



# Medicina de Familia. SEMERGEN

<http://www.elsevier.es/semergen>



## 347/2564 - DIETA MEDITERRÁNEA, ESTADO DE PESO Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES DE UNA ZONA GEOGRÁFICA

F. Madrona Marcos<sup>a</sup>, P. Tarraga López<sup>b</sup>, M. Villar Inarejos<sup>c</sup> y M. Tárraga Marcos<sup>d</sup>

<sup>a</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Equipo de Atención Primaria Zona 5a. Albacete. <sup>b</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Zona V. Albacete. <sup>c</sup>Médico de Familia. Servicio de urgencias. Complejo Hospitalario de Albacete. <sup>d</sup>Médico Residente de 3<sup>er</sup> año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Zona V. Albacete.

### Resumen

**Objetivos:** Analizar la relación entre el estado de peso, la actividad física y la dieta mediterránea en escolares de la Región de Murcia.

**Metodología:** Se trata de un estudio descriptivo transversal con 520 escolares de edades comprendidas entre 8 y 17 años. El estado de peso se calculó a través del índice de masa corporal. La adherencia a la dieta mediterránea se halló a través del cuestionario KIDMED y, la actividad física se estimó utilizando los cuestionarios IPAQ-C e IPAQ-A.

**Resultados:** La dieta mediterránea no se asocia significativamente con el sexo ( $p < 0,537$ ) ni el estado de peso ( $p < 0,417$ ) pero si mantiene una relación de dependencia con la edad ( $p < 0,010$ ) y el nivel de actividad física ( $p < 0,000$ ). Los escolares en normopeso y activos tienen un mayor seguimiento a la dieta mediterránea que sus pares en sobrepeso y sedentarios ( $p < 0,000$ ).

**Conclusiones:** Se confirma el fenómeno Fatbutfit aplicado a la dieta mediterránea.

**Palabras clave:** Ejercicio físico. Dieta. Niños.