

ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EL ADOLESCENTE. EDUCACIÓN SANITARIA.

Cano Fernández D, Nieto Campoy, L, Alonso López L,
AGSNA
solinitrina26@hotmail.com

INTRODUCCION

La obesidad es considerada una epidemia en el siglo XXI. El proceso aterosclerótico parece comenzar a edades tempranas de la vida. Varios estudios han demostrado la presencia de dislipemia y obesidad en las dos primeras décadas, y la influencia de la diabetes en el desarrollo de lesiones cardiovasculares en niños y adolescentes.

OBJETIVOS:

Evaluar los conocimientos pre-post Intervención Educativa Enfermera (IEE) acerca de alimentación saludable en adolescentes escolarizados en 2 centros educativos de la provincia de Almería

METODOLOGÍA

Tipo de estudio: Estudio de intervención educativa (IE) sin grupo control, realizado en 2 IES de Almería de 1º y 2º de Bachillerato, de entre 16-22 años. La muestra de estudio fue de 320 alumnos de los 2 IES que asistieron a las sesiones, de un total de 386. En cada IES se llevó a cabo una IE. Previamente a la IE se realizó un estudio descriptivo transversal, pasando una encuesta anónima y auto administrada para evaluar los conocimientos y habilidades de los mismos sobre alimentación saludable, previa a la IE. Consistió en 6 sesiones distribuidas en 1 sesión/semana de 45 minutos cada una. Tras la IE pasamos otro cuestionario, para valorar modificaciones halladas.

RESULTADOS

excluyen el desayuno como comida, un 75% tiene por norma comer comida rápida y un 25% otros tipos. El 50 % come usando el móvil, un 25% no hace nada y el resto otras actividades.



CONCLUSIONES

EL hábito alimenticio en la población adolescente es bastante heterogéneo en nuestra muestra, lo que sugiere la necesidad de IEE para la prevención de patologías crónicas y la actuación sobre factores determinantes de conductas saludables