



Valoración de los hábitos alimentarios y de actividad física de una población escolar de 5 a 12 años y evaluación de su estado nutricional [

Beltrán Vicente, Estela

2012.

Proyectos y Trabajos Académicos

Recurso en Línea

Máster Universitario

en Condicionantes Genéticos, Nutricionales y Ambientales del Crecimiento y el Desarrollo.

Monografía

Resumen: Los buenos hábitos alimentarios y de actividad física se han relacionado con la salud y la prevención de determinadas enfermedades. Adquirir estos hábitos en la infancia nos ayudará a mantenerlos a lo largo de la vida y a prevenir la aparición de enfermedades en el futuro. En los últimos años, se ha producido un considerable aumento de la prevalencia de obesidad, relacionada con las principales enfermedades crónicas. Esto ha llevado a la necesidad de realizar estudios que nos ayuden a conocer los hábitos de vida de la población actual. En los estudios realizados hasta la fecha se ha visto que, en general, el estilo de vida actual no se ajusta a las recomendaciones. Para realizar este estudio, hemos tomado una muestra de niños de 5 a 12 años con el objetivo de conocer sus hábitos alimentarios y de actividad física y comprobar si se ajustan a las recomendaciones establecidas. También hemos realizado un estudio de su estado nutricional. Hemos obtenido que el 81 % de los niños desayuna siempre, de los que sólo el 44 % realiza un desayuno completo; sólo una cuarta parte consume a diario 5 raciones de frutas y verduras; hay un excesivo consumo de golosinas, salados o bebidas gaseosas en casi la mitad de los niños; el consumo de carne es elevado en más de la mitad de los participantes; y más del 40 % hacen un consumo elevado de pescado. No hemos encontrado diferencias significativas por sexo en estos resultados salvo en algunas respuestas minoritarias. La mayoría de los niños encuestados realiza algún deporte. La media de tiempo dedicado a vida sedentaria excede las recomendaciones, siendo los chicos los que más tiempo dedican a este tipo de actividades. En cuanto al estado nutricional, el 35,6 % tiene exceso de peso sin diferencias significativas entre niños y niñas.

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMTQ4OTYxNzQ>

Título: Valoración de los hábitos alimentarios y de actividad física de una población escolar de 5 a 12 años y evaluación de su estado nutricional [Recurso electrónico] Estela Beltrán Vicente ; tutor responsable, Pilar Samper.

Editorial: 2012.

Descripción física: 69 p.

Nota general: Trabajo fin de Máster. Facultad de Medicina. Universidad de Cantabria. Santander.

Materia: Niños- Alimentación Proyectos y Disertaciones Académicas

Autores: Samper Villagrasa, Pilar

Entidades: Universidad de Cantabria. Facultad de Medicina

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es