



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^a, P. Tarraga López^b, M. Villar Inarejos^c y M. Tárraga Marcos^d

^aMédico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Equipo de Atención Primaria Zona 5a. Albacete. ^bMédico de Familia. Centro de Salud Zona V. Albacete. ^cMédico de Familia. Servicio de urgencias. Complejo Hospitalario de Albacete. ^dMédico Residente de 3^{er} 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.