

ENCUESTA SOBRE HÁBITOS DE VIDA. ¿QUÉ HACEN NUESTROS NIÑOS?

Alicia Isabel Pascual Pérez*, Alejandra Méndez Sánchez*, M^a Agustina Alonso Álvarez*, Begoña Dominguez Aurrecoechea**, Victoria Rodríguez de la Rúa Fernández***, Helena Aparicio Casares*

*Hospital Universitario Central de Asturias

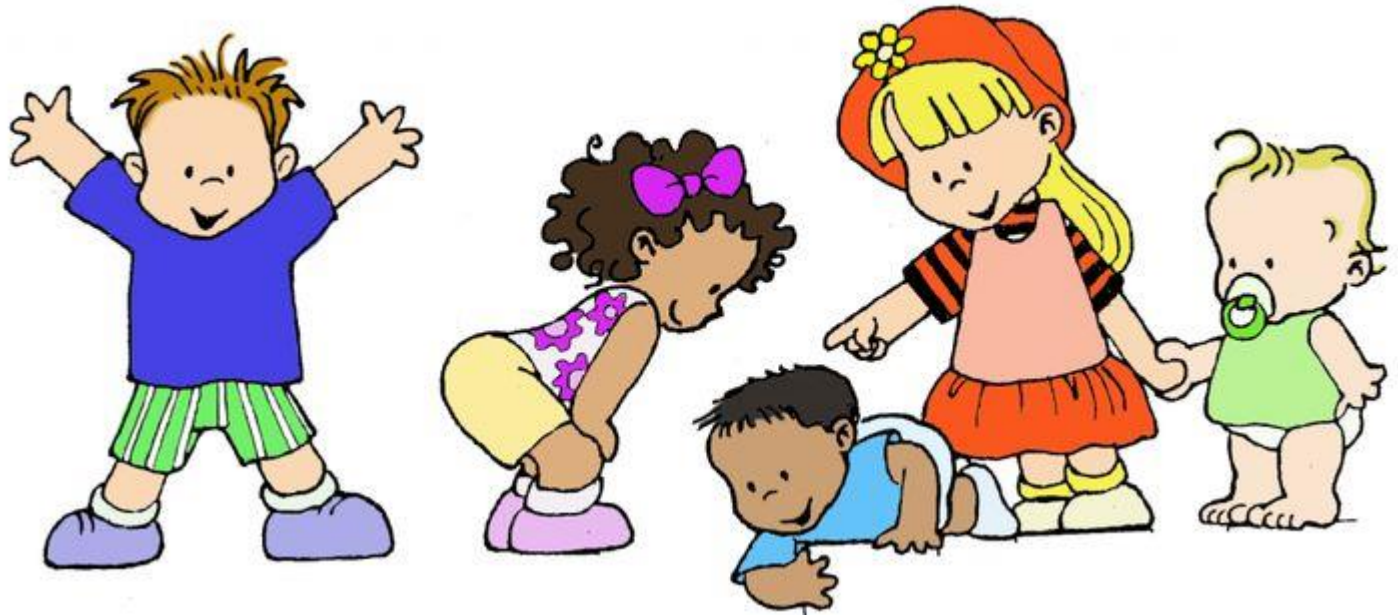
**Centro de Salud de Otero

***Centro de Salud del Cristo



Objetivo

- Conocer el estilo de vida de los niños asturianos



Material y métodos

- **Cuestionario** 49 preguntas. Registro antropométrico
- Cumplimentación anónima y voluntaria
- Datos epidemiológicos, estilo de vida, perinatales, ...
- **Niños entre 3-14 años**
- { Marzo-Mayo 2014 en **HUCA**
- { Diciembre 14-Febrero 2015 en **C.S. Cristo y Otero**
- Análisis estadístico: **SPSS**

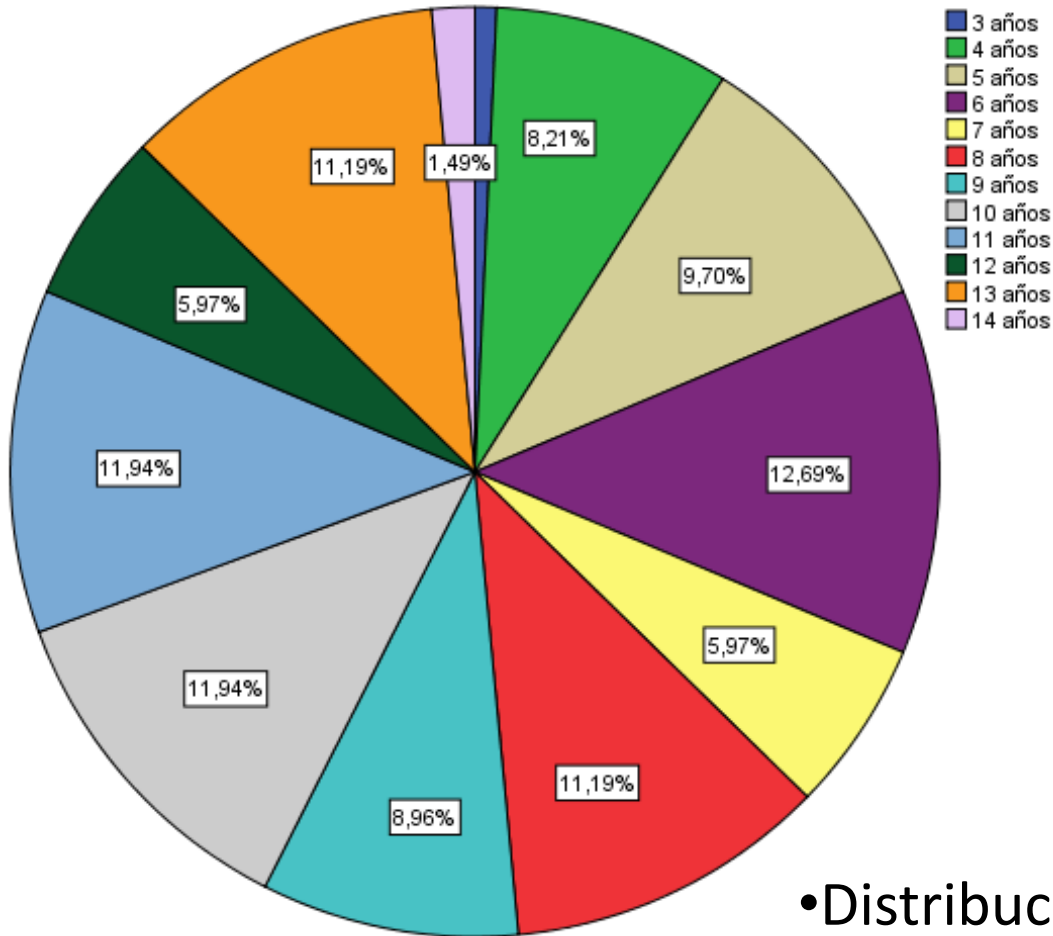
Resultados

- 142 encuestas entregadas
 - 8 no válidas
- 134 encuestas**



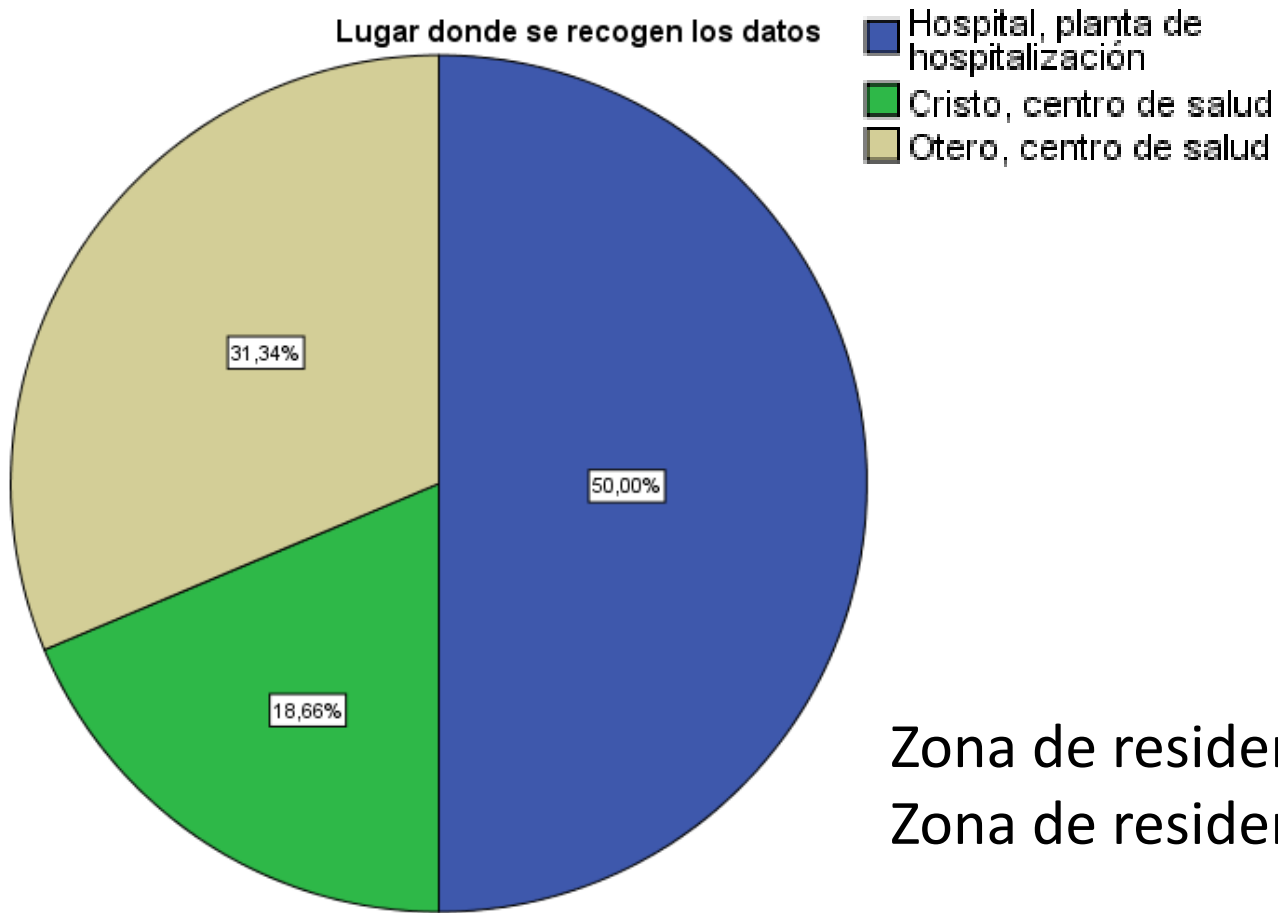
Datos epidemiológicos y antropométricos

Edad del paciente



- Distribución homogénea de la edad
- Media: 8,6 años
- Mediana: 9 años
- 55% varones

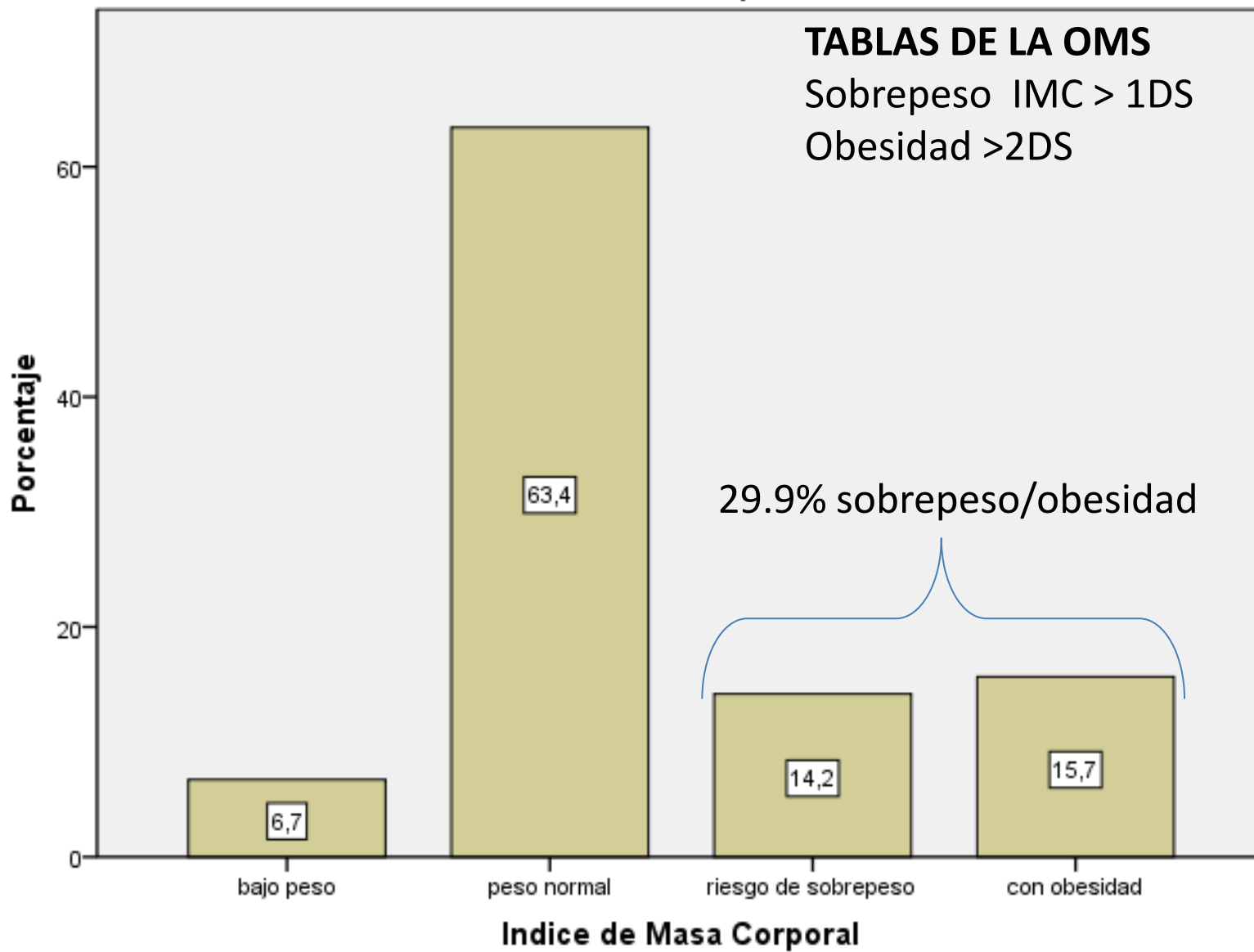
Lugar donde se recogen los datos



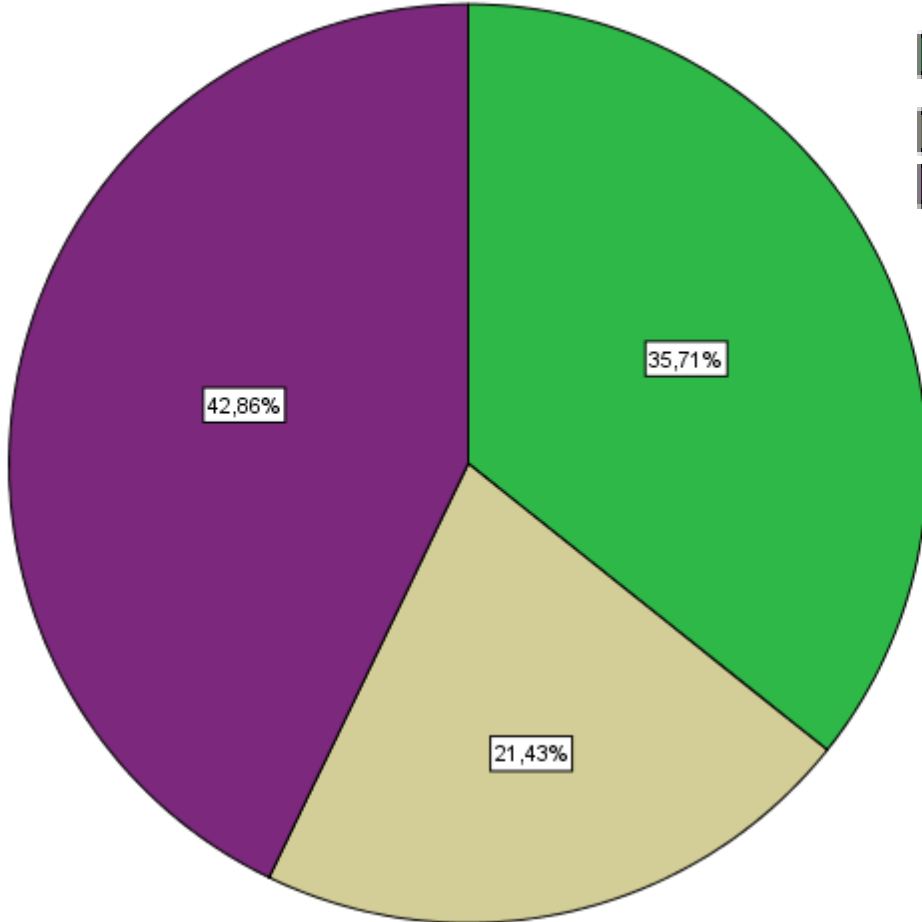
Zona de residencia urbana: 74.6%

Zona de residencia rural: 25.4%

Indice de Masa Corporal



El paciente tiene alguna enfermedad digestiva



- alergia alimentaria(no enf celiaca)
- enfermedad celiaca
- otras

De los 14 enfermos:
85.7% Hospital
7.1% Otero
7.1% Cristo

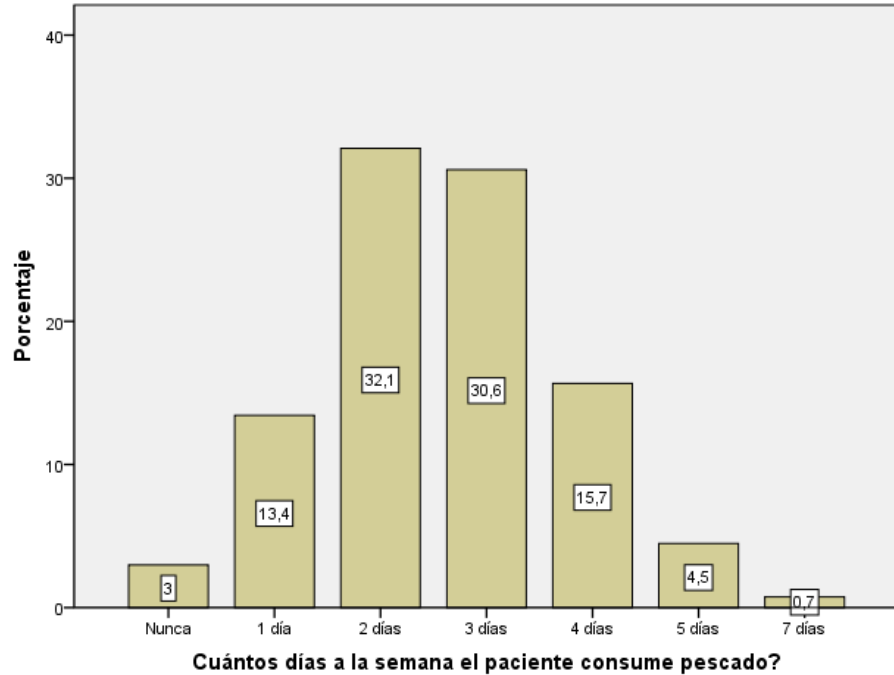
89.47% NO

Hábitos alimentarios

- 88.8% Desayuna
- 76.9% Toma algo a media mañana
- 96.3% Merienda



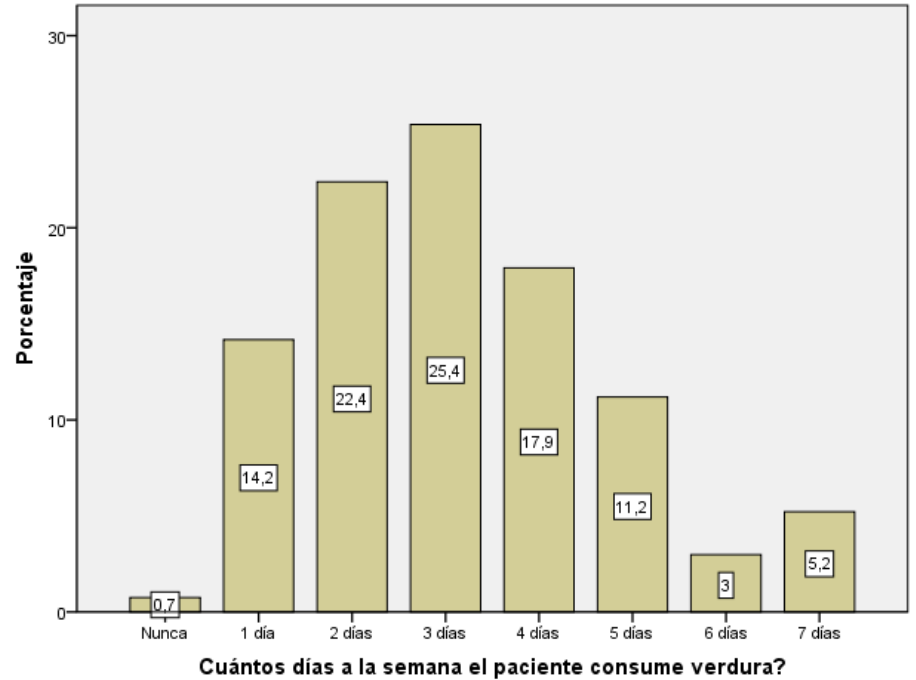
- 59.7% Come en casa
- 75.4% Realiza las 3 comidas principales acompañado



PESCADO

Media: 2.6 días/semana

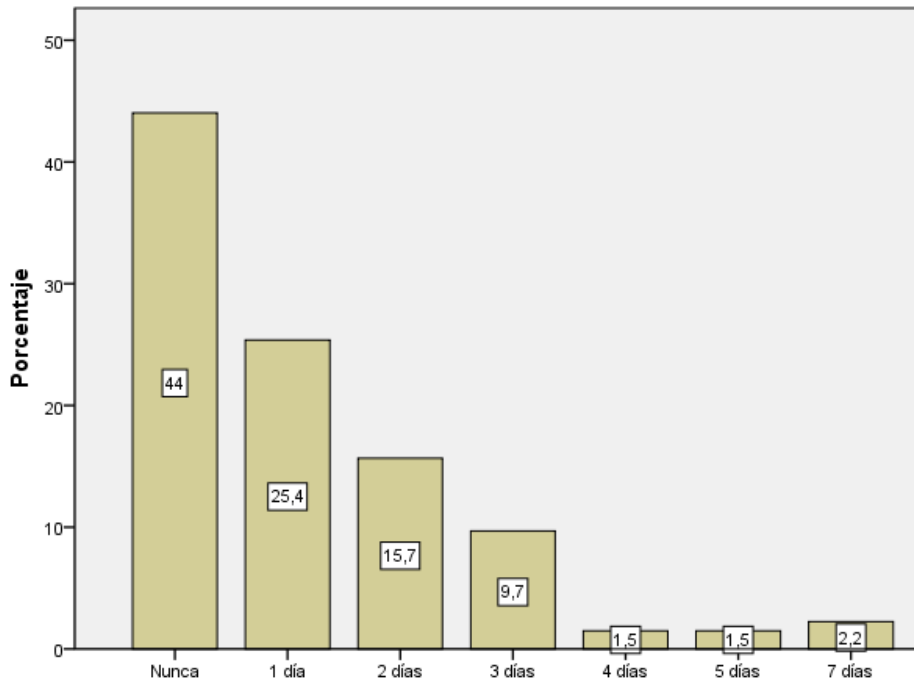
Mediana: 3 días/semana



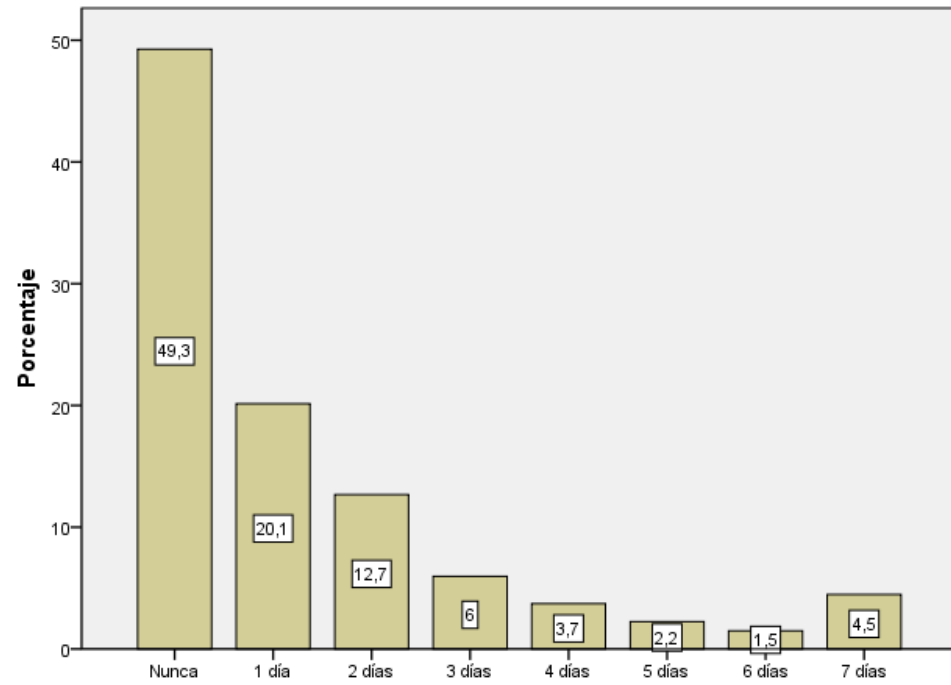
VERDURA

Media: 3.17 días/semana

Mediana: 3 días/semana



Cuántos días a la semana el paciente consume bollería industrial?



Cuántos días a la semana el paciente consume refrescos?



BOLLERÍA INDUSTRIAL

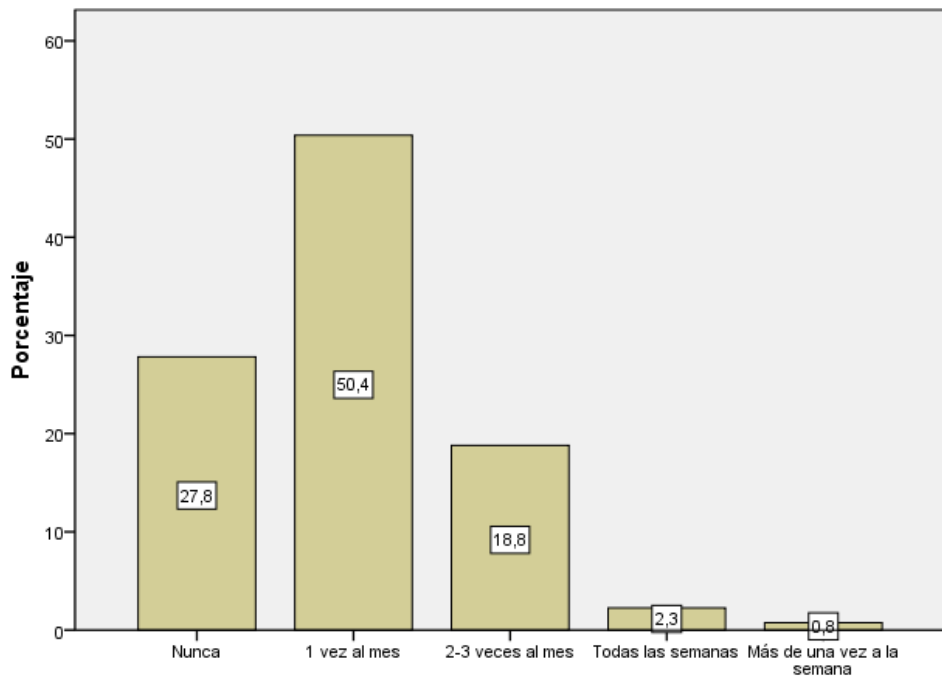
Media: 1.15 días/semana

Mediana: 1 días/semana

REFRESCOS

Media: 1.3 días/semana

Mediana: 1 días/semana

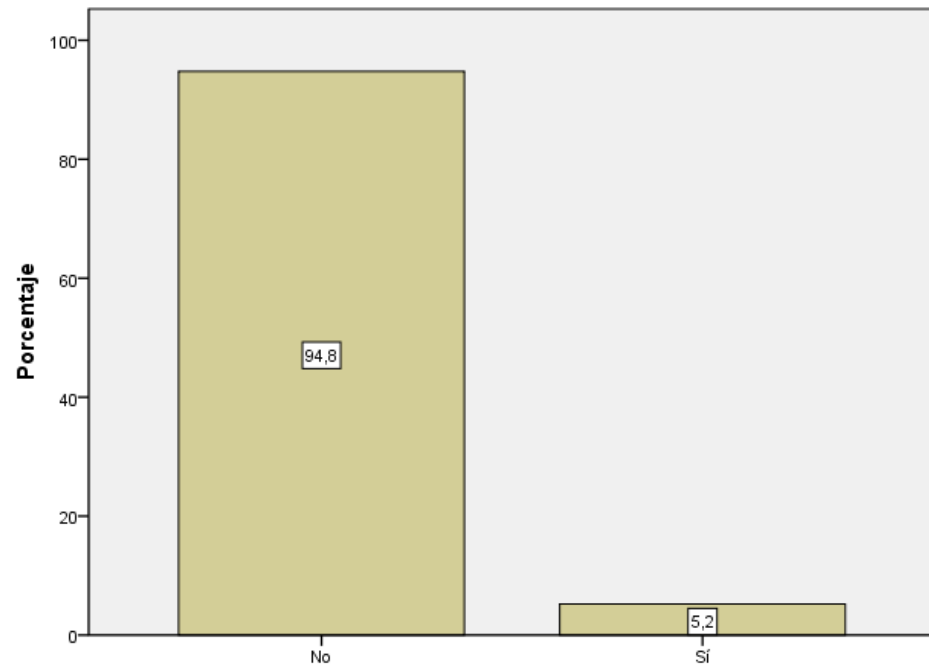


Cuántas veces al mes acuden a un restaurante de comida rápida?

72.2% al menos 1 vez/mes

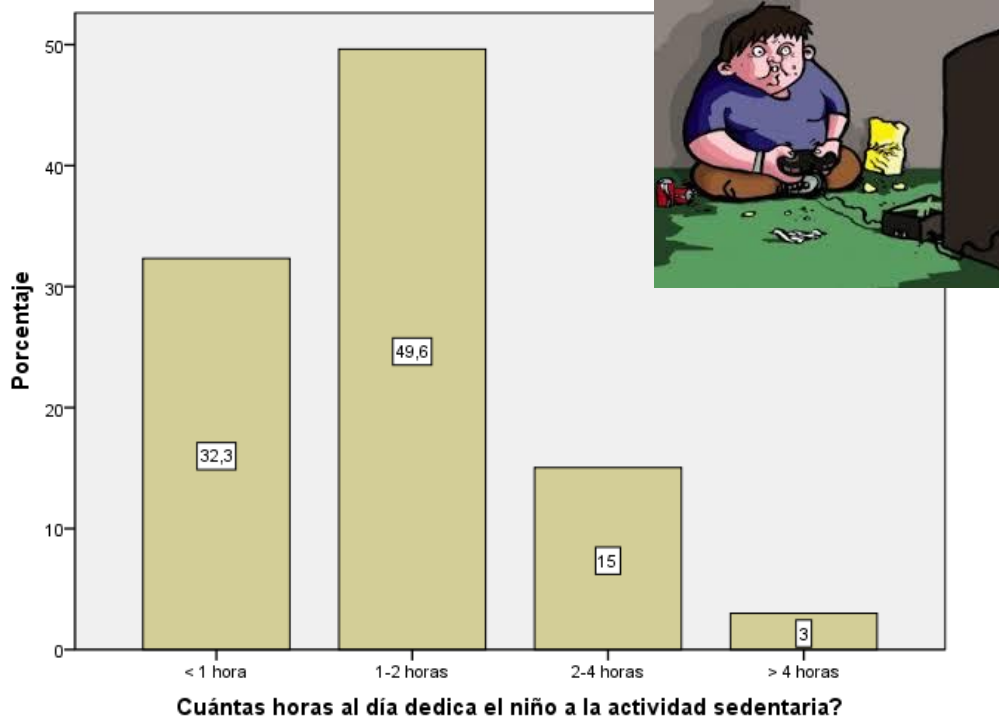


94.8% NO

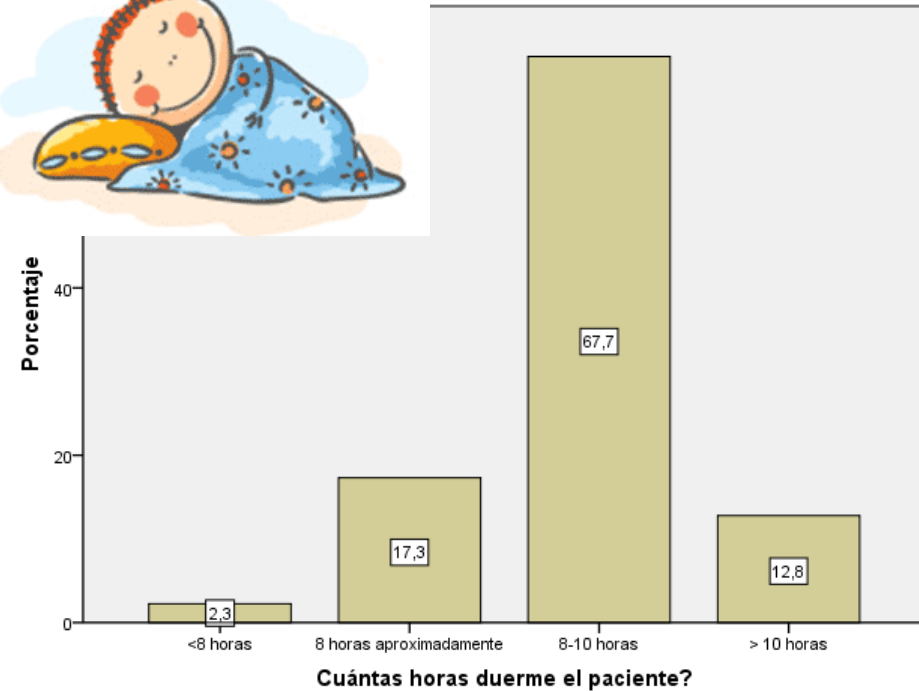


Consume habitualmente comida precocinada?

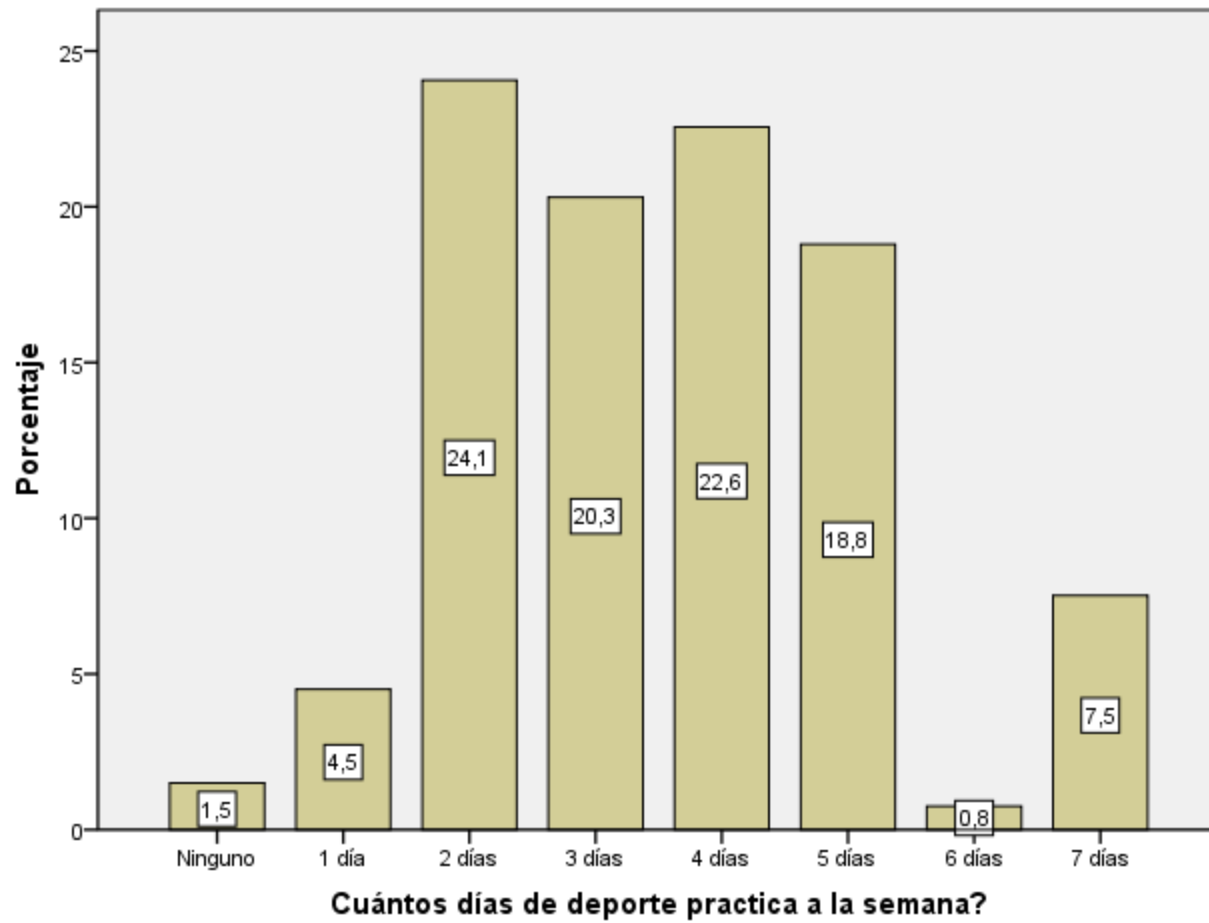
Actividad física



67.6% ≥ 1 hora/día



80.5% > 8 horas/día

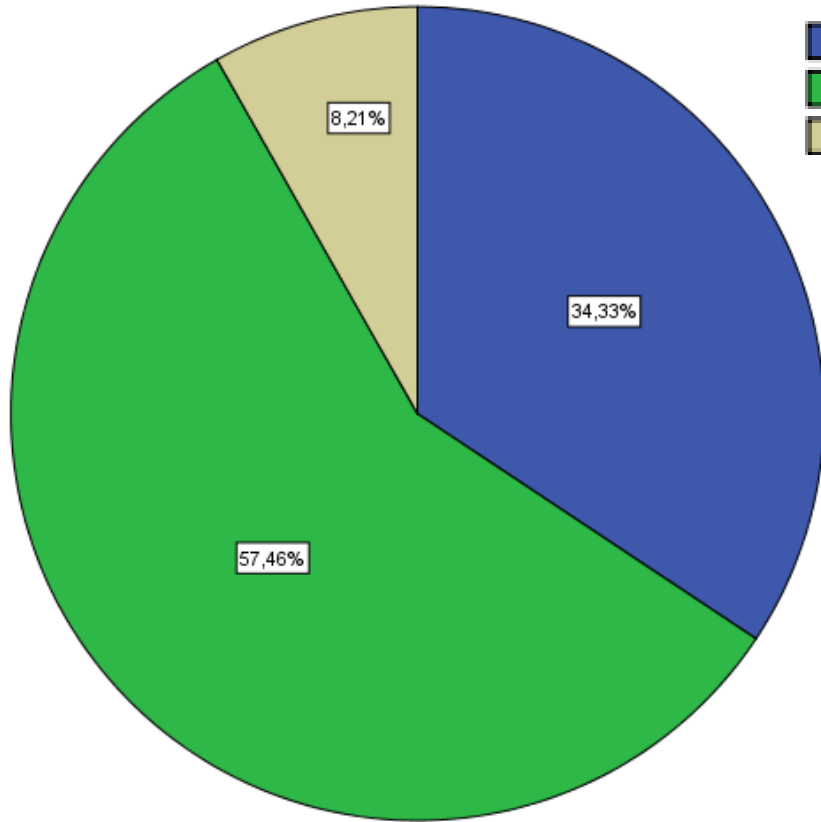


Media: 3.55 días/semana
Mediana: 3 días/semana



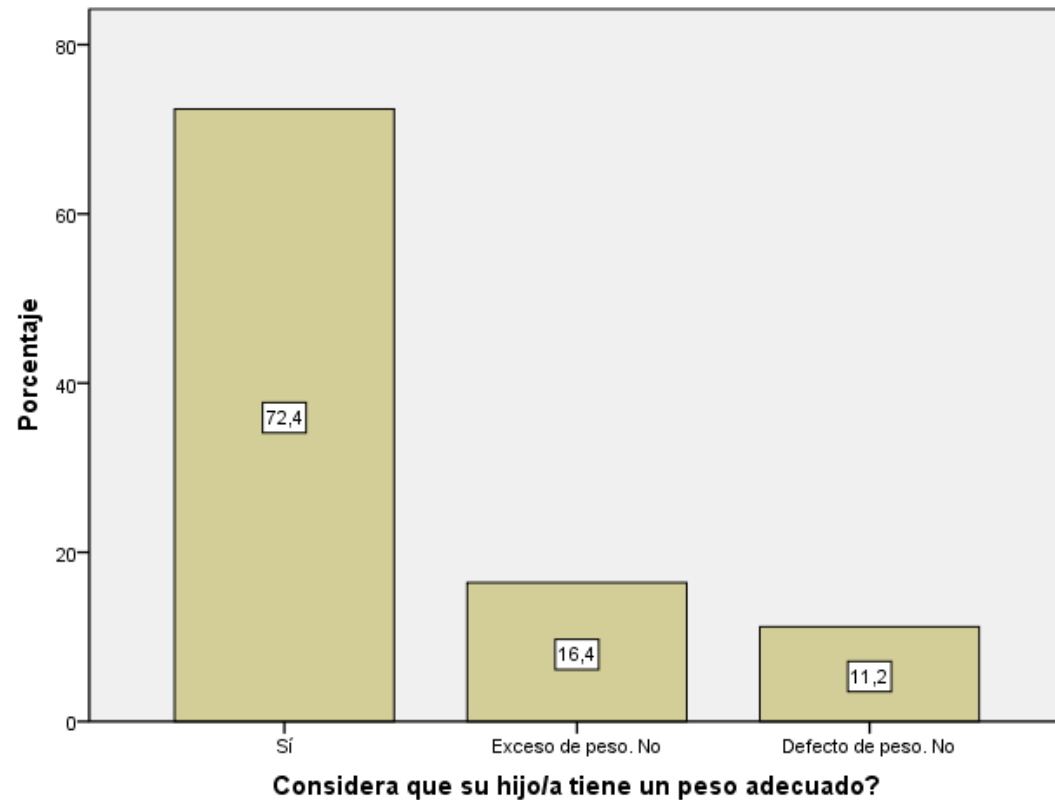
Cuál cree que es el factor más importante para un peso adecuado?

- Dieta
- Actividad física
- Genética

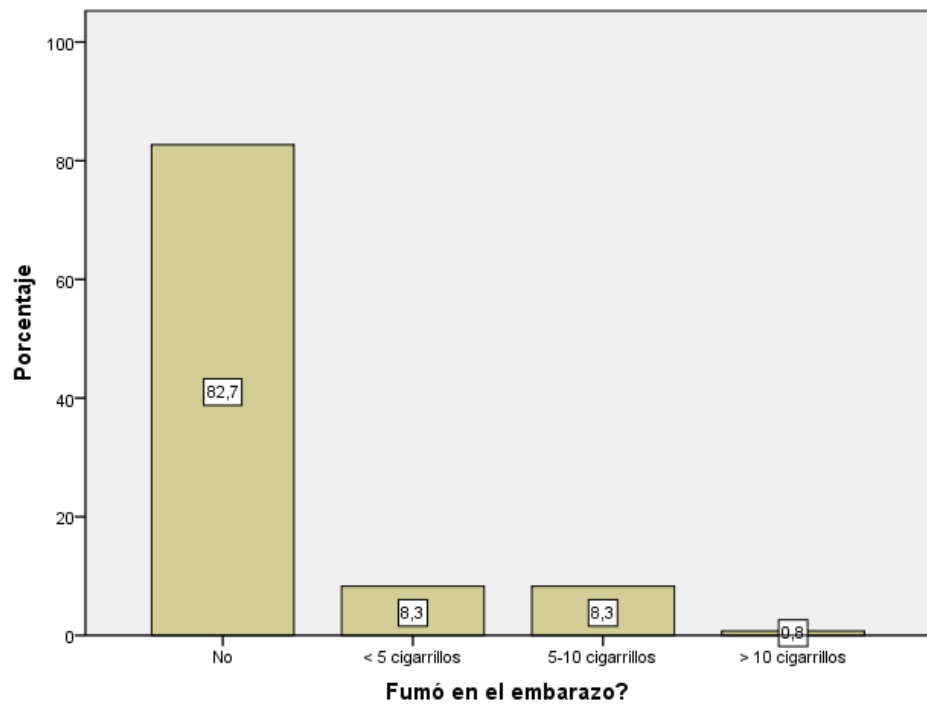


64.18% acuerdo

79.7% NO ha consultado con su pediatra

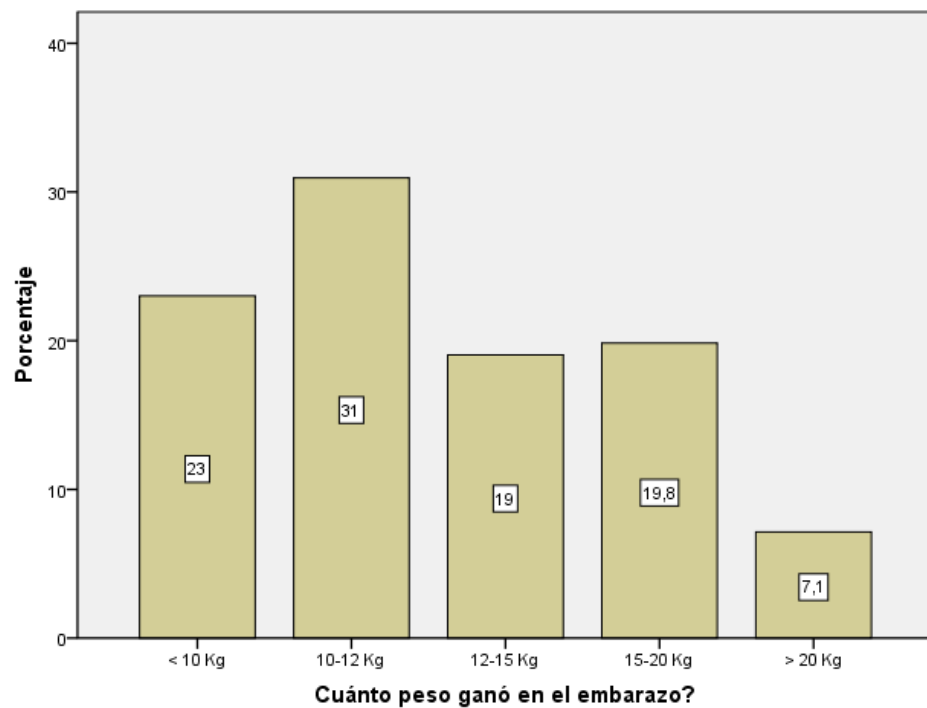


Datos perinatales

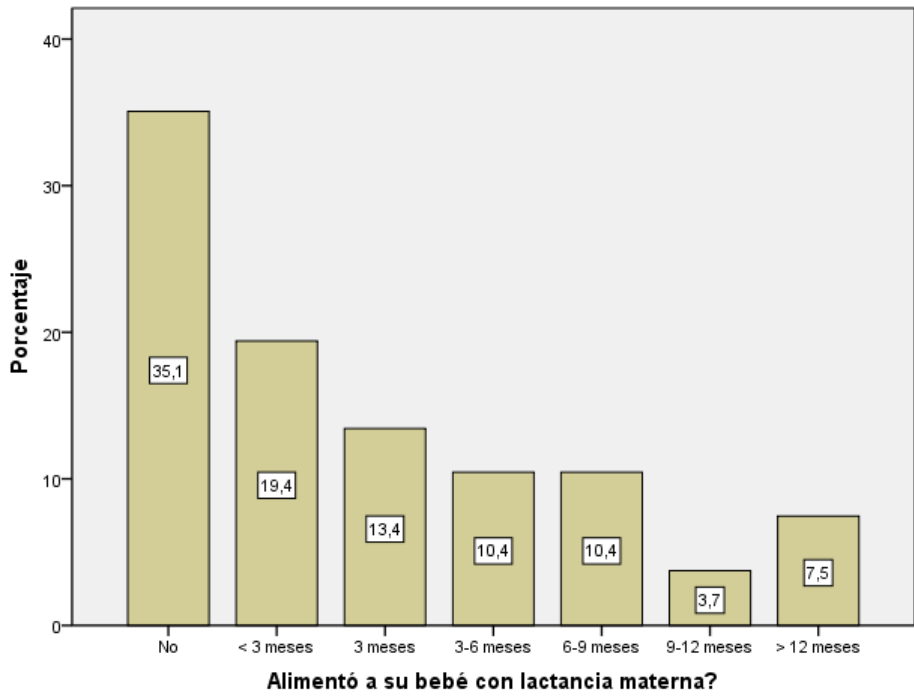


17.3% SÍ

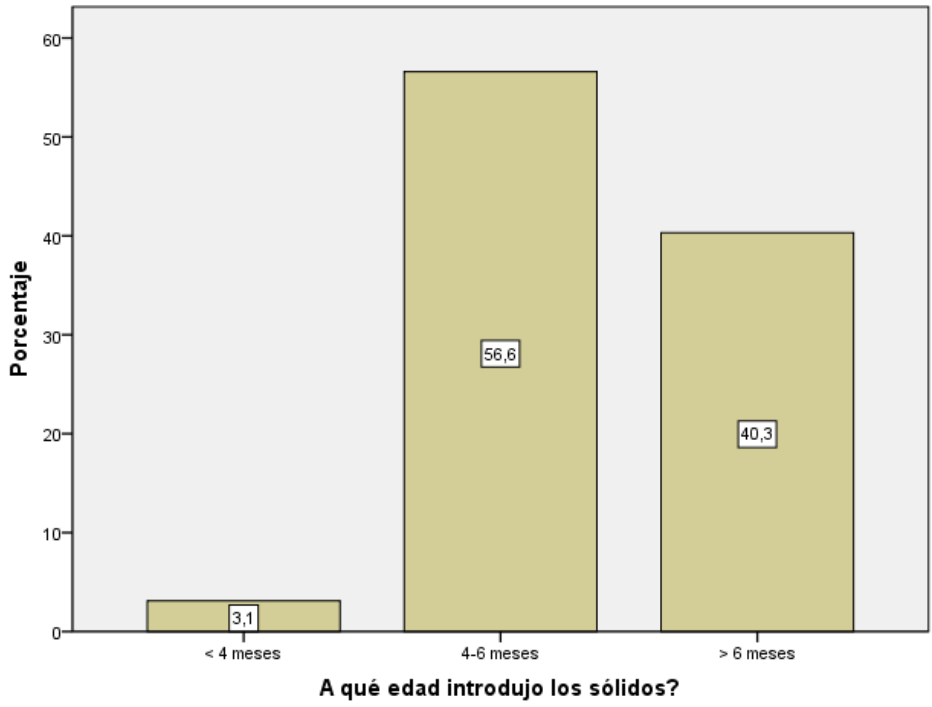
26.9% >15 Kg



Cuánto peso ganó en el embarazo?



64.9% SÍ



96.9% ≥4meses



Conclusiones

- **En la muestra estudiada...**

- ✓ Fraccionan adecuadamente las comidas, realizan ejercicio regular, cumplen horas de sueño.

- ✗ 30% presenta sobrepeso/obesidad. El consumo de alimentos de escaso valor nutricional y de comida rápida es habitual.

- Insistir en el asesoramiento nutricional de las familias.