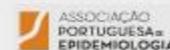


21-23 y
29-30 de
OCTUBRE
ONLINE
2020

Epidemiología,
Sostenibilidad y
Responsabilidad Social



Hábitos alimentarios de los adolescentes de la Catalunya Central según el Índice de Alimentación Saludable

Ester Colillas-Malet, Laura Esquius, Alícia Aguilar, Helena González-Casals, Sílvia Barón-García, Marina Bosque-Prous

ecolillas@umanresa.cat

Las autoras declaran no tener conflictos de intereses

- Consumo alimento → indicador de calidad de dieta + determinante de la salud nutricional y general
- Adolescencia, período crítico en la consolidación de hábitos de vida saludables (Sawyer 2012)
- Pérdida progresiva de patrones alimentarios saludables (dieta mediterránea) (Garcia 2015, Mistretta 2017)

Describir los hábitos alimentarios de los adolescentes de la Catalunya central en el curso 2019-20 y evaluarlos con el Índice de Alimentación Saludable

Desk COHORTwww.deskcohort.cat

- **Estudio transversal** realizado con estudiantes de 2º y 4º de ESO, 2º de Bachillerato y CFGM (Proyecto DESKcohort)
- **Muestra** conveniencia centros educativos del territorio



Participación 71% = 7.327 estudiantes



- Cuestionario sobre hábitos de salud
- Variable dependiente:
Alimentación Saludable → **Índice de Alimentación Saludable para la población Espanyola (IASE).**
 - Alimentación saludable: >80 puntos
 - Necesita cambios: 50-80 puntos
 - Poco saludable: <50 puntos
- Variables independientes:
Género, curso académico, nivel socioeconómico, IMC y salud general.

- Análisis:
 1. Descripción tipo consumo: recomendado, superior e inferior
 2. Cálculo puntuación media del IASE + prevalencias del IASE categorizado para cada variable independiente

Tabla 1. Características muestra de estudio

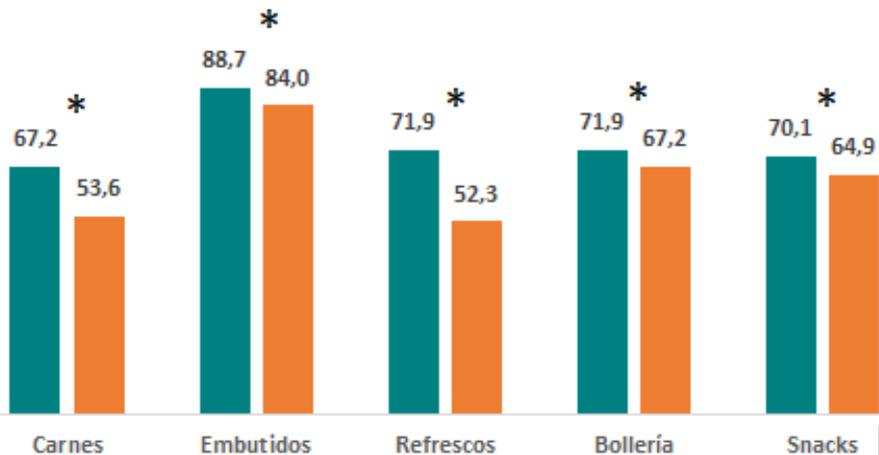
	N	%
Género		
<i>Chico</i>	3507	47,9
<i>Chica</i>	3820	52,1
Curso		
<i>2º ESO</i>	2683	36,6
<i>4º ESO</i>	2692	36,7
<i>2º Bachillerato</i>	1512	20,6
<i>CFGM</i>	440	6,0
Nivel Socioeconómico		
<i>Desfavorecido</i>	2598	35,5
<i>Medio</i>	2422	33,1
<i>Favorecido</i>	2307	31,5
IMC^b		
<i>Infrapeso</i>	240	3,4
<i>Normopeso</i>	5326	75,1
<i>Sobrepeso</i>	940	13,3
<i>Obesidad</i>	582	8,2
Salud general		
<i>Excelente</i>	914	12,5
<i>Muy buena</i>	3292	44,9
<i>Buena</i>	2420	33,0
<i>Regular</i>	601	8,2
<i>Mala</i>	100	1,4

^a: Se han excluido los que viven fuera de la Catalunya central

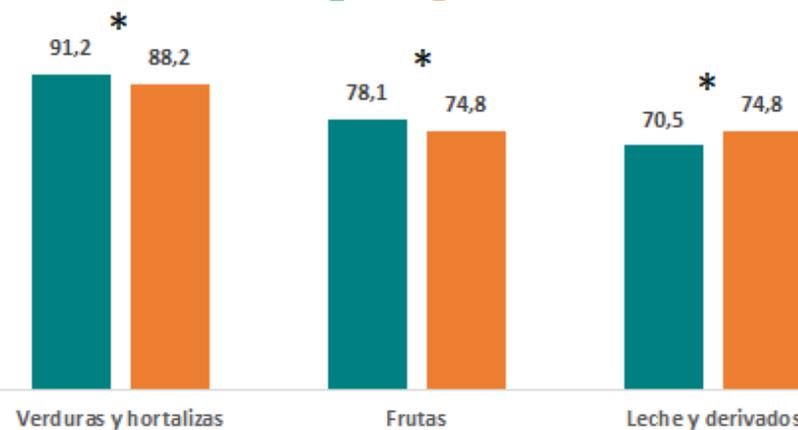
^b: Hay valores perdidos de peso o talla y no es pueden hacer los cálculos de todos

% Consumo superior recomendado

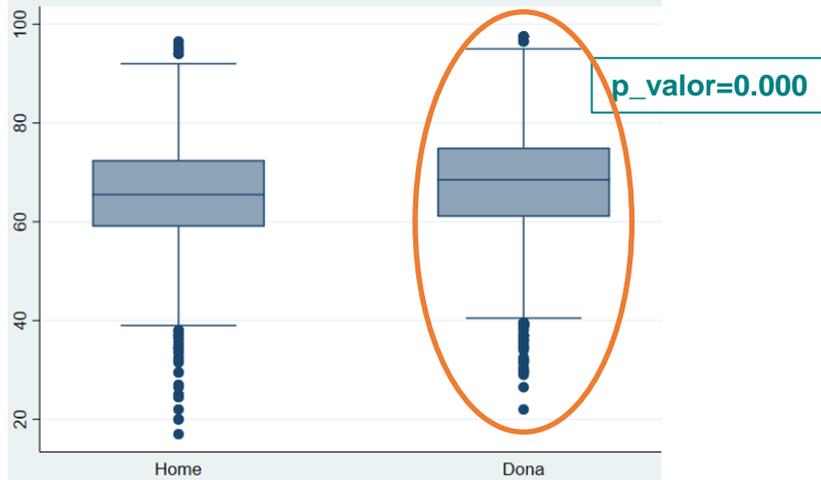
■ Chicos ■ Chicas

**% Consumo inferior recomendado**

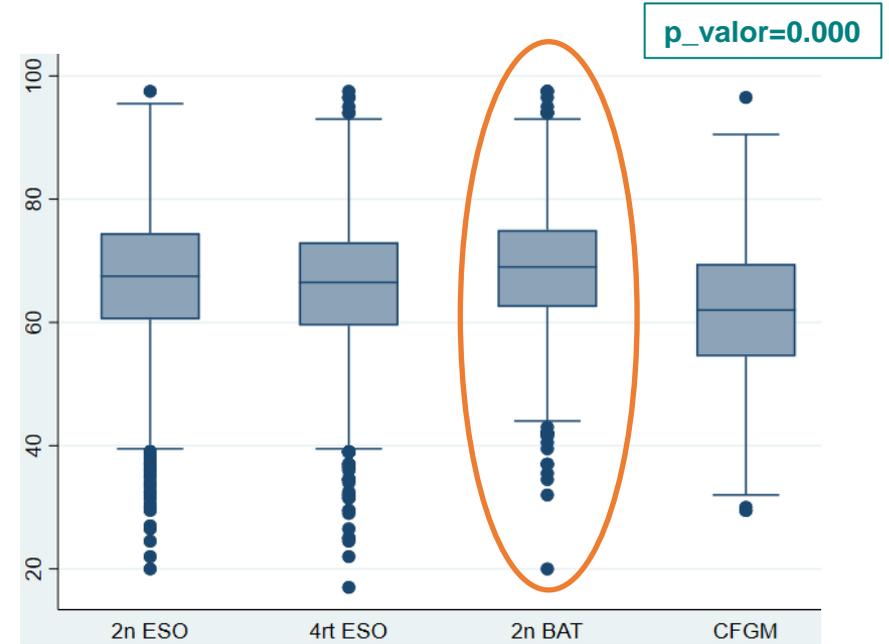
■ Chicos ■ Chicas



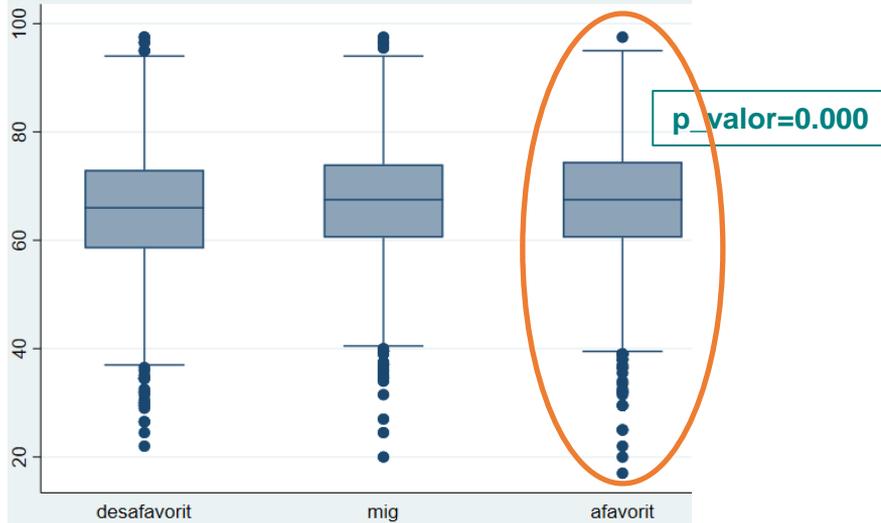
Puntuación media del IASE según género



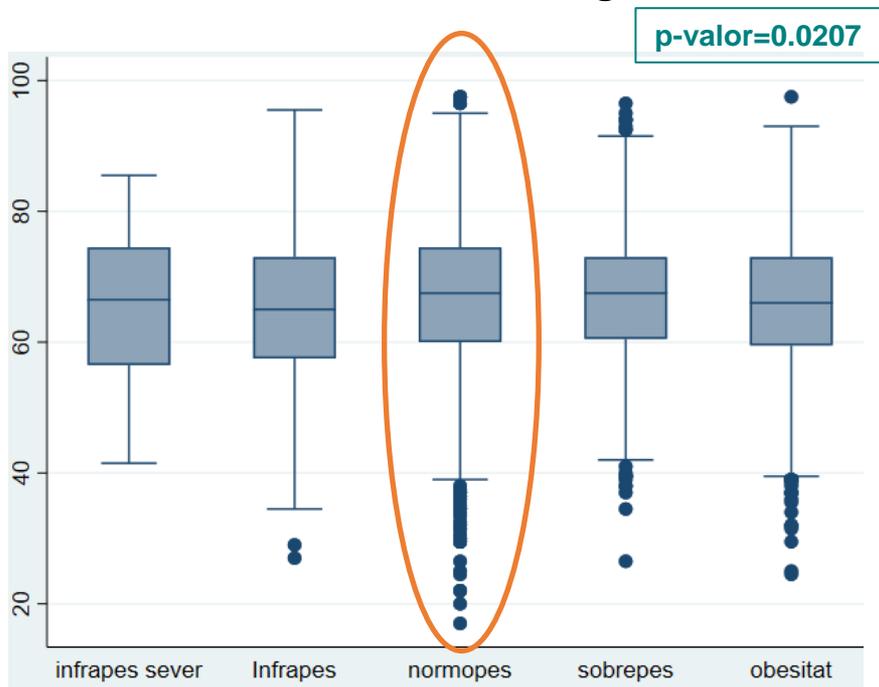
Puntuación media del IASE según curso académico



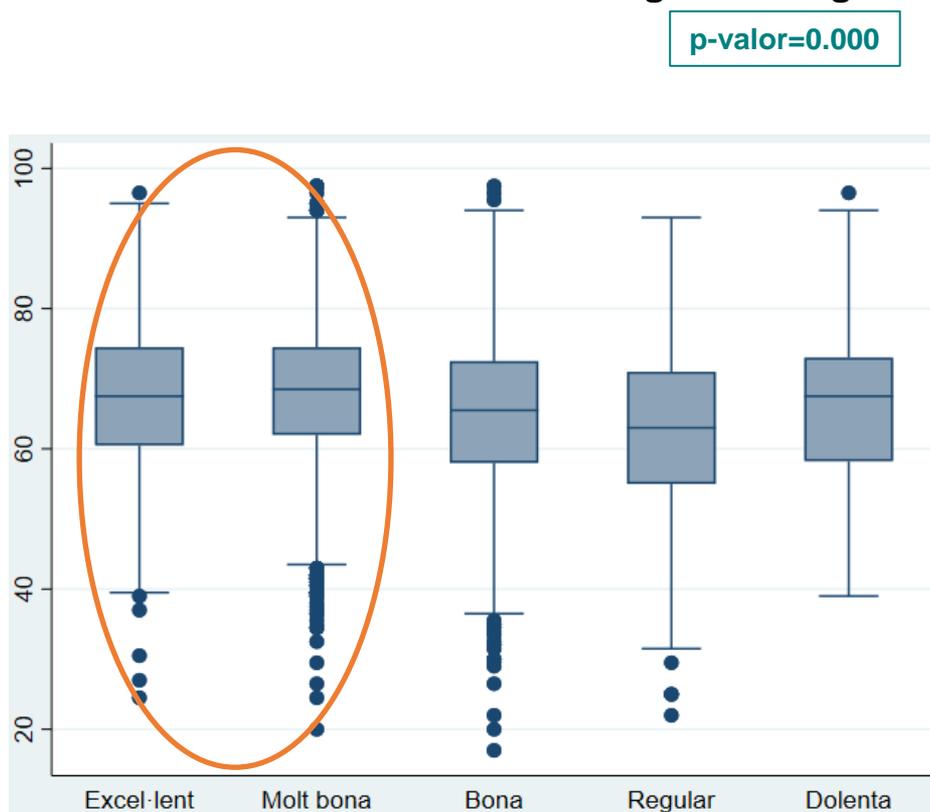
Puntuación media del IASE según NSE



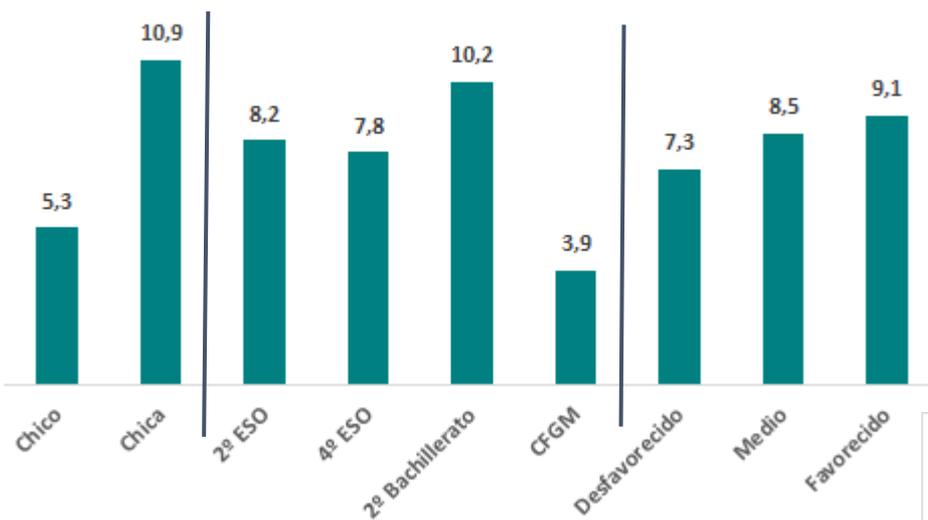
Puntuació mitjana del IASE segun IMC



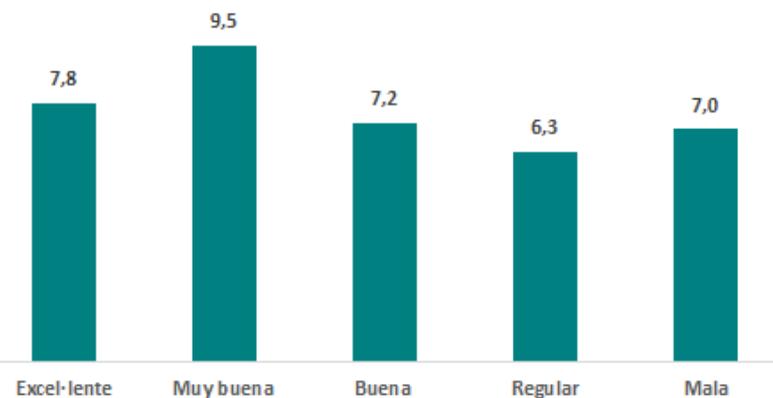
Puntuació mitjana del IASE segun salut general



Prevalencia IASE saludable según características sociodemográficas



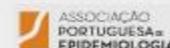
Prevalencia IASE saludable según salud autopercebida



- Los hábitos alimentarios de los adolescentes según el IASE presentan un importante margen de mejora:
 - Promoción del consumo de frutas y verduras
 - Disminución del consumo de embutidos y bollería
- Desarrollar programas de promoción de la alimentación saludable en el ámbito comunitario o educativo, teniendo en cuenta aspectos sociodemográficos y de salud observados.

21-23 y
29-30 de
OCTUBRE
ONLINE
2020

Epidemiología,
Sostenibilidad y
Responsabilidad Social



Hábitos alimentarios de los adolescentes de la Catalunya Central según el Índice de Alimentación Saludable

Ester Colillas-Malet, Laura Esquiús, Alícia Aguilar, Helena González-Casals, Sílvia Barón-García, Marina Bosque-Prous

ecolillas@umanresa.cat