



LOCALES

NACIONALES

INTERNACIONALES

NOTICIAS VARIAS

DEPORTES

SOCIALES

ESPECIALES

Internacionales ▶ Noticias Internacionales ▶ Noticias Curiosas ▶ Los niños son menos obesos si cocina su madre

## Los niños son menos obesos si cocina su madre

MARTES, 28 DE FEBRERO DE 2012 06:34

Usar puntuación:      / 0Malo      Bueno 

**Científicos de la Universidad de Granada revelaron que existe una relación directa entre el estado nutricional de los menores y quién les prepara la comida en su hogar.**

La reciente investigación puso de manifiesto que los niños cuyos menús son preparados por sus madres están mejor alimentados y sufren menos obesidad, mientras que el estado nutricional de los niños empeora cuando una persona diferente a la madre les prepara el menú familiar.

Los investigadores reivindican así el papel de la madre y su saber a la hora de cuidar la dieta de toda la familia. Aseguran que sigue siendo la madre quien mejor conoce las necesidades alimentarias de sus hijos y la mejor preparada, en términos de conocimientos alimentarios, para la elaboración y el mantenimiento de una óptima alimentación familiar.

Los científicos emplearon una muestra constituida por 718 niños y adolescentes escolares de entre 9 y 17 años de edad, pertenecientes a trece centros educativos públicos y privados de la ciudad de Granada y de su provincia, publicó el sitio 20minutos.es.

Midieron edad, sexo, peso, talla, índice de masa corporal (IMC), pliegues cutáneos, perímetros corporales y aspectos de su entorno familiar, sus frecuencias de consumo y la práctica de alguna actividad física.

Además de descubrir que las madres los alimentan mejor, vieron una relación entre la práctica del ocio sedentario y su IMC. Así, a medida que aumenta el número de horas que los alumnos ven la televisión, juegan con los videojuegos o simplemente están conectados a internet, sus puntuaciones en el índice de masa corporal se incrementan exponencialmente.

Los investigadores concluyeron que existe "una imperiosa necesidad" de fomentar prácticas y estilos de vida saludables entre las familias, entre las cuales es altamente recomendable la práctica de ejercicio físico a través de "juegos clásicos".

**Fuente: EFE**

Compartir este artículo

0

Me gusta **Escribir un comentario**

- El Diario Vanguardia no se hace responsable por los comentarios realizados por lectores.
- Los usuarios que utilicen datos falsos serán bloqueados.
- Se anularán las cuentas de personas que utilizan su cuenta para ofender, insultar, agraviar a otro usuario.
- Los comentarios inapropiados serán eliminados.

 Nombre (requerido) E-mail (requerido)Están  
a los |

ULTIM.

Televis  
atrás  
La Cop  
contratUn gus  
podría  
envejer  
Huelga  
una ma  
dice mi