

ESTUDIO DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DEL ALUMNADO DE E.S.O. DEL I.E.S. TRASSIERRA

D. Ramírez,¹J. Quirós,¹J. Moriana,¹ A. Fuentes,¹J. Suarez,¹ T.Merino¹

I.E.S. TRASSIERRA Avda Arroyo del Moro s/n 14011 (Córdoba)

INTRODUCCIÓN

Este estudio tuvo como objetivo analizar los hábitos alimentarios de los estudiantes de ESO del IES Trassierra. Durante el mes de febrero, se ha realizado una encuesta para identificar los tipos de alimentos consumidos en el recreo. Entre las posibles estrategias, se encuentran la educación nutricional, la participación de los estudiantes en actividades relacionadas con la producción y consumo de alimentos saludables, como el huerto escolar, y la degustación de sus productos.

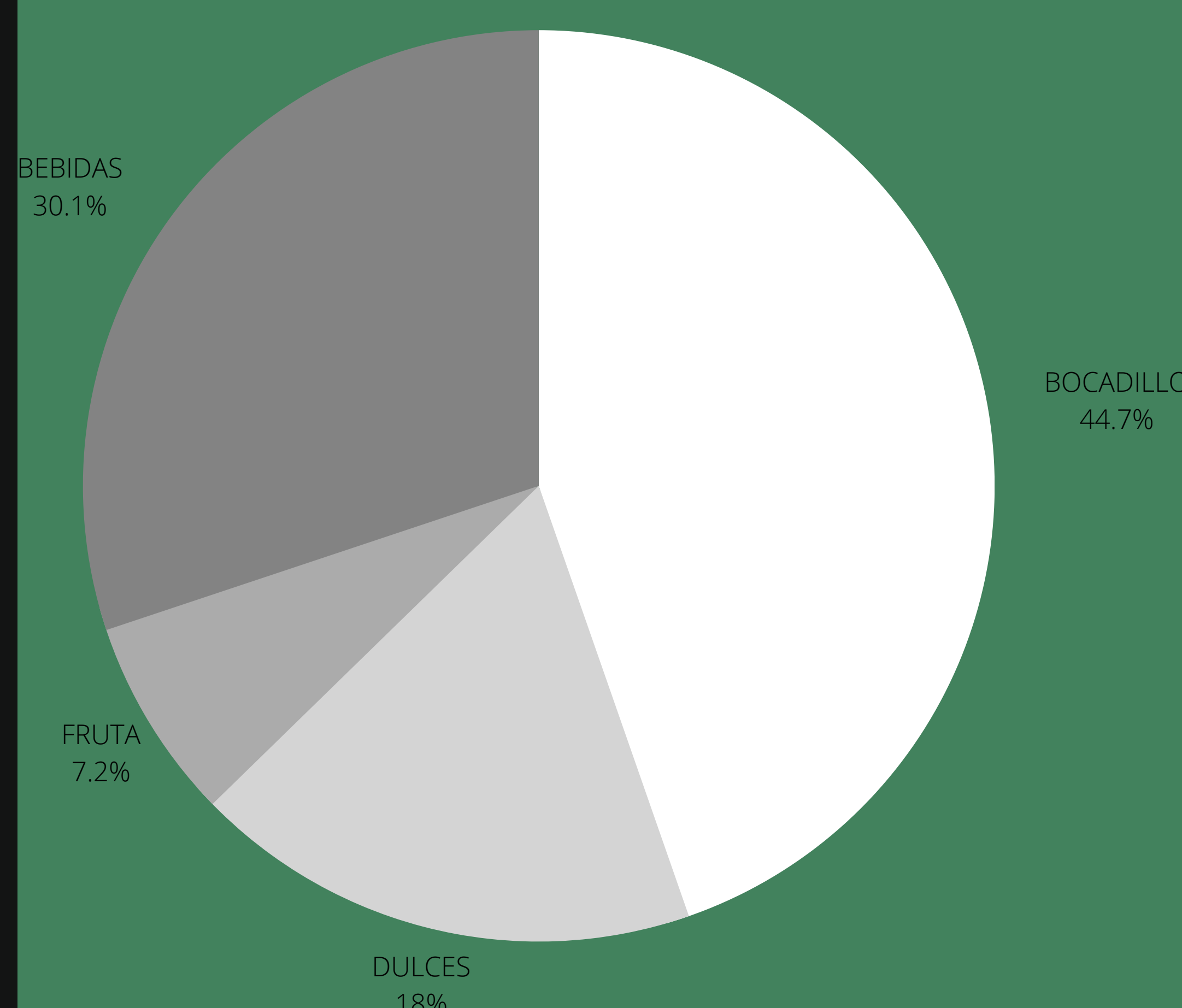
OBJETIVOS

- Conocer los hábitos alimentarios de los estudiantes de toda la ESO de nuestro instituto.
- Resaltar la importancia de la educación en la alimentación



RESULTADOS

En primer lugar los bocadillos de embutido son el desayuno más consumido en el recreo, seguido por las bebidas azucaradas (zumos, refrescos y batidos). Los bocadillos representan un 44,7% y las bebidas un 30,1%. Los dulces (galletas, bollería y chucherías) representan el 18%. La única opción saludable, que son las frutas, representan solo un 7,2%.



CONCLUSIÓN

Tras ver los resultados obtenidos por nuestro estudio tras la encuesta realizada por los alumnos de 4º de la ESO de cultura científica del I.E.S Trassierra llegamos a la conclusión de que el 48,1 % no come saludable y el 51,9% come saludable, sin incluir la gente que no come.

MATERIALES Y MÉTODOS

Cuestionario sobre los hábitos alimentarios del alumnado de ESO de IES Trassierra. Hemos ido de aula en aula pasando un cuestionario donde podían anotar lo que comen y beben en el recreo.