

Hábitos alimentarios en adolescentes escolarizados de un municipio de Gran Canaria

Eating habits of adolescent students in a municipality of Gran Canaria

Mercedes Ángeles Rodríguez Rodríguez. *Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (España)*

Irene Dupuis. *Universidad de La Laguna (España)*

Milagros Alegret Rodríguez. *Centro Provincial de Higiene y Epidemiología, Villa Clara (Cuba)*

Contacto: mercedes.rodriguez@ulpgc.es

Fecha recepción: 16/03/2016 - Fecha aceptación: 20/07/2016

RESUMEN

Los hábitos alimentarios durante la adolescencia tienen una gran trascendencia en la proyección de la calidad de vida cuando se llega a la edad adulta. Estos hábitos se corresponden con aspectos culturales, sociales y religiosos de las poblaciones, diferenciándose por tanto de un lugar a otro. Actualmente se puede observar una tendencia a la homogeneización de dichos hábitos. El estudio tiene como objetivo analizar los patrones de consumo alimentario de los adolescentes, a fin de identificar las posibles correlaciones entre la situación familiar (nivel educativo y ocupación de sus progenitores) y los citados patrones.

La metodología aplicada toma como muestra 268 estudiantes de 3º y 4º de la ESO, en un centro público de enseñanza secundaria en Gran Canaria. La información se recaba mediante encuesta y se realiza un estudio observacional, descriptivo y transversal. Del análisis de los datos procesados se puede inferir la influencia del perfil sociodemográfico de las familias, así como de las condiciones socioeconómicas sobre los hábitos alimentarios, en mayor medida en el caso del desayuno. Entre las conclusiones hay que destacar que el desayuno continúa siendo la asignatura pendiente de nuestros estudiantes, aproximadamente 3 de cada 10 no desayunan nunca o casi nunca. También que, aunque no puede plantearse que es solamente por factores económicos, sí se ha demostrado la relación directa entre el desayuno y los ingresos de los padres (influyendo en menor medida el nivel de instrucción).

PALABRAS CLAVE

Hábitos alimentarios, adolescentes escolarizados, factores demográficos y socioeconómicos, Islas Canarias.

ABSTRACT

Eating habits in adolescence have a direct bearing on an individual's future quality of life as an adult. These habits are linked to cultural, social and religious aspects of communities and are therefore subject to geographic variation, although currently there seems to be a general tendency towards homogenization. This research sets out to analyze patterns in eating habits of adolescents with a view to identifying possible correlations between these patterns and family circumstances (parents' educational level and profession).

The sample comprises 268 students in the 3rd and 4th grade of a state high school in Gran Canaria. The information was collected by means of questionnaires and analyzed through an observational, descriptive and transversal study. The scrutiny of the data has revealed a considerable influence of the families' sociodemographic profile and socioeconomic conditions in their children's eating habits, especially with regard to breakfast. Among the conclusions drawn, it is worth highlighting that breakfast is still the meal that students most frequently skip, as approximately 3 out of 10 never or hardly ever have breakfast. Also, although more factors other than finances are to be considered, there seems to be evidence of a direct relation between breakfast and parents' income (their educational level being the least influential factor).

KEYWORDS

Eating habits, adolescent students, demographic and socioeconomic factors, Canary Islands.

1. INTRODUCCIÓN.

El cuestionamiento de la alimentación como hecho social ha dejado de ser desde hace más de dos décadas un tema de debate entre aquellos analistas del comportamiento alimentario que se han atrevido a considerar que existen suficientes soportes teóricos y empíricos para hablar de una Sociología de la Alimentación (Mennell, Murcott y Otterloo, 1992; Poulain, 2002).

Los alimentos, según Rebato (2009) han ejercido una influencia decisiva en nuestra historia evolutiva desde hace millones de años. En la especie humana, la alimentación constituye un hecho biológico y sociocultural complejo, que se manifiesta en una evolución fisiológica y orgánica y en un conjunto de comportamientos particulares que estructuran la alimentación cotidiana.

Los hábitos alimentarios han sido definidos por Cao (2013) como, “el comportamiento más o menos consciente, que conduce a las personas a seleccionar, preparar y consumir determinados alimento o menú como una parte más de sus costumbres sociales, culturales y religiosas e influenciado por múltiples factores socioeconómicos, culturales, geográficos” (p. 65).

Los hábitos alimentarios y su comportamiento en la población ofrece una gran oportunidad para el diálogo entre diferentes perspectivas: un diálogo abierto que favorezca el que la alimentación se sitúe en el centro de los análisis sociales, y la introducción de otras miradas críticas de disciplinas como la Antropología, Sociología, Pedagogía, Derecho, Economía, Historia, Geografía, Psicología, Agronomía o Medicina y Veterinaria.

Existen varios debates que hacen referencia a la influencia o no del factor clase social como generador de normas alimentarias. Por un lado, unos autores como Díaz (2005, p. 49) consideran que:

La modernización de las sociedades lleva a un aumento de la disponibilidad de alimentos, y esto va asociado a una disminución de las diferencias sociales en la dieta. Esto daría lugar a un aumento en la diversidad de modelos alimentarios que son re-

sultado de la conjunción de criterios de elección individuales diversos.

Por otro lado, autoras como Rebato (2009, p. 136), plantea que “asistimos actualmente a fenómenos aparentemente contradictorios respecto a las prácticas alimentarias; así, debido al proceso de globalización, se observa una cierta homogeneización de la alimentación con la consecuente pérdida de diversidad de los repertorios alimentarios”.

Acerca de esto, Ramonet (2011) plantea: “en los momentos actuales en el sistema-mundo hay una falta de visibilidad general, no nos damos cuenta que acontecimientos imprevistos irrumpen con fuerza sin que nadie, o casi nadie, los vea venir, la norma actual son los seísmos “(s.p.) Estos seísmos, son de diferentes tipos, seísmos climáticos, seísmos financieros, y seísmos alimentarios, lo cual es un fuerte peligro para los afectados por estos seísmos: la población y la salud de estas poblaciones.

Asociado a estos cambios, en los estilos de vida y en la percepción de lo que significa el buen comer, aparece en estas sociedades, y dentro de ellas España, la obesidad y el sobrepeso en personas de todas las edades incluyendo los niños y los adolescentes; un problema de salud que los expertos reconocen como epidemia (INE, 2015).

De modo general los estudios realizados en España entre los que se encuentran el enKid 1998-2000 (Serra y Aranceta, 2000), ENSE 2011/2012 (Encuesta Nacional de Salud de España realizada por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad), Programa PERSEO 2008 (Programa piloto escolar de referencia para la salud y el ejercicio, contra la obesidad, puesto en marcha por los Ministerios de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y de Educación, Cultura y Deporte y junto a las Consejerías de Sanidad y Educación de ocho Comunidades Autónomas, entre las que se encuentra Canarias) y Fundación Thao 2009, también han puesto de manifiesto las diferencias que existen en la distribución de la obesidad y el sobrepeso en función de la Comunidad Autónoma de residencia.

“La obesidad en la población infantil y juvenil en España se sitúa actualmente en el 13,9%, y el sobrepeso se encuentra en el 26,3%” (Trescastro-López, Trescastro-López y Galiana, 2014, p. 184). En Canarias, Bello (2010) constata el incremento de la obesidad infantil, la cual alcanza los mayores valores de España, fenómeno que hipoteca la salud de los adultos en el futuro, favoreciendo la aparición de enfermedades asociadas a este factor de riesgo. Esto hace que sea fundamental la adopción en los primeros años de vida de unos hábitos alimentarios correctos, donde la educación alimentaria y nutricional, desarrollada dentro de los programas de educación para la salud en el medio escolar, juega un papel fundamental (Trescastro-López et al., 2014, p. 184).

Por otro lado, en Europa, se suma a esta problemática la anorexia y la bulimia como patologías frecuentes en los adolescentes y jóvenes. Sin embargo, a pesar de esta situación antes explicada, Pérez-López, Tercedor y Delgado Fernández (2015) plantean que en los últimos 15 años solamente identificaron 13 programas de promoción de la actividad física y/o de alimentación con adolescentes españoles y en todos ellos se obtuvieron mejoras en las variables evaluadas, lo cual corrobora “el relevante papel de la institución educativa sobre la adquisición y/o mejora de los hábitos desde una perspectiva saludable” (Pérez-López et al., 2015, p. 543).

En nuestro estudio el objetivo es analizar los patrones de consumo alimentario de los adolescentes de un instituto de enseñanza pública de Canarias, para identificar sus hábitos alimentarios así como las posibles causas sociodemográficas y económicas relacionadas con estos hábitos.

El diagnóstico que propone el estudio en este centro permitirá corroborar si los hábitos alimentarios aquí difieren o no del resto de Canarias y si el hecho de pertenecer el instituto a la Red de Escuelas Promotoras de Salud ha influido en mejoras en la educación para la salud de los estudiantes.

2. METODOLOGÍA

El estudio forma parte de investigaciones relacionadas con la educación para la salud, los hábitos alimentarios y la geografía social. Es un estudio de tipo observacional, descriptivo y transversal.

2.1. Diseño del estudio y población

El método seleccionado para la recogida de la información ha sido la encuesta. El cuestionario ha sido elaborado por las autoras específicamente para este estudio y adaptado a las condiciones del centro y los recursos disponibles. Previamente se habían revisado las principales encuestas sobre la temática de hábitos alimentarios y factores condicionantes tales como: Estudio enKid (1998-2000), Encuesta Nutricional de Canarias 1997-1998 (2009), PERSEO (2008) y otros trabajos que abordan aspectos de vida y salud de las poblaciones, en España y en América Latina. Es de destacar que no se han identificados estudios posteriores que traten con profundidad la alimentación en Canarias y en adolescentes.

El cuestionario fue aprobado por la Comisión de Coordinación Pedagógica del centro y, posteriormente se validó con una prueba piloto seleccionando una muestra de 15 estudiantes del propio centro lo que permitió mejorar el enunciado de algunas preguntas.

El centro seleccionado es un instituto del municipio de Ingenio, en el sureste de la isla de Gran Canaria (Figura 1), perteneciente a la Red Canaria de Escuelas Promotoras de Salud.



Figura 1: Situación geográfica del centro escolar encuestado. Fuente: Elaboración propia

La población del estudio está constituida por la totalidad de los estudiantes matriculados en los cursos de 3º y 4º de la ESO de dicho instituto. Participaron en la investigación 268 estudiantes, de los cuales el 59 % son de 3º de la ESO y el resto de 4º.

2.2. Método de recogida de datos

La encuesta se realizó a través de un cuestionario que los alumnos rellenaron con la herramienta de Google Docs. Se realizaron las encuestas en las aulas del proyecto Medusa del instituto con la cooperación de los tutores, en los primeros meses del año 2013.

El cuestionario consta de 78 ítems, conformado por preguntas cerradas en un 90% y es anónimo. Para el análisis de frecuencia, se propone 4 rangos de respuesta: nunca, algunas veces (de 3 a 4 veces a la semana), casi siempre (de 5 a 6 veces) y siempre.

Se estructura en cuatro secciones: datos identificativos, hábitos alimentarios, estilos de vida y datos antropométricos. En este artículo, nos centramos sobre los dos primeros aspectos.

2.3. Análisis estadísticos

Se depuraron las encuestas no válidas. Todos los datos del estudio han sido codificados y procesados con el programa estadístico SPSS versión 17. Los datos se presentan como media y desviación estándar ($X \pm DS$). Al inicio del procesamiento estadístico, se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para comprobar si la distribución de los datos era normal. No se eliminaron los datos que se alejaban más de dos desviaciones estándar de la media (excepto los atípicos) en las distribuciones asimétricas, por entender que reflejan datos reales de la muestra.

Para cada uno de los parámetros cuantificados se han realizado los siguientes cálculos: media aritmética; desviación típica; error estándar; pruebas de independencia de Chi cuadrado; correlaciones en variables ordinales y nominales; criterios de medianas en variables ordinales.

Los constructos utilizados para la escolaridad y para el número de comidas al día fue un sistema de ranqueo, teniendo en cuenta la ordinalidad de las variables, con ello se pudo hacer la correlación no paramétrica de Spearman. Se consideraron significativas aquellas diferencias cuya probabilidad fue superior al 5% ($p < 0.05$).

El nivel socioeconómico de las madres y padres ha sido una variable difícil de medir, por la falta de información de numerosos alumnos al respecto. Esto implicó que el estudio no sea tan sensible en la detección de estilos de vida más característicos de los adolescentes en relación a esta variable. Ante estas imprecisiones, se creó una variable nueva, centrándose en presencia o ausencia de ingresos, considerándose además de los que estaban trabajando los progenitores en paro que cobran prestaciones.

El análisis y el tratamiento de la encuesta permitieron la confección de las tablas y gráficos del presente artículo.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se aborda el análisis de los principales resultados de esta investigación, centrándose la discusión en las relaciones entre las características sociodemográficas y económicas y los hábitos alimentarios.

3.1. Características sociodemográficas de la población estudiada

El análisis de los datos referidos a las características sociodemográficas de los encuestados muestra muy poca diferenciación en varios aspectos analizados, tales como la edad, curso en que se encuentra o lugar de nacimiento de los estudiantes y sus padres.

El estudio incluye 268 adolescentes de entre 13,5 y 16 años: 141 chicas (52,6%) y 127 chicos (47,4%). Más del 95% de la muestra estudiada y de sus progenitores nacieron y residen en Canarias, y en particular en el municipio de Ingenio, donde está enclavado el instituto. La homogeneidad de la muestra es un aspecto importante para nuestra investigación porque no reporta diferencias en

los hábitos alimentarios procedentes de otras culturas u otros espacios geográficos.

En cuanto al nivel de estudio de las madres y los padres predomina el nivel de graduado escolar y nivel medio (equivalente EGB, ESO, FP) con aproximadamente el 35,4% para ambos padres (Figura 2). Este dato es similar al del nivel de estudio de la Comunidad Autónoma de Canarias para el grupo de edad de 25-64 años en el año 2011 (41,3%) (Abellán y Pujol, 2016). Contrastando con estos valores, el número de madres y padres con nivel superior (universitario) es muy bajo, sólo el 4,1%. Es de destacar que un tercio aproximadamente de la muestra (31,7%) no conoce el nivel educacional de sus padres, lo cual puede indicar que existe falta de comunicación familiar.

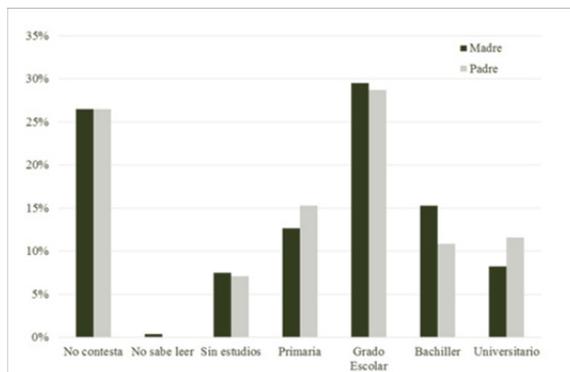


Figura 2. Distribución de la población según el nivel de estudios de las madres y padres. Fuente: Elaboración propia

La situación laboral de los progenitores, en el momento de realizar la encuesta, es la siguiente: el 54,1% de las madres y el 70,15% de los padres trabajan. El 19,2% de las madres son amas de casa. El 9,3% de los padres y el 5,6% de las madres se encuentran en paro, habiendo trabajado antes todos ellos. Por último, el 5,6% de las madres y el 5,2% de los padres se encuentran en otras situaciones (estudiante, jubilado/pensionista o parados sin cobrar prestaciones) y el 8,9% desconoce la situación laboral de sus progenitores (Figura 3). Ninguno de los padres (varones) se dedica a las labores del hogar. El responsable de la alimentación en la casa de los encuestados es fundamentalmente la madre (61,6%).

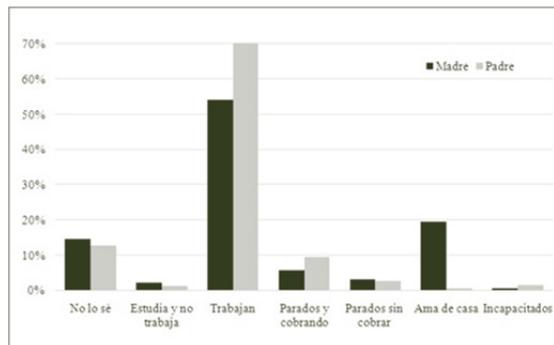


Figura 3. Distribución de la población según la situación laboral de los padres. Fuente: Elaboración propia

De manera general, el análisis de la situación laboral de los progenitores de los encuestados mostró que un 68,7% de ellos tienen algún tipo de ingreso tanto la madre como el padre, frente a un 22,4% que sólo percibe ingresos uno de ellos, y un pequeño grupo, que como se explicó anteriormente, desconoce la situación económica de sus padres. Esta posible falta de comunicación entre padres e hijos y de un ambiente de cohesión familiar no favorable, que pudiera estar afectando a nuestros adolescentes, es un hecho que puede resultar perjudicial para la disciplina alimentaria, más en estas edades de 12-18 años. En la adolescencia existe una generalización de la relajación de esta disciplina familiar con respecto a los hijos, en todas las clases de la sociedad y entre todos los colectivos sociales, favorecida por el desarrollo de la sociedad de consumo. Esto permite a los hijos cuestionar con éxito una alimentación variada, sobre todo en estas edades, y en caso de existir distancias padres/hijos, puede ser mucho mayor el desorden al respecto.

3.2. Hábitos alimentarios

El análisis de la frecuencia de realización de las distintas comidas indica que, en su mayoría, nuestros estudiantes hacen las tres comidas principales (desayuno, almuerzo y cena), independientemente del género. El almuerzo es la comida más frecuente, pues 85,4% de los adolescentes lo recibe siempre, en segundo lugar aparece la cena, con 67,5% y en tercer lugar el desayuno con 65,7% (Figura 4). Para evitar confusiones, precisamos

que en nuestro estudio desayuno se refiere a los primeros alimentos ingeridos por la mañana, antes de comenzar la jornada escolar, diferenciándose de la merienda de la mañana, ubicada entre el desayuno y el almuerzo.

En cuanto al género, existen diferencias significativas con respecto a la frecuencia del desayuno y de la cena, siendo los chicos los que ingirieron con más frecuencia estas comidas; comportamiento similar al hallado en otros estudios (Rufino, Figuero, Lanza, González-Lamuño, y Fuentes, 2005; Serra y Aranceta, 2002). No existen diferencias significativas en el almuerzo según género.

Nuestro análisis sobre los hábitos alimentarios se ha centrado fundamentalmente en el desayuno, por lo importante que este resulta en los escolares, ya que según Serra y Aranceta (2000) orienta el perfil metabólico del organismo permitiendo un mayor rendimiento en los escolares, al contrario, su ausencia puede influir en la disminución de algunas capacidades cognitivas. Además en nuestra encuesta esta información resultó más relevante con respecto a otras comidas, así como la calidad de la información obtenida.

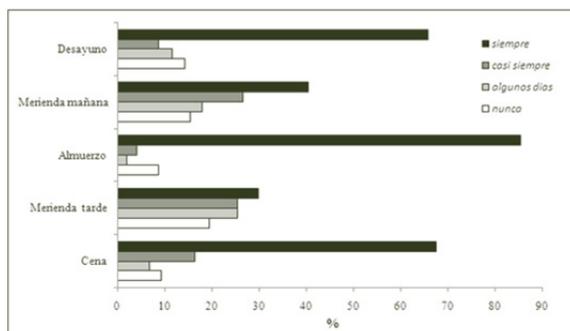


Figura 4. Distribución de la población según la realización de comidas diarias. Fuente: Elaboración propia

3.2.1. Desayuno

Es preocupante que entre las tres comidas fundamentales el desayuno sea la ingesta que más se omite: no desayuna nunca o solo a veces un cuarto de la muestra (25,4%) y solo declaran desayunar siempre el 65,7% de los encuestados. Nuestras cifras parecen notablemente inferiores a las que indican otros estudios al respecto (AVENA 2003-2006; enKid 1998-2000), aunque no se pue-

dan comparar del todo nuestros resultados con los mencionados, por diferencias en la metodología empleada. Es posible que esas diferencias se expliquen por las variaciones de hábitos entre los años 2000 y 2013, y/o por el elevado número de hogares sin ingresos del colectivo encuestado. Sin embargo, dichos estudios evidencian que la omisión del desayuno es más manifiesta a partir de los 14 años, y hasta los 18 años, grupos de edades donde se encuentran nuestros encuestados (Serra y Aranceta, 2000).

Los encuestados que desayunan indican que los productos lácteos son los más ingeridos, siendo la leche entera (sola o con cacao) la que presenta los mayores porcentajes (63,1%), manifestando además consumir leche desnatada (17,2%) y otros (11,2%). Le sigue en orden de consumo los cereales y las galletas tipo María en un 45,9% y 45,5% de los estudiantes respectivamente. Los bocadillos de diferentes tipos son ingeridos por casi la tercera parte de los encuestados, ocupando las frutas frescas y el café sólo los valores más bajos en la ingesta a primera hora del día. En estudios anteriores de la población infanto-juvenil española, como el enKid (Serra y Aranceta, 2000), el desayuno es más abundante y consiste en un vaso de leche (74,6%) acompañado de azúcar o saborizante (63%), galletas o bollerías (50%), pan en el 15% y sólo consumen zumos de frutas el 9% y el 5% alguna pieza de fruta fresca.

De los encuestados el 56,3% tarda 10 minutos o menos en la ingesta de la ración del desayuno. Entre 11-20 min se engloba el 26,9% y más de 20 min el 2,2%. Estos datos se refieren al tiempo dedicado los días de clases. Durante los días festivos, el tiempo empleado para el desayuno es un poco más prolongado y aumenta el porcentaje de adolescentes que dedica entre 11 y 20 min al consumo de esta comida hasta el 51,1% e incluso el 13,4% le dedica más de 20 min.

El tiempo dedicado al desayuno, según Serra y Aranceta (2000), es un factor que condiciona el volumen de alimentos ingeridos. Los estudiantes tardan más tiempo los días festivos en desayunar que los días de clase, exis-

tiendo una mayoría que dedica entre 10 y 20 min los días festivos. Serra y Aranceta (2000) plantean que a medida que avanza la edad, se recorta el tiempo dedicado al desayuno: entre 14 y 18 años el 66% ingiere el desayuno en menos de 10 min, lo cual no es considerado razonable para asegurar una adecuada ingesta alimentaria. En nuestro estudio, esta proporción es menor (56,3%).

Centrándose ahora en la relación entre la frecuencia con que los estudiantes desayunan y el número de alimentos ingeridos con la situación laboral de sus progenitores (presencia o no de ingresos) y nivel educacional de los mismos, se observa correlaciones fuertes y directas. Es interesante destacar que comportamientos estadísticos similares se observan en el estudio enKid donde se concluye que el 4,1% de la población estudiada no realiza ninguna ingesta de alimentos a lo largo de la mañana y esto se evidencia con mayor frecuencia en las clases sociales más modestas y con menores ingresos.

La mayoría de los adolescentes que declaran no conocer la escolaridad de sus padres (variable proxy¹ que puede indicar desorden en el hogar o falta de cohesión interna), no desayunan. Los que provienen de un hogar con bajo nivel escolar (primaria) desayunan entre algunos días o casi siempre. Los adolescentes cuyos padres tienen escolaridad secundaria o superior siempre desayunan.

La Tabla 1 muestra que existe una asociación muy significativa entre el número de alimentos que disponen en el desayuno los estudiantes y el nivel escolar de los padres. En esta relación se manifiesta que los que toman un solo alimento, sus padres tienen como promedio escolaridad primaria, mientras que a partir de un nivel secundario este

promedio se mueve hacia dos o más alimentos.

La relación entre la frecuencia y calidad de los alimentos que toman nuestros encuestados se obtuvo de frecuentar las cinco opciones de alimentos operacionalizados en las categorías: cereales (se incluyen las galletas tipo María), lácteos, bocadillos, frutas y café). El índice de consumo obtenido para ellos fue: cereales (1,42); lácteos (1,19), bocadillos (0,32), frutas o productos de las frutas (0,31), café (0,06).

Estos resultados demuestran que los niños que desayunan, toman cada día al menos un cereal o producto que lo contiene, así como un lácteo, mientras que los bocadillos y las frutas o productos que los contengan son consumidos sólo por un tercio de nuestros estudiantes y el café principalmente cortado es ingerido por una parte insignificante de nuestra muestra. Una asociación muy significativa se manifiesta también entre el número de alimentos que ingieren en el desayuno en relación a los ingresos de sus padres y se muestra que como promedio reciben tres alimentos aquellos en los que se percibe algún ingreso (Tabla 1).

Cantidad de alimentos en el desayuno	No saben		Primaria		Secundaria		Bachiller		Universidad		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No desayunan	22	57,9	5	13,2	10	26,3	0	0,0	1	2,6	38	14,2
Un alimento	14	30,4	16	34,8	15	32,6	0	0,0	1	2,2	46	17,2
Dos alimentos	11	22,9	10	20,8	17	35,4	7	14,6	3	6,3	48	17,9
Tres alimentos	14	28,6	8	16,3	16	32,7	9	18,4	2	4,1	49	18,3
Cuatro alimentos	9	25,7	4	11,4	14	40,0	6	17,1	2	5,7	35	13,1
Cinco alimentos	15	28,8	7	13,5	23	44,2	5	9,6	2	3,8	52	19,4
Total	85	31,7	50	18,7	95	35,4	27	10,1	11	4,1	268	100

$$\chi^2=31.41 \quad p=0.000 \quad p(\text{exacta})= 0.002$$

Tau-b de Kendall	0.177	0.052	3377	0.001
Tau-b de Kendall	0.147	0.043	3377	0.001
Correlación de Spearman	0.200	0.058	3326	0.001(d)

Tabla 1. Número de alimentos consumidos en el desayuno y escolaridad media de los padres. Correlación entre ambas variables. Fuente: Elaboración propia

Para conocer cuál es la más fuerte entre las cuatro relaciones: frecuencia de ingesta de alimentos en el desayuno vs escolaridad de los padres y situación económica de los pa-

¹ En estadística, una variable proxy es algo que de por sí no tiene gran interés, pero de la cual se puede obtener otras de mucho interés.

dres así como número de alimentos en el desayuno vs escolaridad de los padres y situación económica de los padres (Tabla 2) se utilizó un estadístico cuya función es normalizar las tablas haciéndolas independientes del número de filas y columnas de cada una, para poder comparar la fuerza de la asociación de las variables mediante la magnitud del estadístico V de Cramer².

Fuente de la interacción	Valor de la V de Cramer
Frecuencia vs escolaridad	0.342
Nº de alimentos vs escolaridad	0.374
Frecuencia vs ingresos	0.591
Nº de alimentos vs ingresos	0.594

Tabla 2. Relaciones entre frecuencia de ingestión y número de alimentos, con escolaridad y situación económica de los padres. Elaboración propia

Se observa, por el mayor valor de la V de Cramer, que la situación económica de los padres influye más sobre la frecuencia y número de alimentos que su escolaridad.

3.2.2. Almuerzo y cena

Como ya se ha mencionado, la comida que más realizan los escolares es el almuerzo (85,4%) y en segunda lugar la cena (67,5%).

Respecto al lugar donde los encuestados almuerzan los días de clases, el 97% contesta que lo hace en casa, en cafeterías el 1,5% y el restante 1,5% en otros sitios, entre ellos lugares de comida rápida.

La relación entre la frecuencia en que ingieren las comidas (almuerzo y cena) con el nivel medio de escolaridad de madre/padres reportó que la frecuencia siempre en los casos del almuerzo y la cena es la mejor representada. Existe una relación muy significativa entre ambas variables en todos los casos y, particularmente, en el caso de la cena (Cena: $p=0.000$ V de Cramer=0.385), donde la V de Cramer tiene los mayores valores. Con esta información referida a la escolaridad de los padres y el número y frecuencia de ingesta de alimentos de los estu-

² La V de Cramer sirve para medir la asociación entre factores

diantes se estableció una correlación bivariada, entre dos variables construidas (Tabla 3):

- La variable escolaridad media de los progenitores (madre y padre) que fue construida a partir de la escolaridad de la madre y la del padre (variables ordinales), posibilitó establecer su media y realizar diferentes análisis. Esto se realizó con el fin de sintetizar tanta información.
- Y otra para reflejar el número y frecuencia medias de las comidas diarias.

Los resultados obtenidos muestran que existe una correlación muy significativa y directa entre el nivel educacional de los padres y el número y frecuencia de ingestas por día.

Rho de Spearman	Nivel padres	Coefficiente de correlación	Nivel padres	Comidas día
	Nivel padres	Coefficiente de correlación	1.000	.248(**)
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	268	268
	Comidas día	Coefficiente de correlación	.248(**)	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	268	268

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

Tabla 3. Correlación bivariada entre número y frecuencia media de comidas diarias y escolaridad media de los padres. Fuente: Elaboración propia

De manera general, se presentan deficiencias en los hábitos alimentarios relacionadas con la omisión de comidas principales en los encuestados y por los tipos de alimentos ingeridos que tienen una alta proporción de azúcares, lípidos y grasas. Estas observaciones coinciden con lo planteado por Bello (2010) y pueden ser debidas a los bajos ingresos de los padres de los encuestados. El nivel de estudio puede ser otra causa, tal y como demuestra estadísticamente nuestro estudio. Romero, Royo y Rodríguez - Artalejo (2013) también muestran de forma clara que los niños de padres con menos estudios comen menos verduras, frutas y más productos procesados, grasas y bebidas azucaradas. Esta situación explica en parte los índices de

sobrepeso y obesidad observados en Canarias. Por otra parte, se constata la desaparición de ciertos elementos de la dieta tradicional canaria como el gofio³.

4. CONCLUSIONES

Los métodos estadísticos aplicados permiten corroborar que existen diferencias entre los hábitos alimentarios de acuerdo a la situación económica de la familia (poseer o no ingresos) así como el nivel cultural de los padres. Los resultados obtenidos en este estudio son similares a otros, de cierto alcance llevados a cabo en otros territorios españoles.

En cuanto al conjunto de comidas, se observan diferencias por género: las chicas parecen comer con menos regularidad que los chicos. Este fenómeno puede estar condicionado por las preocupaciones de su imagen corporal alentada por los estereotipos culturales y por la moda acerca de la belleza femenina.

El desayuno sigue siendo la asignatura pendiente de los adolescentes: en nuestro estudio, más de 3 de cada 10 no desayuna, y entre los que sí, se observan deficiencias con el tipo y el número de alimentos ingeridos. La disminución de los ingresos que ha afectado a amplias franjas de población en España desde 2008 ha podido influir sobre esta cuestión. De hecho, en Canarias, la polémica planteada por alumnos que llegan a clase sin desayunar ha llevado al Gobierno autonómico a poner en marcha medidas para cubrir esta necesidad básica alimentaria, en el desayuno (desde al menos el año 2011) e inclusive en el almuerzo de los días de clase, extendiéndose a los meses de verano.

Los resultados de nuestro estudio no pueden confirmar que la causa principal de la ausencia de desayuno sea debida únicamente a un factor socioeconómico, pero sí se ha demostrado la relación directa entre el desayuno y

los ingresos de los padres (influyendo en menor medida el nivel educacional). Sin embargo, la alta tasa de paro aproximadamente el 45% en 2013 (Muñoz, 2014) y el perfil poco cualificado de los padres que predomina en este municipio, apuntan en su conjunto un motivo económico, combinado con las peculiaridades de la adolescencia.

Se observa también una tendencia a la homogeneización de la alimentación desde el año 2000, sobre todo en el desayuno, que se puede relacionar tanto con el fenómeno de la globalización de la alimentación como del de los grupos de iguales. No se ha podido contrastar nuestros resultados con otros estudios, a falta de investigaciones posteriores a 2006 relacionadas con la alimentación en Canarias y en adolescentes.

Este fenómeno global de malos hábitos alimentarios requiere de políticas activas para la puesta en marcha de acciones encaminadas a promover la comida saludable desde 1º de la ESO. Si bien existe la Red de Escuelas promotoras de Salud (en la que se integra nuestro centro), se constata que no se realizan acciones para una educación para la salud en el ámbito de una alimentación sana en el momento del estudio.

Por último, la metodología y las herramientas utilizadas en este estudio se podrían generalizar a otros territorios, relacionándolo con la homogeneidad o no de la muestra para demostrar diferencias entre espacios alimentarios, e identificar las relaciones con elementos agroecológicos y socioculturales.

³ Gofio es una harina elaborada a partir de distintos cereales, especialmente el maíz en el caso de Gran Canaria. El gofio se utilizaba en todas las comidas, siendo más relevante en el desayuno.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abellán, A. y Pujol, R. (2016). *Un perfil de las personas mayores en España, 2016: Indicadores estadísticos básicos* (Informes Envejecimiento en red. Madrid nº 14). Recuperado de <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos16.pdf>
- Aranceta, J. (2008). El programa PERSEO como modelo de prevención de la obesidad en la edad escolar. *Nutrición Hospitalaria S, 1*, 50-55.
- Bello, L. M. (2010). *Evolución de la situación nutricional en Canarias*. (Informe semestral inédito). SCS. Las Palmas de Gran Canaria.
- Cao, M.J. (2013). *Estudio de alimentación, nutrición y actividad física en población femenina adulta urbana de Valladolid (AMUVA)*. (Tesis doctoral). Universidad de Valladolid, Valladolid, España.
- Díaz, C. (2005). Los debates actuales en la sociología de la alimentación. *Revista internacional de sociología*, 63(40), 47-78.
- Fundación THAO. (2009). *Programa de prevención de la obesidad infantil en los municipios en España*. Recuperado de <https://goo.gl/ZAkPMf>
- INE (Instituto Nacional de Estadística). (2015). *Encuesta Europea de salud en España (ESEE 2014)*. Recuperado de http://www.ine.es/colencine/colencine_enchog_salud.htm
- Mennell, S., Murcott, A. y van Otterloo, A. (1992). *The Sociology of Food: Eating, Diet and Culture*. London: Sage Publications.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2013). *Encuesta Nacional de salud de España 2011 / 2012*. Recuperado de <http://www.msssi.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuesta2011.htm>
- Muñoz, F. V. (2014). Análisis geográfico de la pobreza en Santa Cruz de Tenerife. *GeoGraphos*, 5(65), 233-265.
- Pérez-López, I. J., Tercedor, P., y Delgado-Fernández, M. (2015). Efectos de los programas escolares de promoción de actividad física y alimentación en adolescentes españoles: revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, 32(2), 534-544.
- Poulain, J.P. (2002). *Sociologies de l'alimentation : Les mangeurs et l'espace social alimentaire*. París: PUF.
- Ramonet, I. (2011, Octubre). El nuevo "sistema-mundo". *Le Monde diplomatique en español*, 192. Recuperado de <https://goo.gl/Z36Gub>
- Rebato, E. M. (2009). Las nuevas culturas alimentarias: globalización vs. etnicidad. *Osasunaz*, 10, 135-147.
- Romero, M., Royo, M. y Rodríguez - Artalejo, F. (2013). Evaluation of food and beverage television advertising during children's viewing time in Spain using the UK nutrient profile model. *Public Health Nutrition*, 16(7):1314-1320. doi: 10.1017/S1368980012003503
- Rufino, P., Figuero, C. R., Lanza, T. A., González-Lamuño, D., y Fuentes, M. G. (2005). Desayuno y almuerzo de los adolescentes escolarizados de Santander. *Nutrición Hospitalaria*, 20(3), 217-222.
- Serra, L. y Aranceta, J. (2000). *Desayuno y equilibrio alimentario: estudio enKid*. Barcelona: Masson.
- Serra, L. y Aranceta, J. (2002). *Alimentación infantil y juvenil. Estudio enKid. Vol. 3*. Barcelona: Masson.
- Trescastro-López, S., Trescastro-López, E. M., y Galiana-Sánchez, M. E. (2014). Estudio bibliométrico de programas e intervenciones sobre educación alimentaria y nutricional en el medio escolar en España. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 18(4), 184-193.