

Google

Buscar...

Ir a portada - Jueves, 17 de mayo de 2012

NOTICIAS
Archivo / Hemeroteca
Al Día
Foto del día
Lo + Nuevo
Meliya te recomienda
Opinión
INFORMACIÓN
Caridad / Loterías
Cines
El Tiempo
Farmacias
Gasolineras
OCIO
Chat
Foro
Juegos
Galería fotográfica
SERVICIOS
Callejero
Directorio de enlaces
Encuestas
Guía de Empresas
Páginas Amarillas
Páginas Blancas
Tablón de anuncios
PUBLICIDAD

Noticia

PUBLICADO EL MIÉRCOLES, 16 DE MAYO DE 2012 A LAS 17:14:04

Un estudio de la UGR de la deficiente alimentación de los jóvenes melillenses

Comen pocas frutas y hortalizas y excesivas grasas y dulces

La dieta de los jóvenes melillenses es deficitaria en frutas y hortalizas y excesiva en grasas, dulces y en bebidas refrescantes, estimulantes y alcohólicas. Así se indica en el trabajo de investigación "Hábitos e ingestas alimentarias de los adolescentes melillenses", realizado por la profesoras Alicia Benarroch Benarroch, de la Facultad de Educación y Humanidades de la UGR-Melilla, y Silvia Pérez Vadillo, del Centro de Profesores y Recursos de Melilla.



- Autor:

El estudio, que ha sido financiado por el Vicerrectorado de Política Científica e Investigación de la Universidad de Granada, determina igualmente que el consumo de alimentos proteicos es inadecuado y específicamente escaso en el de la fuente primordial de las proteínas vegetales, como son los frutos secos.

Para hacer el estudio se ha tomado la muestra de 591 alumnos de 15 a 16 años, la mayoría de ellos musulmanes, el 54,2 por ciento, mientras que el resto, 42,2 por ciento, son católicos, y todos ellos distribuidos en centros educativos públicos y privados.

De las conclusiones destaca el hecho de que, en general, los hábitos alimenticios de los jóvenes melillenses son peores que los obtenidos en el estudio AVENA (Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes) realizado por González-Gross en 2003, sobre todo en cuanto al porcentaje de chicos y especialmente de chicas que no desayuna, así como al de chicas y sobre todo de chicos que picotean o comen entre horas.

Según el trabajo de Alicia Benarroch y Silvia Pérez, un 22,7 por ciento de los alumnos reconoce que no desayuna y un 13 por ciento que no cena; en cambio, el 42,5 por ciento dice que come entre horas o picotea; el 47 por ciento adjudica a la madre de modo exclusivo la tarea de preparar la comida, mientras que sólo el 1,5 por ciento se lo adjudica al padre.

La compra de los alimentos aparece más repartida, aunque en el 27,4 por ciento de las familias sigue recayendo de modo exclusivo en las madres, frente al 13,5 por ciento de las mismas en las que se encarga exclusivamente el padre y el 48,9 por ciento en que esta tarea es compartida por ambos progenitores.

A la hora de elegir lo que comen en el recreo o en la merienda, los entrevistados manifiestan, sin embargo, ser ellos personalmente los que lo hacen con más frecuencia que sus madres y padres. Y respecto a las formas de ser con las que más se identifican son 'jock' o deportista (29,7 por ciento), 'líder' o popular (24,4 por ciento), 'brain' o intelectual (19,6 por ciento) y 'alternative' (15,2 por ciento).

Muy significativos son los resultados que arroja el estudio respecto a ingesta de alimentos. Los adolescentes declaran no consumir a diario frutas (34,2 por ciento), verduras (54,1 por ciento), hortalizas (67,9 por ciento), leche (26 por ciento), yogures (35,2 por ciento). Mientras, cerca de la tercera parte de la muestra dice consumir diariamente alimentos cuyas recomendaciones están por debajo o muy por debajo a las diarias, tales como embutidos (29,5 por ciento), dulces (33 por ciento), mantequillas (30,1 por ciento), fast food (20 por ciento), bebidas refrescantes (35,8 por ciento), estimulantes (41 por ciento) y alcohólicas (6,6 por ciento).

Urge modificar los hábitos

En el estudio, que se acompaña de numerosos gráficos, las autoras comparan resultados por sexos y por pertenencia cultural y señalan que "estos resultados contundentes ponen de manifiesto la urgencia de que tanto desde la educación formal como informal se incida en la modificación de las conductas alimentarias de los adolescentes. No obstante, si todo cambio o modificación de hábito o conducta es difícil, lo es más si cabe cuando se trata de adolescentes, en los que, por sus peculiares características, las intervenciones educativas mal diseñadas pueden conducir a efectos no deseados e incluso contrarios".

C.G.S.

- Añadir a favoritos
- Remitir errata
- Enviar a un amigo
- Versión sólo texto
- Imprimir
- Aumentar tamaño de letra
- Tamaño de letra por defecto
- Reducir tamaño de letra

GESTORES DE INFORMACIÓN

- ¿Qué son estos iconos?
- RSS
- Añadir a menamee.net
- Añadir a digg
- Añadir a del.icio.us
- Añadir a MyYahoo!
- Buscar en Technorati
- Añadir a facebook
- Añadir a Twitter
- Añadir a MySpace
- Añadir a Live Space
- Añadir a Google Bookmarks
- Añadir a MSN Reporter

PUBLICIDAD

Anuncios Google

Librería UNED

¡Tu tienda de confianza! Compra tus libros con un 5% de descuento

[www.edicionesacademicas...](#)

