

EVALUACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DE UNA INTERVENCIÓN SOBRE LOS MISMOS EN UNA EN UN GRUPO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Autores: María Isabel Montoro Ortiz; María Mercedes Carrasco Racero; Fátima Fernández García; Ana Belén Miranda García; Paula Montesinos Sánchez; María Auxiliadora León Marín, Centro de Salud Ronda Norte, Málaga.

OBJETIVOS

Describir los conocimientos básicos de nutrición que tienen los alumnos de secundaria. Evaluar el impacto que sobre los mismos tiene una intervención educativa transversal breve.



METODOLOGÍA

Se trata de un estudio transversal mediante encuesta pre y post a una intervención didáctica realizada sobre los alumnos de 2º de la ESO de la Zona de Salud de Ronda. Se usó un muestreo aleatorio simple. La intervención fue una exposición oral de 30 minutos de duración, apoyada en presentación de diapositivas y con una gestión de aula próxima a la de taller participativo. Los contenidos de la misma fueron: frecuencia de ingesta diaria, contenido del desayuno saludable, grupos de alimentos y su ingesta diaria y semanal, alimentos con contenido en colesterol y calcio. Los cuestionarios fueron similares y contenían los ítem de la intervención más los de “quién le enseña” y “si piensa que necesita información al respecto”. Los datos se registraron y trataron por software específico (médico y diseño asistido). Chi cuadrado fue el parámetro utilizado con $p=0.05$.

RESULTADOS

247 alumnos incluidos, con más mujeres (57.9%) y con edad de 13 años en 144, de 14 en 84 y de 15 en 19. El 49.4% afirmaba necesitar información al respecto, aunque en el 95.5% la recibían de sus padres, el 40% de los sanitarios, el 22.3% de la televisión, el 13.4% de los monitores de deportes y tan sólo el 8.9% de sus profesores. A pesar de esto la encuesta de prensa mostró conocimientos deficientes. El 38% tomaban 5 comidas al día, el 11.3% no desayunaba, y los que lo hacía tomaron 3 alimentos en el 19%. Sólo conocían 7 alimentos con colesterol el 4.8% y 4 Alimentos con calcio el 13.4%, la ingesta diaria que decían realizar fue correcta en el 10.1% y la semanal en un 6.9%. Después de una semana de la intervención las respuestas a la encuesta mejoraron: 17% decía haber mejorado la frecuencia de la ingesta, 17.8% los Contenidos del desayuno, 25.9% los conocimientos el colesterol, 32.8% los del calcio, 28.7% la frecuencia diaria de nutrientes y el 35.2% la frecuencia semanal de ingesta en principios inmediatos.

CONCLUSIONES

Los niños de 2º de secundaria no muestran tener conocimientos suficientes para realizar una alimentación saludable, sin embargo una intervención transversal, directa y en el ámbito escolar mejora entre un 17-35% sus conocimientos.

