



BURGOS 2018

21 CONGRESO NACIONAL FARMACÉUTICO

Del 3 al 5 de octubre · Fórum Evolución



CONSUMO DE ALIMENTOS MENOS SALUDABLES EN ESCOLARES DE 6 A 11 AÑOS DE BIZKAIA

Introducción

La infancia es la etapa esencial para adquirir buenos hábitos alimentarios.

La proximidad y accesibilidad de la farmacia comunitaria facilita promover conductas saludables que modifiquen hábitos alimentarios erróneos, para lo que se necesita conocer cuáles son.

Objetivos

Comparar las frecuencias de consumo de alimentos poco saludables y ultraprocesados con las recomendaciones de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC).

Material y Método

Diseño: estudio descriptivo, observacional, transversal

Población diana: escolares de 6 a 11 años de Bizkaia

Tamaño muestral calculado: 1063 personas (95% nivel de confianza; 3% precisión)

Criterio de exclusión: negativa a participar en el estudio

Recogida de datos: realizada por farmacéuticos, mayoritariamente en la farmacia comunitaria y en centros escolares

Herramientas: cuestionario específico en el que 7 preguntas se referían a la frecuencia de consumo de los siguientes grupos de alimentos:

bollería industrial, fritos, carne roja, comida rápida, alimentos ricos en grasas saturadas (queso de untar, margarina, paté, embutidos...),

bebidas azucaradas y chuches

Fechas de realización: 13/03/2017 al 13/05/2017

Análisis estadístico descriptivo con Microsoft Excel

Los resultados se compararon con las recomendaciones de consumo de la SENC

Tabla 1. Recomendaciones de consumo según la SENC

Grupos de alimentos	Recomendación SENC
Bollería industrial	Menos de una vez por semana
Fritos	
Comida rápida	
Ultraprocesados	
Carne roja	Consumo opcional, moderado y ocasional
Bebidas azucaradas o chuches	

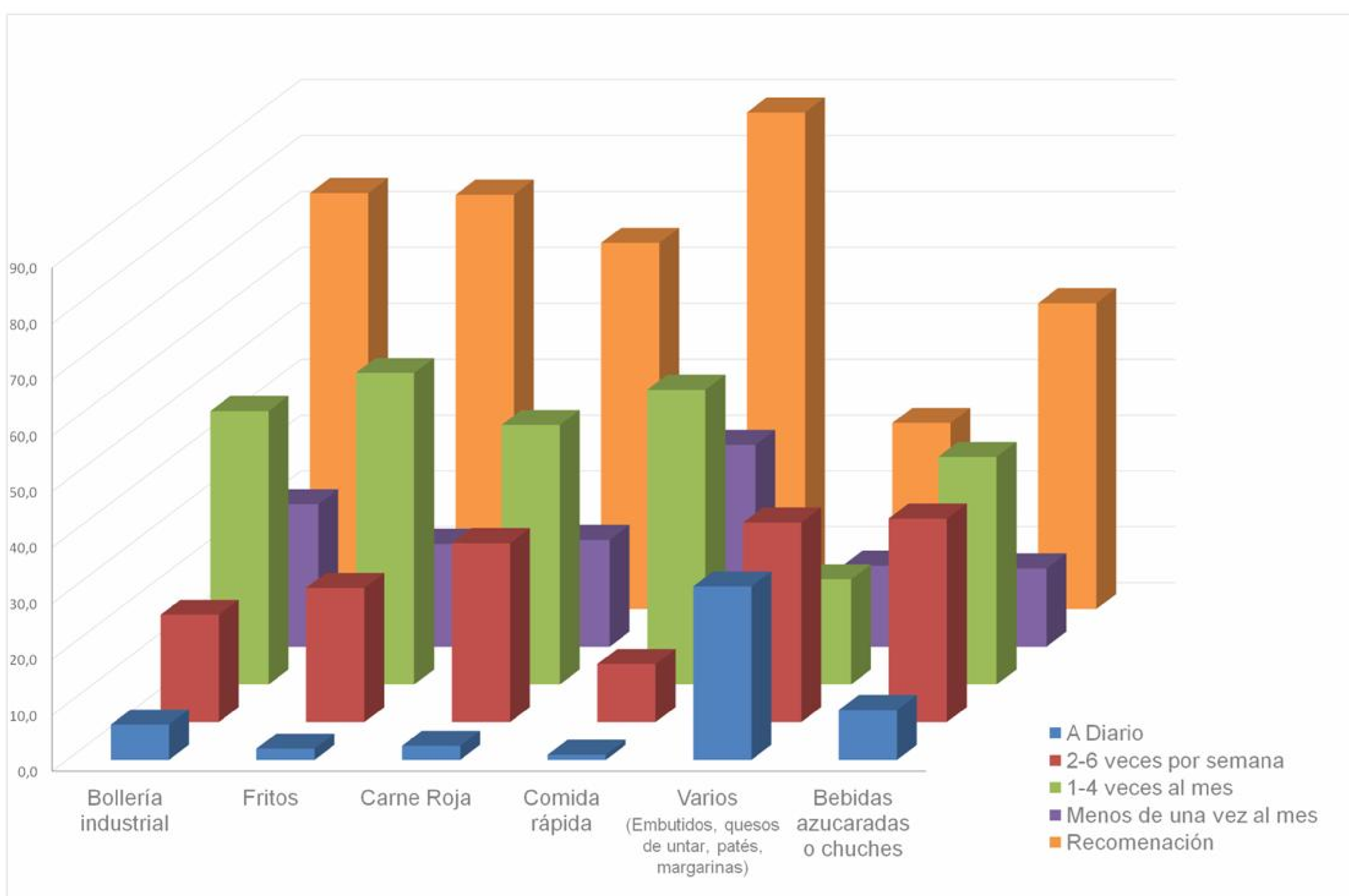
Resultados

Se obtuvieron 1128 respuestas.

La pauta de consumo de 1-4 veces/mes es la más habitual en bollería industrial (48,9%), fritos (55,7%), carnes rojas (46,4%), comida rápida (52,7%) y en bebidas azucaradas y/o chucherías (40,7%), además, estas últimas son ingeridas de 2-6 veces/semana por el 36,4% de los encuestados.

Existe un consumo elevado de los alimentos que hemos denominado "varios". Entre los que destacan embutidos, quesos de untar, patés y margarinas, el 35,7% de los niños los consumen de 2 a 6 veces por semana y el 31,0% diariamente.

	Bollería industrial	Fritos	Carne Roja	Comida rápida	Varios (Embutidos, quesos de untar, patés, margarinas)	Bebidas azucaradas y/o chuches
A Diario	6,3	2,0	2,5	0,9	31,0	8,9
2-6 veces por semana	19,2	24,0	32,0	10,4	35,7	36,4
1-4 veces al mes	48,9	55,7	46,4	52,7	18,8	40,7
Menos de una vez al mes	25,5	18,4	19,1	36,1	14,5	14,0
Recomendación	74,4	74,1	65,5	88,8	33,3	54,7



ENCUESTA

Encuesta de hábitos alimentarios y estilo de vida en escolares de Bizkaia de 6 a 11 años.

1. Introduce número de colegiado (del farmacéutico que realiza la encuesta).
2. Introduce el municipio de residencia del encuestado.
3. ¿Con qué frecuencia consumes bollería industrial?
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
4. ¿Con qué frecuencia consumes fritos?
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
5. ¿Con qué frecuencia consumes carne roja?
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
6. ¿Con qué frecuencia consumes "comida rápida" (pizza, hamburguesa...)? Responder el número de veces que se consume la suma de estos productos:
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
7. ¿Con qué frecuencia consumes cualquiera de los siguientes alimentos queso de untar/margarina/paté/chorizo/salchichón/mortadela? Responder el número de veces que se consume la suma de estos productos:
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
8. ¿Con qué frecuencia consumes bebidas azucaradas o chuches? Responder el número de veces que se consume la suma de estos productos:
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
9. ¿Con qué frecuencia consumes frutas y verduras? Responder el número de veces que se consume la suma de estos productos:
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
10. ¿Con qué frecuencia comes pescado?
 - Menos de 1 vez al mes
 - 1-4 veces por mes
 - 2-6 veces por semana
 - A diario
11. ¿Con qué frecuencia practicas deporte?
 - Menos de 1 vez al mes
 - Menos de 1 hora por semana
 - 1 hora por semana
 - 2-6 horas por semana
 - Al menos 1 hora diaria

Conclusiones

La mayoría de los niños presenta frecuencias de consumo dentro de los límites aconsejados, excepto en lo referente al consumo de alimentos ricos en grasas saturadas y de bebidas azucaradas y chucherías.

Sería conveniente realizar nuevos estudios para identificar las causas y los patrones del consumo excesivo e implementar acciones de mejora.

Autores

González ML, Calleja I, Erguido I, Goyenechea I, Saiz A

