Agregar a favoritos
Buscar

Edición del Jueves, 17-May-12
Usuario | Hemeroteca | Fuente

INICIO | EL FARO DE CEUTA | EL FARO DE MELILLA | FORO FARO | MULTIMEDIA | BLOGS | SERVICIOS | ESPECIALES

Editorial | Política | Cultura | Sociedad | Economía | Educación | Sanidad | Tribunales | Medio Ambiente | Sucesos | Deportes | Dominicales

ESTAS EN: EL FARO DE MELILLA ▸ SOCIEDAD ▸ FALTAN MÁS FRUTAS Y HORTALIZAS EN LA DIETA DE LOS ADOLESCENTES DE MELILLA

Faltan más frutas y hortalizas en la dieta de los adolescentes de Melilla

Jueves, 17 de Mayo de 2012 11:10 **, El Faro**

0 Me gusta 0

Un estudio de la UGR revela que existe un excesivo consumo de grasas, dulces, bebidas refrescantes, estimulantes y alcohólicas entre los estudiantes de entre 15 y 16 años.

El trabajo de investigación llevado a cabo por la Universidad de Granada (UGR) entre 591 estudiantes de la ciudad de entre 15 y 16 años (54,2% musulmanes y 42,2% católicos) ha revelado que existen carencias en la dieta de este grupo de población. Concretamente, los adolescentes deberían consumir más frutas, verduras, hortalizas y lácteos. Y, por el contrario, deberían tomar menos grasas, dulces, bebidas refrescantes, estimulantes y alcohólicas. Además, tampoco realizan un consumo correcto de alimentos ricos en proteínas vegetales, como los frutos secos.

Al menos así lo señala el trabajo de investigación "Hábitos e ingestas alimentarias de los adolescentes melillenses", que han realizado las 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.

Este estudio, realizado con financiación del Vicerrectorado de Política Científica e Investigación de la Universidad de Granada, ha arrojado unos datos peores que los obtenidos en el estudio AVENA (Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes), que realizó en 2003 González-Gross. Destaca que ha aumentado el porcentaje de chicos, y sobre todo chicas, que no desayunan. También aumenta el número de chicas, y en especial de chicos, que picotean o comen entre horas.

Los resultados del trabajo de Alicia Benarroch y Silvia Pérez indican que un 22,7% de los alumnos afirma que no desayuna, un 13% no cena, un 42,5% come entre horas o picotea, un 47% adjudica a la madre de modo exclusivo la tarea de preparar la comida y sólo un 1,5% se lo adjudica al padre.

En relación a la compra de alimentos, el 27,4% piensa que es una labor de las madres, el 13,5% se lo atribuye a los padres y el 48,9% cree que es una tarea compartida entre ambos progenitores. Sin embargo, a la hora de elegir qué comen en el recreo o en la merienda, la mayoría de los entrevistados afirma que son ellos mismos los que deciden.

Respecto a las formas de ser con las que más se identifican son 'jock' o deportistas (29,7%), 'líder' o popular (24,4%), 'brain' o intelectual (19,6%) y 'alternative' (15,2%).

Finalmente, gran parte de los adolescente declara que no consume a diario frutas (34,2%), verduras (54,1%), hortalizas (67,9%), leche (26,0%), yogures (35,2%).

Por el contrario, 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%), dulces (33,0%), mantequillas (30,1%), fast food (20,0%), bebidas refrescantes (35,8%), estimulantes (41,0%) y alcohólicas (6,6%).

Cambio de hábitos con urgencia

Las autoras del estudio señalan que los resultados "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".

Por otra parte, las profesoras Benarroch y Pérez Vadillo han comparado los resultados por pertenencia cultural, sin que se obtengan diferencias significativas entre los grupos católicos y musulmán que componen mayoritariamente la muestra.

COPE CEUTA | rtv ce | TV MELILLA
LA VOZ DEL FARO | DOMINICAL | PRENSA
OCIO | FARMACIAS
BLOGS DE OPINIÓN

Publicidad Google

Novedades en los blogs

EL PARO Y LOS JÓVENES
Por Carmen Echarri
Fue uno de los asuntos motivo de polémico en el pasado pleno sobre el estado de la Ciudad: el desempleo en

¿POR QUÉ LE INTERESA AHORA APOYAR A LA AD CEUTA?
Por Colaboradores
Me sorprende que a estas alturas el secretario general