

# Los adolescentes inmigrantes siguen una dieta más sana que los españoles

Un instituto de Granada ensaya en los alumnos un programa de alimentación intercultural

J. C. AMBROJO - Barcelona - 09/10/2007

Vota Resultado ★★★★★ 0 votos

Los adolescentes españoles parecen haberle dado la espalda a la sana dieta mediterránea. Todo lo contrario que sus compañeros inmigrantes, que siguen una alimentación más saludable, según los resultados de un estudio realizado por Lorena Ramos Chamorro, del Departamento de Didáctica de las Ciencias Experimentales de la [Universidad de Granada](#), dirigido por los profesores José Antonio Naranjo Rodríguez y Francisco González García. En este trabajo, la investigadora ha analizado las actitudes y hábitos dietéticos de 800 jóvenes españoles e inmigrantes de entre 12 y 18 años de edad que residen en el País Vasco y Castilla y León.



Una joven come un bocadillo- MARUXA RUIZ DEL ÁRBOL

La noticia en otros webs

- webs en español
- en otros idiomas

*Los jóvenes inmigrantes casi no catan la bollería industrial ni la comida rápida, y los que desayunan lo hacen mejor que los autóctonos*

*Las adolescentes españolas saben muy bien qué es una dieta equilibrada, pero se atiborran de chucherías pensando que después adelgazarán*

En general, los estudiantes inmigrantes encuestados (en su mayoría suramericanos, árabes, chinos y originarios de países bálticos) ingieren más frutas, verduras y cereales (la quinoa y el mijo, entre ellos), una mayor variedad de tubérculos (la yuca, la batata, el ñame y otros), zumos naturales e incluso pescado, un alimento no muy apreciado por los jóvenes españoles.

Las comidas preferidas por los estudiantes autóctonos son, por orden, la pasta, la carne, la comida rápida y, en último lugar, los cereales; en cambio, para los inmigrantes la carne y los cereales son lo prioritario, casi no catan la bollería industrial ni las chucherías y, sobre todo, raramente visitan los restaurantes de comida rápida.

Una de las razones de estas diferencias, dice Ramos Chamorro, es que los adolescentes inmigrantes suelen tener menor disponibilidad económica para comprar ese tipo alimentos. "Llama la atención que los chicos inmigrantes comían más por obligación que por placer", explica. Además, tenían un índice de masa corporal más bajo que los españoles. Las chicas españolas son las que mayor conocimiento tienen sobre lo que es una dieta equilibrada. Pero de poco les sirve, pues según este estudio, son las que peor comen: se atiborran de chucherías y "piensan que ya adelgazarán haciendo ejercicio", dice Ramos Chamorro. De igual modo, los chicos españoles tienen claro que deben desayunar cada día (el 78% de los entrevistados lo hace), pero no tardan ni cinco minutos en hacerlo, a veces sólo es un vaso de leche y una galleta. Mejor hábito tienen los jóvenes inmigrantes, porque aunque sólo el 58% desayuna, quienes lo hacen tardan unos 10 minutos, y en el menú incluyen cereales, embutidos, lácteos y zumos.

Los adolescentes inmigrantes "están más abiertos a probar todo tipo de alimentos", añade. En el tercer curso de ESO del instituto de enseñanza secundaria Cartuja de Granada la investigadora introdujo un programa educativo de alimentación intercultural "que mejoró la relación afectiva y el trato entre los alumnos".

Lo más visto

...valorado ...enviado

1. "Puede que a Alonso no le interese marcharse de McLaren"
2. Alonso necesita un problema de Hamilton
3. El milagro de Alonso, protagonista en la prensa deportiva
4. Cebrían critica "el oportunismo" de la política de comunicación del Gobierno
5. Cinco personas entran en el Museo de Orsay y dañan un Monet
6. El Gobierno desbloquea la Ley de la Memoria Histórica
7. Cuidado, USB sueltos
8. Rato cree que los efectos de la crisis pueden agravarse si se prolonga
9. "Tendremos Firefox 3 a finales de año"
10. Bardem, irreconocible

Listado completo

1. "Si no pagas 20.000 euros en 'B' este mes, olvídate del piso"
2. RAMÓN
3. FORGES
4. ERLICH
5. Cebrían critica "el oportunismo" de la política de comunicación del Gobierno
6. El Gobierno desbloquea la Ley de la Memoria Histórica
7. "Luchábamos contra Alonso"
8. ROTO
9. ROMEU
10. "Puede que a Alonso no le interese marcharse de McLaren"

Listado completo

1. Los autónomos tendrán derecho al paro en 2009 si cotizan unos 30 euros más
2. Faltan médicos, o están mal repartidos
3. El sector fotovoltaico rompe con el Ministerio de Industria
4. "Si no pagas 20.000 euros en 'B' este mes, olvídate del piso"
5. Un juez permite cobrar los fondos internos de los empleados de banca
6. El Che histórico, místico y comercial conviven en

Vota Resultado ★★★★★ 0 votos

6 de 8 en Salud

anterior

siguiente