación
sin intereses
Calidad
Avalada

¿Quieres saberlo todo sobre Hacking?
Apuestas