



martes, 01 de octubre de 2013

 Buscar en Ibercampus en Google | Consejo Editorial | Quienes Somos | Ideario | Contacto | Tarifas Publicitarias | Suscribirse | RSS

Secciones

[Políticas](#)
[Políticas de inclusión](#)
[I+D+i](#)
[Capital humano](#)
[Economía](#)
[Cultura](#)
[Estrategias verdes](#)
[Salud](#)
[Sociedad](#)
[Deportes](#)
[Debates](#)
[Entrevistas](#)
[Educación](#)
[Becas & prácticas](#)
[Empleo y Formación](#)
[Iberoamérica](#)
[Tendencias jóvenes](#)
[Empresas y RSC](#)
[Universidades](#)
[Convocatorias](#)
[El Tiempo](#)

Empresas y RSC

[ABERTIS](#)
[ACCIONA](#)
[ACERINOX](#)
[ACS](#)
[AMADEUS](#)
[ARCELORMITTAL](#)
[BANCO POPULAR](#)
[BANCO SABADELL](#)
[BANCO SANTANDER](#)
[BANKINTER](#)
[BBVA](#)
[BME](#)
[CAIXABANK](#)
[DIA](#)
[EBRO FOODS](#)
[ENAGAS](#)
[ENDESA](#)
[FCC](#)
[FERROVIAL](#)
[GAS NATURAL](#)
[GRIFOLS](#)
[IAG \(IBERIA+BA\)](#)
[IBERDROLA](#)
[INDITEX](#)
[INDRA](#)
[JAZZTEL](#)
[MAPFRE](#)
[MEDIASET](#)
[OHL](#)
[REE](#)
[REPSOL](#)
[SACYR VALLERHERMOSO](#)
[TÉCNICAS REUNIDAS](#)
[TELFÓNICA](#)
[VISCOFAN](#)

Universidades

pinchar en cada comunidad para encontrar el centro

Andalucía
Aragón



SALUD

Las adolescentes toman más platos precocinados

Las españolas consumen más proteínas y menos hidratos de carbono de lo recomendado



Un estudio liderado por investigadores de la Universidad de Granada revela que la población femenina española consume un 15% más de proteínas de la cantidad recomendada. Sin embargo, la ingesta de hidratos de carbono se encuentra en el límite inferior de la recomendación, o incluso por debajo de esta.

Redacción 30 de septiembre de 2013 [Enviar a un amigo](#)



Seguir a @IbercampusES

La población femenina española, de todos los rangos de edad, consume un 15% más de proteínas de la cantidad recomendada, aunque su **ingesta de hidratos de carbono se encuentra en el límite inferior** de la recomendación, o incluso por debajo de esta.

Además, la principal fuente energética para las mujeres españolas procede de alimentos **precocinados en el caso de las niñas y adolescentes**; los productos cárnicos en mujeres adultas y el pan en mujeres mayores de 50 años.

Estas son algunas de las conclusiones de un trabajo realizado por un grupo de científicos de la Universidad de Granada, dirigido por Fátima Olea Serrano.



Blogs

- Vanity Fea**
SOLICITUD DOCUMENTACION SEXENIOS
 José Ángel García Landa
- El Envés**
Somos interdependientes
 José Carlos García Fajardo
- Humor y Comunicación Política**
Escritores de discursos: una profesión en alza
 Felicitismo Valbuena
- Maestro Ciruela**
Cátedra: "Todo el diseño gráfico del siglo XX está en deuda con Bodoni"
 Hipólito M. Clavero
- Inclusión financiera**
El acceso a cuentas de pago, su traslado y la comparabilidad de las comisiones
 Carlos Trias
- Transitar por Eurolandia**
La SAREB, ¿un banco malo o un hospital inmobiliario? (1)
 Donato Fernández Navarrete
- Infolítico**
Tres descentralizaciones y un pacto necesario
 Gustavo Matías
- Proyectos de futuro**
Dificultades para entrar en el entorno laboral
 Eileen Howard

¿Quiere un blog propio y leído en todas las universidades? [Infórmese aquí](#)

Libros y Tesis

- LIBROS
- Documentación cinematográfica. Elena de la Cuadra
- Paso a la Juventud. Sandra Souto
- Nos vamos de viaje... ¿Con qué dinero?. María José Bataller
- Sociología y género. C. Díaz Martínez y S. Dema Moreno
- Buzz Marketing el poder del boca a boca. Andy Serrano

Canarias
Cantabria
Castilla la Mancha
Castilla y León
Cataluña
Comunidad Valenciana
Extremadura
Galicia
Islas Baleares
La Rioja
Madrid
Murcia
Navarra
País Vasco

Los investigadores han analizado los hábitos de vida y nutricionales de la población femenina del sur de España, en una muestra formada por **3.400 mujeres clasificada por rangos de edad** (niñas menores de 9 años, adolescentes entre 10 y 18 años, mujeres adultas de 19 a 49 años y mujeres mayores de 50 años).

Para llevar a cabo este trabajo, se realizó una **encuesta sobre la composición corporal**, alimentación, práctica de actividad física y otros hábitos de la población estudiada.

Además, la encuesta incluía un cuestionario validado de **frecuencia de consumo de alimentos y tres recuerdos de 24 horas**, diseñados específicamente para el estudio. Los datos se recopilaron desde el ámbito escolar y hospitalario, así como de los **Centros Andaluces de Medicina del Deporte (CAMD)** y centros de tercera edad.

El trabajo reveló que las principales fuentes de calcio son la leche y postres lácteos en niñas y adolescentes, mientras que la leche es **reemplazada por el queso y el yogur conforme aumenta la edad**. Los investigadores indican que la población estudiada "cumple aproximadamente con el 50% de las características de la dieta mediterránea, con un seguimiento significativamente mayor conforme aumenta la edad".

Calidad del desayuno

Además, según un índice propuesto para estimar la calidad del desayuno, **las niñas y adolescentes realizan un desayuno de calidad media**, con un valor medio de 5,68 sobre 10. En general, las niñas y adolescentes que realizan el almuerzo en casa presentan un mayor seguimiento de la dieta mediterránea, mientras que el hábito de hacer dieta entre mujeres mayores de 18 años influye negativamente en el seguimiento de este patrón dietético.

Las mujeres embarazadas **menores de 32 años y primíparas** presentan una mayor adherencia a la dieta mediterránea que las demás. Parte de los resultados de esta investigación han sido publicados en revistas científicas como Food and Chemical Toxicology, British Journal Nutrition, Public Health Nutrition y Appetite, y otras revistas nacionales como Nutrición Hospitalaria y Revista Española de Nutrición Comunitaria.

buca a boca. Andy Semoviz

España, las otras transiciones. Antonio Garrigues Walker

TESIS Y TESINAS

Lo más leído

- 1 SOLICITUD DOCUMENTACION SEXENIOS
- 2 ¿Son las tasas de intercambio necesaria para la eficacia del mercado de pagos?
- 3 La pérdida de peso se paraliza a partir del sexto mes
- 4 La oposición acusa a Montoro de ocultar porcentajes que llevan a los recortes
- 5 La Complutense y una ONG conectarán "socialmente" a los mayores con las TIC
- 6 Agenda informativa de Ibercampus para el 1 de octubre
- 7 Wert apoya la 'mochila digital' para reducir costes de los libros de texto
- 8 El analista Big Data, la profesión del futuro
- 9 Documentación cinematográfica. Elena de la Cuadra
- 10 Desarrollan un método para facilitar la enseñanza del inglés en adultos

Madrid

[cambiar](#)

Martes 01	17.5° 24.7°	55%
Miércoles 02	15.9° 24.6°	8%
Jueves 03	15.8° 22°	100%
Viernes 04	14.8° 21.2°	100%
Sábado 05	12.2° 23°	3%
Domingo 06	13.1° 22.8°	3%
Lunes 07	12.3° 23.6°	3%

WeatherPro iPhone
WeatherPro iPad
WeatherPro Android

Otros asuntos de Salud

- ✓ La pérdida de peso se paraliza a partir del sexto mes
- ✓ Detectan una proteína relacionada con los problemas de fertilidad
- ✓ Investigan el uso de un antidepresivo para combatir el cáncer de pulmó
- ✓ España, sinónimo de sedentarismo
- ✓ Los ejercicios de fuerza en mayores de 90 años son beneficiosos
- ✓ Confirman que el consumo de frutas y verduras reduce el riesgo de mortalidad
- ✓ Menos niveles de testosterona, más riesgo para el corazón
- ✓ Aumenta un 20% la incidencia de enfermedad mental por culpa de la crisis
- ✓ El matrimonio favorece la cura del cancer
- ✓ Crean un snack para niños obesos que mejorará su calidad de vida
- ✓ Investigadores logran reducir el miedo durante el sueño
- ✓ La vacuna contra el Alzheimer ya se podrá ensayar en humanos
- ✓ Calico, la empresa de Google que combatirá a la muerte
- ✓ Demasiado colesterol puede afectar a la erección
- ✓ ¿Cuánto tiempo necesita el cerebro para volver a la rutina?
- ✓ Tratar la hiperactividad con fármacos no supone un riesgo para el corazón
- ✓ La Universidad de Murcia al estilo Master Chefs
- ✓ Nombran a un catedrático de la UMH presidente de la SESPAS
- ✓ La presenilina-1, un marcador de diagnóstico para el Alzheimer
- ✓ El Gobierno elevará la edad mínima de consentimiento sexual