

ÚLTIMAS NOTICIAS

14:05 Sorbos de ?Cabaret?...

14:03 Cosidó justifica la actuación policial por s...

14:01 Artistas, deportistas e importaciones chinas...

Un estudio demuestra que cuando cocina la madre los niños están mejor alimentados y son menos obesos

27/02/2012 - 13:35

MADRID, 27 (SERVIMEDIA)

Científicos de la Universidad de Granada (UGR) han confirmado que existe una asociación significativa y directa entre el estado nutricional de los niños y quien les prepara la comida en casa. Así, los hijos cuyos menús son preparados por sus madres están mejor alimentados y sufren menos obesidad, mientras que el estado nutricional de los niños empeora cuando lo hace una persona diferente.

Según informa la UGR, este trabajo, publicado en la revista *Nutrición hospitalaria*, revela que la cuestión de quien elabora el menú familiar a diario es muy importante. Así, los científicos han observado que, a medida que el menú familiar es elaborado por personas diferentes a la madre, el estado nutricional de los hijos empeora considerablemente.

Y es que en la actualidad continua siendo la madre la figura familiar que 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, advierten los autores del estudio.

Los investigadores han encontrado, asimismo, una relación entre la práctica del ocio sedentario y los valores de Índice de Masa Corporal (IMC), descubriendo diferencias estadísticamente significativas en aquellos individuos con actitudes ociosas eminentemente sedentarias frente a quienes no las mantenían.

Así pues, 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 IMC se incrementan exponencialmente.

A la luz de los resultados de este trabajo, los científicos concluyen que existe una imperiosa necesidad de fomentar prácticas y estilos de vida saludables entre las familias, siendo altamente recomendable la realización de ejercicio físico a través de juegos clásicos.

(SERVIMEDIA)

27-FEB-12

JCV/gja

Publicidad

 Ligatus

Si pudieras invertir



¿40.000€ con solo 100€?
Descubre los secretos del apalancamiento... ¡Consigue tu guía PDF gratis!
Más información »

Comparador Seguros Coche



Compara 30 aseguradoras en 3 minutos en Acierto.com. Ahorra hasta 500€ en tu seguro.
Más información »

Curso online Android



Desarrolla aplicaciones para móviles, posibilidad de comercializarlas al finalizar.
Más información »