

martes, 13 de marzo de 2012

- Inicio
- Zulia
- Sucesos
- País
- Internacional
- Deportes
- Vida
- Salud/Ciencia
- Espectáculos
- Cine
- Cultura
- Gente

Buscar



Me gusta 2

0



Noticias de Vid

Vida

Los niños son menos obesos si cocinan sus madres

Puntuación: 0.0/5 (0 votos realizados)

07:15 AM | Cor exfoliante natura

07:15 AM | Hoy día de muchos c

07:00 AM | ¿Cu queman con las

06:16 AM | FOT británico aliment través de Twitte

06:10 AM | FOT del mundo cuest dólares

06:10 AM | Una solar como la de de 30 mil millones daños

06:02 AM | Dos interesadas en c recuperados del

Ver más noticias



Lo + leído Lo + c

1. FOTOS: Una c Abrahams posó 50 años

2. Hombre de 72 cuerpo de 20: F



3. Hilda Abraham "madurita" de Pl FOTOS

4. FOTO: ¿Recue Corazón? Mira c

5. Murió joven a mientras actuali: FOTO

Archivo

lunes 12 de marzo de 2012 08:58 AM
Rafael Álvarez / Agencias / Maracaibo

Isabel Iriarte tiene 52 años y es docente de primaria en una escuela zuliana. Ha sido maestra de niños menores de 13 años por más de dos décadas, lo que le ha permitido agudizar la observación y descubrir más allá de las palabras y gestos.

"Cuando algún niño está muy obeso para su edad, intento acercarme a él, preguntar sobre su vida y casi siempre es la misma situación. Son niños desatendidos, les cocina alguna niñera y nadie supervisa la cantidad de lo que comen. En algunos casos cocinan ellos mismos", afirma Isabel.

Lo que la maestra venezolana piensa no es simple coincidencia, y en cambio, ya es una realidad comprobada. Científicos de la Universidad de Granada han confirmado que existe una asociación significativa y directa entre el estado nutricional de los niños y quién les prepara la comida en casa y han demostrado que cuando cocina la madre los menores están mejor alimentados y son menos obesos.

El trabajo ha revelado que los hijos cuyos menús son preparados por sus madres están mejor alimentados y sufren menos obesidad, mientras que el estado nutricional de los infantes empeora considerablemente cuando una persona diferente a la madre les prepara el menú familiar.

Los científicos advierten que en la actualidad continúa 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.

La coordinadora regional de nutrición y dietética del Zulia, María Conde, expresa que los resultados europeos son "lógicos". "La madre prepara la alimentación con más cariño y dedicación y está pendiente de lo verdaderamente saludable para sus hijos. Esa relación de amor entre la madre y el niño podría contribuir a que esté mejor nutrido. Con la lactancia materna el bebé se desarrolla físicamente y emocionalmente, eso mismo puede estar sucediendo con la preparación y el suministro cuando avanzan en su infancia", explica Conde.

La nutricionista zuliana recomienda a todas las madres ocupadas a esforzarse aún más y ser ellas mismas quienes le preparen el desayuno o almuerzo a sus hijos, y dejar instrucciones precisas a quien está al cuidado de ellos.

En la investigación realizada en España, los especialistas emplearon una muestra de 718 niños y adolescentes escolares entre 9 y 17 años de edad, pertenecientes a trece centros educativos públicos y privados de la ciudad de Granada y de su provincia.

Mediante el uso de técnicas de antropometría, se valoraron las variables de peso y talla de los sujetos y, con ello, el índice de masa corporal, se efectuaron según edad y sexo. También fueron valorados seis pliegues cutáneos, así como cuatro perímetros corporales de la cintura, de la cadera, del brazo y del muslo.

Por otra parte y con objeto de analizar la influencia del entorno familiar en el desarrollo del sobrepeso y la obesidad entre la población de alumnos, los científicos de la UGR emplearon un cuestionario específicamente elaborado por el equipo investigador. En el mismo no sólo se recogía información relativa a aspectos de su entorno familiar, sino también a la frecuencia de consumo de determinados alimentos y a la práctica de alguna actividad física.

La psicóloga Naida Portillo considera que es importante el acompañamiento de las madres a los niños y adolescentes mientras crecen, y eso incluye su alimentación, para evitar desórdenes posteriores relacionados a la poca aceptación, como la anorexia y la bulimia.

"Los adolescentes siempre se sienten muy solos y por lo general en Venezuela no están presentes en la hora del almuerzo por sus horarios escolares (...) El hecho de estar solo determina si quiere comer más, menos o quiere engañar a todo el mundo, bota la comida y dice que está comiendo", señala Portillo.

Por eso, no dude en preparar un suculento menú para que sus pequeños crezcan saludables y fuertes durante la etapa de crecimiento.

Oferta Moda Bebés -70% Moda para Bebés Oferta en Granada ¡-70% en tus sitios favoritos! www.Moda_Bebes.GROUPON.es

Nutricionistas en línea 5 Médicos están en línea. Pregunte y obtenga su respuesta ya! JustAnswer.es/Nutricion

Handilift soluciones de accesibilidad 20 años salvando barreras www.handilift.es

Anuncios Google

Envíanos tus comentarios

Para escribir tus comentarios en las notas, necesitas ser usuario registrado de **Panorama**. Si no lo eres, [Regístrate aquí!](#)

Correo (obligatorio)

Clave (obligatorio)

Ingresar