

INFLUENCIA DE LOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS PADRES Y MADRES EN SUS HIJOS/AS ADOLESCENTES



ESTUDIO:

**“INFLUENCIA DE LOS HÁBITOS
DE ALIMENTACIÓN Y
ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS
PADRES Y MADRES EN SUS
HIJOS/AS ADOLESCENTES”**

NO8DO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

Familia, Asuntos Sociales y
Zonas de Especial Actuación

SERVICIO DE SALUD

Observatorio de la Salud

2012



AUTORES

M^a ÁNGELES GARCÍA MARTÍN

ROCÍO MUÑOZ REBOLLO

GEMA CONEJO GASPAR

ANA M^a RUEDA DE CASTRO

JOSÉ SÁNCHEZ PEREA

GLORIA GARRUCHO RIVERO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

ÁREA DE FAMILIA, ASUNTOS SOCIALES Y ZONAS DE ESPECIAL ACTUACIÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE FAMILIA Y SALUD

SERVICIO DE SALUD. OBSERVATORIO DE LA SALUD

magarcia.cuye@sevilla.org

preventiva.salud@sevilla.org

Sevilla, 2012

Nota: Este documento utiliza lenguaje no sexista. Los términos que aparezcan citados en los textos en género masculino, por economía del lenguaje, deben entenderse como un género gramatical no marcado en los casos en que proceda la inclusión de ambos sexos.

ÍNDICE

1.	Introducción	5
2.	Objetivos	8
3.	Material y Método	9
3.1	Población diana y Ámbito de actuación	9
3.2	Población teórica y Tamaño muestral	9
3.3	Recogida de Información	11
	• Cuestionarios	11
	• Validación	11
	• Trabajo de campo	12
4.	Análisis estadístico	13
5.	Recursos	17
6.	Cronología.....	17
7.	Resultados.....	18
7.1	Aspectos generales: Edad, sexo y entorno familiar	19
7.2	Hábitos en relación a la Alimentación.....	23
	• Desayuno.....	23
	• Almuerzo y Cena	31
	• Merienda.....	35
	• Alimentos fuera de las comidas	39
	• Televisión durante las comidas	43
	• Participación en tareas	45
	• Frecuencia de consumo de alimentos	46
	• Consumo de alcohol.....	55
	• Consumo de alimentos según recomendaciones.....	57

• Frecuentación de establecimientos de comida rápida.....	69
7.3 Hábitos en relación a la Actividad Física.....	70
• Movilidad al centro escolar o al trabajo.....	70
• Acceso al domicilio.....	72
• Actividades sedentarias.....	75
• Práctica de actividad física.....	81
• Otros aspectos en relación con la actividad física y el sedentarismo	85
7.4 Modelos de Regresión Logística	92
• Consumo semanal recomendado de verduras en adolescentes.....	92
• Consumo semanal recomendado de pescado en adolescentes.....	93
• Práctica de actividad física regular en adolescentes.....	94
8. Valoración / Discusión	95
» Alimentación	95
» Actividad física.....	100
Propuestas de Actuación.....	104
9. Anexos.....	105
9.1 Cuestionario para Alumnos/as	106
9.2 Cuestionario para Padres/Madres	116
9.3 Tablas de Resultados.....	126
» Tablas de Frecuencia	126
» Tablas de Contingencias	153
» Tablas de Resultados de la Regresión Logística.....	168
10. Bibliografía.....	170

1. INTRODUCCIÓN

La etapa de la adolescencia se caracteriza por cambios drásticos y rápidos en el desarrollo físico, mental, emocional y social de la persona, cambios que provocan ambivalencias y contradicciones en el proceso de búsqueda del equilibrio consigo mismo y con la sociedad a la que el adolescente desea incorporarse. Es una etapa decisiva en la adquisición y consolidación de los estilos de vida, ya que se afianzan algunas tendencias comportamentales adquiridas en la infancia y se incorporan otras nuevas provenientes de los entornos de influencia.

En nuestra sociedad española actual el principal rol de agente socializador lo mantiene la familia. El aprendizaje se produce fundamentalmente a través de la imitación de los comportamientos de los padres por parte de sus hijos, y también a través de la comunicación abierta entre padres e hijos sobre todo cuando éstos se van haciendo mayores.

En las últimas décadas se han acumulado evidencias sobre la importancia de una buena alimentación y una actividad física regular, especialmente en las etapas de desarrollo. Sin embargo, las tendencias

negativas al respecto son similares en toda Europa, existiendo en la adolescencia un elevado consumo de grasas, un bajo consumo de frutas y verduras y una escasa práctica de actividad física.

En España, el estudio *AVENA (Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes, 2003-2006)* refleja que la distribución calórica se ha caracterizado por un consumo alto en grasa y bajo en carbohidratos y que el consumo de fibra dietética entre los adolescentes españoles es deficitario. Solo el 13,2% realiza un desayuno adecuado y se ha observado un descenso de los niveles de actividad física con respecto a la última década. Además, aunque los niños resultaron ser más activos que las niñas (71% frente al 47%), dos terceras partes de los niños y la mitad de las niñas refirieron que estaban más de dos horas al día realizando actividades sedentarias.

En el *Estudio HBSC (Health Behaviour in School Aged Children)*, realizado en 2006 en 40 países occidentales, se recogen datos de Andalucía, observándose que el 15,3% de los adolescentes de entre 11 y 17 años no

desayuna entre semana y el 5,7% no desayuna durante el fin de semana. El 37,1% consume golosinas más de 5-6 días a la semana, el 38,3% bebe refrescos todos los días, y sólo el 12,7% come fruta más de una vez al día. El 60,3% realiza ejercicio menos de una hora a la semana y el 42,4% ve la televisión entre 2 y 3 horas al día entre semana.

De igual forma, en el *Estudio sobre el Comportamiento Alimentario de los Jóvenes Sevillanos* realizado por el Observatorio de la Salud del Ayto. de Sevilla en 2003, en jóvenes de 14 a 19 años se recoge un exceso de consumo de grasas saturadas (carnes y embutidos), alto consumo de azúcar (refrescos y dulces) y pobre consumo de frutas y verduras.

La modificación de la conducta alimentaria, el estímulo de la actividad física y el apoyo emocional son los pilares sobre los que se sigue sustentando el tratamiento de la obesidad, añadiéndose un factor más: el ambiente familiar. Las costumbres familiares influyen tempranamente en los hábitos alimentarios y la actividad física: los niños aprenden de sus padres cómo alimentarse y a ser activos o inactivos. Estos hábitos, que se establecen en la infancia, tienden a persistir en la adolescencia y posteriormente en la edad adulta.

Los principales determinantes de la salud en la adolescencia son aspectos del estilo de vida como la alimentación y la actividad física, así como también otros como el consumo de bebidas alcohólicas, tabaco y otras drogas.

En referencia concreta al alcohol, y teniendo en cuenta que podría constituir un hábito más o menos integrado en las dinámicas alimentarias de los padres, y por ende, también de sus hijos, es sabido que la mayoría de las personas en nuestro ambiente llegan a él por puro aprendizaje, por imitación y mimetismo. El adolescente tiene siempre como referencia el comportamiento del adulto, y este lleva consigo implícitamente un consumo frecuente de alcohol. La edad de inicio en el consumo de alcohol oscila entre la preadolescencia y la primera adolescencia y diversos estudios muestran que la percepción que tienen los hijos de la actitud de los padres hacia el alcohol ejerce una influencia directa sobre su conducta.

En un estudio realizado en 2008 sobre *“Comportamientos de riesgo en estudiantes de E.S.O de Andalucía”*, se recoge que el 52% ha consumido alcohol alguna vez y la edad de inicio en el consumo es a los 13 años. Aunque el lugar preferente de consumo es el botellón con los amigos, un 13,8% consigue las bebidas

directamente de casa, y un 14,5% consumen en su casa (un 11,7% con su propia familia).

En nuestro estudio, desarrollado desde el Servicio de Salud del Ayuntamiento de Sevilla, nos planteamos determinar la influencia de los hábitos de alimentación (incluyendo una aproximación al consumo de alcohol) y actividad física de los padres y las madres en los de sus hijos e hijas adolescentes de la ciudad de Sevilla.

Todas las acciones encaminadas a conocer más sobre la adolescencia y su interrelación con el entorno adquieren cada vez más trascendencia. Como se ha visto, tanto en Europa como en España se han realizado estudios sobre hábitos de los adolescentes, pero hay pocos donde se haya analizado directamente la influencia en ellos de los padres con sus propios hábitos o incluso la asociación de ciertos hábitos con el propio rendimiento académico.

Consideramos que el valor de este trabajo se relaciona con su enfoque, que permitirá obtener datos para emprender acciones necesarias a nivel de prevención y de intervención con los adolescentes. Es necesario enriquecer los programas de educación para la salud que venimos desarrollando en el marco educativo con la aportación de los resultados de este estudio.

En nuestra experiencia, en materia de promoción de la salud, el trabajo con padres es complicado, puesto que la respuesta de éstos a la participación en programas de educación para la salud es muy escasa, existiendo poca sensibilización o implicación.

Por tanto nos planteamos también la utilidad de este proyecto como instrumento para avanzar en la sensibilización, participación e implicación de los padres, tanto a nivel individual en el seno de sus familias como en la participación en programas destinados a ellos. Queremos resaltar la importancia que su figura como educadores tiene sobre sus hijos y fomentar, desde todos los espacios posibles, el encuentro y enriquecimiento personal de los progenitores y sus hijos durante los momentos de la comida. Es una buena oportunidad para que los padres conozcan los cambios que se van dando en los hábitos de sus hijos.

Queremos contribuir para que la influencia socializante de los padres en la infancia no tenga una discontinuidad con respecto al periodo posterior, la adolescencia, para que una vez adquiridos los hábitos saludables, se sigan llevando a cabo desde la autonomía y elección personal del joven cuando su independencia se vaya afianzando.

2. OBJETIVOS

» GENERAL

- Determinar la influencia de los hábitos de alimentación y de actividad física de los padres y las madres en los de sus hijos/as adolescentes.

» ESPECÍFICOS

(Los términos que aparecen en este apartado citados en género masculino en referencia a hijos, adolescentes y padres siempre incluyen a ambos sexos)

- Conocer los hábitos de alimentación de los adolescentes y sus padres.
- Conocer los hábitos de actividad física y sedentarismo de los adolescentes y de sus padres.
- Conocer la influencia que ejerce el sexo de los adolescentes en sus propios hábitos.
- Determinar la relación existente entre cada uno de los hábitos de alimentación (incluida ingesta de alcohol) de hijos y padres.
- Determinar la relación existente entre cada uno de los hábitos de actividad física y sedentarismo de hijos y padres.
- Determinar, en los adolescentes, la asociación del consumo de televisión con el consumo de alimentos no

saludables y con el rendimiento académico.

- Determinar la influencia conjunta de factores sociodemográficos y de hábitos de consumo de los padres en hábitos de alimentación de especial interés en los adolescentes, como son el consumo recomendado de verduras y el consumo recomendado de pescado.
- Analizar la influencia conjunta en la práctica habitual de actividad física de los adolescentes, de factores sociodemográficos y de hábitos de actividad física de los padres.

3. MATERIAL Y MÉTODO

3.1 POBLACIÓN DIANA Y ÁMBITO DE ACTUACIÓN

✚ Adolescentes de la ciudad de Sevilla de entre 13 y 15 años escolarizados en 2º y 3º de Educación Secundaria Obligatoria.

✚ Padres y madres (o tutores) de dichos adolescentes.

3.2 POBLACIÓN TEÓRICA Y TAMAÑO MUESTRAL

La población teórica está constituida por **21.323 adolescentes** de entre 13 y 15 años, según datos del Padrón Municipal de Habitantes de la ciudad de Sevilla a 1/01/2008, y sus padres.

Una muestra de **1140 adolescentes** permitirá estimar la frecuencia de los hábitos de alimentación y actividad física de la población de estudio con un margen de error del 4% y un nivel de confianza del 95%; para tener en cuenta el diseño muestral hemos considerado un efecto del diseño de 2.

Por otra parte, una muestra de este tamaño tendría una potencia de al menos el 88%, con un nivel de significación de 0,05, para detectar como estadísticamente significativa mediante análisis de regresión

logística, una asociación (medida como una Odds Ratio de 1,5 o más) entre la presencia en los adolescentes y en sus padres de los hábitos de interés recogidos en los objetivos específicos (hábitos seleccionados según criterios que se detallan en el apartado de análisis estadístico).

Hemos tomado como datos de referencia para estos cálculos los resultados de la Encuesta Nacional de Salud (ENS) en España de 2006, sobre cumplimiento de las recomendaciones de consumo de pescado y verduras y la práctica de actividad física regular por parte de población adolescente y adulta, quedando recogido todo ello en la siguiente tabla:

Hábito de interés	% de cumplimiento en los adolescentes (Datos de la ENS 2006*)	% de cumplimiento en los progenitores (Datos de la ENS 2006*)	Odds Ratio	Potencia estadística de la muestra
Consumo recomendado de pescado	35,42%	37,29%	1,5	90%
Consumo recomendado de verduras	28,95%	40,10%	1,5	88%
Actividad física regular	27,87%	55,49%	1,5	89%

*ENS 2006: Tomamos los datos de población de 5 a 15 años para el grupo de adolescentes y de 35 a 44 años para los progenitores, tanto para el consumo de pescado como de verduras; en el caso de la actividad física regular recogemos el porcentaje para el grupo de edad de 10 a 15 años.

Sobre la muestra anterior, teniendo en cuenta el porcentaje esperado de no respuesta, que suponemos del 40% basado en estudios previos, la muestra final necesaria es de **1900 adolescentes**.

Para la selección de la muestra se realiza un **muestreo polietápico estratificado**. Así, seleccionamos en una primera etapa una muestra aleatoria simple de los centros de educación secundaria obligatoria, que se organizarán en estratos atendiendo al nivel socioeconómico, determinado por el Índice Sintético del barrio al que pertenece el centro. Este índice está calculado previamente en base a diferentes variables (personas con bajo nivel de instrucción, personas en paro y trabajadores no cualificados) a partir de datos del censo de población y vivienda estableciéndose 5 niveles, desde el 1 (mayor nivel socioeconómico) al 5 (menor nivel socioeconómico). Dicha muestra se distribuye en los estratos de

manera proporcional al total de centros en cada uno de los niveles, con al menos uno por estrato. En una segunda etapa se seleccionan aleatoriamente en cada centro dos unidades de cada uno de los cursos 2º y 3º de ESO (a los que corresponde el rango de edad del estudio); todos los alumnos/as de estas unidades formarán la muestra final de adolescentes.

Asumiendo que en cada centro habrá una media de 25 alumnos por unidad y al menos dos unidades (según datos disponibles de alumnos por centro), la muestra final estará formada por 19 centros.

El cálculo del tamaño de muestra se ha realizado con los programas Epidat 3.1 y PASS 2008. La selección de la muestra con el módulo de muestras complejas del programa IBM SPSS Statistics 18.0, programa que también se utilizará para el procesamiento de los datos y el análisis estadístico.

3.3 RECOGIDA DE INFORMACIÓN

El acceso a los adolescentes objeto de estudio se realiza a través de los Centros Escolares de Educación Secundaria que han sido seleccionados, a los que previamente, a través de carta elaborada al efecto dirigida a la dirección del centro, se ha informado y solicitado su colaboración.

Igualmente, los padres han recibido carta informativa sobre el estudio, solicitándoles a su vez su participación en el mismo.

CUESTIONARIOS

La recogida de información se realiza mediante cuestionarios, diseñados ad hoc, para el alumno/a y su madre y padre.

Se incluyen en ellos cuestiones sobre alimentación y actividad física, así como aspectos generales sobre el contexto familiar, edad, sexo y rendimiento escolar de los hijos/as y sobre el nivel de estudios y la situación laboral de los padres.

El cuestionario sobre alimentación investiga acerca de la ingesta dietética habitual en los encuestados, expresada como frecuencia de consumo de una

lista (o grupos) de alimentos, sin establecer raciones o cantidades, no pretendiéndose una transformación de alimentos a nutrientes sino conocer el patrón de hábitos dietéticos usando los datos como estimadores de la frecuencia media de consumo de los distintos alimentos. También se recogen otros elementos en relación a la alimentación, como los lugares o personas con quienes se realizan las diferentes comidas, la participación en tareas relacionadas con la alimentación o la televisión durante las comidas.

Sobre actividad física las informaciones solicitadas son relativas a la práctica de actividad física, a la naturaleza de la misma o su frecuencia y a aspectos referidos a actividades de carácter sedentario. Se trata de obtener una estimación global de la actividad física realizada habitualmente, del comportamiento sedentario y el contexto donde ambos se desarrollan.

Los cuestionarios completos se recogen en los Anexos 9.1 y 9.2.

VALIDACIÓN

Se han llevado a cabo tres estrategias para verificar la calidad del instrumento y mejorarlo:

- Se realiza una prueba inicial con la aplicación del cuestionario en un grupo pequeño de personas cuyas características sean similares a los destinatarios finales, solicitando su opinión respecto al conjunto del cuestionario, facilidad para contestarlo, extensión, preguntas confusas,...
- Se lleva a cabo también una validación de expertos, es decir, una revisión crítica de personas con experiencia en cuestionarios y en las temáticas incluidas en el mismo.
- En tercer lugar se realiza una prueba piloto, aplicando el cuestionario a una muestra piloto y en condiciones lo más parecidas a la final, analizando las respuestas para optimizar el instrumento.

propio centro con el apoyo de profesionales preparados al respecto, pero sin que éstos ejerzan en ellos ninguna influencia sobre las respuestas.

Se establece un código identificativo de la unidad familiar (adolescente, padre y madre). Todos los cuestionarios se contestan de forma anónima.

TRABAJO DE CAMPO

La recogida de datos se efectúa en los cuestionarios, en soporte papel, para los hijos/as y para sus padres (uno para la madre y otro para el padre). A éstos se les envían los cuestionarios a través de los escolares, en sobre cerrado, y se devuelven al centro escolar también a través de sus hijos en los días posteriores a la entrega. Los adolescentes lo complimentan en el

4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO

El análisis de los datos se ha realizado con el módulo de muestras complejas del programa PASW Statistics 18, teniendo en cuenta el diseño muestral utilizado.

En primer lugar se describen cada uno de los hábitos en relación a la alimentación y actividad física recogidos en el estudio, tanto para los adolescentes como para los padres y las madres que responden al cuestionario, mediante la estimación del **porcentaje poblacional de cada una de las categorías de las variables** consideradas (todas, salvo la edad, son categóricas).

Mediante **tablas de contingencia para muestras complejas** se evalúan los hábitos de los adolescentes en función del sexo. También se emplean tablas de contingencia para analizar si existe una asociación entre cada uno de los hábitos de alimentación y actividad física de los adolescentes y los correspondientes hábitos de cada uno de sus progenitores. Se valora además la relación del consumo de televisión con el rendimiento académico y con el consumo de alimentos no saludables.

El contraste de independencia utilizado en este análisis bivariante se basa en la corrección de Rao-Scott de segundo orden para el estadístico Chi-cuadrado.

Este contraste de independencia se aplica también para comparar las respuestas de los adolescentes cuyos padres no respondieron a los cuestionarios con aquellos para los que sí teníamos los cuestionarios de sus progenitores.

Para evaluar conjuntamente la influencia de los hábitos de los padres/madres en los de sus hijos/as se lleva a cabo un análisis de **regresión logística múltiple**. El modelo de regresión logística nos permite relacionar una variable dependiente categórica con varias variables independientes cuantitativas y/o categóricas.

En nuestro estudio la variable dependiente o respuesta es el hábito de los hijos/as, medido como presencia o ausencia del mismo, y como factores o variables independientes consideramos las características y los hábitos de los padres y las madres.

El objetivo es modelar la probabilidad de que los adolescentes presenten el hábito de interés y evaluar la influencia que tiene en ello que sus progenitores tengan dicho hábito. Para cuantificar la magnitud de la asociación entre la respuesta y el factor de interés calcularemos la “Odds Ratio” (OR) o “razón de ventajas”, junto con su intervalo de confianza al 95% (IC 95%).

Se define la “Odds” o “ventaja” de un suceso como la probabilidad de que ocurra el suceso dividido por la probabilidad de que no ocurra, es decir, mide cuántas veces más probable es que suceda un evento respecto a que no lo haga. La OR representa el factor por el cual se multiplica la *odds* de la variable respuesta cuando está presente el factor de interés (en el caso de una variable binaria). En nuestro estudio una OR mayor que 1 indicará que los adolescentes cuyos progenitores tienen el hábito de interés tendrán más posibilidades de tener también dicho hábito, es decir, una asociación positiva entre la respuesta y el factor analizado; si el intervalo de confianza incluye el valor $OR=1$ no podemos rechazar que el hábito de los padres no influya en el de sus hijos/as.

Los **aspectos elegidos para ser estudiados por el modelo de regresión logística múltiple** se han seleccionado en base a la relevancia

que pueden tener para los adolescentes en términos de efecto para su salud futura, es decir, que la presencia de dichos hábitos de manera correcta interviene en la prevención de ciertas enfermedades, cuya aparición puede ser atribuible en suficiente medida a los comportamientos inadecuados.

Según referencias tomadas de la Organización Mundial de la Salud, se habla de una “relación convincente” cuando los datos obtenidos en estudios epidemiológicos muestran de modo constante una asociación entre la exposición y la enfermedad, con pocos o ningún dato que demuestre lo contrario. Las pruebas disponibles están basadas en un número considerable de estudios, incluidos estudios longitudinales de observación y, en su caso, ensayos controlados aleatorizados que son de tamaño, duración y calidad suficientes y demuestran efectos concordantes.

Así, entre las asociaciones convincentes con un menor riesgo de ECV (cardiopatía coronaria y accidente cerebrovascular isquémico) figuran el consumo de frutas y verduras y el consumo de pescado y aceite de pescado (ácidos eicosapentaenoico (EPA) y docosahexaenoico (DHA)).

Y en cuanto a la actividad física, se observa sistemáticamente una relación dosis-respuesta inversa entre la actividad física y el riesgo de ECV, especialmente de cardiopatía coronaria, con independencia de que se considere la duración o la intensidad del esfuerzo. Igualmente estudios longitudinales han revelado claramente que el aumento de la actividad física reduce el riesgo de padecer diabetes de tipo 2.

También hay pruebas convincentes de que la actividad física reduce el riesgo de cáncer de colon y en el caso del cáncer de mama entre los factores con probable efecto protector se encuentran el consumo de frutas y verduras y la actividad física.

Teniendo en cuenta todo ello se han seleccionado los hábitos siguientes:

- **Consumo recomendado de pescado en los adolescentes**, tomando como variables independientes el consumo recomendado de pescado en la madre y en el padre, el nivel de estudios de la madre y del padre, la situación laboral de la madre y del padre, si el padre prepara habitualmente la comida, sexo del adolescente, con quién vive (1 ó 2 progenitores), consumo recomendado de carne en el

adolescente, participación del adolescente en la elaboración de la comida, participación en la compra, y si el adolescente almuerza en familia. Se valora también la posible interacción entre el sexo del adolescente y el consumo de pescado en los progenitores.

- **Consumo recomendado de verduras en los adolescentes**, considerando como variables independientes el consumo recomendado de verduras en la madre y en el padre, el nivel de estudios de la madre y del padre, la situación laboral de la madre y del padre, si el padre prepara habitualmente la comida, sexo del adolescente, con quién vive (1 ó 2 progenitores), consumo recomendado de fruta, legumbres y alimentos grasos en el adolescente, participación del adolescente en la elaboración de la comida, participación en la compra, y si el adolescente almuerza en familia. Se valora también la posible interacción entre el sexo del adolescente y el hábito de los progenitores.
- **Práctica de alguna actividad física regular en los**

adolescentes, incluyendo como variables independientes si los progenitores practican regularmente alguna actividad física, el nivel de estudios de la madre y del padre, la situación laboral de la madre y del padre, sexo del adolescente, número de asignaturas pendientes, y si existe un consumo excesivo de TV y/o consola en el adolescente. Se valora también la posible interacción entre el sexo del adolescente y el hábito de los progenitores.

Para la selección del modelo final se evalúan en primer lugar los factores elegidos uno a uno por separado y se seleccionan aquellos que resultan estadísticamente significativos (en este paso consideramos $p < 0,15$)

A continuación se ajusta el modelo con todas las características seleccionadas en ese primer paso y se van eliminando una a una las que no resultan significativas a nivel 0,05; se valora la pérdida de ajuste al eliminar dicha variable así como el efecto en las estimaciones del resto de variables en el modelo. Se mantienen en el modelo final aquellas variables que, aunque sin resultar estadísticamente significativas, se consideran relevantes en cada modelo.

5. RECURSOS

MATERIALES

- Material fungible de oficina.
- Equipamiento informático: ordenadores y programas.
- Equipamiento para reproducción: impresoras.
- Espacio físico en el centro escolar.
- Cuestionarios en papel.

HUMANOS

- Personal técnico del Observatorio de la Salud del Ayto. de Sevilla (medicina, enfermería, estadística, dietética).
- Personal administrativo y auxiliar del Observatorio de la Salud del Ayto. de Sevilla.
- Alumno becario de la Universidad Pablo de Olavide (Diplomatura de Nutrición Humana)
- Alumnos en prácticas de las enseñanzas de Técnico Superior en Dietética y Nutrición.

6. CRONOLOGÍA

- ┌ Marzo-Abril 2010: Selección de los centros participantes. Contacto e información sobre el proyecto, y solicitud de participación.
- ┌ Mayo-Junio 2010: Trabajo de campo.
- ┌ 2011: Análisis de los datos. Extracción de resultados.
- ┌ 2012: Elaboración de Informe final

7. RESULTADOS

Se han recogido un total de 3191 cuestionarios, 1567 realizados por adolescentes, 762 cuestionarios cumplimentados por padres, y 862 realizados por madres.

Una vez descartados algunos cuestionarios, por no cumplir criterios de edad, se analizan finalmente un total de 1537 cuestionarios de adolescentes, 752 de padres y 851 de madres. No ha habido diferencias significativas entre las respuestas de los adolescentes cuyos progenitores respondieron al cuestionario y los que no.

A continuación se presentarán los resultados descriptivos para hijos, hijas, padres y madres, analizando las diferentes variables y comprobando si existe significación estadística en las asociaciones que se consideren de interés.

Se recogerán en los textos las frecuencias totales para hijos/hijas, expresadas a modo de porcentajes, quedando detallados en los gráficos dichos resultados desagregados por sexo.

El análisis de regresión logística se basa en los 716 registros para los que tenemos las respuestas tanto del adolescente como de sus dos progenitores; los resultados de los modelos fueron muy similares a los modelos en los que se incluían todos los registros disponibles de al menos un progenitor. Con esta muestra el poder estadístico del análisis de regresión logística, asumiendo las mismas proporciones de referencia consideradas inicialmente, será de al menos el 80% para detectar como significativa una OR de 1,6 o más, en lugar del 90% para detectar una OR de 1,5 o más como se planteó inicialmente. Si bien tenemos una muestra menor y por tanto un menor poder estadístico, tenemos una muestra con potencia estadística suficiente para detectar un valor relevante de la OR.

En el Anexo 9.3 (“Tablas de Resultados”), quedan recogidas en su totalidad las tablas de frecuencia, tablas de contingencia y tablas de los modelos de regresión logística múltiple.

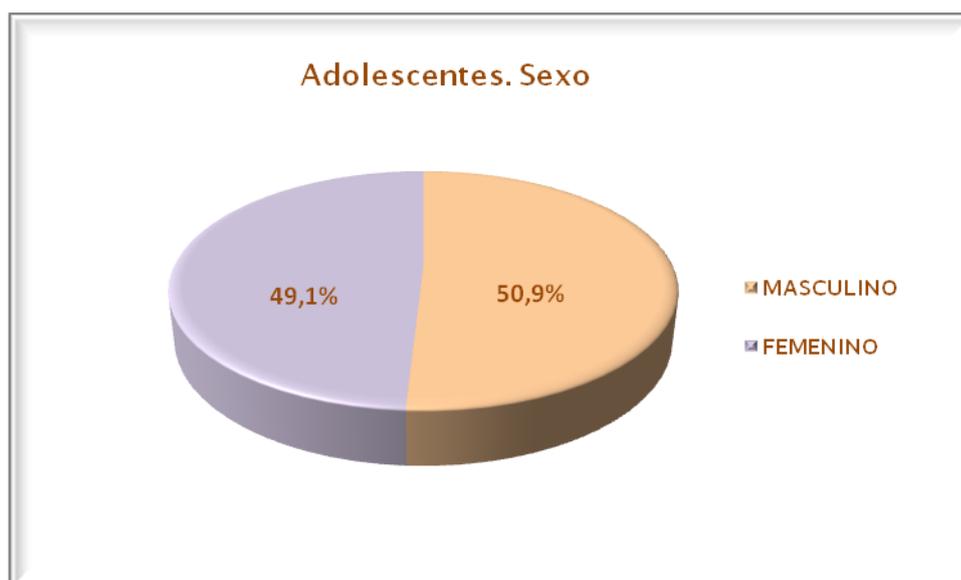
7.1 ASPECTOS GENERALES: EDAD, SEXO Y ENTORNO FAMILIAR

Las **edades** de los **adolescentes** comprenden de los 13 a los 16 años, considerándose válidos los casos de 16 años (un 6,9%) ya que pueden corresponder a alumnos repetidores de curso o provenientes de sistemas educativos distintos al español y cuyas características se consideran similares

al resto del grupo. Se han descartado los casos con edades superiores. La media de edad es de 14,2 años.

La distribución por **sexo** es la siguiente: un 50,9% corresponde al sexo masculino y un 49,1% al femenino.

Gráfico 1: Adolescentes. Distribución por Sexo.



En cuanto al **entorno familiar**, las unidades familiares donde aparece la figura de la madre ascienden al 93,9% y la presencia del padre se da en un 86,8% de los casos. En un 81,0% de los

casos viven hermanos en el domicilio familiar, en un 4,9% abuelos, y en un 4,1% otras personas (otros familiares, asistenta,...).

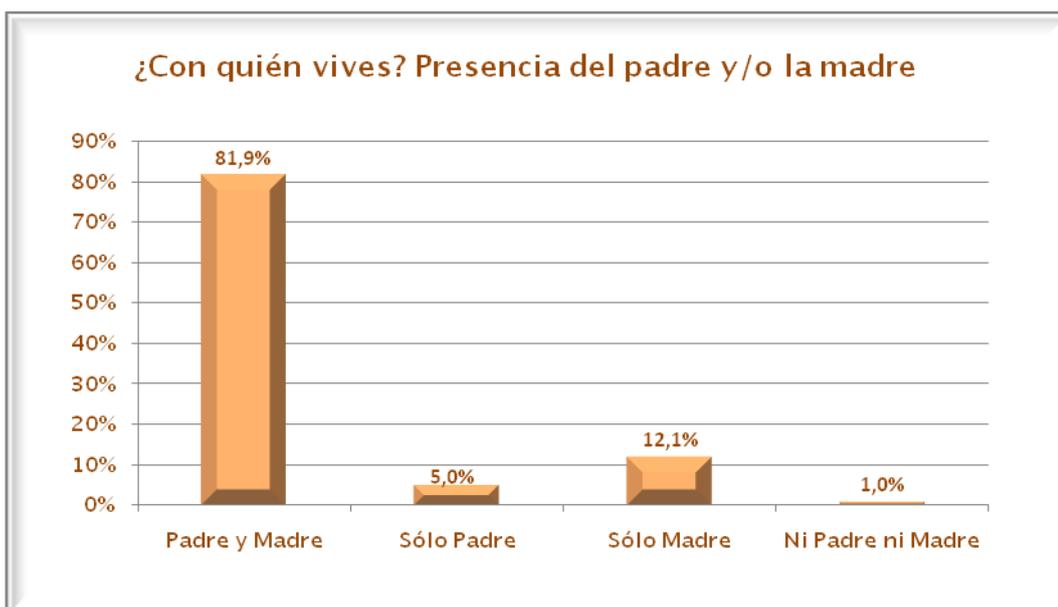
Grafico 2. Personas con las que viven los adolescentes.



Respecto a la presencia de los progenitores, el 81,9% del total de los hijos/as viven con el padre y la madre, el 12,1% con la madre y no con el

padre, el 5,0% vive con el padre pero no con la madre y un 1,0% dice no vivir ni con su padre ni con su madre.

Gráfico 3: Padre y/o madre en el domicilio familiar.



En cuanto al número de **personas que viven en la casa**, incluido el alumno, encontramos una media de 4,2 personas.

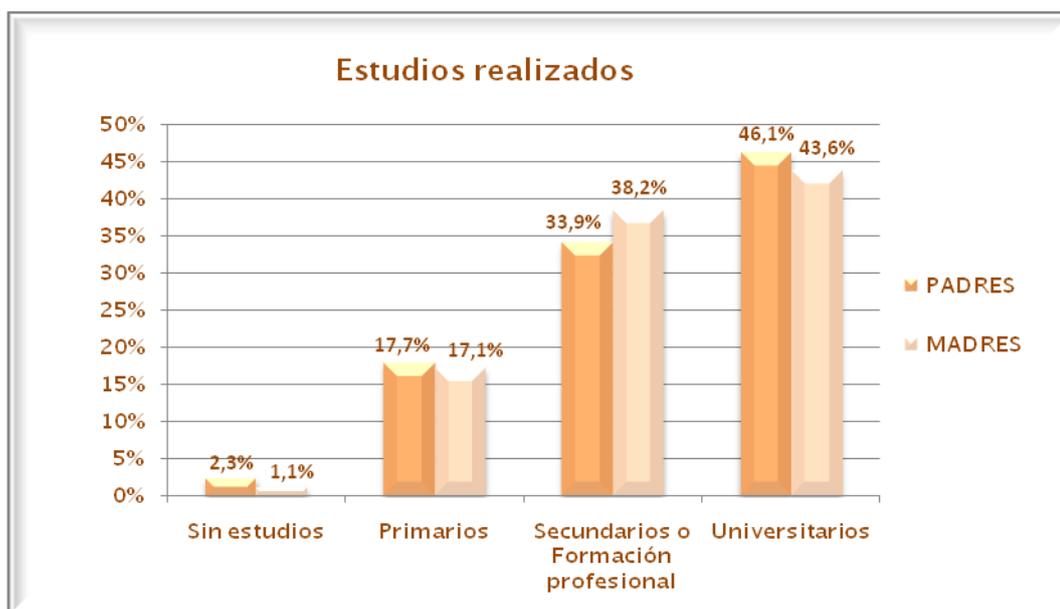
Las **edades** de los **padres** oscilan de 31 a 72 años, con una edad media de 47,4 años. Las **edades** de las **madres** se sitúan entre los 29 y los 67 años, y la edad media es de 44,8 años.

En cuanto al nivel de **estudios** de los **padres**, el 46,1% tiene estudios

universitarios, el 33,9% estudios secundarios o formación profesional, el 17,7% estudios primarios y el 2,3% no tiene estudios.

Los **estudios** realizados por las **madres** se distribuyen de la siguiente manera: el 43,6% tiene estudios universitarios, el 38,2% estudios secundarios o formación profesional, el 17,1% estudios primarios y un 1,1% de las madres no tienen estudios.

Gráfico 4: Nivel de estudios de padres y madres.



Respecto a la **situación laboral**, son trabajadores en activo el 91,7% de los padres, desempleados o jubilados el 8,1% y un 0,2% refieren otra situación. No hay ningún caso de estudiantes o amas de casa.

Son trabajadoras en activo el 64,8% de las madres, amas de casa el 26,3%, el 8,3% desempleadas o jubiladas y el 0,6% refieren otra situación.

Gráfico 5: Situación laboral de padres y madres.



7.2 HÁBITOS EN RELACIÓN A LA ALIMENTACIÓN

DESAYUNO

Dicen desayunar antes de empezar las clases el 81,9% de los/las **hijos/as**. De los que desayunan, el 95,2% lo hace en casa, el 3,4% de camino al centro escolar y el 1,4% en otro lugar. Un 46,9% refiere desayunar habitualmente solo/a, un 55,1% en familia (padre, madre, hermanos, abuelos,...) y un 1,5% con otra persona (esta pregunta permitía respuesta múltiple). El 36,1% dedica al desayuno menos de 5 minutos, el 50,6% de 5 a 10 minutos, el 11,5% de 11 a 20 minutos y el 1,8% más de 20 minutos.

El 98,2% de los **padres** desayuna habitualmente. De ellos, el 54,6% en casa, el 34,0% en el trabajo y el 11,4% en otro lugar. Las frecuencias respecto al tiempo que dedican a desayunar son las siguientes: el 11,4% dedica menos de 5 minutos, el 37,8% entre 5 y 10 minutos, el 42,2% entre 11 y 20 minutos y el 8,6% dedica más de 20 minutos.

Un 41,8% refiere desayunar habitualmente solo, y un 33,7% en familia (pareja, hijos,...), el 31,1% desayuna con compañeros o amigos y un 31,4% con otra persona (pregunta que permitía respuesta múltiple).

Las **madres** desayunan en un 99,7% de los casos, el 71,0% de éstas lo hace en casa, el 24,2% en el trabajo y el 4,8% en otro lugar. El 7,5% dedica menos de 5 minutos al desayuno, el 40,2% entre 5 y 10 minutos, el 42,3% entre 11 y 20 minutos y el 10,0% dedica más de 20 minutos.

Un 41,3% refiere desayunar habitualmente sola, un 40,0% en familia (pareja, hijos,...), un 21,5% desayuna con compañeros o amigos y un 21,9% con otra persona (pregunta que permitía respuesta múltiple).

Gráfico 6: Realización de desayuno habitualmente (antes de empezar las clases en el caso de los hijos/as).

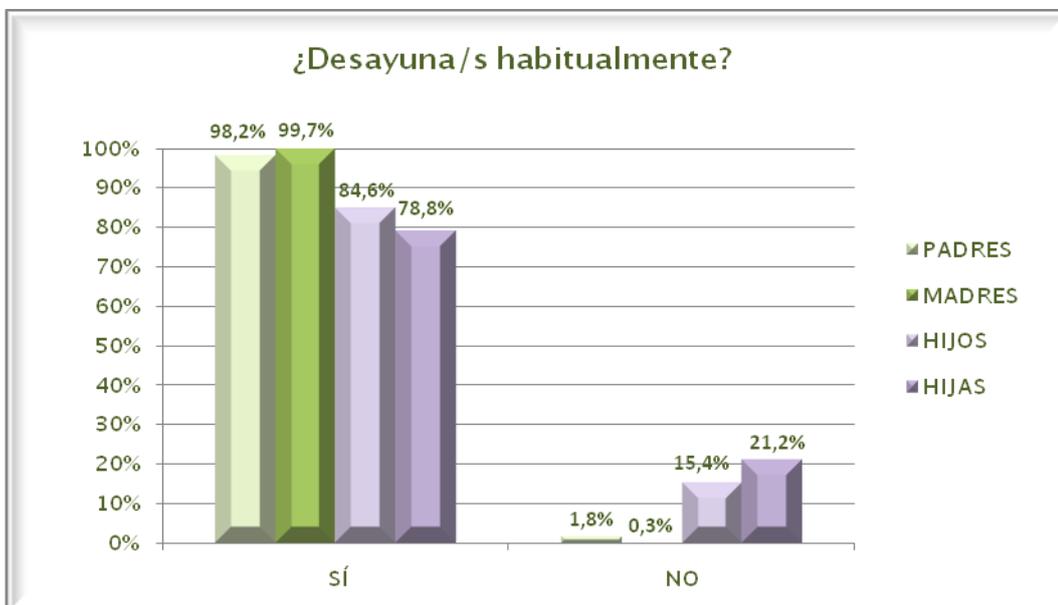


Gráfico 7: Lugar habitual del desayuno.

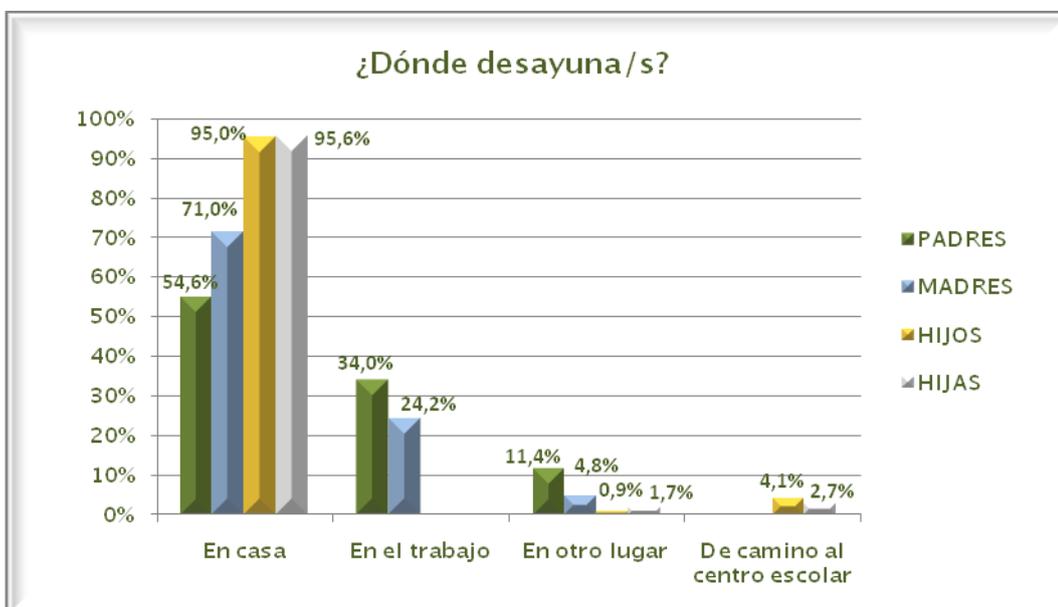


Gráfico 8: Tiempo empleado en el desayuno.

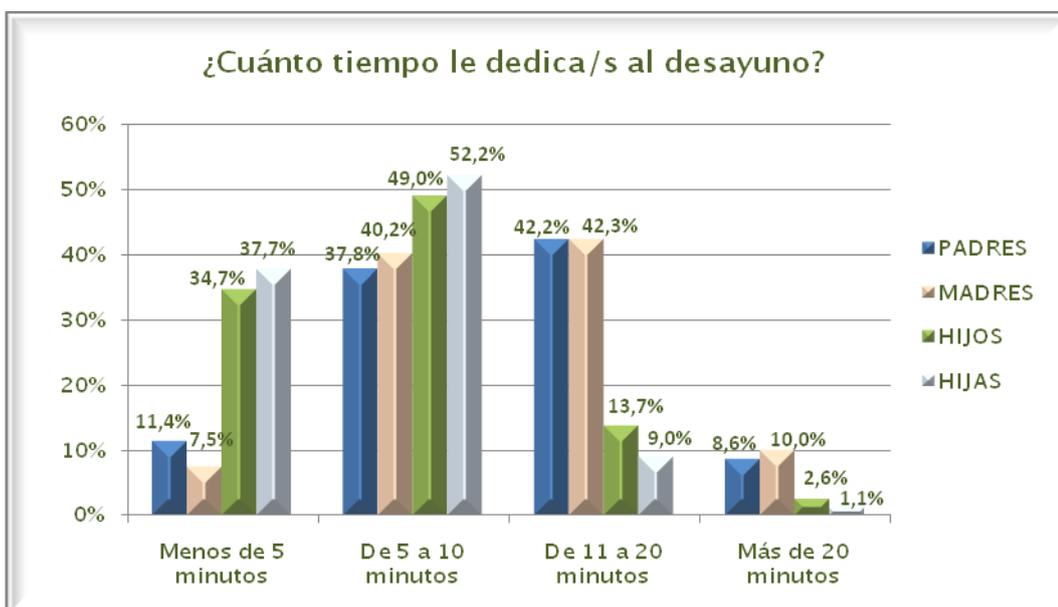
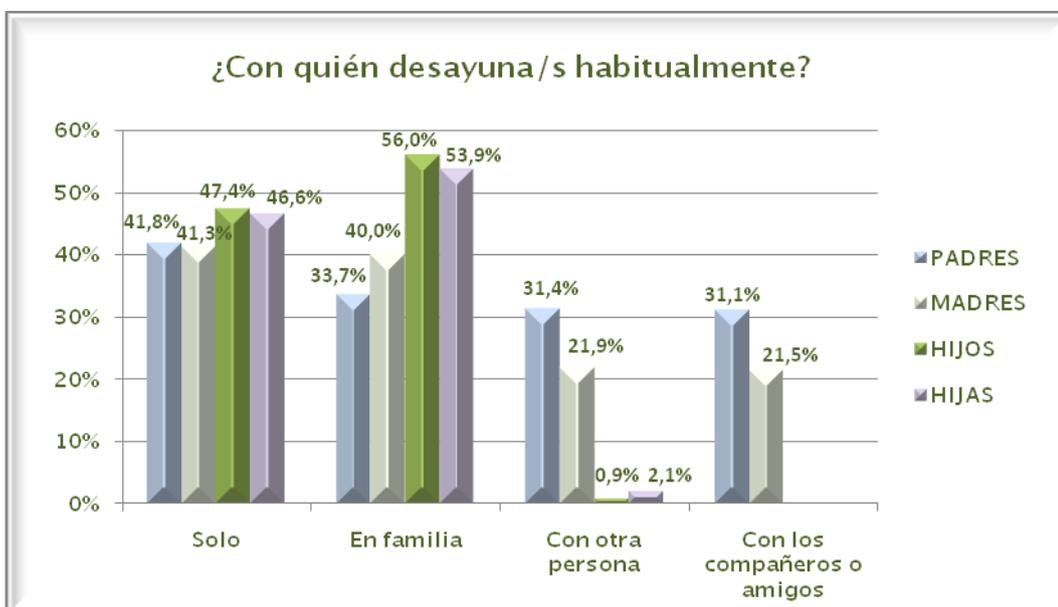


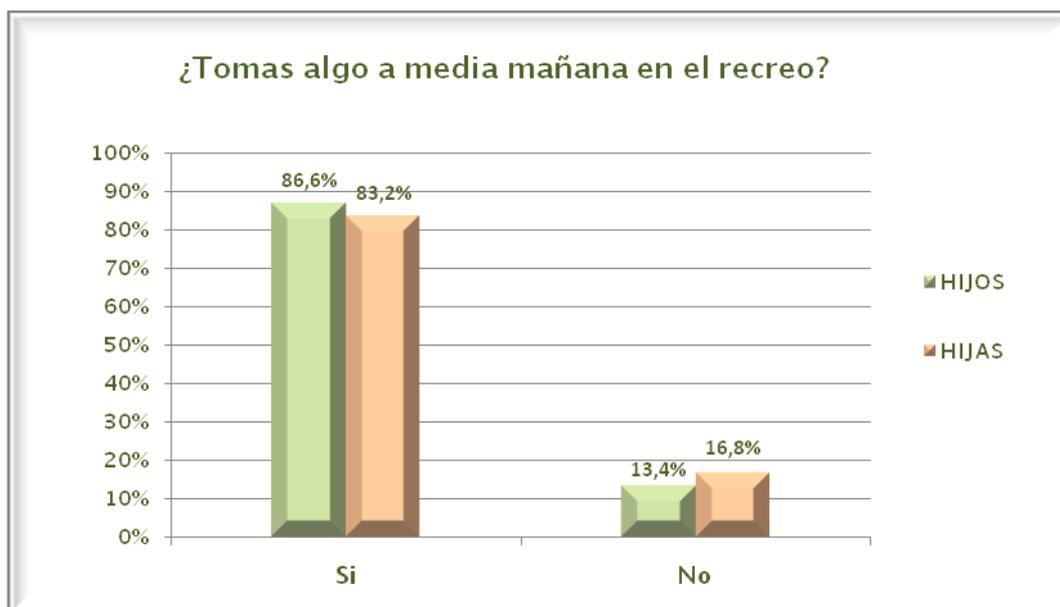
Gráfico 9: Personas con las que desayunan.



El 84,9% de los adolescentes toman algún alimento durante el **recreo escolar** y asciende al 98,2% el

porcentaje de ellos que toma algo antes de las clases y/o durante el recreo.

Gráfico 10: Consumo de alimentos durante el recreo escolar.



En los adolescentes no se han observado en general diferencias de interés por **sexo** en cuanto a los aspectos referidos hasta ahora respecto al desayuno, a excepción de desayunar antes de empezar las clases (donde en las mujeres el porcentaje de no desayunar es mayor), y el tiempo que dedican a desayunar (inferior en las mujeres que en los hombres), estudiándose en estos casos si el sexo influye en los resultados.

Se obtiene una significación que se sitúa en el límite en el caso de desayunar o no antes de empezar las clases ($p=0,057$), y existen muy pocos

casos para ver la asociación respecto al tiempo de dedicación al desayuno, por tanto esto último no se considera.

Al **relacionar el aspecto “desayunar en familia” de padres y madres con hijos/as**, encontramos que el 64,5% de los hijos/as cuyas madres desayunan en familia también desayunan en familia. Si tenemos en cuenta a los padres, el 64,5% de los hijos/as desayuna en familia cuando sus padres también lo hacen, presentando ambas asociaciones significación estadística ($p<0,05$ en ambos casos).

Tanto los padres como las madres influyen en sus hijos/as para que desayunen en familia si ellos también lo hacen.

Las **frecuencias de consumo** de los diferentes grupos de alimentos a lo largo de toda la mañana han sido:

Hijos/as: El 21,8% consume frutas naturales (enteras o zumos), el 64,2% alimentos del grupo de los cereales, el 58,1% alimentos lácteos, el 2,3% café o infusiones, el 35,5% alimentos grasos, el 26,3% alimentos magros, el 9,7% snacks o similares, el 27,1% zumos de brick o refrescos, el 18,4% bollerías o análogos, y el 1,3% refiere consumir otros alimentos.

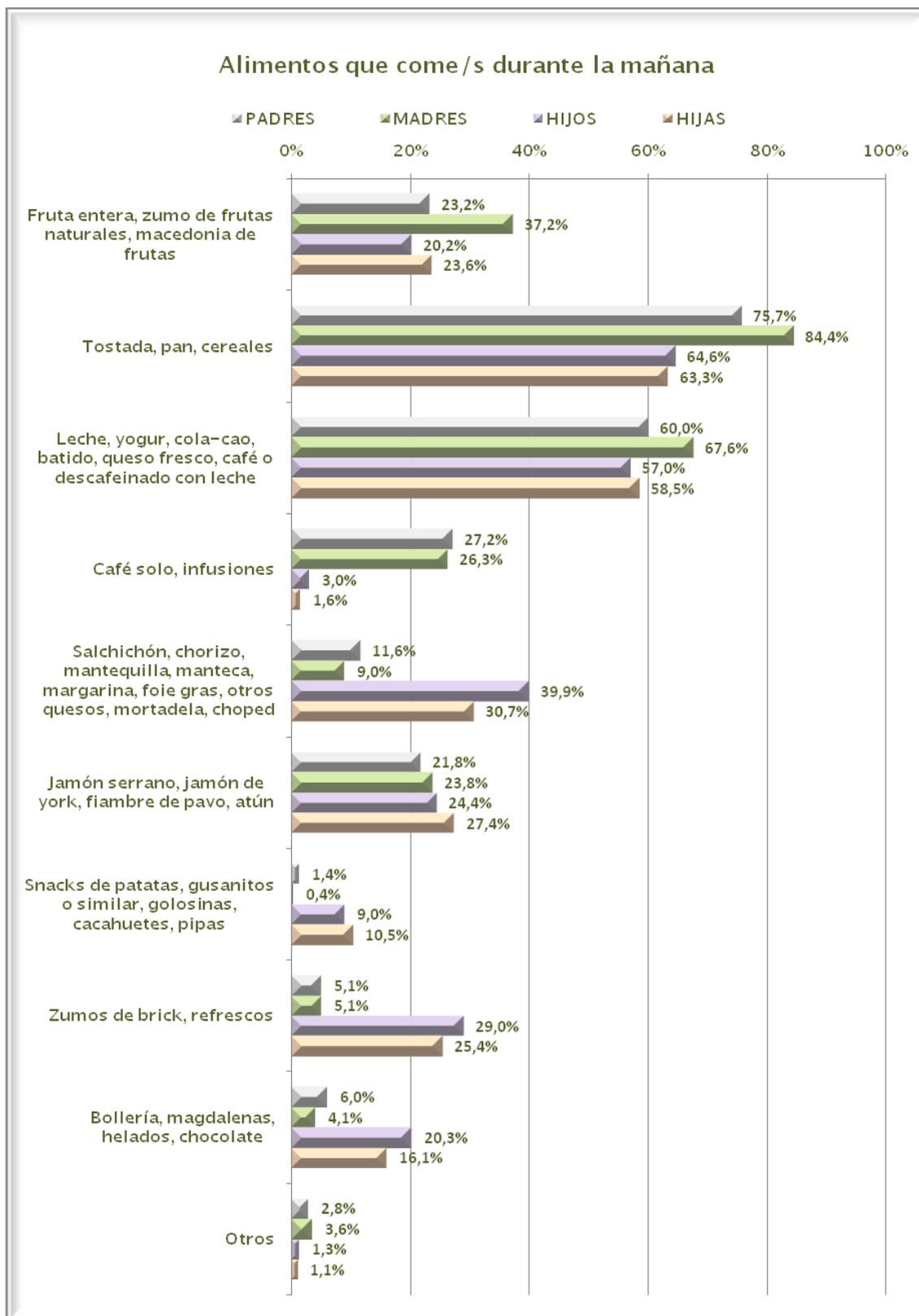
En función del **sexo**, la frecuencia de consumo de alimentos a lo largo de la mañana mantiene porcentajes similares para la mayoría de los grupos de alimentos, encontrándose sólo diferencias significativas ($p < 0,05$) en el consumo de alimentos grasos y bollerías, mayor en los varones; también observamos diferencias aunque sin alcanzar la significación estadística en el consumo de zumos de brick y refrescos (mayor consumo en el sexo masculino), y en los alimentos

magros (mayor consumo en el femenino).

Madres: El 37,2% consume frutas naturales (enteras o zumos), el 84,4% alimentos del grupo pan u otros cereales, el 67,6% lácteos, el 26,3% café o infusiones, el 9,0% alimentos grasos, el 23,8% alimentos magros, el 0,4% snacks o similares, el 5,1% zumos de brick o refrescos, el 4,1% bollerías o alimentos con azúcar refinado, y el 3,6% refiere consumir otros alimentos.

Padres: El 23,2% consume frutas naturales (enteras o zumos), el 75,7% alimentos del grupo de los cereales, el 60,0% alimentos lácteos, el 27,2% café o infusiones, el 11,6% alimentos grasos, el 21,8% alimentos magros, el 1,4% snacks o similares, el 5,1% zumos de brick o refrescos, el 6,0% bollerías o alimentos con azúcar refinado, y el 2,8% refiere consumir otros alimentos.

Gráfico 11: Alimentos consumidos durante la mañana.



DESAYUNO SALUDABLE Y DESAYUNO SALUDABLE COMPLETO

Realizan un **desayuno saludable** (lácteo + cereales + fruta natural) un 9,9% de hijos/as, un 10,9% de padres y un 23,5% de madres.

+ cereales + fruta natural y sin ningún otro alimento no saludable) el 4,5% de los hijos, el 9,1% de los padres y el 19,0% de las madres.

Cumplen criterios de consumo de un **desayuno saludable completo** (lácteo

Gráfico 12: Realización de un desayuno saludable.

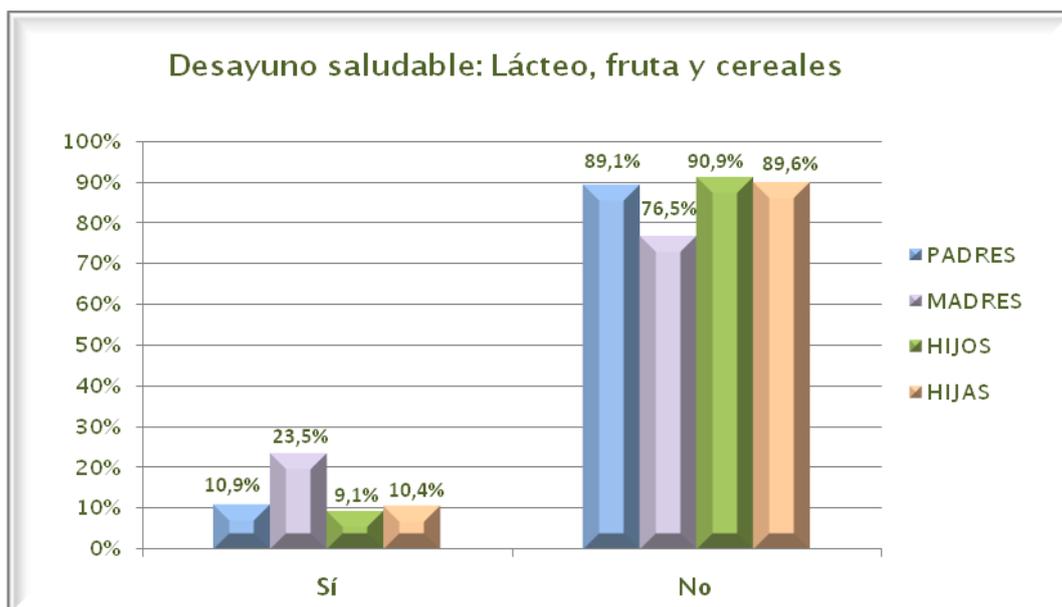
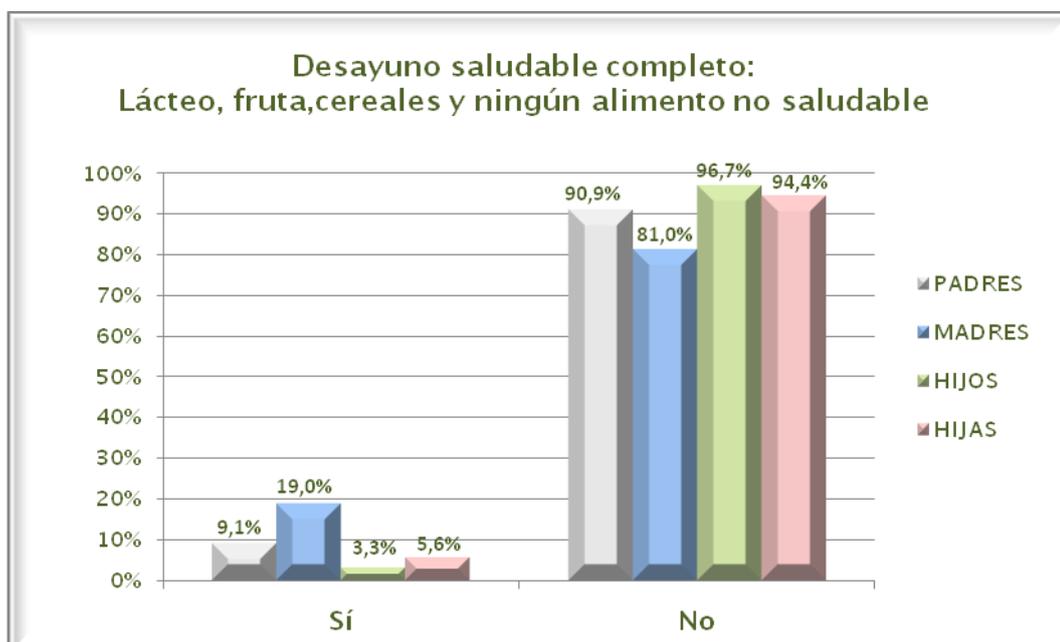


Gráfico 13: Realización de un desayuno saludable completo.



En las hijas se cumplen criterios de desayuno saludable completo en mayor proporción que en los hijos (5,6% y 3,3% respectivamente), aunque no encontramos significación estadística en la asociación. Para el desayuno saludable las cifras están más igualadas (10,4% y 9,1%), no habiendo tampoco influencia del **sexo** en los resultados.

Al relacionar los resultados referentes a **“desayuno saludable”** y **“desayuno saludable completo”** en los hijos/as con los padres y madres, encontramos lo siguiente:

Los/as hijos/as que no realizan un **desayuno saludable completo** son el 95,5% dentro de las madres que no lo

realizan y el 94,9% dentro de los padres que tampoco lo realizan, existiendo un 8,2% de casos donde la madre realiza un desayuno saludable y el hijo/a también y un 6% de hijos que realizan un desayuno saludable completo cuando lo hacen también sus padres. La asociación resulta estadísticamente significativa en el caso de hijos/as y madres ($p < 0,05$), no ocurriendo así en hijos/as y padres. Sin embargo, hay que tener en cuenta que se parte de un número de casos muy bajo en cuanto a la realización del desayuno saludable completo.

Los padres y especialmente las madres influyen para que sus hijos/as realicen un desayuno saludable.

Las madres influyen en sus hijos/as para que realicen un desayuno saludable completo.

Si realizamos el análisis basándonos en el **desayuno saludable**, para ampliar el número de casos, observamos que existe significación estadística en la asociación, pero el peso de la misma es claramente mayor por parte de las madres ($p < 0,001$) que de los padres ($p = 0,049$).

El hecho de desayunar o no en familia no influye en los hijos/as para que estos realicen un desayuno saludable o saludable completo.

ALMUERZO Y CENA

Hijos/as: El almuerzo entre semana (de lunes a viernes) lo realizan habitualmente en su casa en un porcentaje del 88,3%, en el comedor del colegio en un 7,6% de los casos, en casa de abuelos en un 3,3% y en otro lugar en un 0,8%. El fin de semana almuerzan en su casa el 81,3%, en casa de abuelos el 4,2%, en bar o restaurante el 13,2% y en otro lugar el 1,3%. Comen solos el 7,3%, en familia (madre, padre, hermanos, abuelos,...) el 91,7% y con otra persona el 3,0% (en algunos casos han señalado dos opciones).

Realizan habitualmente la cena en casa el 99,8% y el 0,2% en otro lugar. El 6,2%

dicen cenar solos, el 93,2% en familia y el 4,2% con otra persona (en algunos casos han señalado dos opciones).

Padres: Entre semana (de lunes a viernes) comen habitualmente en casa el 84,7%, en cafetería, bar o restaurante el 10,8% y con canasto en el trabajo el 4,5%. El fin de semana habitualmente comen en casa el 91,4%, en cafetería, bar o restaurante el 8,2% y con canasto en el trabajo el 0,4%. Comen solos el 16,1% de los padres, el 78,3% lo hacen en familia (pareja, hijos,...) y un 13,4% dicen comer con otra persona (en algunos casos se han señalado dos opciones).

Los padres cenan en casa en el 98,1%. Un 7,6% cenan solos, un 90,2% en familia y un 1,6% con otra persona (en algunos casos se han señalado dos opciones).

Madres: Entre semana (de lunes a viernes) comen habitualmente en casa el 92,0%; en cafetería, bar o restaurante el 3,0% y con canasto en el trabajo el 5,0%. El fin de semana habitualmente comen en casa el 84,6%, en cafetería, bar o restaurante el 14,5%, con canasto

en el trabajo el 0,5% y en otro lugar el 0,4%. El 11,0% de las madres comen solas, el 86,0% comen en familia (pareja, hijos,...) y un 5,0% dicen comer con otra persona (en algunos casos se han señalado dos opciones).

El 99,5% de las madres cenan en casa. Un 98,1% lo hacen en familia (pareja y/o hijos), el 2,1% cenan solas y un 0,3% con otra persona (en algunos casos han señalado dos opciones).

Gráfico 14: Lugar habitual del almuerzo entre semana (de lunes a viernes).

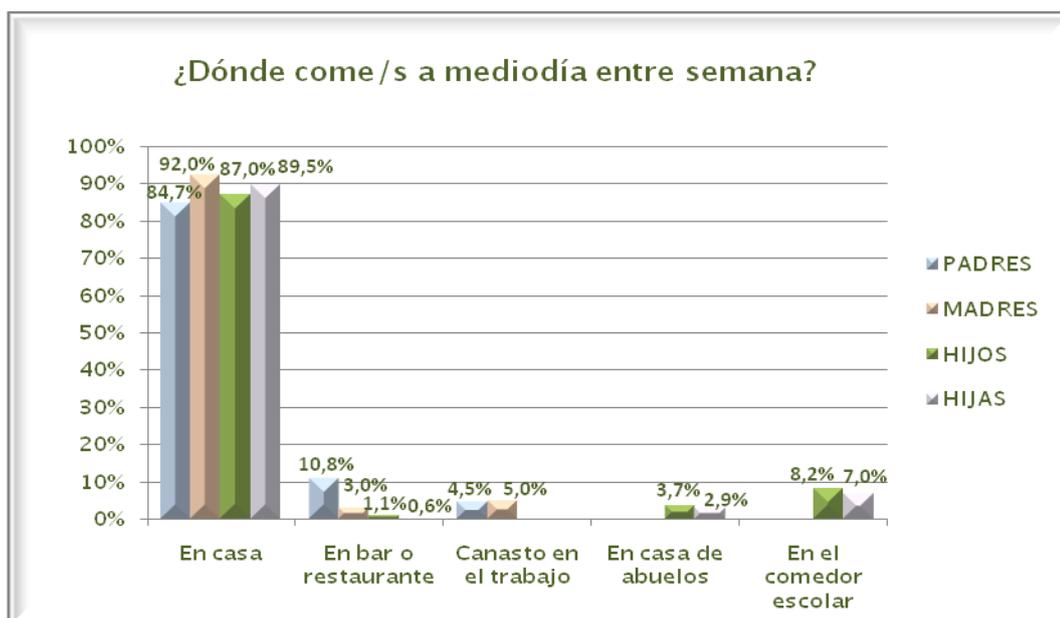


Gráfico 15: Lugar habitual del almuerzo los fines de semana.

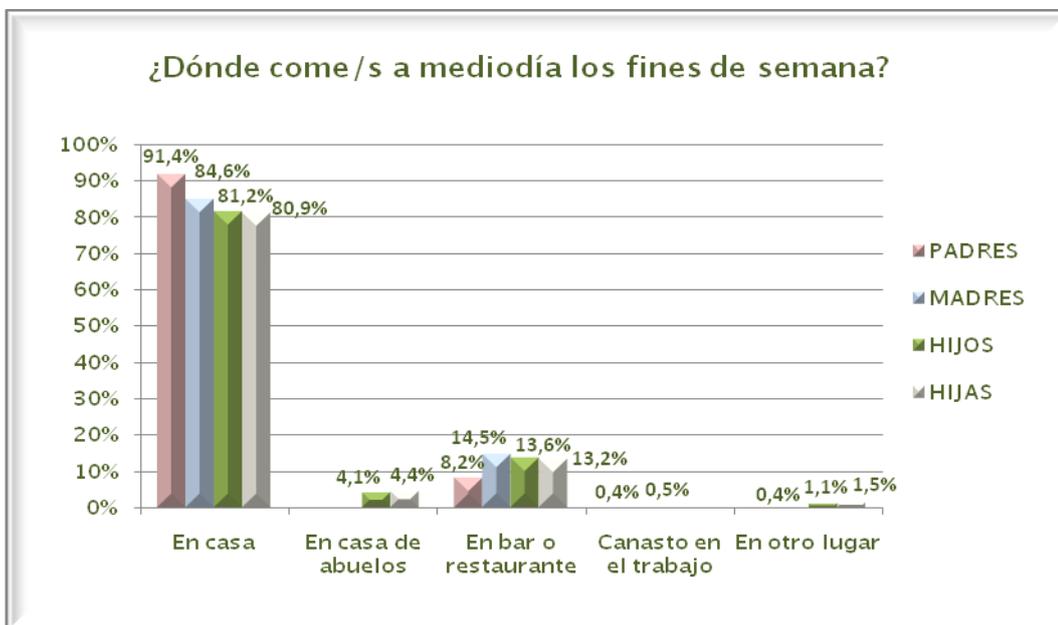


Gráfico 16: Personas con las que almuerzan habitualmente.

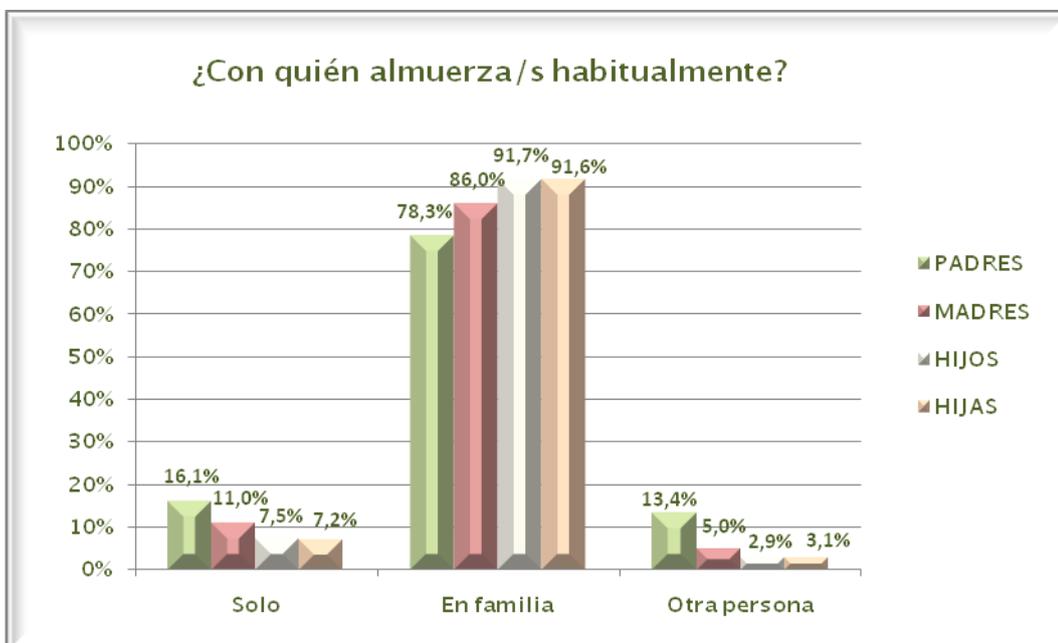


Gráfico 17: Lugar habitual de la cena.

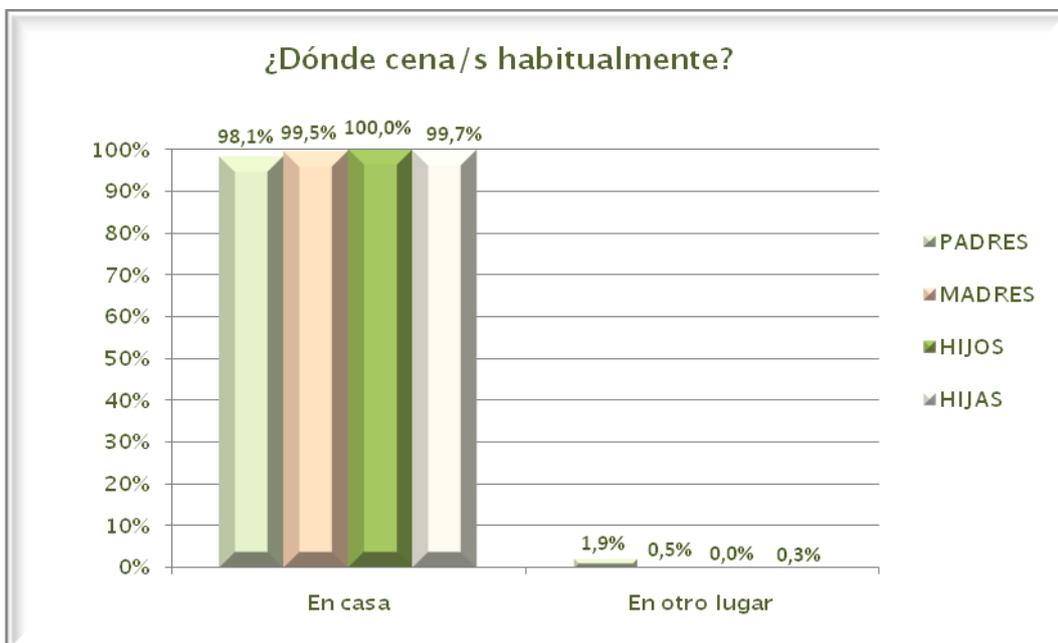
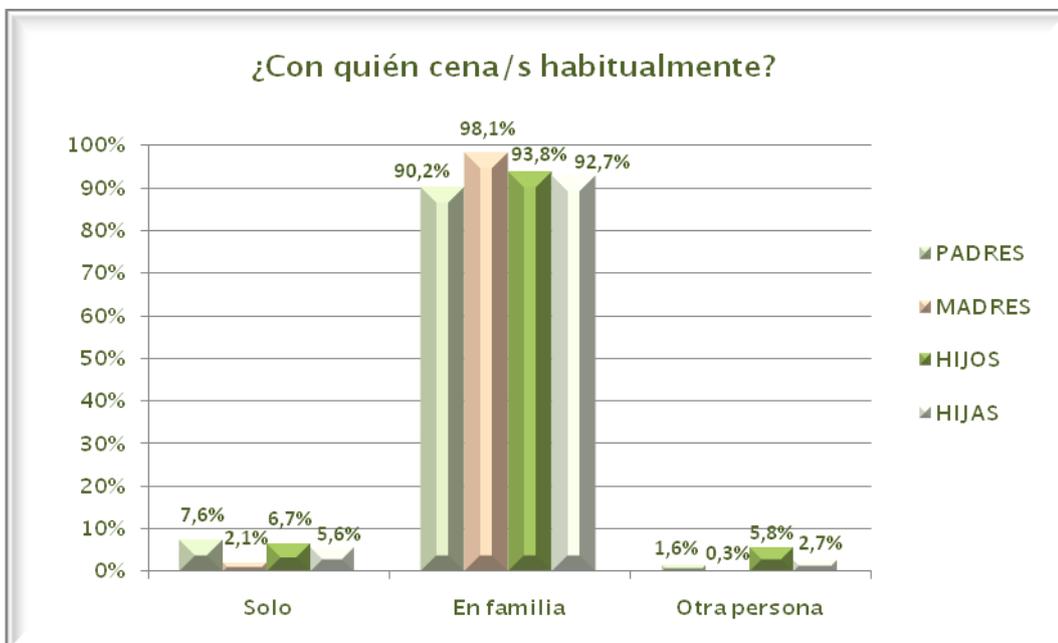


Gráfico 18: Personas con las que cenan habitualmente.



Las asociaciones entre el **lugar donde comen** los hijos/as y los padres y los hijos/as y las madres resultan estadísticamente significativas en ambos casos ($p < 0,001$), pero teniendo en cuenta que la mayoría de los casos comen en casa y existen muy pocos casos para el resto de las opciones, este análisis sólo nos hace ver que el patrón de dónde comen los padres y las madres y sus hijos/as es similar.

Por ello, para ver la **influencia de los padres y madres en los hijos/as** respecto a **comer o no en casa**, se han agrupado las categorías en “casa” (incluyendo casa de abuelos) o “fuera de casa” (bares, restaurantes, otros), obteniéndose que durante la semana influye el hecho de que la madre coma en casa para que los hijos/as lo hagan ($p < 0,05$) pero no así que lo haga el padre, e influyen ambos para que los hijos/as coman el fin de semana en

casa si lo hacen ellos ($p < 0,001$ en ambos casos).

Al considerar el **almuerzo o la cena en familia** se parte también de que la mayoría de los casos comen o cenan en familia, tanto padres y madres como hijos/as, no aportando nada de interés por tanto buscar asociación para dichos aspectos.

Las madres influyen para que sus hijos/as coman en casa entre semana.

Tanto las madres como los padres influyen para que sus hijos/as coman en casa el fin de semana.

MERIENDA

Hijos/as: El 85,5% dice merendar habitualmente, frente al 14,5% que no merienda.

De los que meriendan, el 28,2% consumen alimentos como fruta o zumos naturales, el 47,3% pan o

cereales, el 46,9% lácteos, el 2,0% café o infusiones, el 23,3% alimentos grasos, el 18,7% alimentos magros, el 7,8% snacks o similares, el 26,0% zumos de brick o refrescos, el 49,5% bollerías o similares y el 0,4% otros alimentos.

Se incluye en la merienda algún alimento no saludable con una frecuencia del 67,9%.

Al tener en cuenta el **sexo** de los adolescentes, se observan diferencias estadísticamente significativas en el consumo de algunos grupos de alimentos, como las frutas, más consumidas en las mujeres ($p < 0,001$), o los lácteos, alimentos grasos y zumos de brick o refrescos, de mayor consumo en los hombres ($p < 0,05$), no existiendo significación en el consumo de bollerías, aunque se da una frecuencia de consumo mayor en ellas. No se encuentran diferencias por sexo respecto a las frecuencias de inclusión en la merienda de algún alimento no saludable (67,8% hijos, 68,1% hijas).

Padres: Respecto a tomar merienda, el 33,7% refiere merendar habitualmente, y el 66,3% no lo hace.

Los porcentajes respecto a los alimentos consumidos son: El 23,0% consume frutas naturales (enteras o zumos), el 10,0% alimentos del grupo de los cereales, el 41,0% alimentos lácteos, el 36,2% café o infusiones, el 4,8% alimentos grasos, el 6,1% alimentos magros, el 1,2% snacks o similares, el 4,1% zumos de brick o refrescos, y el 31,6% bollerías o alimentos con azúcar refinado.

Se obtiene además que el 37,0% de los padres incluyen en la merienda algún alimento no saludable.

Madres: El 55,7% de ellas refiere merendar habitualmente, y el 44,3% no lo hace.

Los alimentos consumidos se recogen con las frecuencias siguientes: El 36,1% consume frutas naturales (enteras o zumos), el 11,8% alimentos del grupo de los cereales, el 51,7% lácteos, el 30,6% café o infusiones, el 2,6% alimentos grasos, el 3,5% alimentos magros, el 0,5% snacks o similares, el 4,0% zumos de brick o refrescos, el 20,0% bollerías o alimentos con azúcar refinado y el 1,2% otros alimentos.

El 23,6% de las madres incluyen en la merienda algún alimento no saludable.

Gráfico 19. Realización de merienda habitualmente.

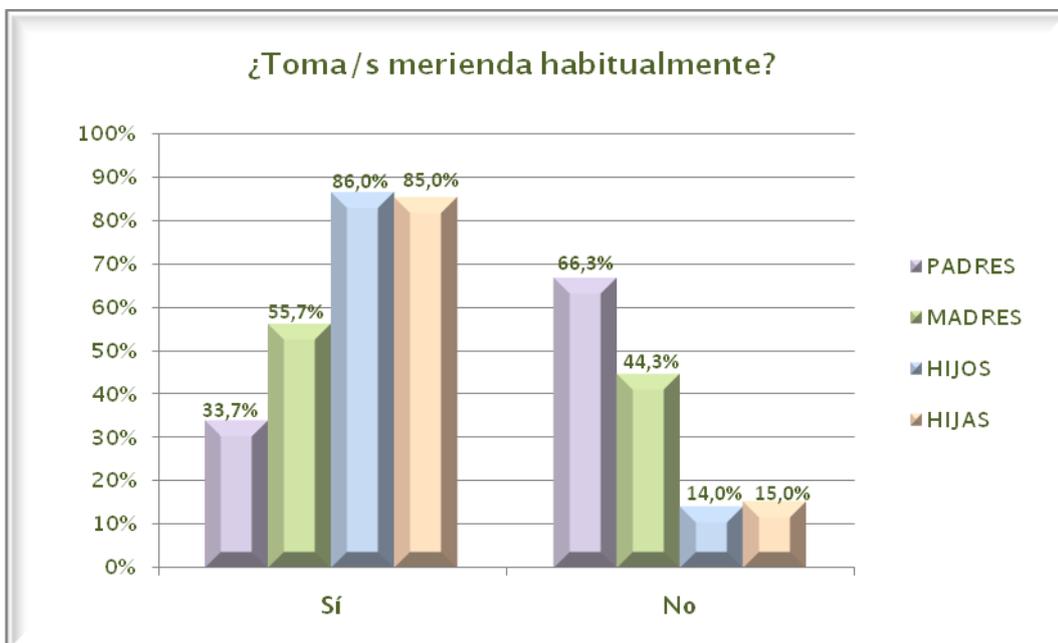


Gráfico 20. Consumo de alimentos no saludables en la merienda.

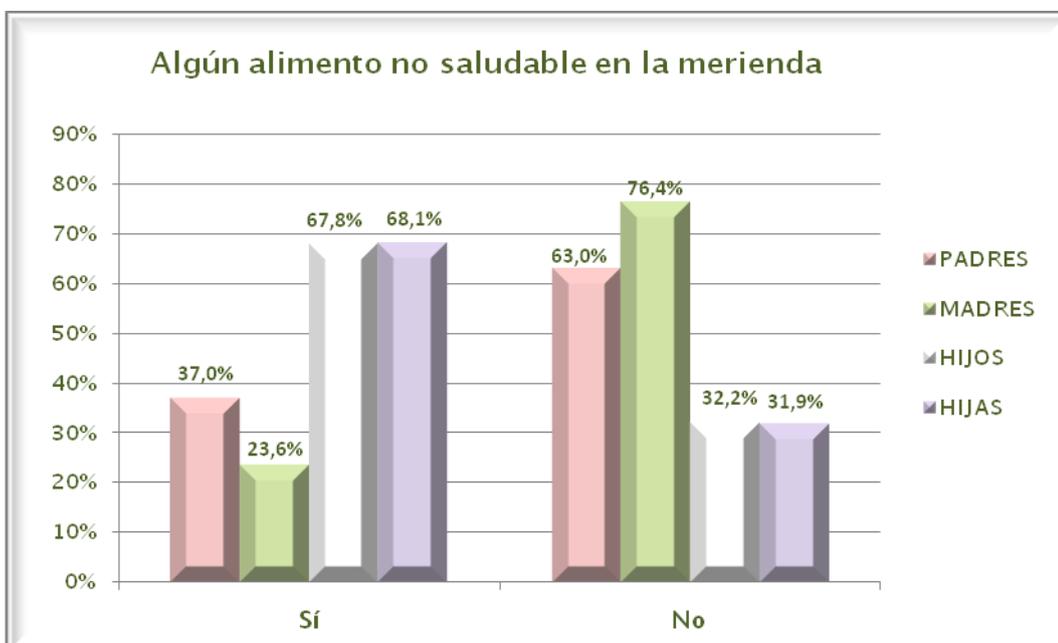
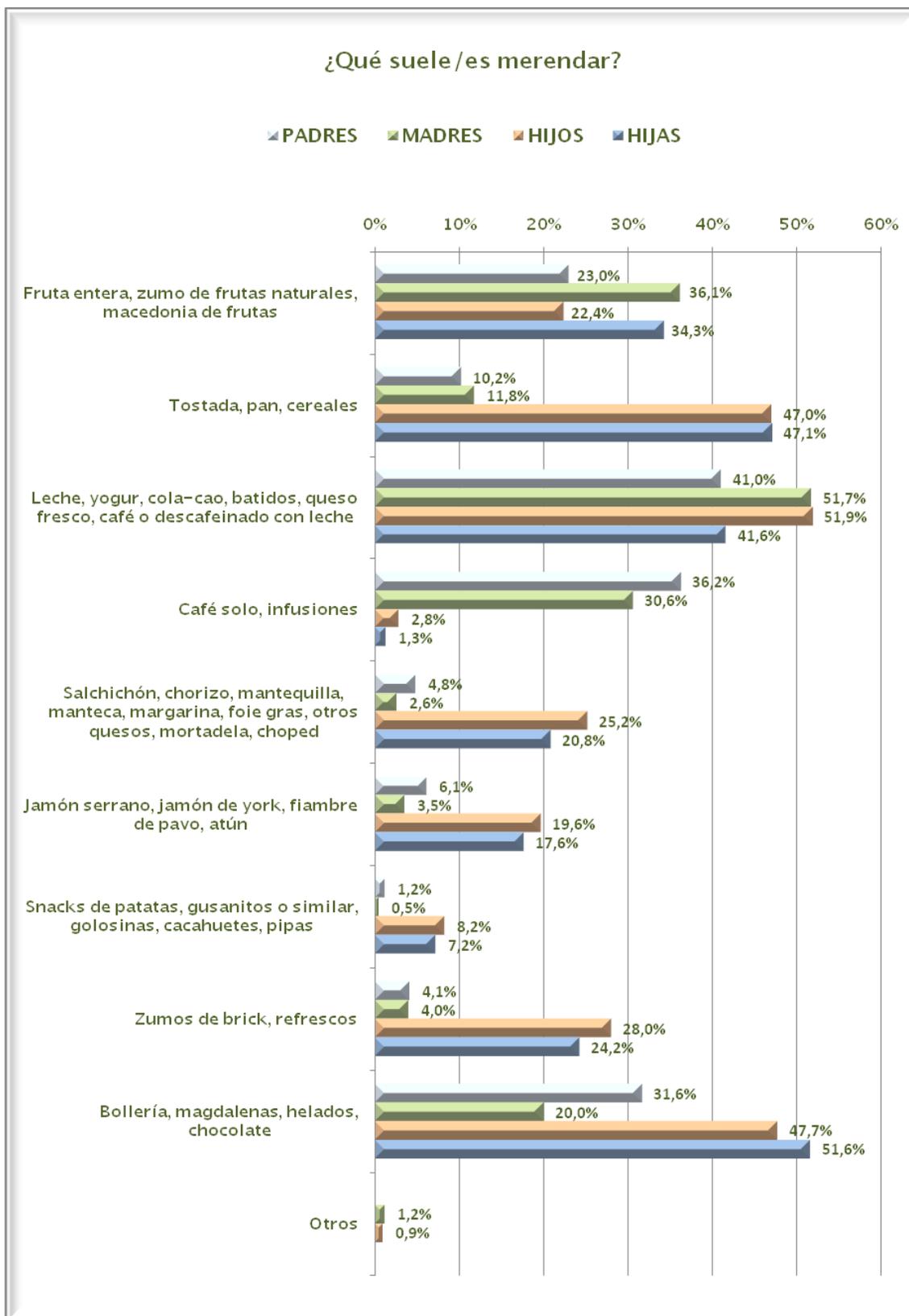


Gráfico 21. Alimentos consumidos en la merienda.



Los padres que habitualmente meriendan influyen en los hijos/as para que éstos lo hagan.

Las madres influyen en sus hijos/as para que no incluyan alimentos no saludables en la merienda si ellas tampoco lo hacen.

En relación a la **influencia de los padres y madres en la merienda de sus hijos/as**, los padres que habitualmente meriendan influyen en

los hijos/as para que estos lo hagan, el 88,7% de los hijos/as meriendan cuando sus padres también lo hacen frente al 82,6% que meriendan aunque sus padres no lo hagan, y el 86,7% de hijos/as meriendan cuando sus madres meriendan y lo hacen el 84,0% aunque sus madres no merienden, siendo significativa la asociación en el primer caso (hijos/as y padres, $p < 0,05$) pero no en el segundo (hijos/as y madres, $p > 0,05$). Sin embargo, la no inclusión de alimentos no saludables en la merienda está influenciada por el hecho de que tampoco lo hagan las madres ($p < 0,05$) pero no de que no lo hagan los padres ($p > 0,05$).

ALIMENTOS FUERA DE LAS COMIDAS

Aparte de las comidas principales, se les ha preguntado si toman algún otro alimento entre comidas. Los resultados son los siguientes:

Hijos/as: Un 32,1% refiere tomar alimentos fuera de las comidas, siendo un 27,6% los que consumen fruta natural, un 18,7% pan o cereales, un 25,8% lácteos, un 14,7% alimentos grasos, un 14,6% alimentos magros, un 51,0% snacks o similares, un 30,5%

zumos de brick o refrescos y un 38,0% bollerías o similares.

Los hijos reflejan un mayor consumo de alimentos fuera de las comidas que las hijas (35,9% y 27,9% respectivamente), influyendo el **sexo** en dicho resultados ($p < 0,001$). No hay diferencias significativas respecto al consumo de los diferentes alimentos por grupos, pero son más consumidores de lácteos, zumos de brick o refrescos los hijos

que las hijas, mientras que ellas consumen más fruta natural y snacks.

Un porcentaje del 82,4% de adolescentes incluye a lo largo del día (“entre horas”) algún alimento no saludable, no observándose diferencias significativas en cuanto al sexo.

Padres: Toman algo fuera de las comidas en el 17,4% de los casos. Los alimentos consumidos son frutas o zumos naturales (36,0%), pan o cereales (6,4%), lácteos (29,3%), café solo o infusiones (17,0%), alimentos grasos (17,2%), alimentos magros (13,8%), snacks o similares (13,5%), zumos de brick o refrescos (7,9%), bollerías o similares (9,8%) y otros

alimentos (5,2%). Toman algún alimento no saludable fuera de las comidas con una frecuencia del 41,6%.

Madres: Aparte de las comidas principales, consumen algún alimento el 18,9% de las madres. Los alimentos que toman son frutas o zumos naturales (42,8%), pan o cereales (6,3%), lácteos (20,5%), café solo o infusiones (16,9%), alimentos grasos (5,0%), alimentos magros (11,6%), snacks o similares (19,0%), zumos de brick o refrescos (17,0%), bollerías o similares (7,7%) y otros alimentos (2,4%). Incluyen algún alimento no saludable fuera de las comidas el 36,4% de las madres.

Gráfico 22: Consumo de alimentos fuera de las comidas.

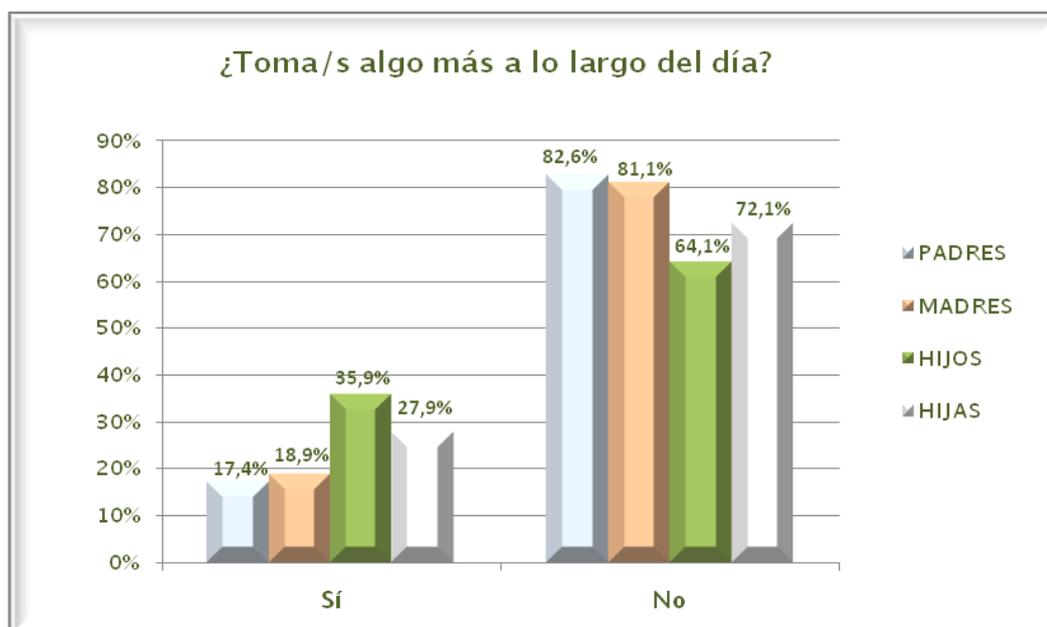


Gráfico 23: Alimentos consumidos fuera de las comidas.

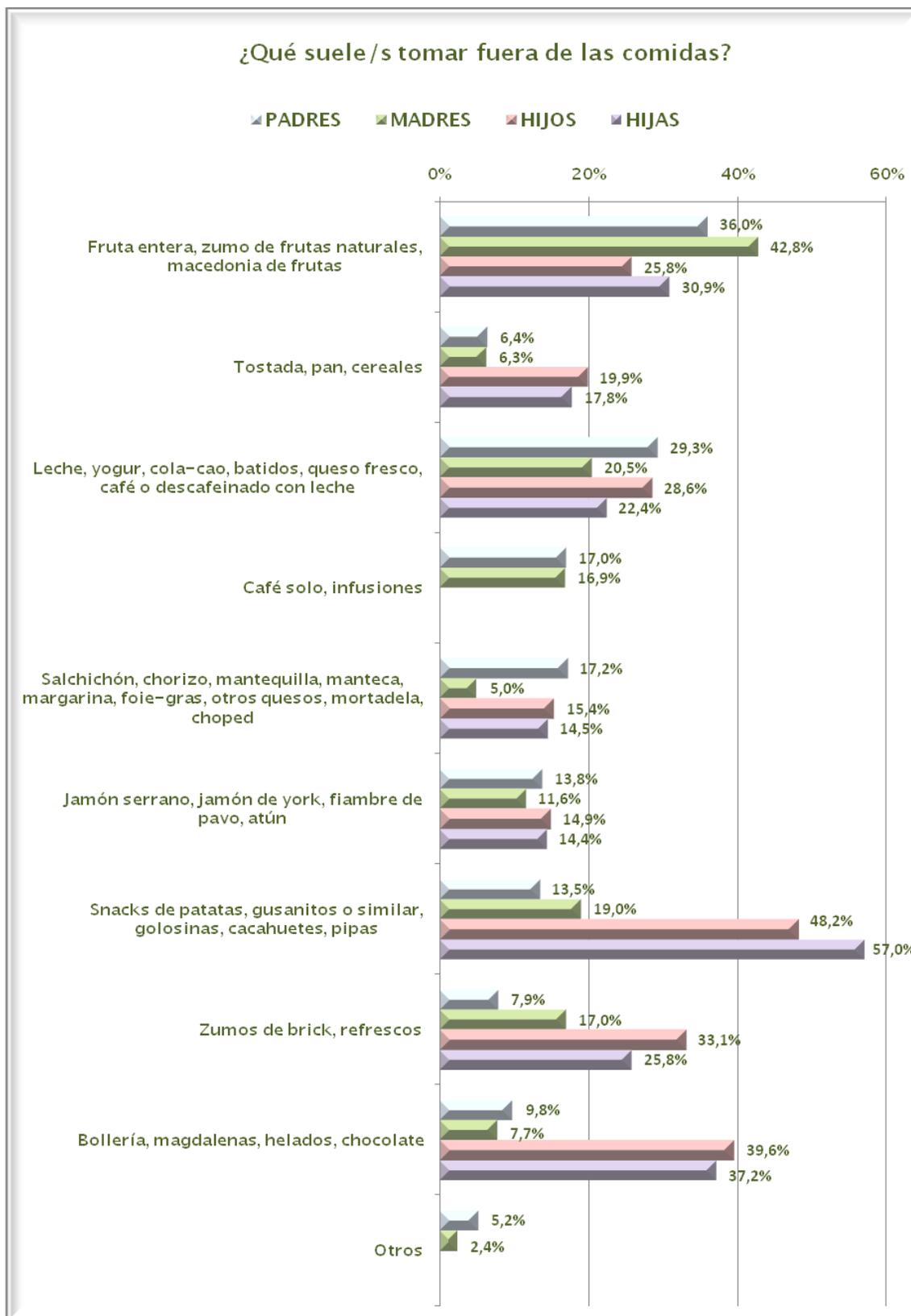
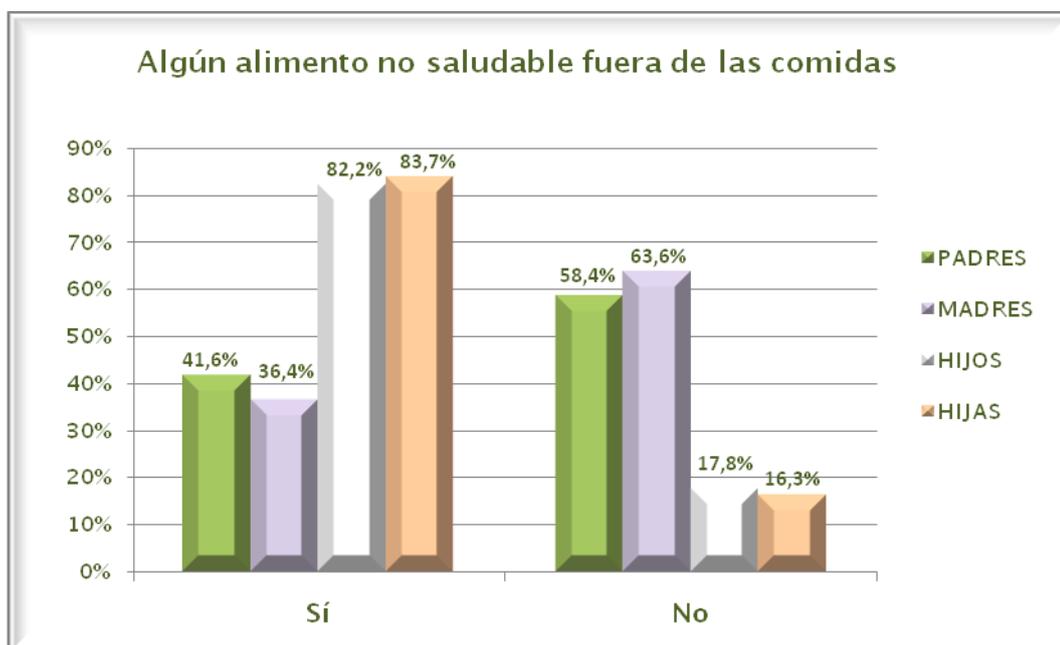


Gráfico 24: Consumo de alimentos no saludables fuera de las comidas.



Al relacionar el **consumo de alimentos fuera de las comidas de los hijos/as con los padres y con las madres** se obtiene que el porcentaje de hijos/as que no toman alimentos fuera de las comidas es mayor si los padres o las madres no los toman (72,2% y 73,3% respectivamente), aunque sólo aparece significación estadística para el caso de las madres ($p < 0,05$).

En cuanto al consumo de alimentos no saludables fuera de las comidas no se observa significación en la asociación,

aunque en realidad hay pocos casos para llevar a cabo la comparación.

El consumir alimentos fuera de las comidas por parte de los hijos/as está influenciado por el hecho de que lo hagan las madres

TELEVISIÓN DURANTE LAS COMIDAS

En cuanto a la conducta de ver la televisión durante las comidas, los **hijos/as** lo efectúan en un 82,2% de los casos.

En el desayuno ven la televisión el 28,5%, en el almuerzo el 84,8%, en la merienda el 43,0% y en la cena el 88,1%.

Los hijos ven la televisión más que las hijas en todos los momentos de la comida, siendo lo más marcado el desayuno, donde duplican en frecuencia al sexo femenino.

Se observa influencia del **sexo** en ver la televisión en el desayuno ($p < 0,001$), en

el almuerzo ($p < 0,05$) y en la merienda ($p < 0,05$).

Hay un 75,0% de los **padres** que ven la televisión mientras comen, siendo las frecuencias, según el momento, del 0,3% en el desayuno, del 80,4% durante el almuerzo, el 8,0% en la merienda y el 90,1% en la cena.

Las **madres** ven televisión durante las comidas en el 72,6% de los casos, un 21,4% en el desayuno, un 80,6% en el almuerzo, un 10,4% en la merienda y un 82,4% en la cena.

Gráfico 25. Ver la televisión durante las comidas.

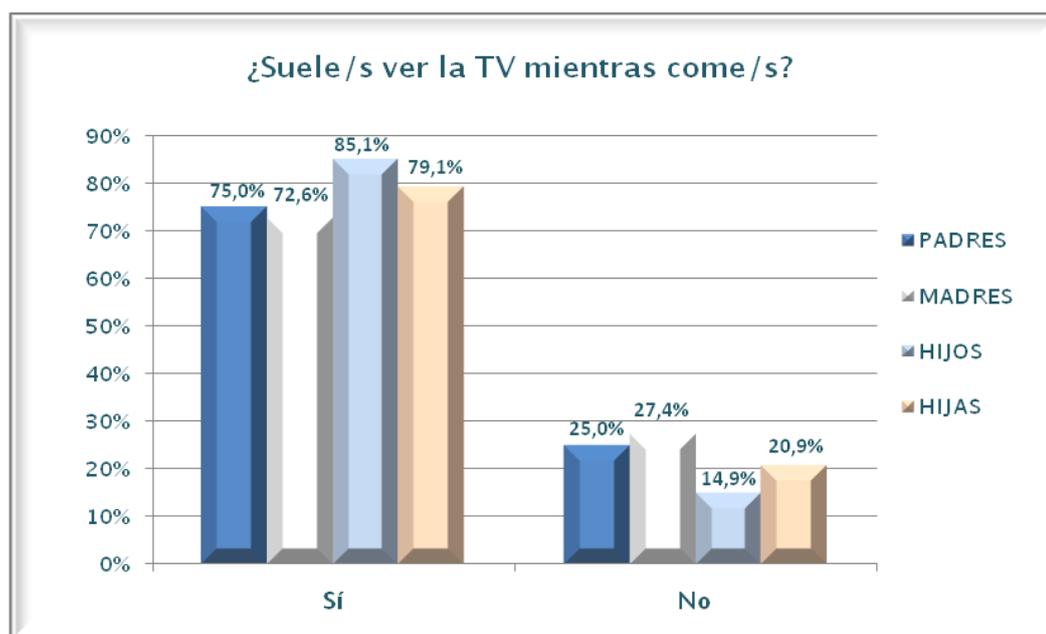
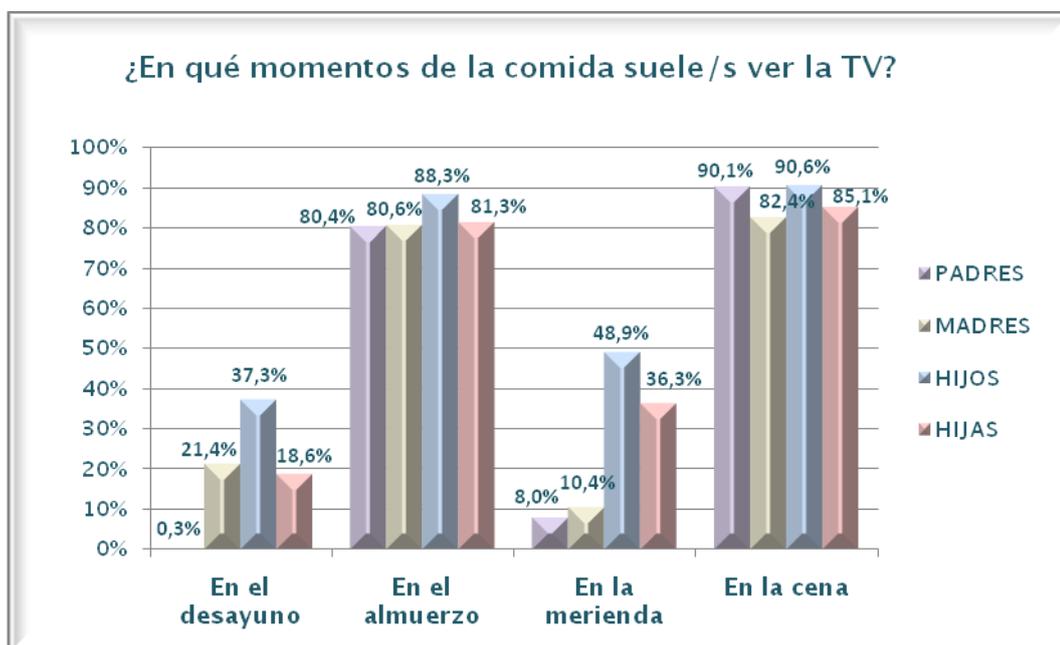


Gráfico 26. Momentos de las comidas en los que ven la televisión.



Al analizar la relación entre los resultados de los **padres y madres con los de los hijos/as respecto a la conducta de ver la televisión durante las comidas** se observa que el 93,9% de los hijos/as cuyas madres ven la televisión durante las comidas y el 92,2% de los hijos/as cuyos padres lo hacen, también lo hacen, existiendo una relación con fuerte significación estadística entre dichos comportamientos ($p < 0,001$ en ambos casos).

Existe una marcada influencia tanto de los padres como de las madres en sus hijos/as respecto al hábito de ver la televisión durante las comidas

PARTICIPACIÓN EN TAREAS

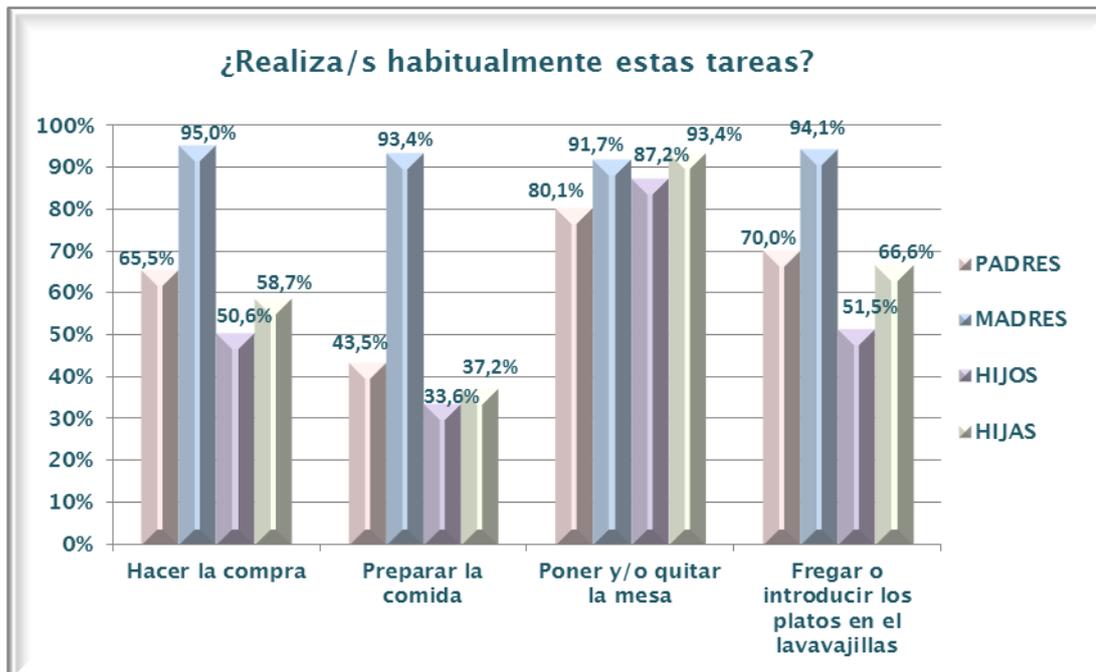
Los **hijos/as** participan en tareas relacionadas con la alimentación en las siguientes proporciones: Acompañar a hacer la compra un 54,7%; preparar la comida un 35,5%, poner y/o quitar la mesa un 90,4% y fregar o poner los platos en el lavavajillas un 58,9%.

En todas las tareas recogidas las hijas participan más que los hijos, existiendo diferencias significativas en cuanto al **sexo** en acompañar a hacer la compra

($p < 0,05$), poner o quitar la mesa ($p < 0,05$) y fregar o poner los platos en el lavavajillas ($p < 0,001$).

El 65,5% de los **padres** y el 95,0% de las **madres** hacen la compra, el 43,5% de los padres y el 93,4% de las madres preparan la comida, el 80,1% de los padres y el 91,7% de las madres ponen o quitan la mesa, y el 70,0% de los padres y el 94,1% de las madres fregan o ponen los platos en el lavavajillas.

Gráfico 27. Participación en tareas relacionadas con la alimentación.



Las madres influyen en sus hijos/as para que éstos realicen tareas domésticas como preparar la comida.

Los padres influyen con su comportamiento en tareas como fregar o poner los platos en el lavavajillas.

Ambos influyen en sus hijos/as para que pongan o quiten la mesa si ellos también lo hacen.

La asociación entre la **participación en tareas de hijos/as y padres e hijos/as y madres** varía según la tarea en cuestión.

Así, se ha observado asociación estadísticamente significativa en los siguientes casos: El hecho de que las madres preparen la comida influye en que los hijos/as lo hagan ($p < 0,05$); en poner y quitar la mesa influye tanto que lo hagan las madres como los padres ($p < 0,05$ en ambos casos); en fregar o poner los platos en el lavavajillas sólo influyen los padres ($p < 0,05$).

*** FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS**

En este apartado se recogen las frecuencias de consumo de los diferentes tipos de alimentos, referidos a consumo diario o a consumo semanal.

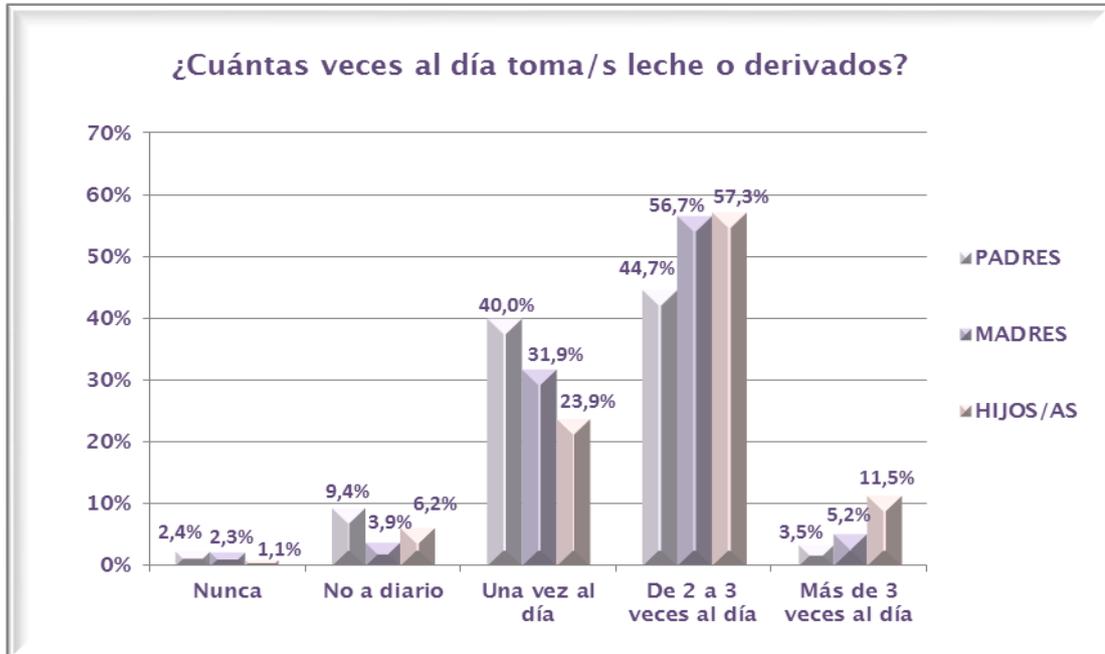
Se han incluido todas las categorías de respuesta, expresadas según número de veces que se consumen los alimentos al día o a la semana, según corresponda, y así se describen a continuación, pero posteriormente en otro apartado se han agrupado las respuestas en “Consumo recomendado Sí” o “Consumo recomendado No”,

estableciendo el punto de corte para cada una de las preguntas según las recomendaciones de consumo de la AESAN (Agencia Española de Seguridad Alimentaria) y la SENC (Sociedad Española de Nutrición Comunitaria), llevándose a cabo un segundo análisis bajo esta premisa y desagregando por sexo.

Las diferentes frecuencias de consumo en todas sus categorías para hijos/as, padres y madres quedan expresadas a continuación a modo de gráficos.

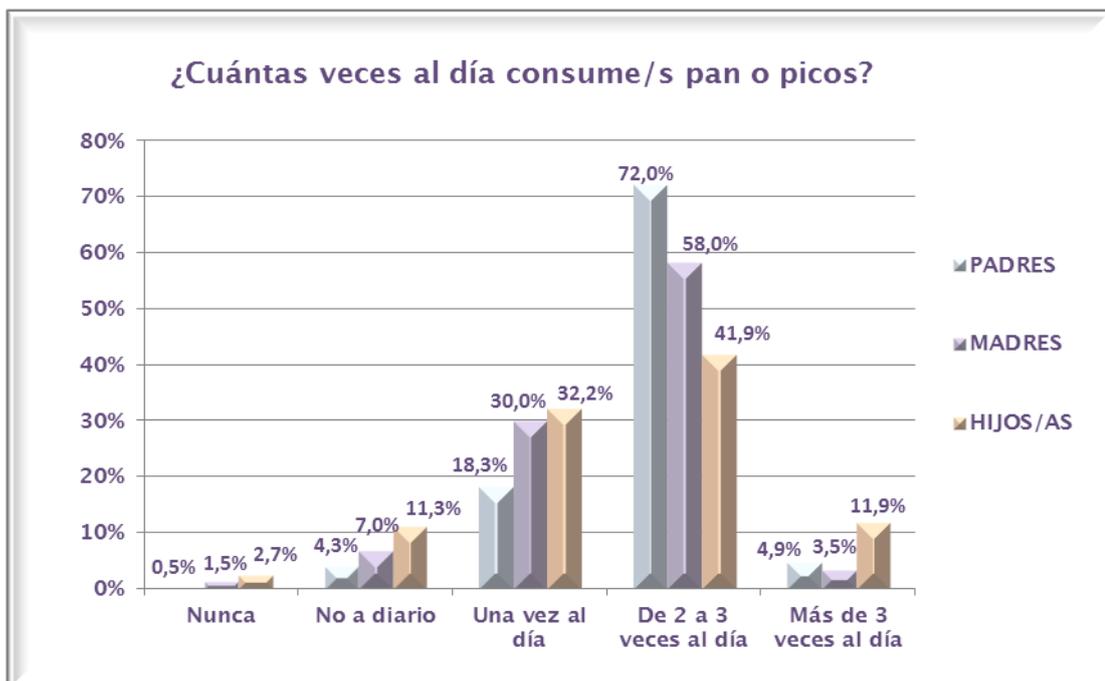
LECHE O DERIVADOS

Gráfico 28. Frecuencia de consumo de leche o derivados.



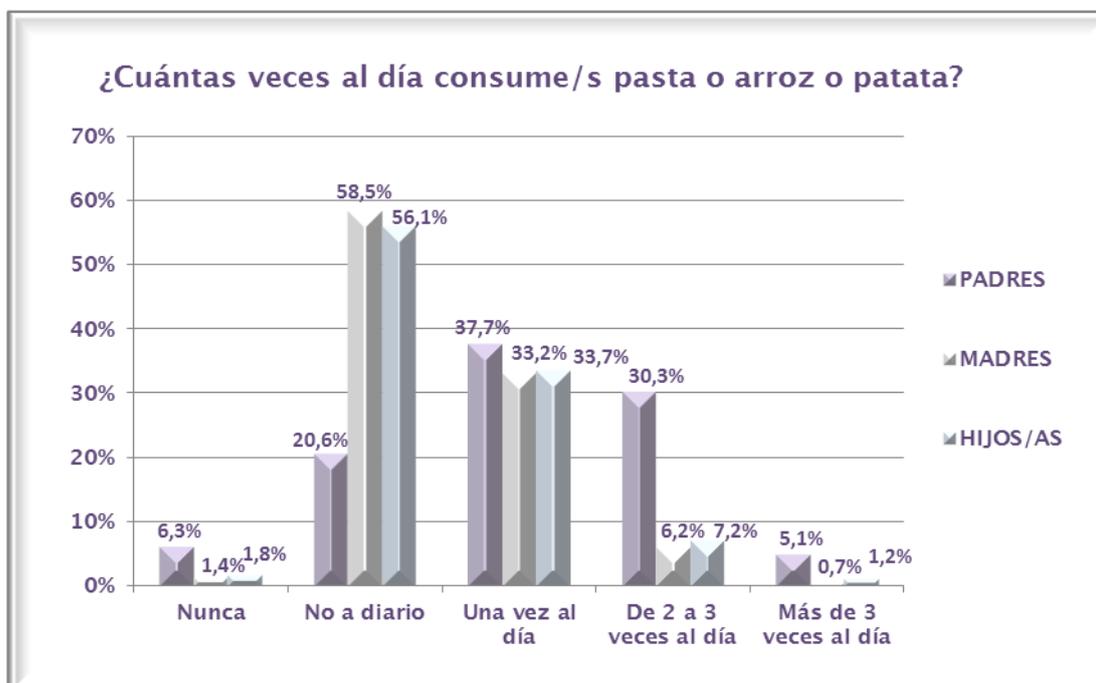
PAN O PICOS

Gráfico 29. Frecuencia de consumo de pan o picos.



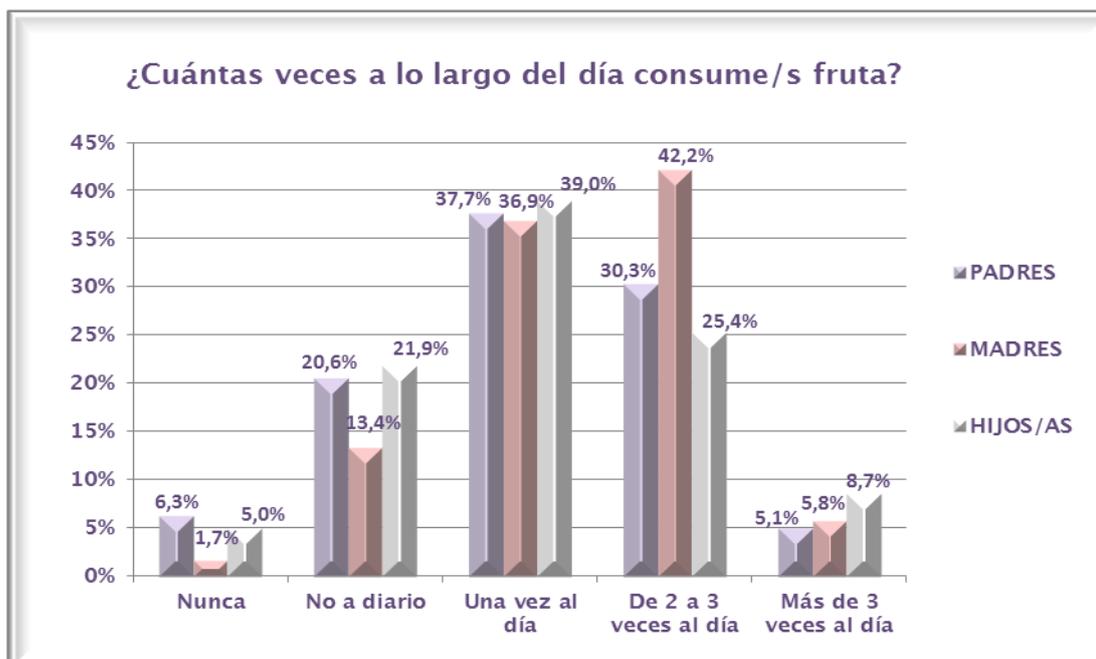
✚ PASTA, ARROZ O PATATAS

Gráfico 30. Frecuencia de consumo de pasta, arroz o patatas.



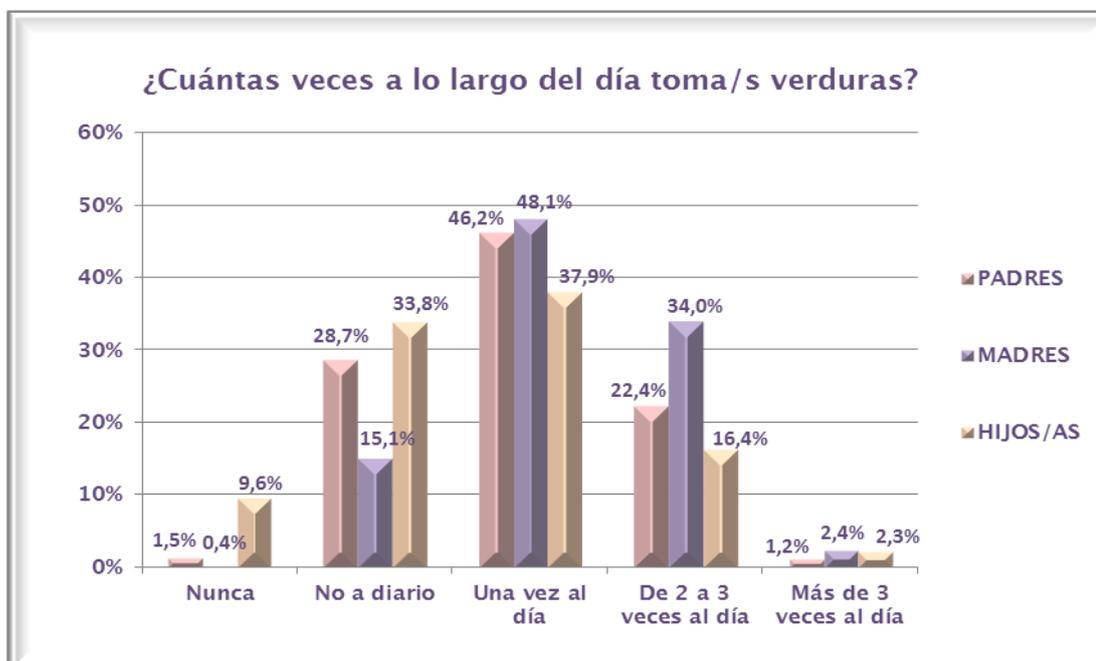
✚ FRUTA

Gráfico 31. Frecuencia de consumo de frutas.



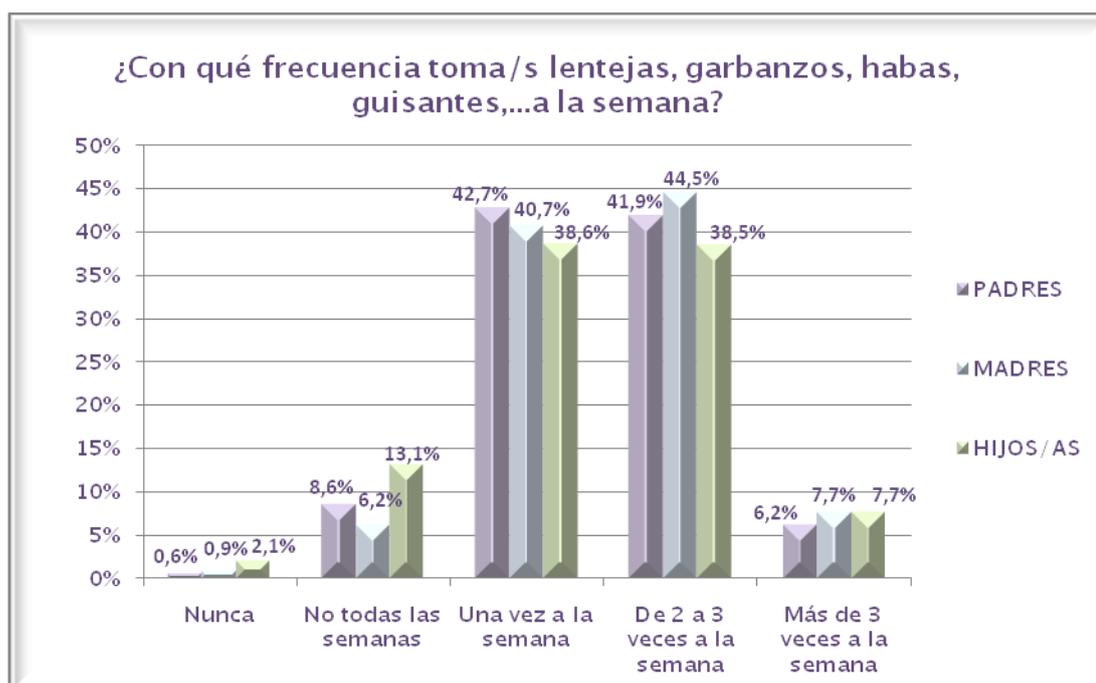
✚ VERDURAS

Gráfico 32. Frecuencia de consumo de verduras.



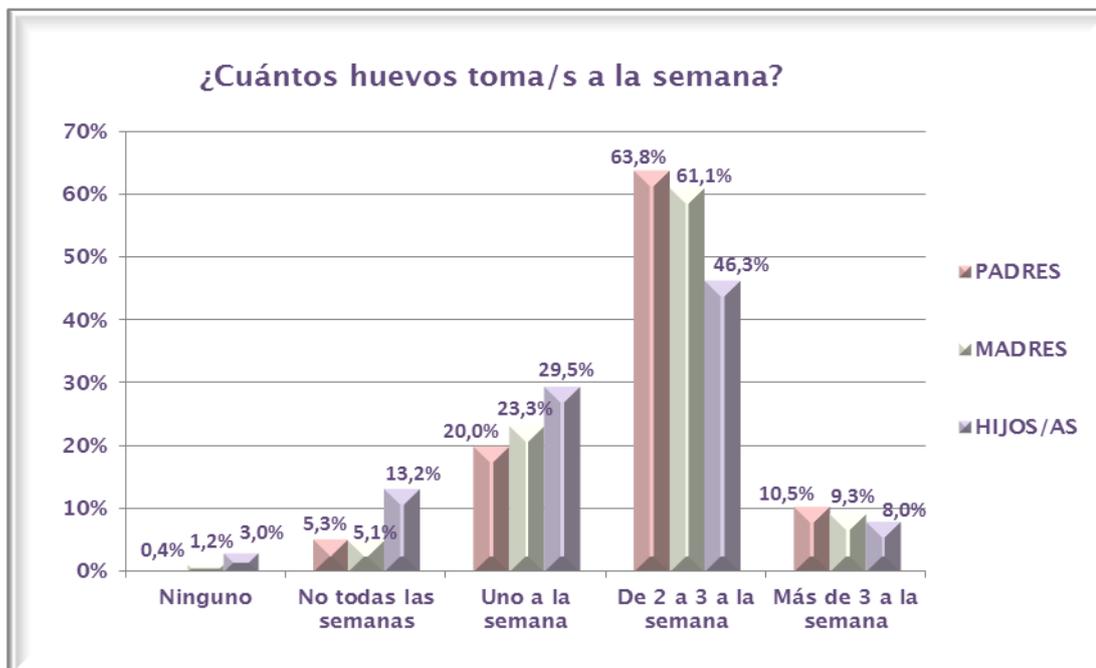
✚ LEGUMBRES O LEGUMINOSAS

Gráfico 33. Frecuencia de consumo de legumbres o leguminosas.



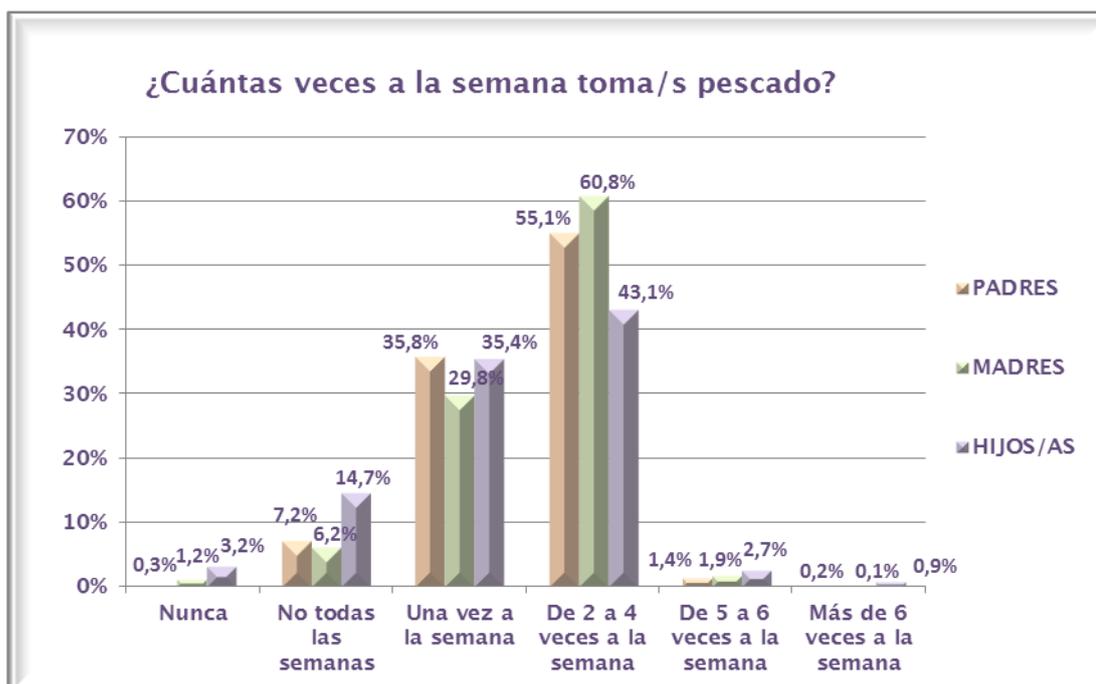
HUEVOS

Gráfico 34. Frecuencia de consumo de huevos.



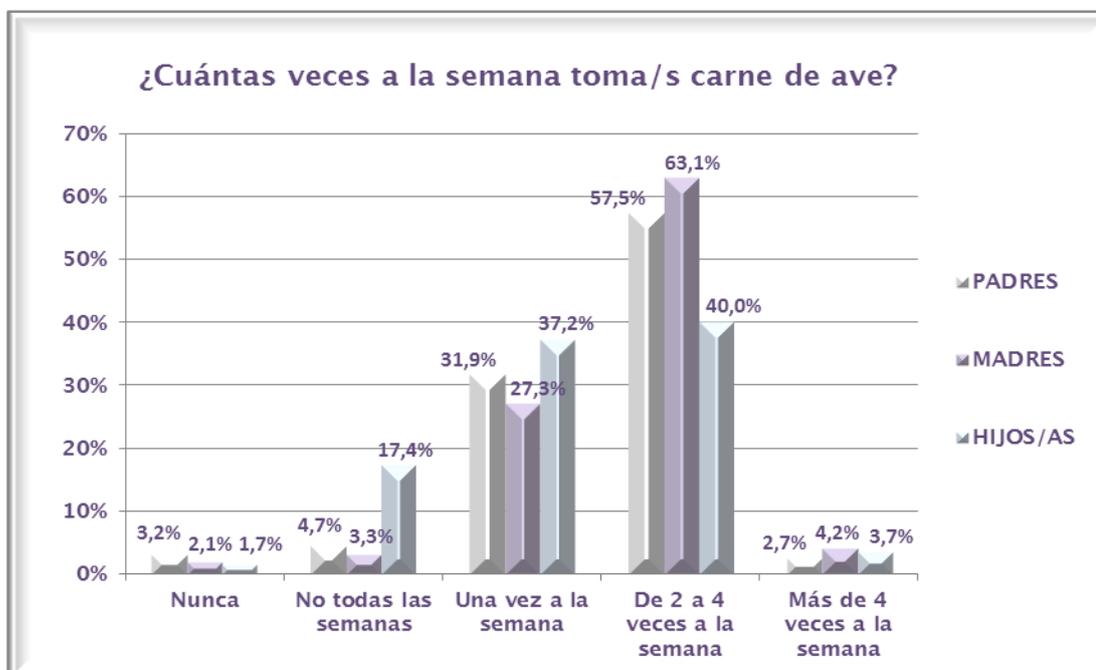
PESCADO

Gráfico 35. Frecuencia de consumo de pescado.



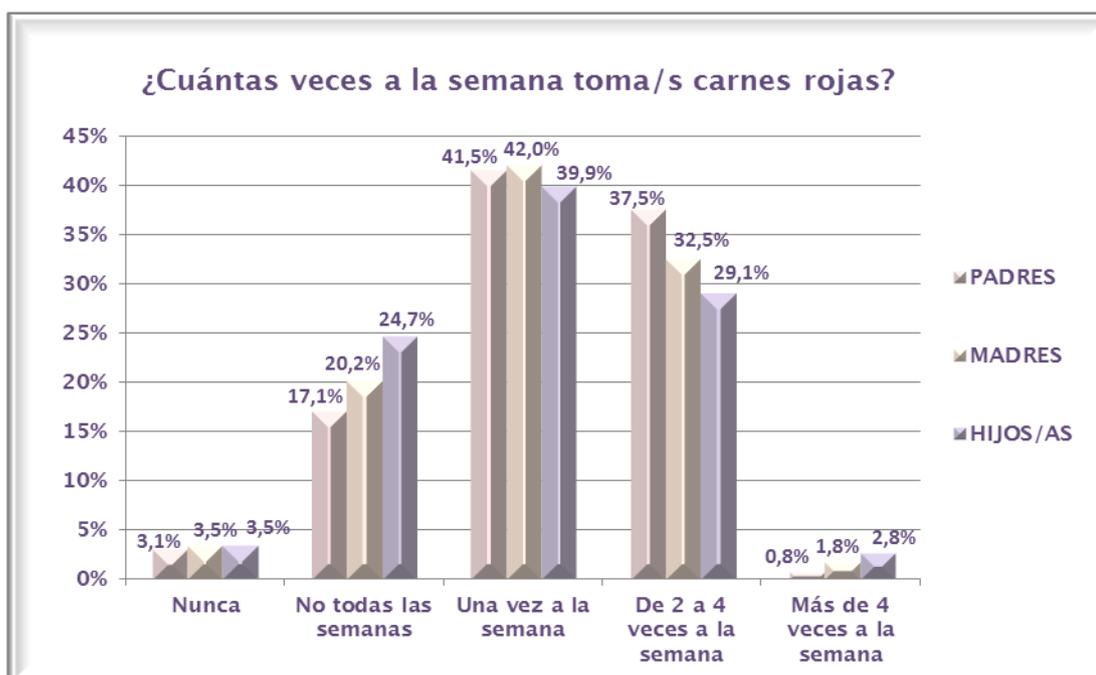
CARNE DE AVE

Gráfico 36. Frecuencia de consumo de carne de ave.



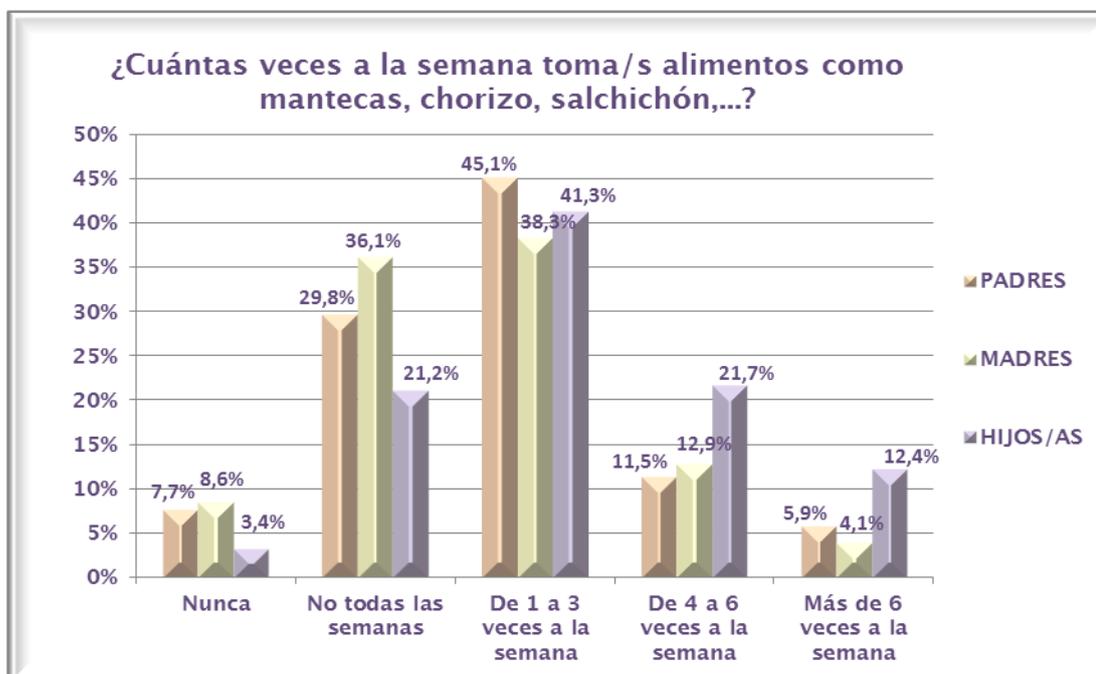
CARNES ROJAS

Gráfico 37. Frecuencia de consumo de carnes rojas.



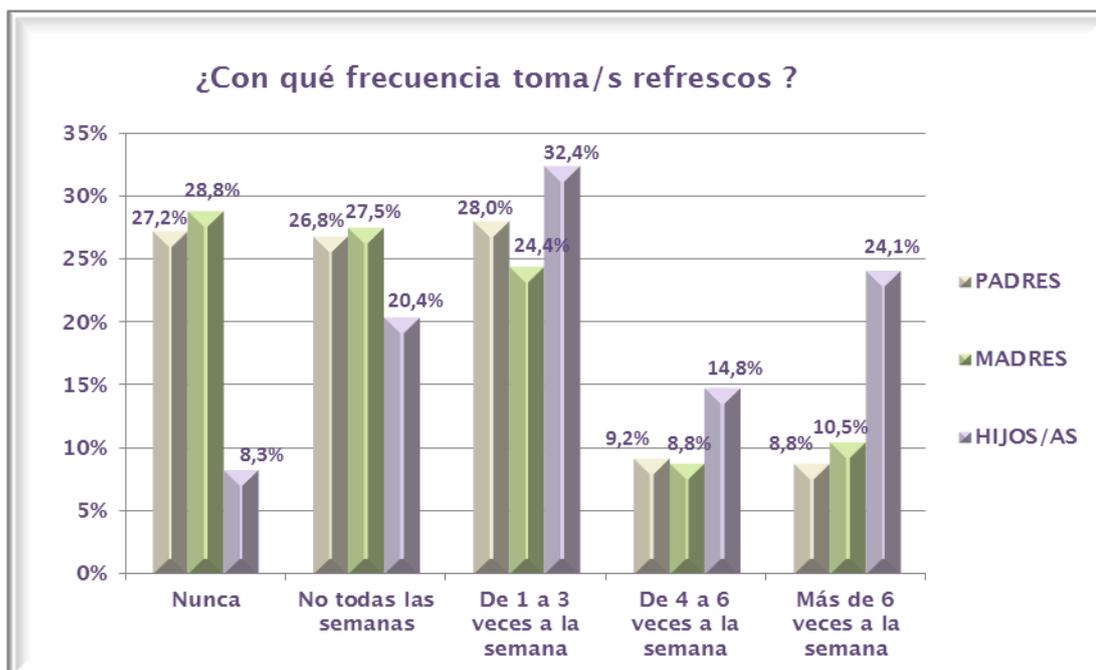
ALIMENTOS GRASOS

Gráfico 38. Frecuencia de consumo de alimentos grasos.



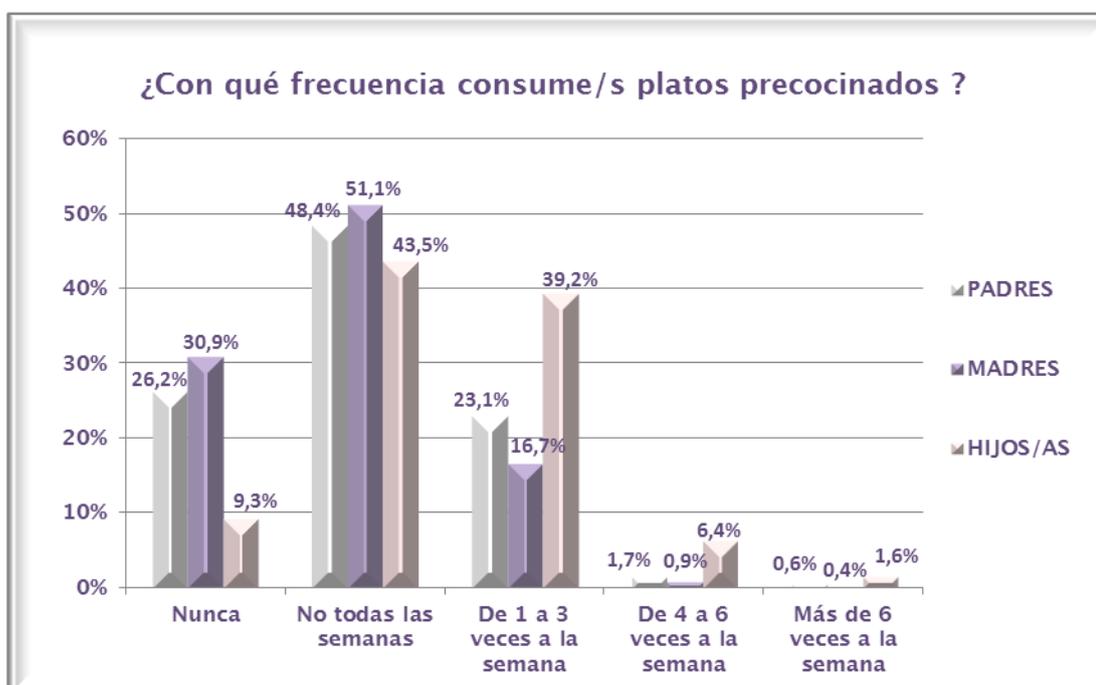
REFRESCOS

Gráfico 39. Frecuencia de consumo de refrescos.



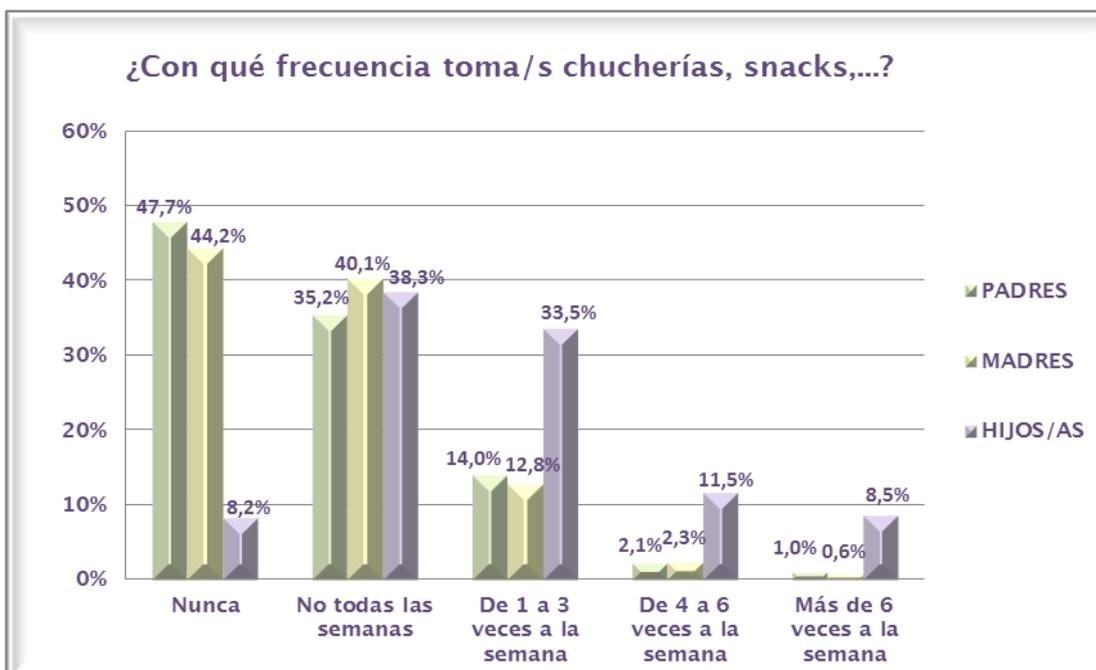
PLATOS PRECOCINADOS

Gráfico 40. Frecuencia de consumo de platos precocinados.



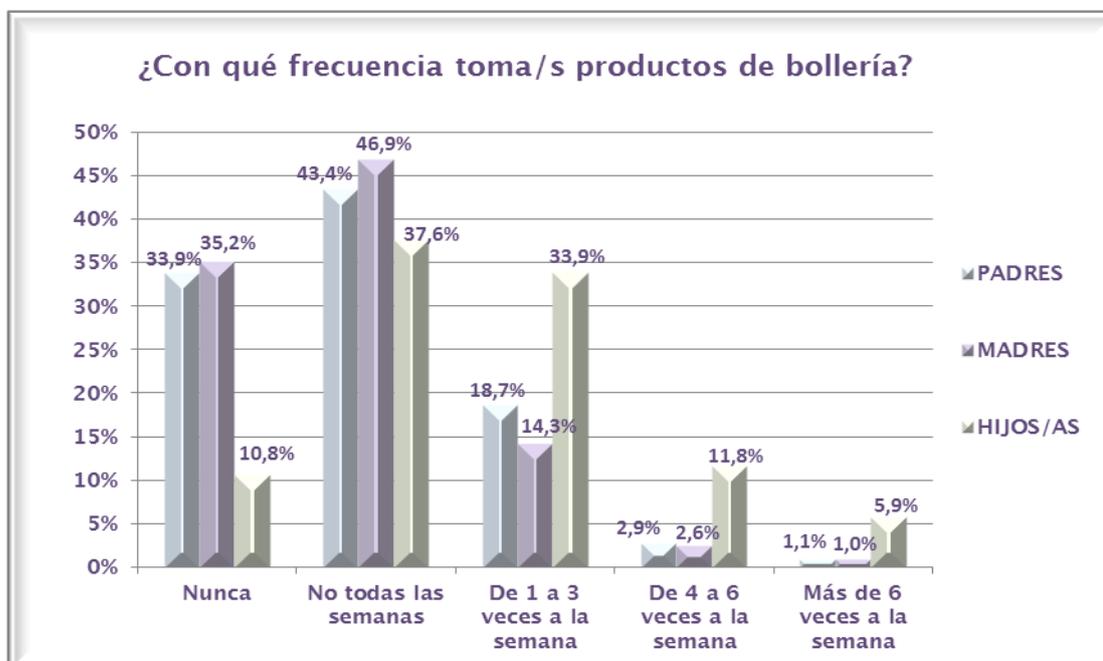
CHUCHERÍAS, SNACKS

Gráfico 41. Frecuencia de consumo de chucherías, snacks,...



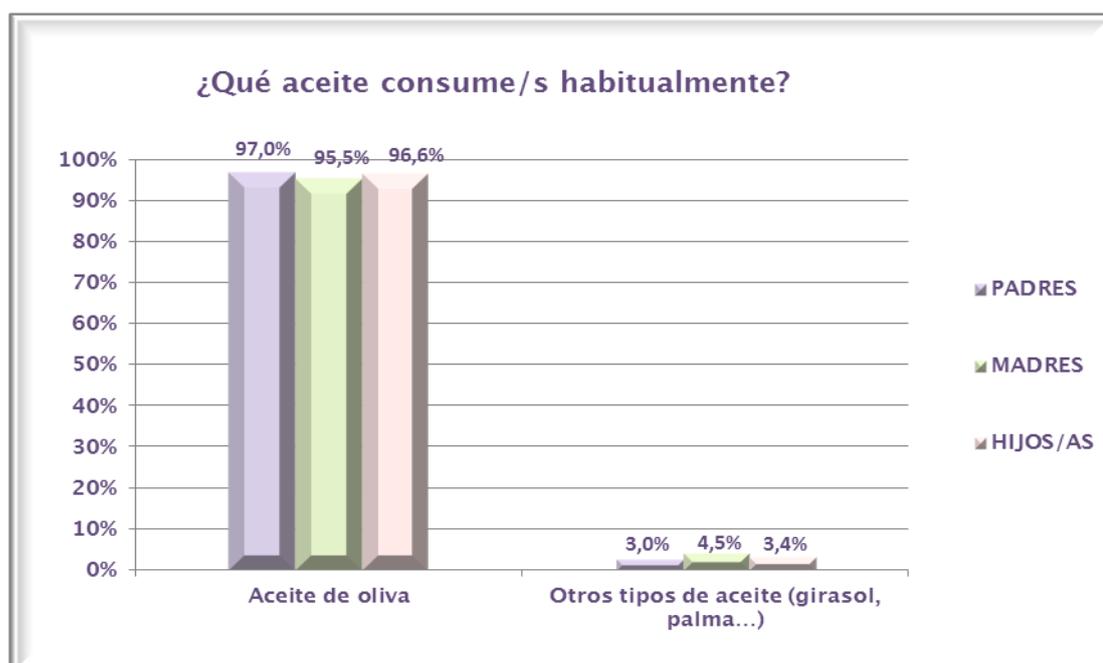
BOLLERÍA

Gráfico 42. Frecuencia de consumo de productos de bollería.



ACEITE

Gráfico 43. Aceite consumido habitualmente.



CONSUMO DE ALCOHOL

El consumo de alcohol, con independencia de la frecuencia de su ingesta o la graduación de las bebidas tomadas, está presente en el 33,6% de los hijos/as (36,1% en hijos y 31,0% en hijas), en el 89,7% de los padres y en el 72,4% de las madres.

Dentro del 33,6% de los hijos/as que consumen, dicen beber sólo durante el fin de semana el 82,4% (77,3% las hijas y 88,1% los hijos).

No se observa significación estadística en la relación del **sexo** de los adolescentes con el consumo o no de alcohol considerado en general, pero sí la hay si consideramos el consumo de bebidas de baja graduación, donde el sexo femenino se asocia con un mayor cumplimiento de la recomendación de consumo es decir, la no ingesta del mismo ($p < 0,05$).

Gráfico 44. Consumo de alcohol.

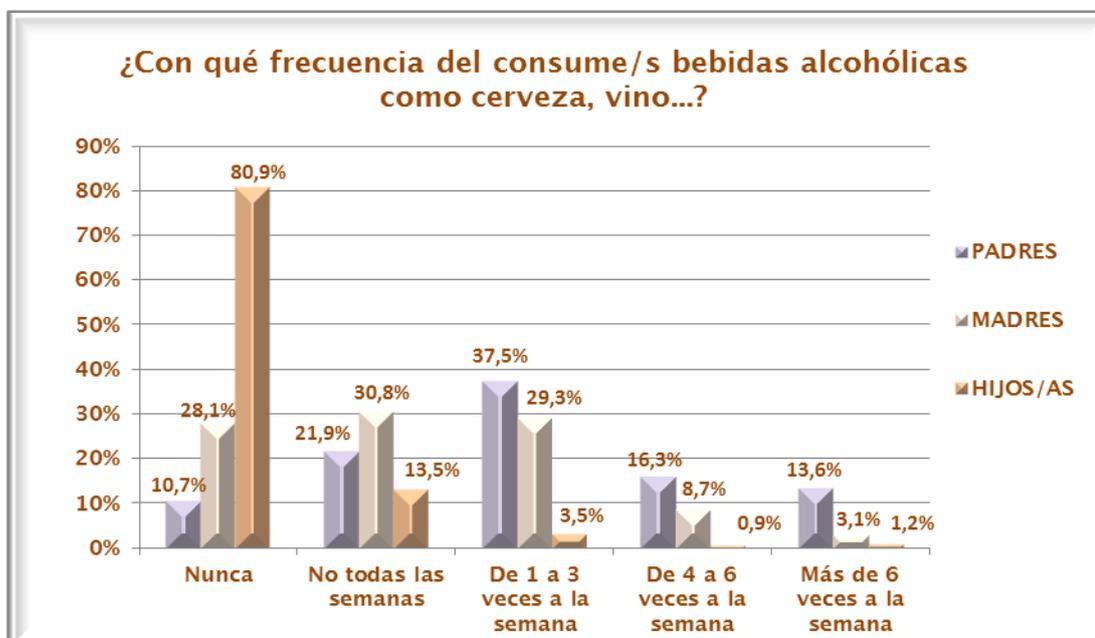


La frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas se recoge a continuación, diferenciando las bebidas fermentadas

(vino, cerveza,...), de graduación hasta 15° y las bebidas destiladas, cuya graduación alcanza o supera los 40°.

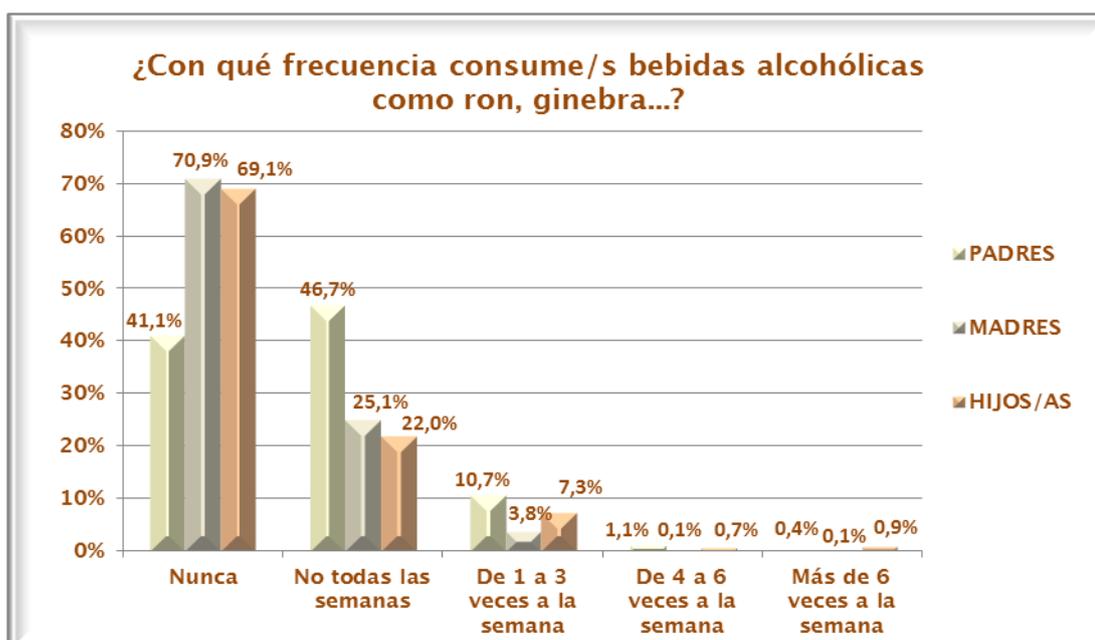
BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE BAJA GRADUACIÓN

Gráfico 45. Consumo de bebidas alcohólicas de baja graduación.



BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE ALTA GRADUACIÓN

Gráfico 46. Consumo de bebidas alcohólicas de alta graduación.



✿ CONSUMO DE ALIMENTOS SEGÚN RECOMENDACIONES

Para facilitar el análisis comparativo y la influencia de los hábitos de consumo de los padres y madres en los hijos/as, se han agrupado las respuestas obtenidas en “Consumo recomendado Sí” o “Consumo recomendado No”, estableciendo el punto de corte donde corresponda para cada una de las preguntas según las recomendaciones

de consumo de la AESAN (Agencia Española de Seguridad Alimentaria) y la SENC (Sociedad Española de Nutrición Comunitarias) vigentes en la actualidad.

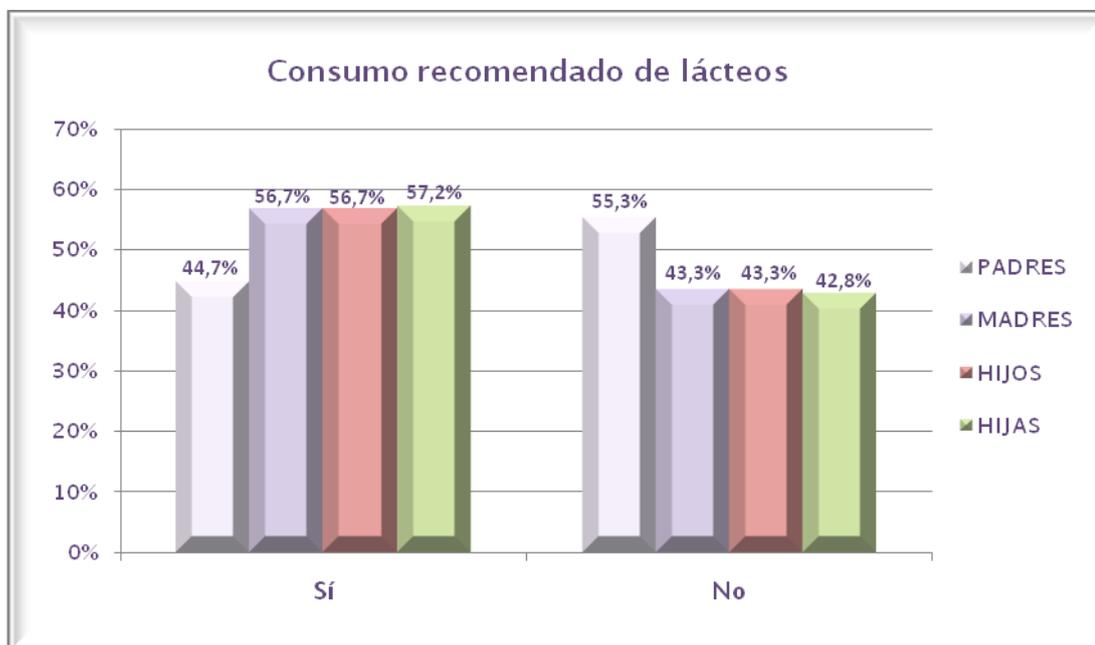
Así, se han establecido las categorías de consumo considerado recomendado en la siguiente forma:

Leche o derivados	2-4 raciones/día
Pan o picos	3-4 raciones/día
Pasta o arroz o patatas	2 raciones/día
Fruta	3 o más raciones/día
Verduras	2 o más raciones/día
Legumbres o leguminosas	2-4 raciones/semana
Huevos	3-4 unidades/semana
Pescado	3-4 raciones/semana
Carnes magras	3-4 raciones/semana
Mantequillas, embutidos, carnes grasas	ocasionalmente
Refrescos	ocasionalmente
Platos precocinados	ocasionalmente
Chucherías, snacks	ocasionalmente
Bollería	ocasionalmente
Bebidas alcohólicas de baja graduación (vino, cerveza)	adultos: consumo opcional y moderado
	adolescentes: nunca
Bebidas alcohólicas de alta graduación (ron, ginebra,...)	nunca

En los gráficos siguientes se presenta el consumo de alimentos según se cumplan o no las recomendaciones para cada uno de ellos, en hijos, hijas, padres y madres.

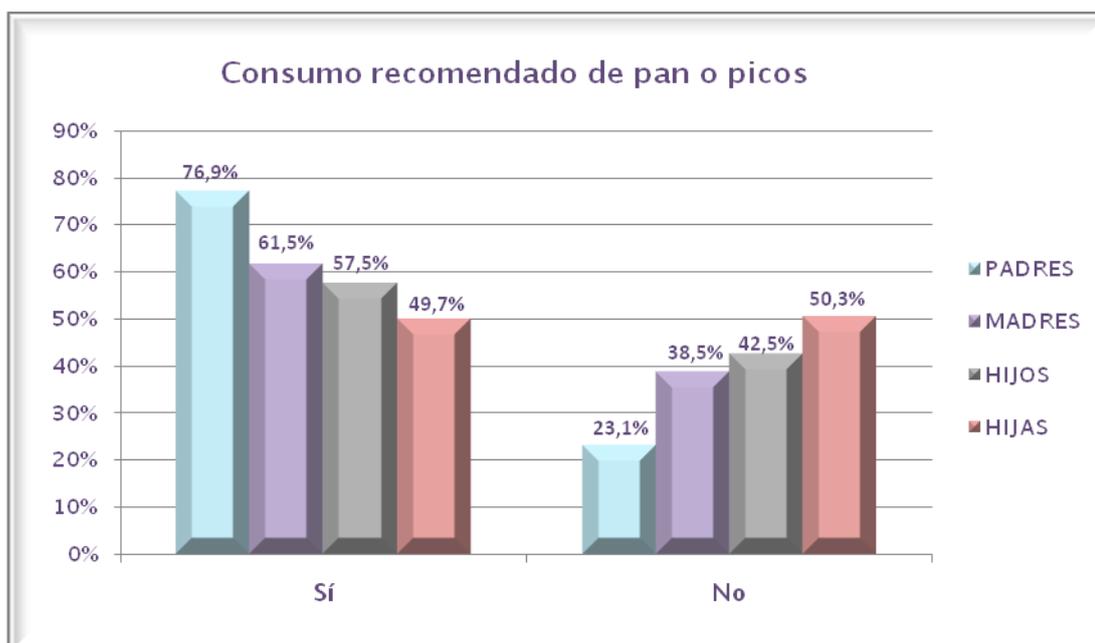
» **LECHE O DERIVADOS**

Gráfico 47. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de lácteos.



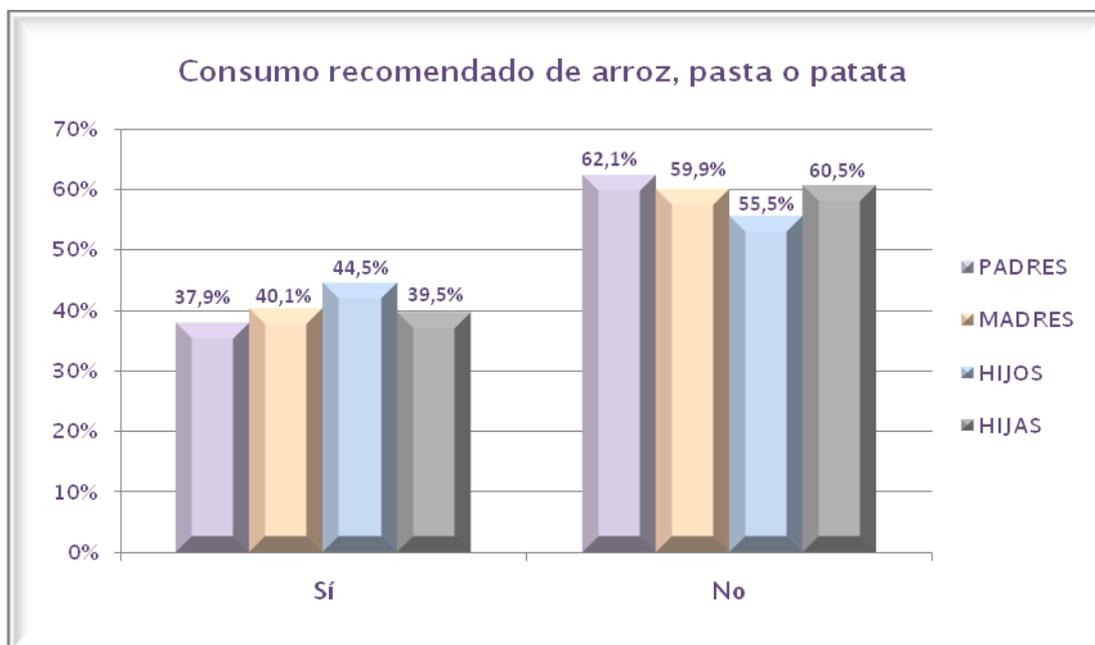
» **PAN O PICOS**

Gráfico 48. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de pan.



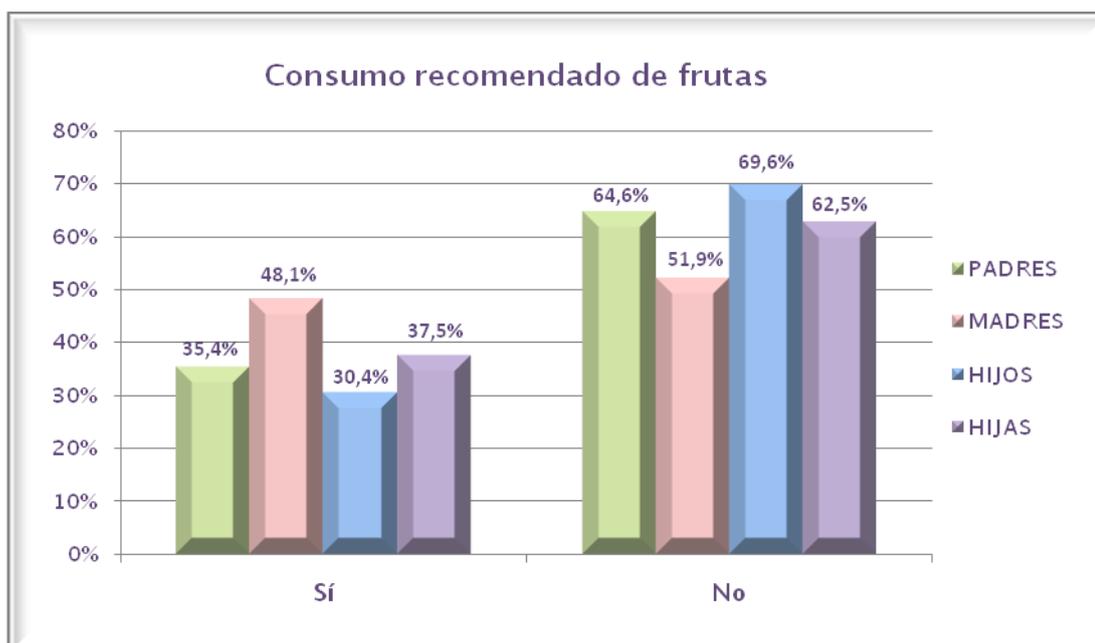
» **PASTA, ARROZ O PATATAS**

Gráfico 49. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de pasta o arroz o patatas.



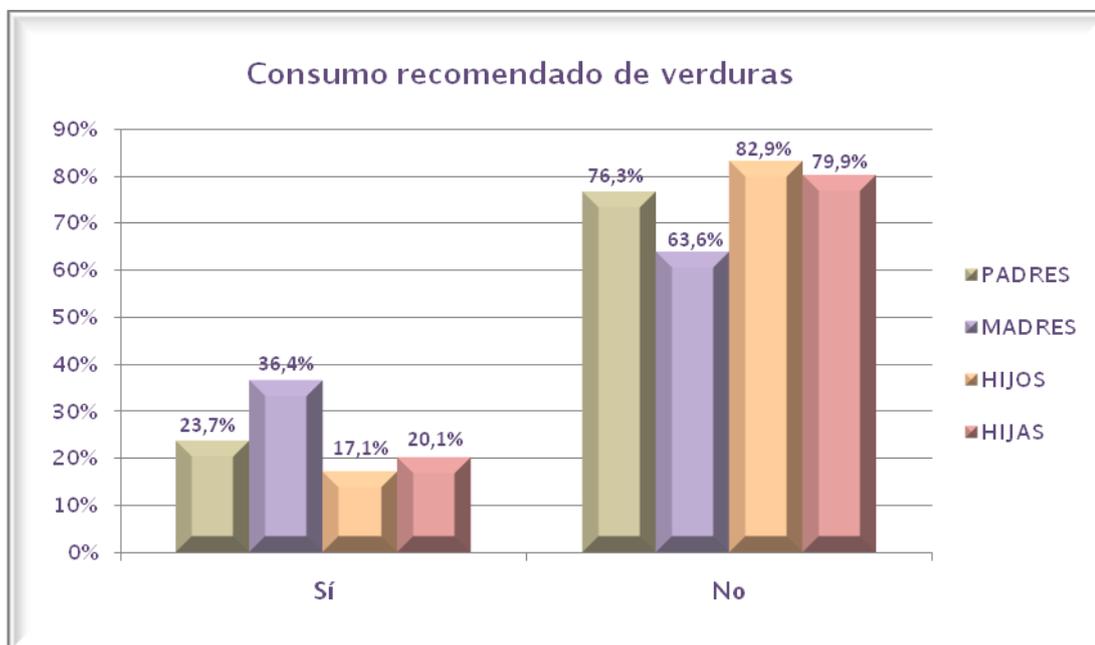
» **FRUTAS**

Gráfico 50. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de frutas.



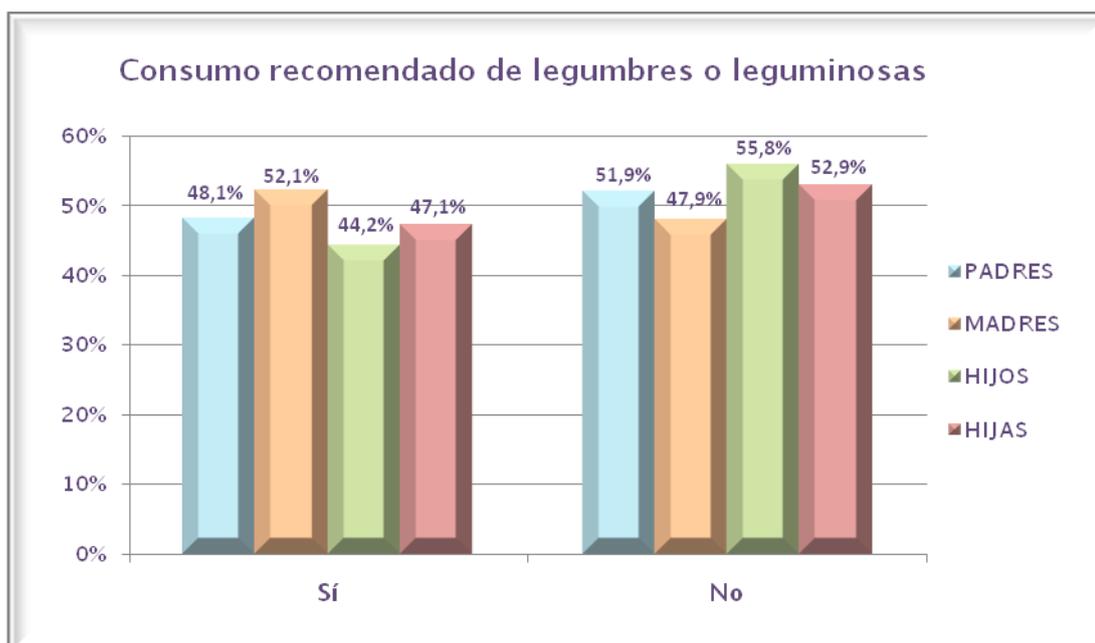
» VERDURAS

Gráfico 51. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de verduras.



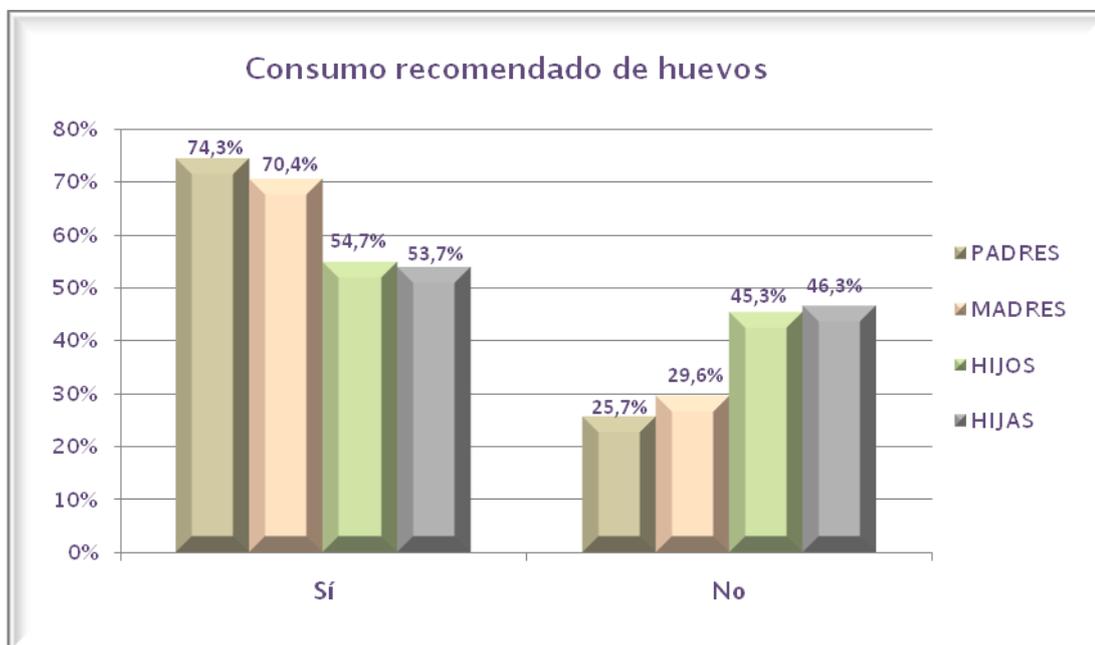
» LEGUMBRES O LEGUMINOSAS

Gráfico 52. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de legumbres o leguminosas.



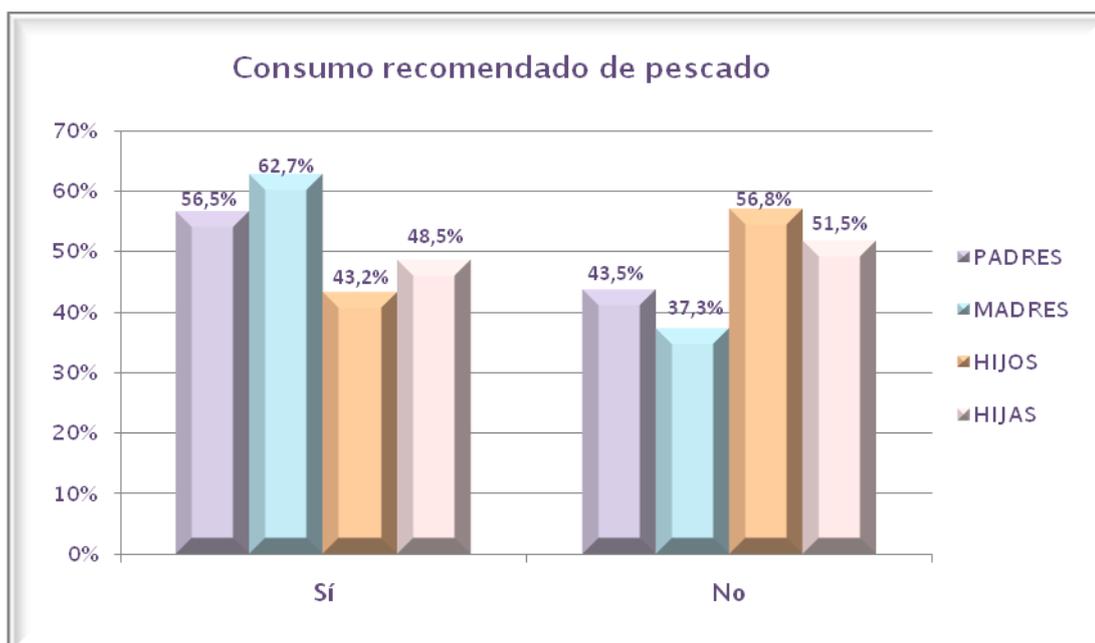
» **HUEVOS**

Gráfico 53. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de huevos.



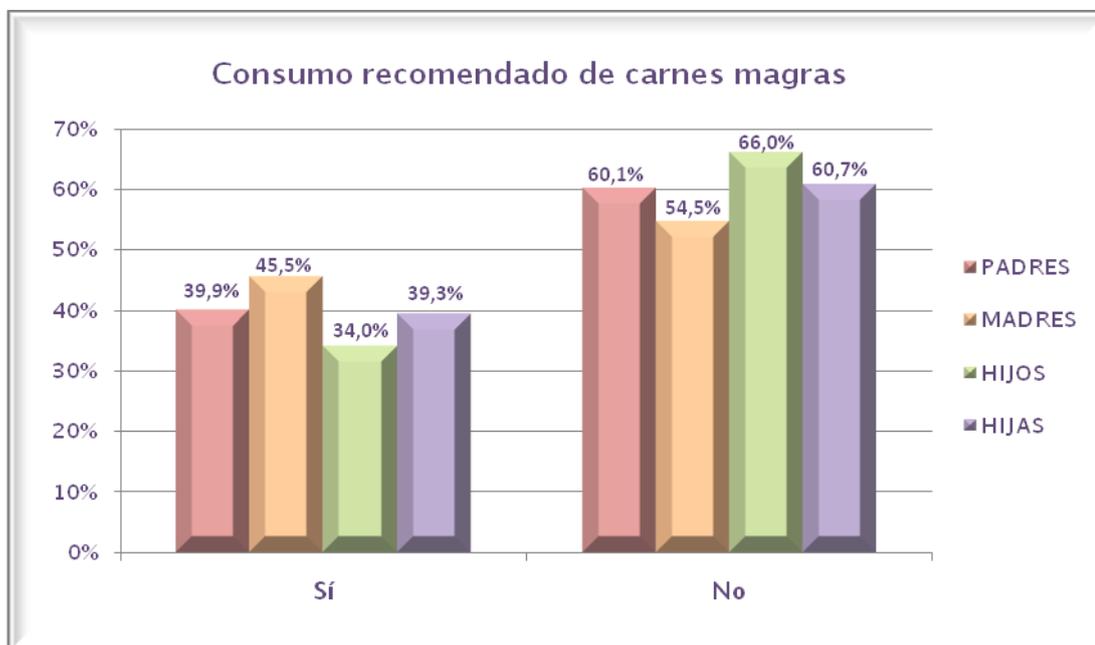
» **PESCADO**

Gráfico 54. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de pescado.



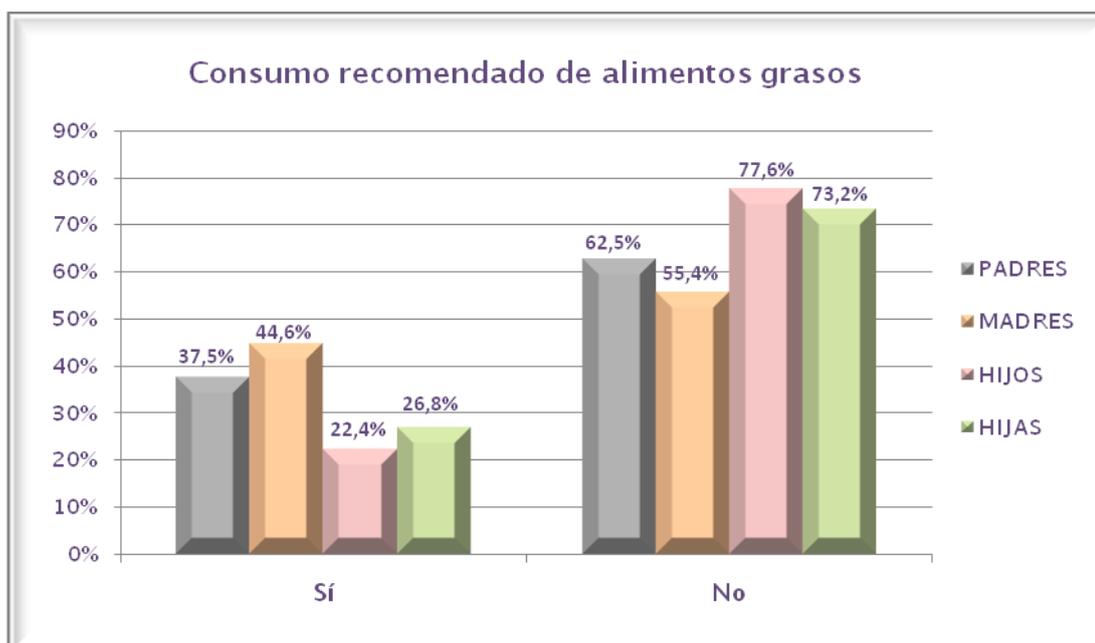
» **CARNES MAGRAS**

Gráfico 55. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de carnes magras.



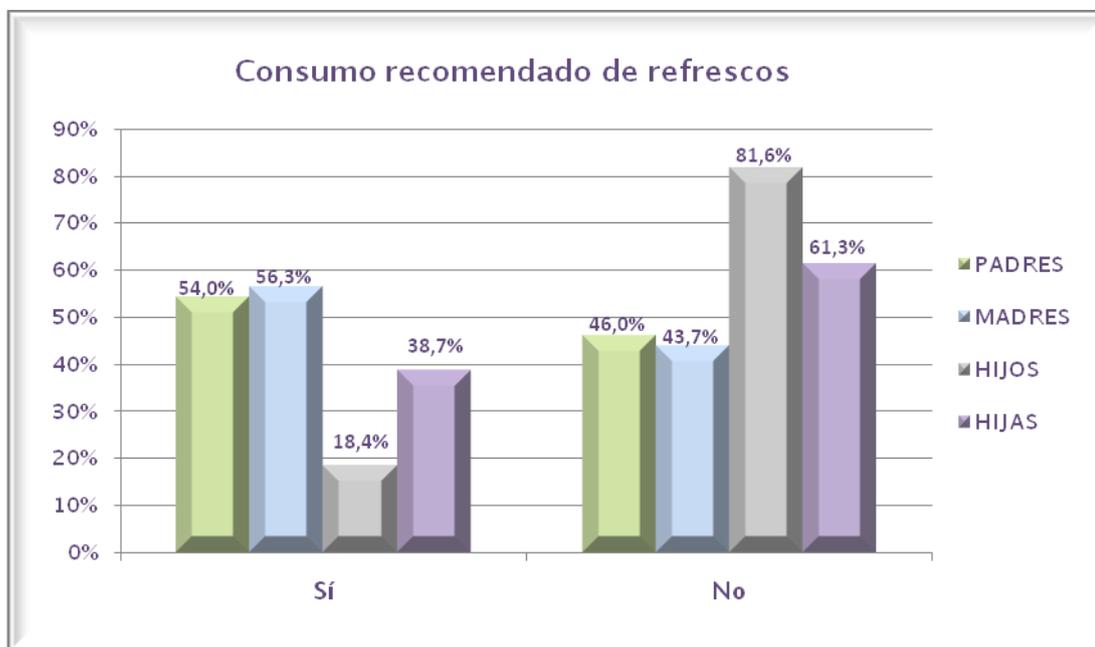
» **ALIMENTOS GRASOS**

Gráfico 56. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de alimentos grasos.



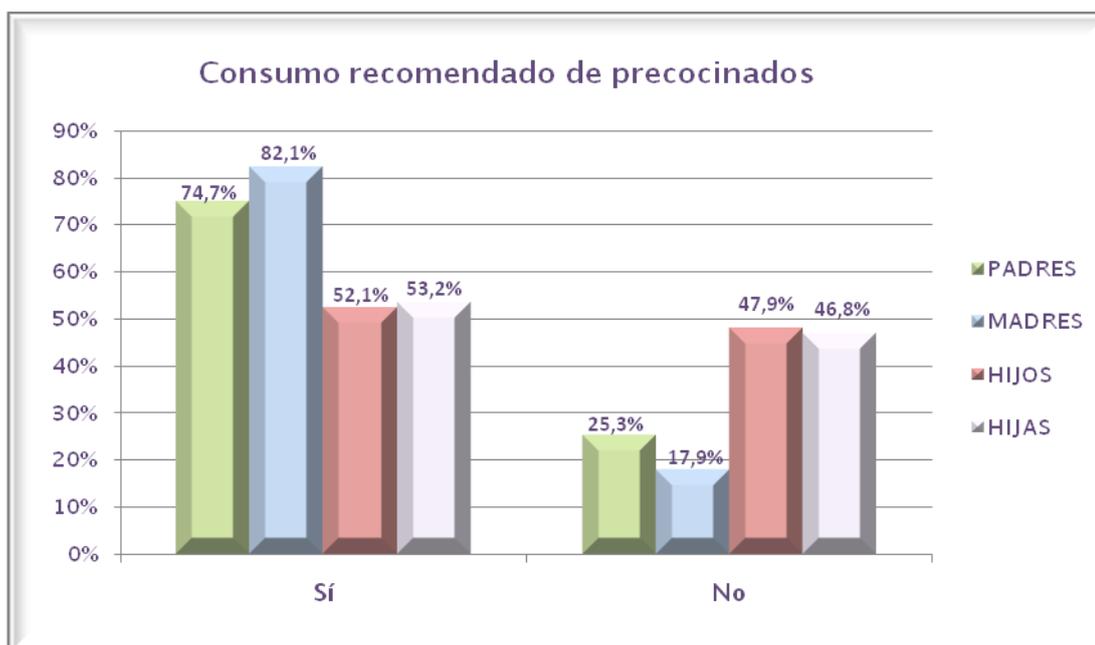
» **REFRESCOS**

Gráfico 57. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de refrescos.



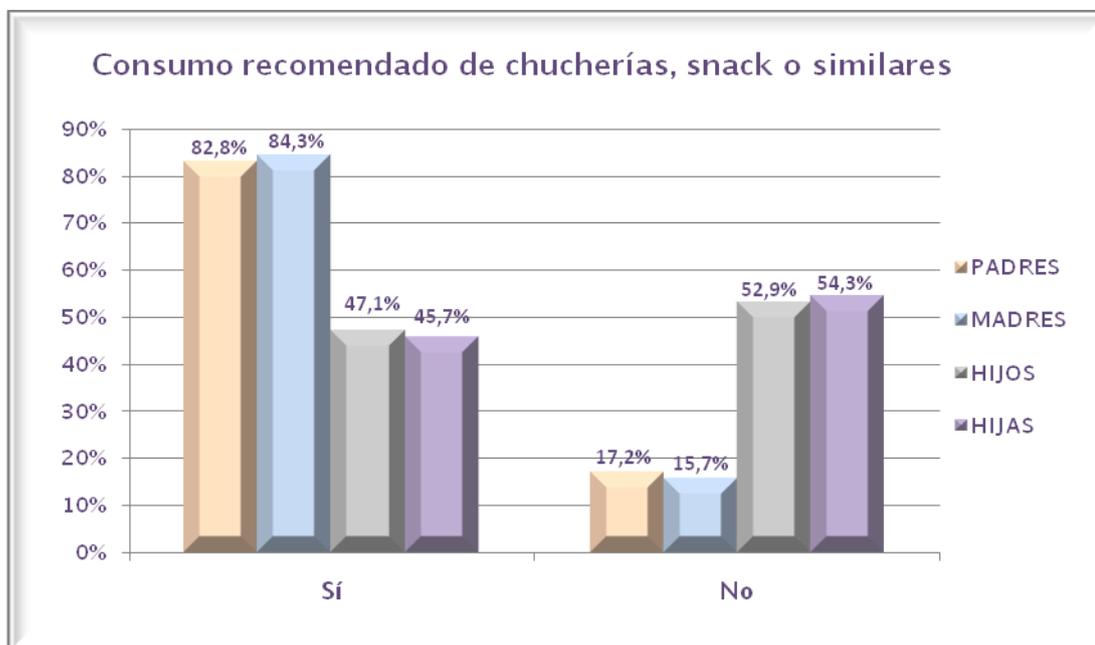
» **PLATOS PRECOCINADOS**

Gráfico 58. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de precocinados.



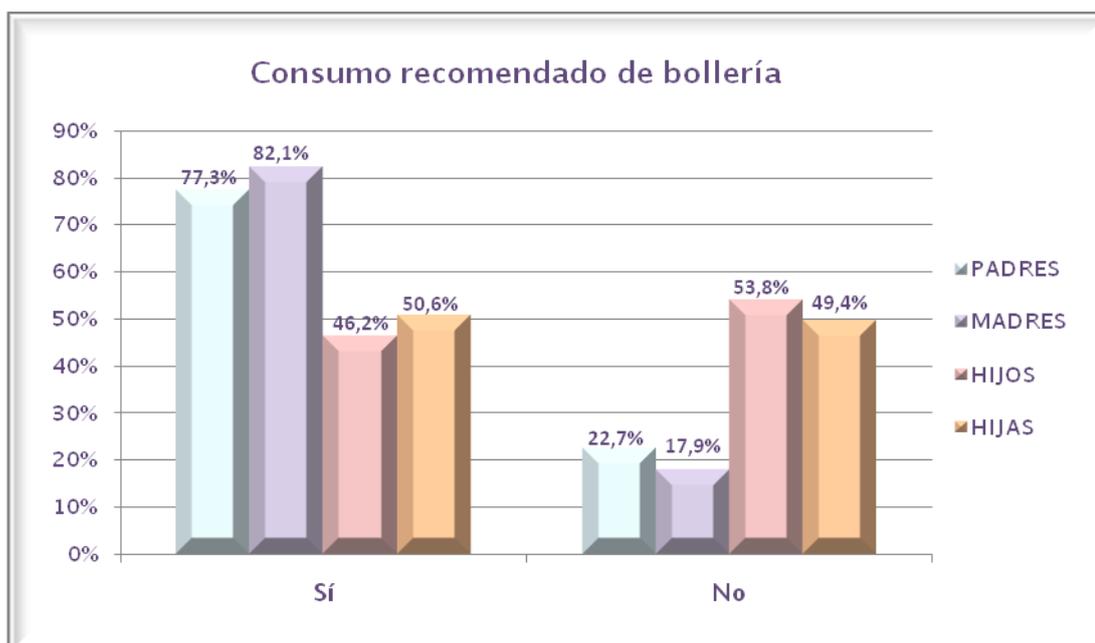
» **CHUCHERÍAS, SNACKS**

Gráfico 59. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de chucherías, snacks,...



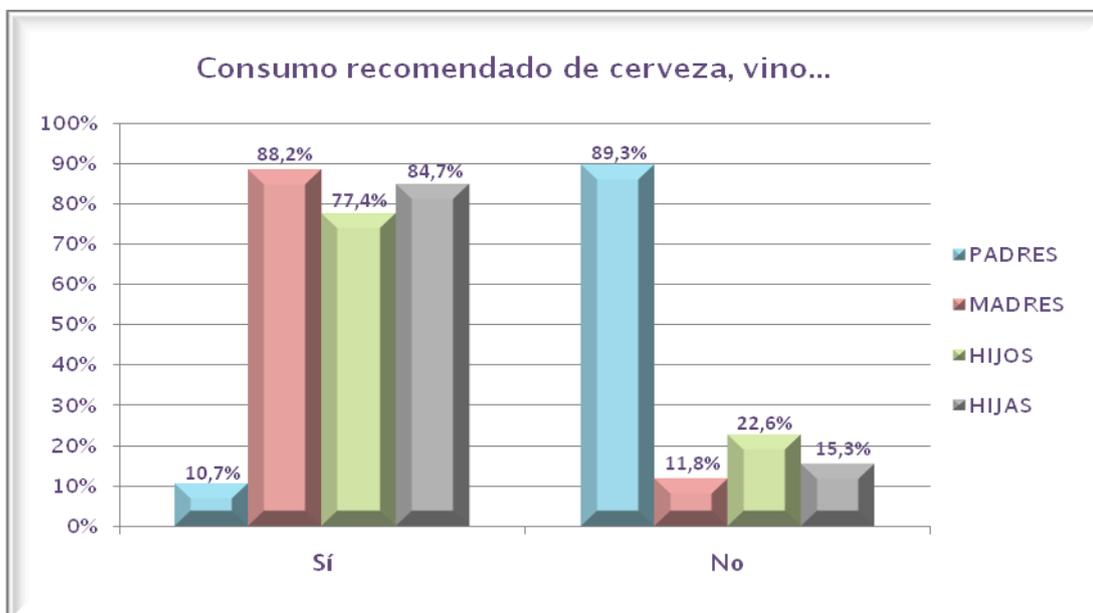
» **BOLLERÍA**

Gráfico 60. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de bollería.



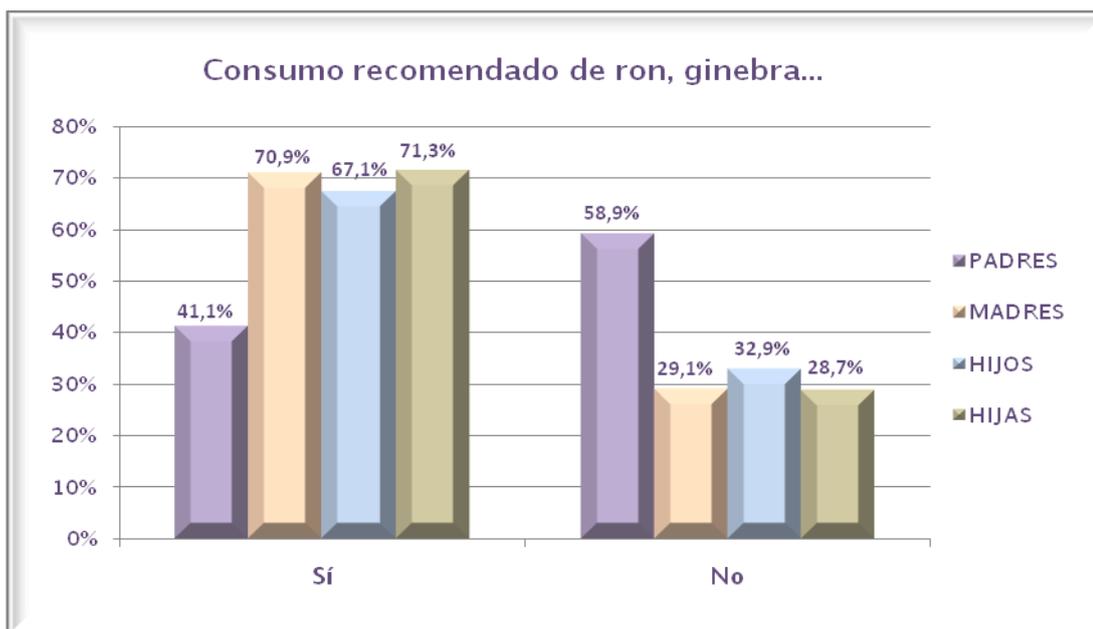
» **BEBIDAS ALCOHÓLICAS BAJA GRADUACIÓN**

Gráfico 61. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de bebidas alcohólicas de baja graduación.



» **BEBIDAS ALCOHÓLICAS ALTA GRADUACIÓN**

Gráfico 62. Cumplimiento de las recomendaciones de consumo de bebidas alcohólicas de alta graduación.



Entre los adolescentes, el **sexo** influye en el cumplimiento de las recomendaciones de consumo, expresadas en los gráficos anteriores, en alimentos como pan o picos ($p < 0,05$), frutas ($p < 0,05$), carnes ($p < 0,05$) o refrescos ($p < 0,001$), no siendo así en el resto.

Respecto al análisis de las **asociaciones entre el consumo recomendado de los diferentes tipos de alimentos en los padres y las madres con dicho consumo en los hijos/as**, se ha obtenido lo siguiente:

Las madres que cumplen las recomendaciones de consumo de los siguientes grupos de alimentos influyen de manera significativa en que sus hijos/as también lo hagan: pan o picos ($p < 0,05$); fruta ($p < 0,05$); verduras ($p < 0,001$); legumbres ($p < 0,001$);

Las madres influyen en sus hijos/as para que cumplan las recomendaciones de consumo de pan o picos, frutas, verduras, legumbres, huevos, pescado, carnes, alimentos grasos, refrescos, precocinados y bollería.

Los padres influyen en sus hijos/as para que cumplan las recomendaciones de consumo de pan o picos, pasta, arroz o patatas, frutas, verduras, legumbres, pescado, alimentos grasos y precocinados.

huevos ($p < 0,05$); pescado ($p < 0,05$); carnes ($p < 0,05$); alimentos grasos ($p < 0,05$); refrescos ($p < 0,001$); precocinados ($p < 0,001$); bollería ($p < 0,05$).

No encontramos asociación, y por tanto no puede decirse que el comportamiento de las madres influye en el de los hijos/as, en el caso de los lácteos, pasta, arroz o patatas y chucherías o snacks.

Los padres que cumplen las recomendaciones influyen en los hijos/as para que también las cumplan respecto al consumo de los siguientes alimentos: pan o picos ($p < 0,001$); pasta, arroz o patatas ($p < 0,05$); fruta ($p < 0,05$); verduras ($p < 0,05$); legumbres ($p < 0,05$); pescado ($p < 0,001$); alimentos grasos ($p < 0,05$) y precocinados ($p < 0,05$).

No se obtiene asociación con significación estadística entre padres e hijos/as en el caso de los lácteos, huevos, carnes, refrescos, chucherías o snacks y bollerías.

En cuanto a **la influencia en el consumo recomendado de bebidas alcohólicas**, para las de baja graduación encontramos que no influye el comportamiento de los padres ni de las madres en el de los hijos/as. En el consumo de bebidas de alta graduación se observa que el hecho de que los

padres cumplan las recomendaciones de consumo influye en que los hijos/s también las cumplan, siendo esta asociación estadísticamente significativa ($p < 0,05$).

Los padres que cumplen las recomendaciones de consumo de bebidas de alta graduación influyen en sus hijos/as para que también las cumplan.

» CONSUMO RECOMENDADO SEGÚN ÍNDICE SINTÉTICO

Uno de los aspectos tenidos en cuenta a la hora del planteamiento del estudio ha sido el nivel socioeconómico, considerado para la organización de la muestra en estratos, y determinado por el Índice Sintético de Nivel Socioeconómico (IS) del barrio al que pertenece el centro escolar (5 niveles, ordenados desde el mayor nivel -IS 1- al menor -IS 5-).

Por tanto, y aunque no proceda un estudio exhaustivo de los datos, se decide elegir un aspecto global para comparar de manera descriptiva los resultados según el Índice Sintético, seleccionándose para ello el

cumplimiento del consumo recomendado de alimentos.

No hay que olvidar que el IS hace referencia al barrio donde se ubica el centro escolar y no exactamente al nivel socioeconómico familiar, lo que supone una medida únicamente indirecta. Por tanto son datos que se ofrecen con la cautela correspondiente, y sin llegar más que a una posible aproximación a la realidad.

En cualquier caso, y sin otorgar más importancia que la ya referida, como resultados más relevantes se han obtenido los siguientes:

Hijos/as: se observa una disminución del cumplimiento de las recomendaciones a medida que disminuye el nivel socioeconómico en el caso de los **lácteos** (cumplimiento del 60,8% en el IS 1 y del 48,7% en el IS 5) y el **pescado** (48,8% en el IS 1 y del 26,7% en el IS 5).

Se cumplen las recomendaciones con más frecuencia en el IS mayor (menor nivel socioeconómico) en el caso del consumo de **pasta, arroz o patata** (41,4% para el IS 1, 60,7% para el IS 5).

Se cumplen con menor frecuencia en el IS mayor respecto al menor las recomendaciones para **alimentos grasos** (manteca, margarinas, chacinas,...) siendo del 18,2% en el IS 5 y del 24,5% en el IS 1 y para los **refrescos** (11,4% en el IS 5 y 30,8% en el IS 1).

En el resto de alimentos existen variaciones para cada caso, no se observa una tendencia concreta.

Padres: se observa un menor cumplimiento de las recomendaciones en el nivel socioeconómico menor en el caso del **pescado** (cumplimiento adecuado del 59,1% en el IS 1 y del 41,4% en el IS 5), en los **alimentos grasos** (40,3% en el IS 1 y del 24,1% en el IS 5) y los **refrescos** (57,3% en el IS 1 y 44,8% en el IS 5), existiendo un

mejor cumplimiento en niveles socioeconómicos bajos para el consumo de **legumbres** (41,9% en el IS 1 y del 62,1% en el IS 5).

Madres: el cumplimiento de las recomendaciones es menor en el nivel socioeconómico más bajo en el caso de las **frutas** (cumplimiento adecuado del 43,5% en el IS 1 y del 29,4% en el IS 5), las **verduras** (cumplimiento adecuado del 37,7% en el IS 1 y del 20,6% en el IS 5), en los **alimentos grasos** (50,3% en el IS 1 y del 38,2% en el IS 5) y los **refrescos** (57,4% en el IS 1 y 41,2% en el IS 5), existiendo un mejor cumplimiento en niveles bajos para el consumo de **pasta, arroz o patata** (39,3% en el IS 1 y del 55,9% en el IS 5).

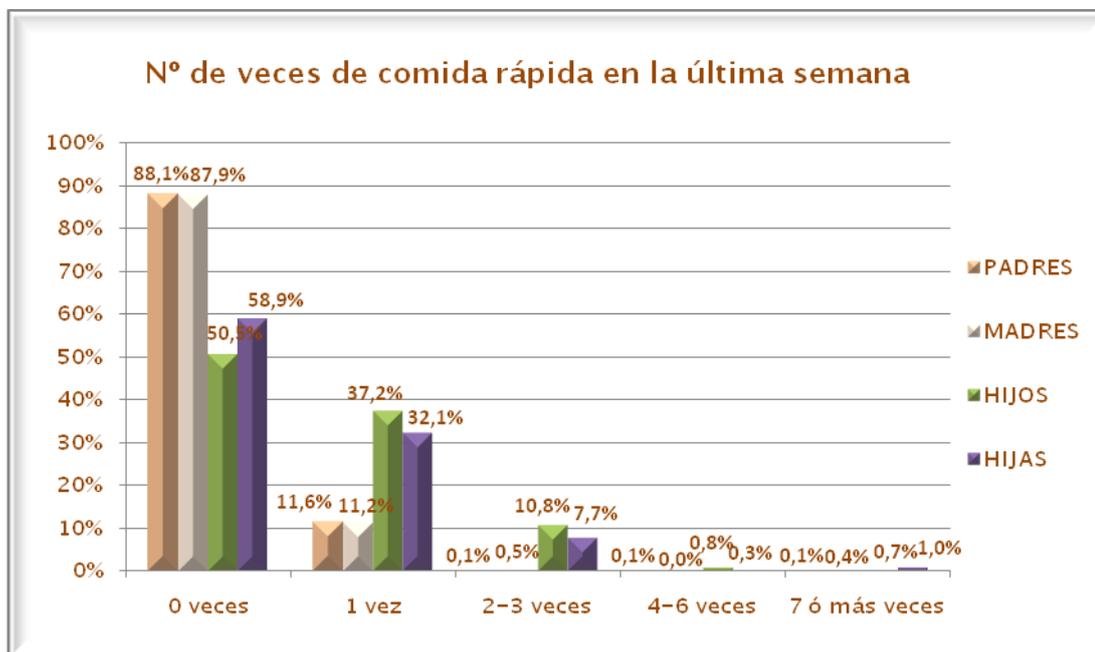
FRECUENTACIÓN DE ESTABLECIMIENTOS DE COMIDA RÁPIDA

En la última semana, los/las adolescentes habían comido en establecimientos de comida rápida (burger, pizzerías,...) con las siguientes frecuencias: el 0,8% 7 o más veces, el 0,5% de 4 a 6 veces, el 9,2% 2 ó 3 veces, el 34,5% una vez y el 54,9% en ninguna ocasión.

el 0,4% de las madres, de 4 a 6 veces el 0,1 % de los padres y el 0,0% de las madres, 2 ó 3 veces el 0,1 % de los padres y el 0,5% de las madres, una vez el 11,6% de los padres y el 11,2% de las madres y no han acudido en ninguna ocasión el 88,2 % de los padres y el 87,9% de las madres.

Dicen haber frecuentado dichos establecimientos 7 o más veces en los últimos 7 días el 0,1 % de los padres y

Gráfico 63. Frecuencia de consumo de comida rápida en la última semana.



7.3 HÁBITOS EN RELACIÓN A LA ACTIVIDAD FÍSICA

MOVILIDAD AL CENTRO ESCOLAR O AL TRABAJO

Los **hijos/as** que habitualmente **acuden al centro escolar** caminando alcanzan el 55,1%, los que van en autobús, coche, metro o moto son el 43,1% y en bicicleta el 1,8%. Si hacen algún trayecto caminando, tardan menos de 15 minutos el 72,8% y 15 minutos o más el 27,2%.

Vuelven del centro escolar caminando el 61,1%, en autobús, coche, metro o moto el 36,8% y en bicicleta el 2,1%.

Los **padres acuden habitualmente al trabajo** caminando en un porcentaje del 14,7% (el 56,0% de éstos emplea menos de 15 minutos y el 44,0% tarda 15 minutos o más), en autobús, coche, metro o moto en un 79,6% de los casos y el 5,7% va en bicicleta.

El 24,7% de las **madres acude al trabajo** caminando (el 53,1% de ellas tarda menos de 15 minutos y 15 minutos o más el 46,9%), el 73,6% va en autobús, coche, metro o moto y el 1,7% en bicicleta.

El 13,8% de los padres y el 21,7% de las madres **vuelven caminando del trabajo**, el 80,3% de los padres y el 76,4% de las madres en autobús, coche, metro, moto y el 5,9% de los padres y el 1,9% de las madres vuelve en bicicleta.

El análisis de estos datos se ha realizado para conocer la posible actividad física que de manera rutinaria realizarían los padres y madres y sus hijos/as al acudir o volver de sus compromisos laborales o escolares, con un carácter únicamente descriptivo de ello. No se ha considerado de interés la posible influencia de los padres o las madres con su manera de acudir al trabajo, en el comportamiento de sus hijos/as respecto al modo de ir o venir al centro escolar, entendiendo que son comportamientos, aunque en algún modo paralelos, diferentes en sí mismos e influidos por otros factores ajenos, dependientes de circunstancias laborales, horarias, geográficas, etc.

Gráfico 64. Modo de ir al trabajo o al colegio.

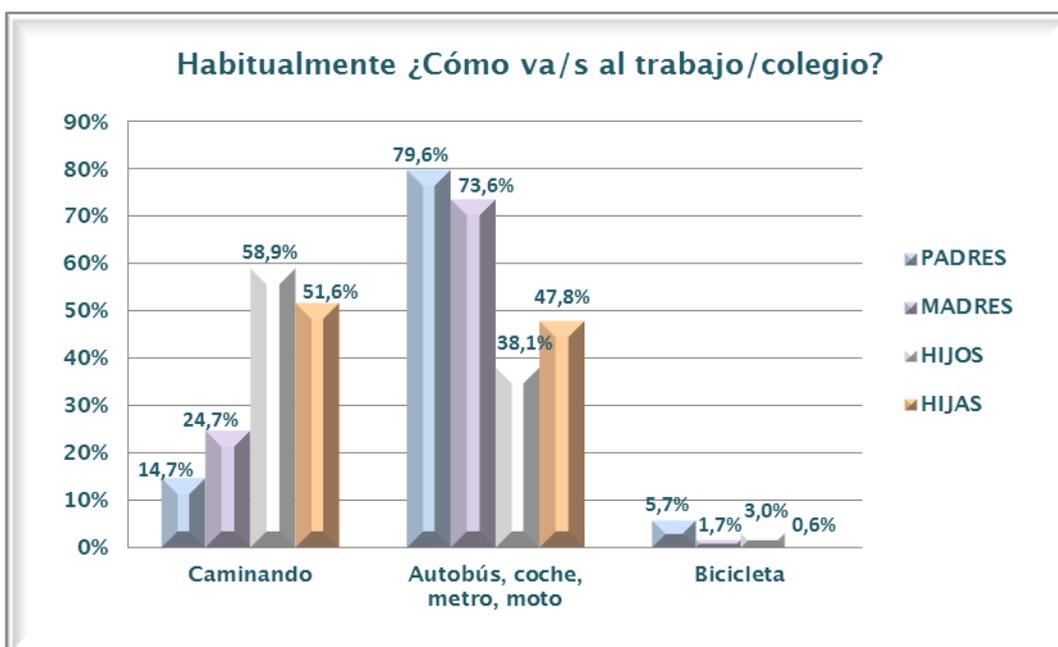


Gráfico 65. Modo de volver del trabajo o del colegio.

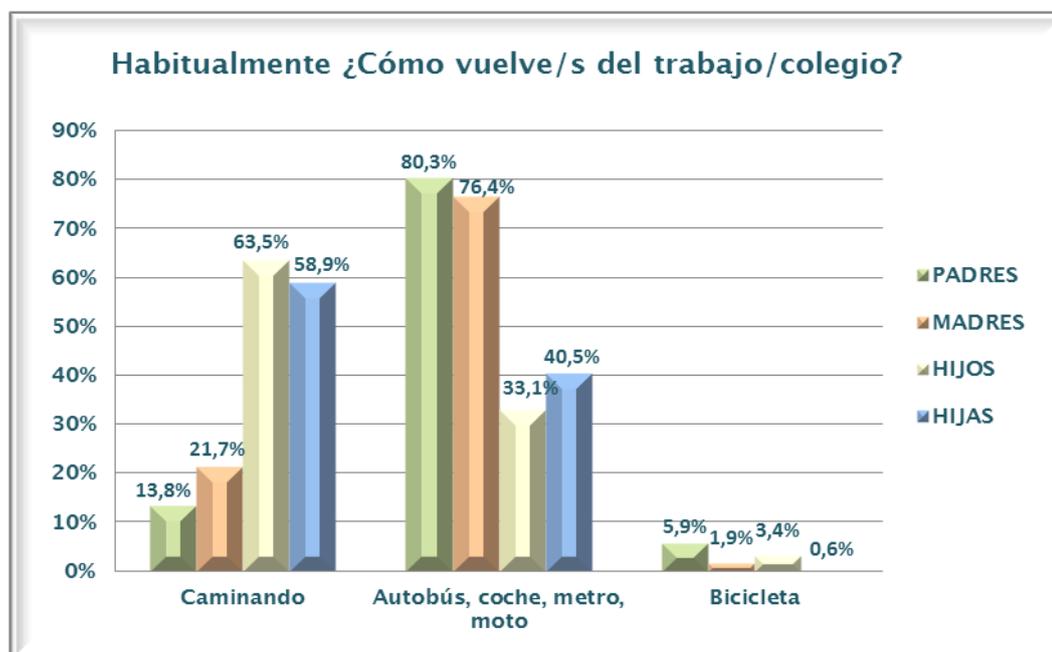
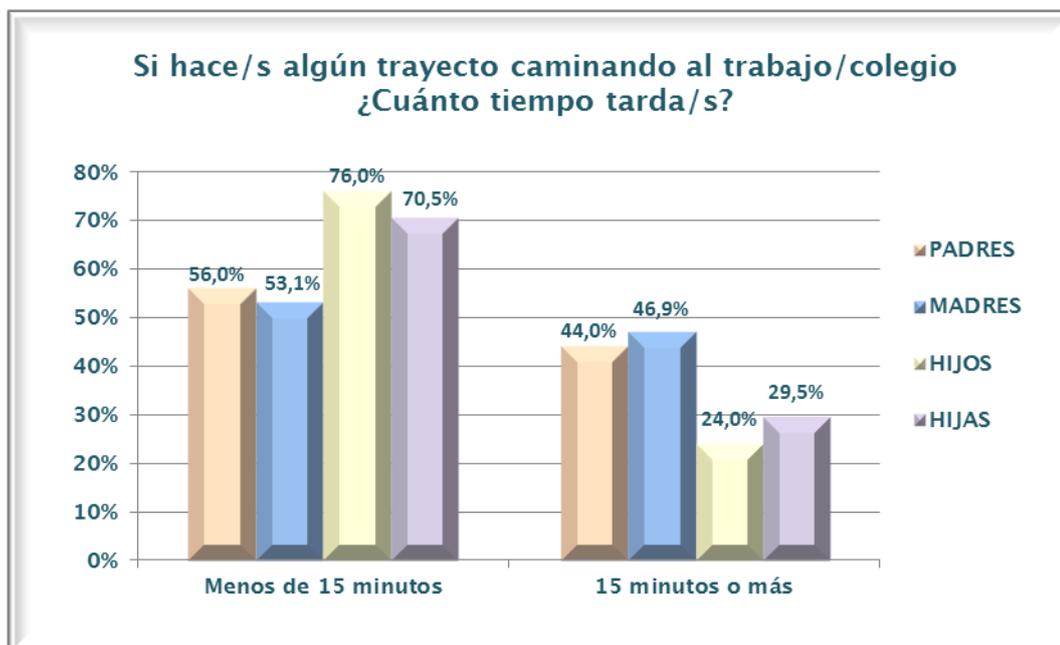


Gráfico 66. Tiempo que caminan al ir al trabajo/colegio.



ACCESO AL DOMICILIO

Suben normalmente a casa por las escaleras el 37,7% de los hijos/as, el 29,9% de los padres y el 29,1% de las madres; por el ascensor el 29,7% de los hijos/as, el 41,3% de los padres y el 40,4% de las madres; indistintamente por escalera o ascensor el 10,2% de los hijos/as, el 7,0% de los padres y el 8,1% de las madres; el resto viven en una casa o piso bajo.

Bajan normalmente de casa por las escaleras el 45,2% de los hijos/as, el 35,4% de los padres y el 35,6% de las madres; por el ascensor el 22,3% de los hijos/as, el 35,7% de los padres y el 34,0% de las madres; indistintamente por escalera o ascensor el 10,2% de los hijos/as, el 6,8% de los padres y el 7,6% de las madres; el resto viven en una casa o piso bajo.

Gráfico 67. Modo de subir al domicilio.

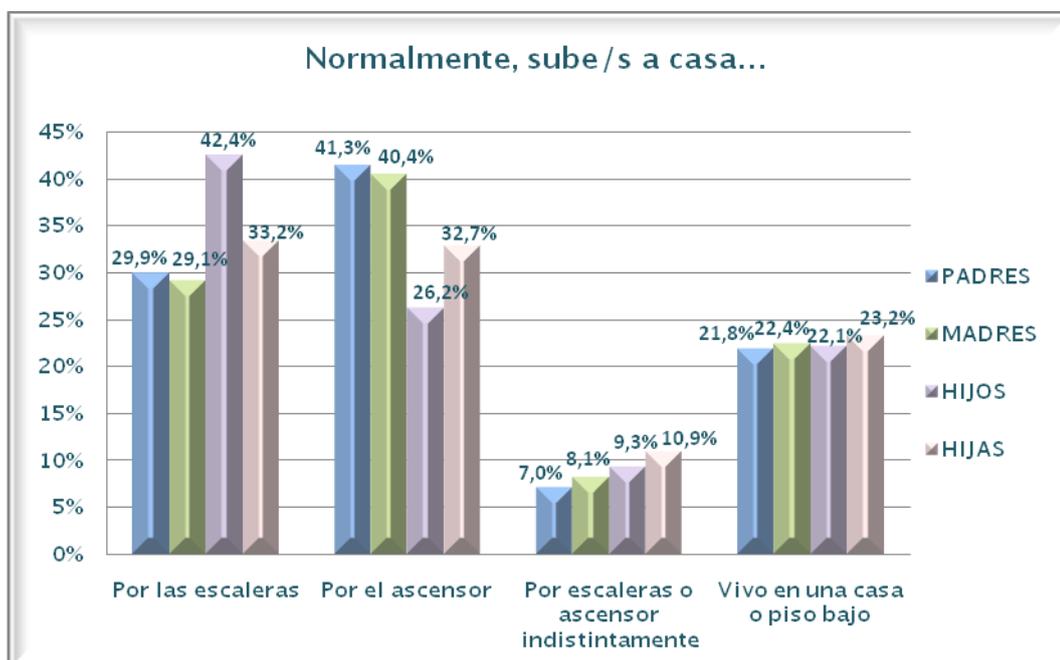
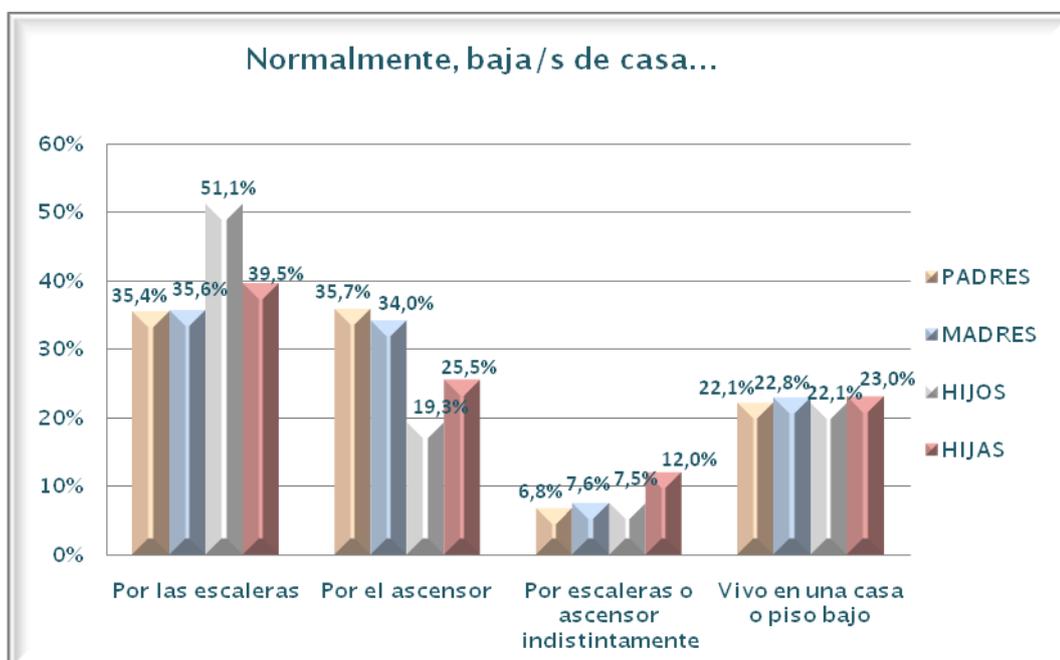


Gráfico 68. Modo de bajar del domicilio.



Respecto a la influencia del **sexo**, las hijas suben y bajan de casa por las escaleras con menor frecuencia que los hijos, encontrándose significación estadística al estudiar estas asociaciones ($p < 0,05$ en ambos casos).

El 86,6% de los hijos/as cuyas madres suben a casa por las escaleras también lo hacen, frente al 14,7% que suben por las escaleras aunque sus madres suban por el ascensor, y suben por el ascensor el 66,7% si sus madres también suben por el ascensor frente al 9,6% que lo hacen aun si estas suben por las escaleras. Los hijos/as cuyos padres suben por las escaleras lo hacen igual en un 86,0%, y suben por el ascensor en el 18,5% de los casos; cuando los padres suben por el ascensor el 64,4% de los hijos/as también lo hacen frente al 7,2% de los hijos/as que suben por el ascensor aunque sus padres suban por las escaleras.

Para este análisis se han excluido los casos en que tanto padres como madres o hijos/as viven en una casa o piso bajo, ya que es una situación que no implica la realización o no de actividad física, puesto que no hay que subir ni bajar para acceder al domicilio o salir de él.

Tanto **las madres como los padres influyen en que sus hijos/as suban a casa por las escaleras**, con significación estadística en ambos casos ($p < 0,001$). También **ambos influyen en que sus hijos/as bajen por las escaleras** cuando ellas y ellos también lo hacen ($p < 0,001$), siendo las diferencias en los porcentajes obtenidos parecidas a las referidas para la subida.

Las madres y los padres influyen positivamente en sus hijos/as para que suban a casa o bajen de ella por las escaleras.

ACTIVIDADES SEDENTARIAS

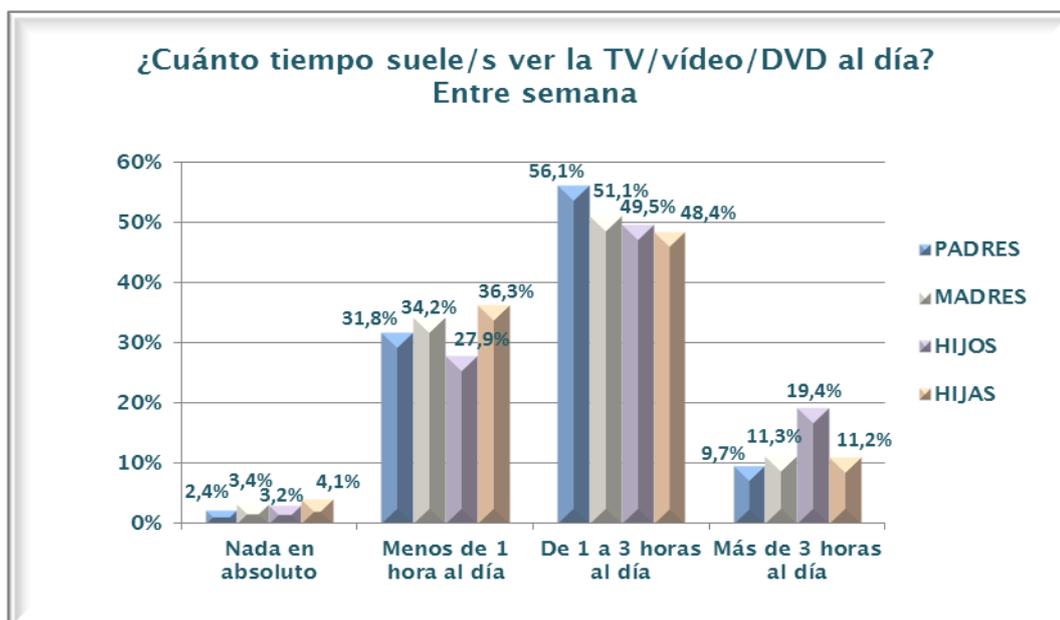
Respecto al tiempo que dedican, **entre semana** (de lunes a viernes), a **ver la televisión** (incluyendo video, DVD) se obtienen los siguientes resultados:

De los **hijos/as**, el 15,2% dedica más de 3 horas/día; el 49,3% de 1 a 3 horas/día; el 31,8% menos de 1 hora/día y el 3,7% no ve la televisión nada en absoluto.

En cuanto a los **padres**, el 9,7% dedica más de 3 horas/día; el 56,1% de 1 a 3 horas/día; el 31,8% menos de 1 hora/día y el 2,4% no ve la televisión nada en absoluto.

Las **madres** ven la televisión en los siguientes porcentajes: el 11,3% más de 3 horas/día; el 51,1% de 1 a 3 horas/día; el 34,2% menos de 1 hora/día y el 3,4% nada en absoluto.

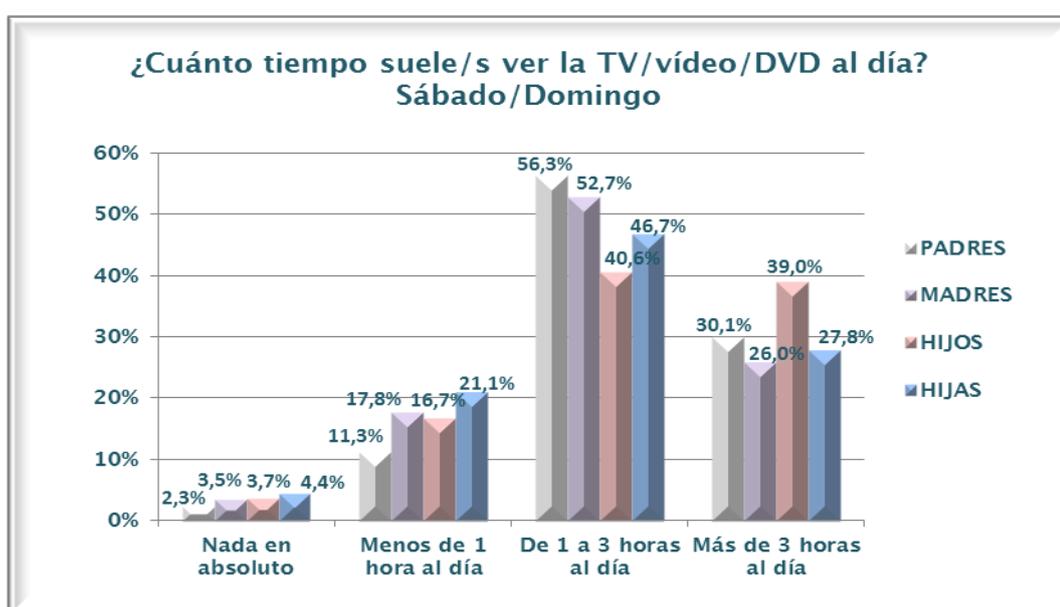
Gráfico 69. Tiempo de Televisión/Vídeo/DVD al día (entre semana).



En el fin de semana el 33,6% de los hijos/as, el 30,1% de los padres y el 26,0% de las madres ven la televisión más de 3 horas/día; el 43,4% de los hijos/as, el 56,3% de los padres y el 52,7% de las madres la ven de 1 a 3

horas/día; el 19,0% de los hijos/as, el 11,3% de los padres y el 17,8% de las madres menos de 1 hora/día y el 4,0% de los hijos/as, el 2,3% de los padres y el 3,5% de las madres nada en absoluto.

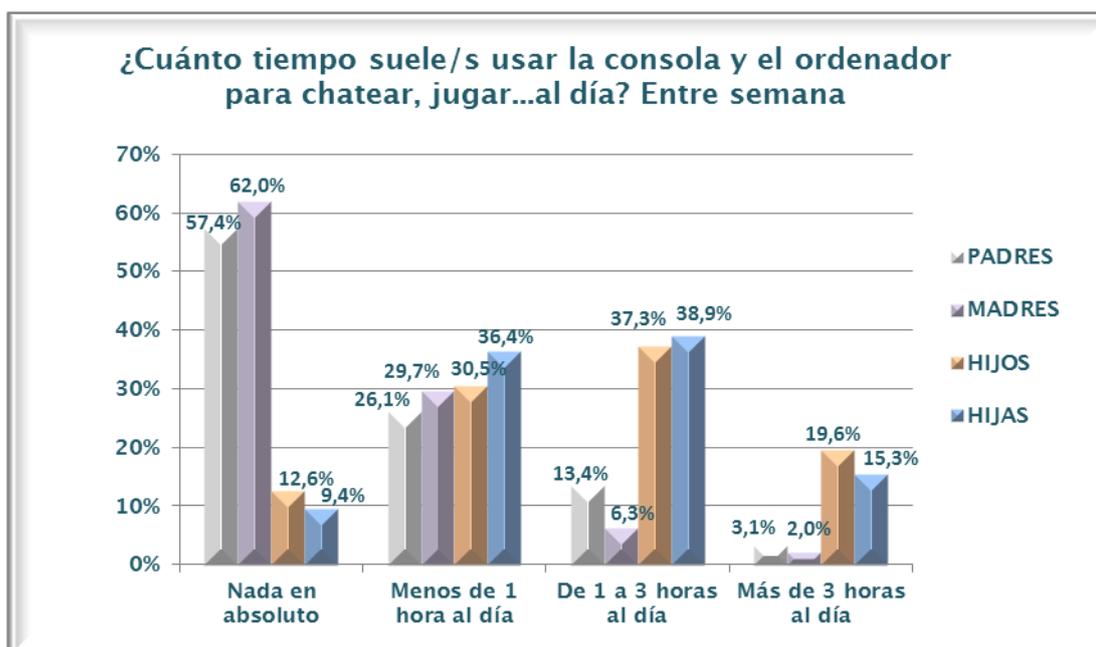
Gráfico 70. Tiempo de Televisión/Vídeo/DVD al día (fin de semana).



En cuanto al tiempo de uso de consolas u ordenador (para jugar o chatear) durante la semana las frecuencias obtenidas en los hijos/as son: El 17,3% dedica más de 3 horas/día; el 38,1% de 1 a 3 horas/día; el 33,5% menos de 1 hora/día y el 11,1% nada en absoluto. El 3,1% de los padres y el 2,0% de las madres usan

consola u ordenador entre semana más de 3 horas/día; el 13,4% de los padres y el 6,3% de las madres de 1 a 3 horas/día; el 26,1% de los padres y el 29,7% de las madres menos de 1 hora/día y el 57,4% de los padres y el 62,0% de las madres nada en absoluto.

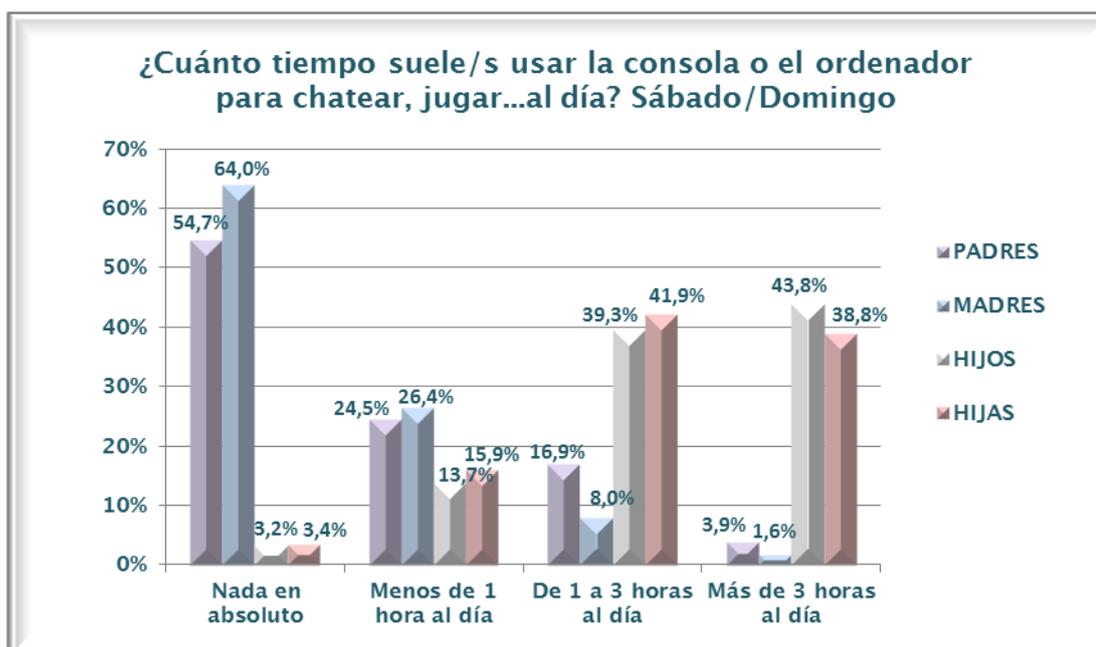
Gráfico 71. Tiempo de Consola/Ordenador al día (entre semana).



En el fin de semana el 41,0% de los hijos/as, el 3,9% de los padres y el 1,6% de las madres usan la consola o el ordenador más de 3 horas/día; el 40,6% de los hijos/as, el 16,9% de los padres y el 8,0% de las madres los usan de 1 a 3 horas/día; el 14,8% de los hijos/as, el

24,5% de los padres y el 26,4% de las madres menos de 1 hora/día y el 3,6% de los hijos/as, el 54,7% de los padres y el 64,0% de las madres nada en absoluto.

Gráfico 72. Tiempo de Consola/Ordenador al día (fin de semana).



En cuanto al **sexo** de los hijos/as, si tenemos en cuenta la categoría máxima y que sería absolutamente no recomendable, esto es, más de 3 horas al día, siempre aparecen los varones

como más consumidores de actividades sedentarias que las mujeres, sea cual sea el tipo y el momento durante la semana.

COMPORTAMIENTO SEDENTARIO

Para poder tener una visión de conjunto acerca del grado global de sedentarismo, consideramos el aspecto general "Sedentarismo Sí/No" en función de los tiempos de dedicación a las diferentes actividades sedentarias, tanto en fin de semana como entre semana, estableciendo un punto de corte que nos defina comportamientos adecuados o no al respecto.

Definimos así un **comportamiento sedentario** en los casos en que se produzca una dedicación a alguna de las actividades sedentarias consideradas de al menos 1 hora al día entre semana, y más de 3 horas al día en fin de semana.

Los **hijos/as** presentan un comportamiento sedentario por la dedicación considerada no adecuada a cualquiera de las actividades en el 83,5% de los casos, siendo del 67,7% en relación al uso de TV, vídeo, DVD y del 63,0% en relación a utilización de consola u ordenador.

Según el **sexo**, las adolescentes son menos sedentarias que los adolescentes, encontrándose significación estadística en la asociación del sexo con el comportamiento sedentario en las tres situaciones anteriores ($p < 0,05$).

Las **padres** presentan una dedicación superior a la adecuada a cualquiera de las actividades sedentarias en un 70,6%, siendo del 67,1% considerando sólo el uso de TV, vídeo, DVD y del 16,1% si se considera el uso de consola u ordenador.

En las **madres** la dedicación no adecuada a las actividades sedentarias alcanza el 65,9% para todas las actividades en conjunto, el 63,8% para uso de TV, vídeo, DVD y el 8,1% si se considera el uso de consola u ordenador.

Gráfico 73. Comportamiento sedentario (TV, vídeo, ordenador, consola...).

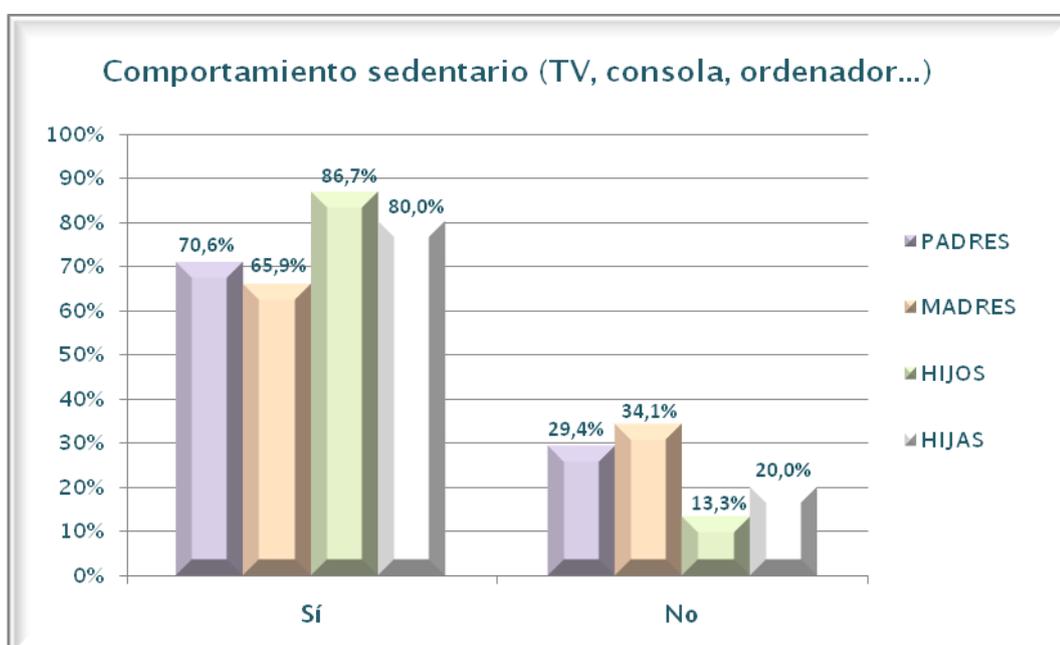


Gráfico 74. Comportamiento sedentario por uso de TV, DVD, vídeo.

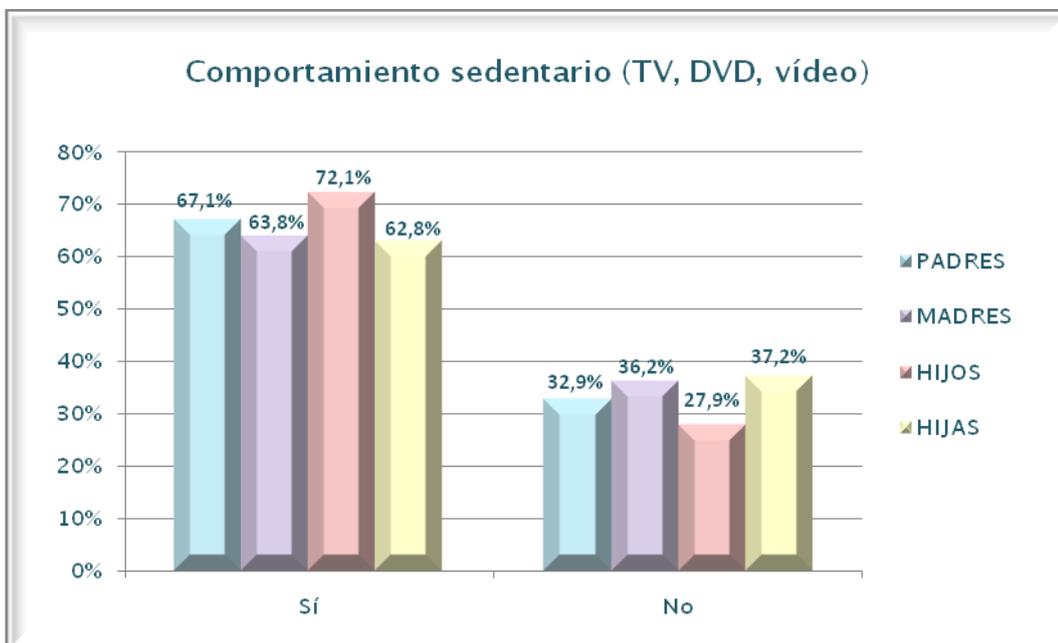
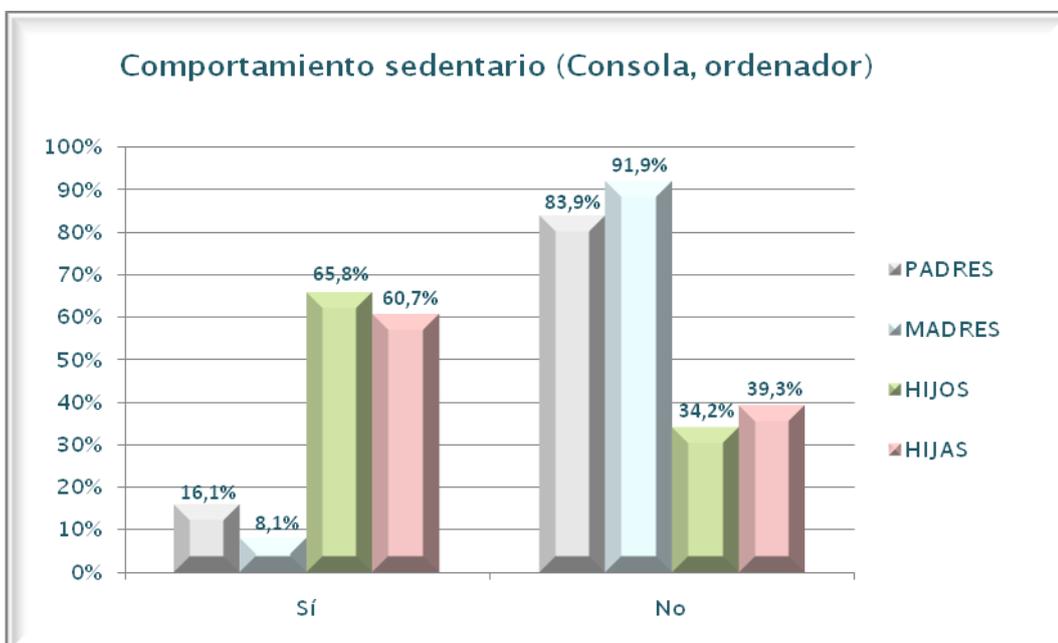


Gráfico 75. Comportamiento sedentario por uso de ordenador o consola.



Al estudiar la **influencia de los padres y las madres con su comportamiento en el comportamiento sedentario de los hijos/as**, encontramos que aunque no observamos influencia en el sedentarismo referido a todas las actividades en conjunto, sí se observa significación en la asociación del comportamiento de padres y madres con sus hijos/as en cuanto al consumo de las actividades relativas a TV/vídeo/DVD ($p=0,06$ en el caso de padres e hijos/as y $p<0,05$ para madres e hijos/as).

Tanto los padres como las madres influyen en sus hijos/as para que tengan un comportamiento sedentario en función del tiempo de dedicación a la visión de televisión según lo tengan o no ellos

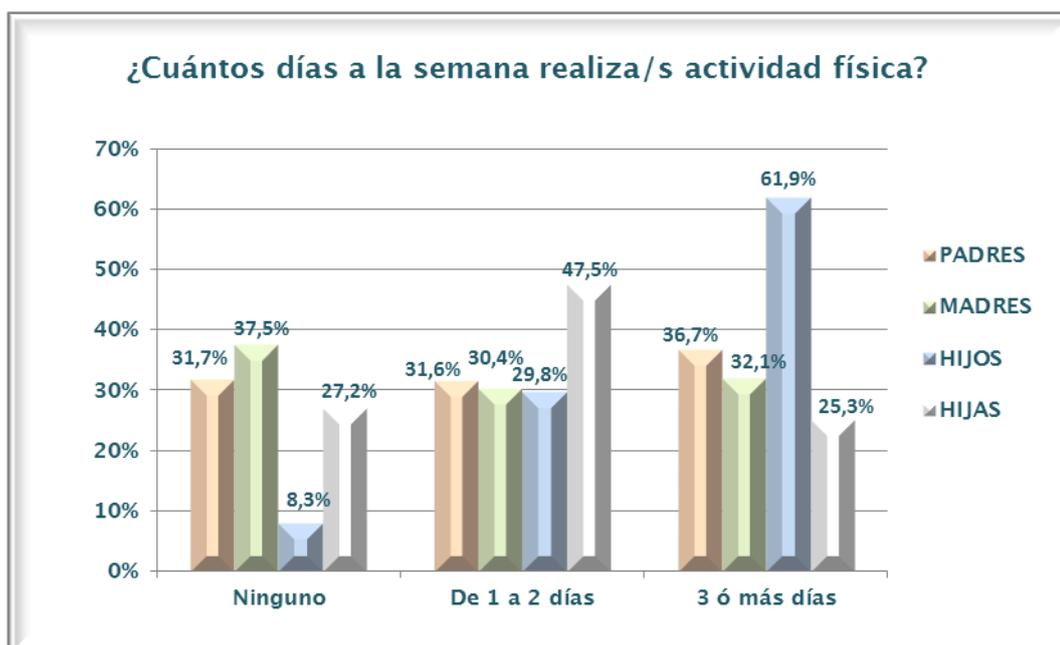
PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

Los **hijos/as** realizan actividad física fuera del horario escolar, incluyendo el fin de semana, con la siguiente frecuencia: el 44,2% dedica 3 ó más días a la semana, el 38,5% 1 ó 2 días y el 17,3% ninguno.

El 36,7% de los **padres** hace actividad física 3 ó más días a la semana, el 31,6% 1 ó 2 días y el 31,7% ninguno.

En el caso de las **madres**, el 32,1% hace actividad física 3 ó más días a la semana, el 30,4% 1 ó 2 días y el 37,5% ninguno.

Gráfico 76. Frecuencia de práctica de actividad física a la semana.

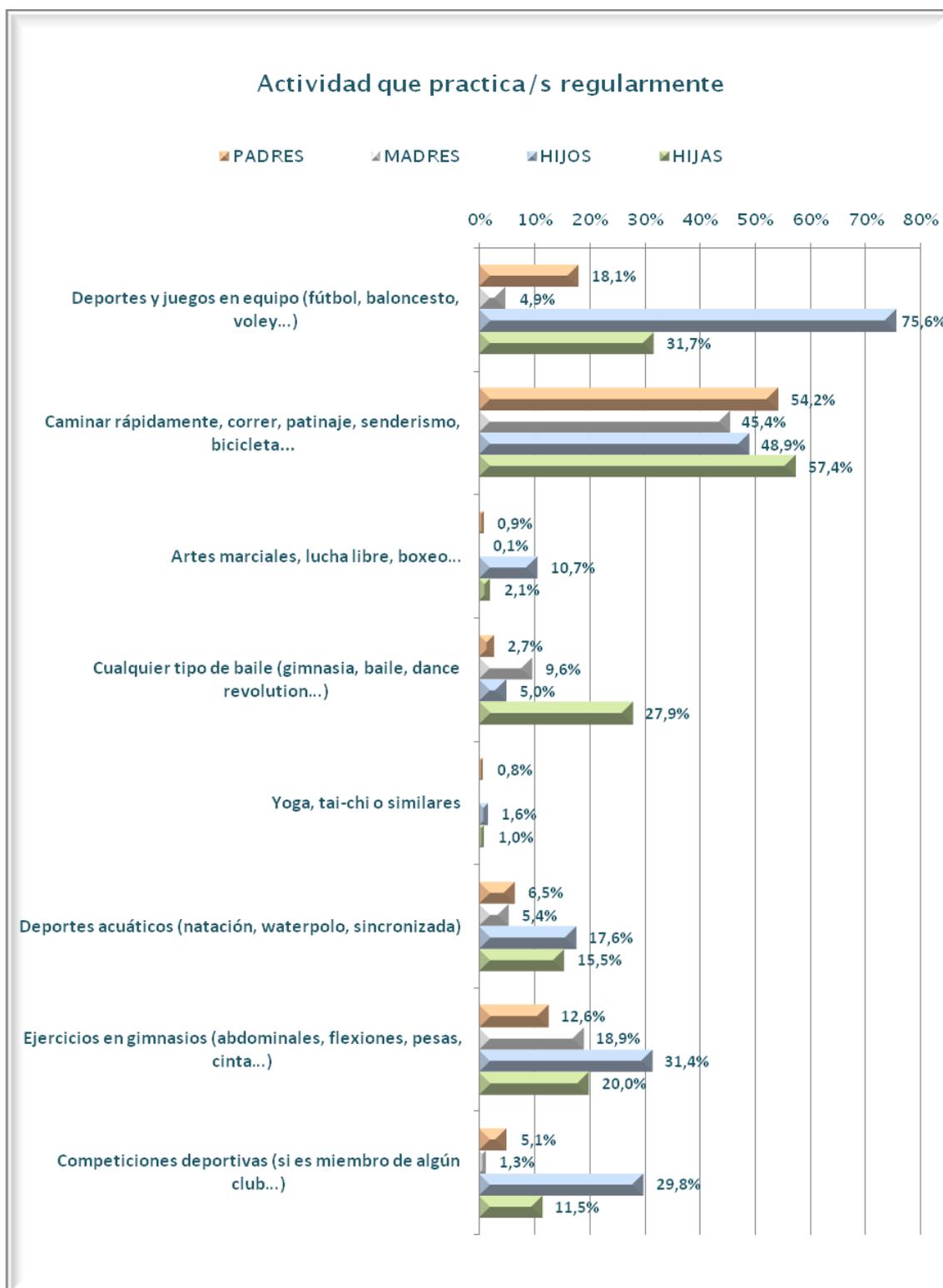


Las **actividades más practicadas** por los hijos/as son deportes y juegos en equipo (54,5%), caminar rápido, correr, patinaje, senderismo o bicicleta (53,2%) y ejercicios en gimnasios (26,1%).

Los padres practican con más frecuencia caminar rápido, correr, patinaje, senderismo o bicicleta (54,2%) y ejercicios en gimnasios (12,6%), y las madres caminar rápido, correr, patinaje, senderismo o bicicleta (45,4%) y ejercicios en gimnasios (18,9%).

El resto de actividades presentan frecuencias menores (todas las actividades practicadas se exponen en el siguiente gráfico).

Gráfico 77. Actividades practicadas con regularidad.



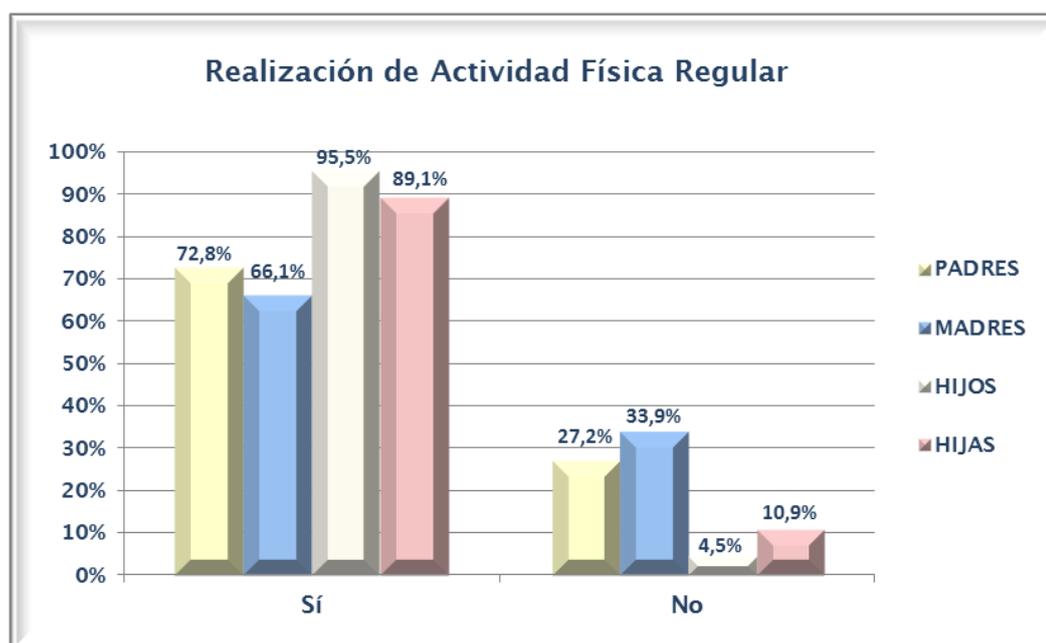
Se observan diferencias por **sexo**, en ocasiones bastante marcadas, en cuanto al tipo de actividad practicada por los hijos/as.

Son más practicadas en las hijas actividades como correr, patinaje, senderismo o bicicleta y cualquier tipo de baile, y más practicadas en ellos deportes como fútbol, baloncesto o tenis y ejercicios en gimnasios; además

los adolescentes participan en competiciones deportivas en el triple de casos que las adolescentes.

Teniendo en cuenta el criterio de practicar regularmente al menos alguna de las actividades anteriores, encontramos que practican **actividad física de manera regular** el 92,4% de hijos/as, el 72,8% de padres y el 66,1% de madres.

Gráfico 78. Realización de actividad física regular.



Al ver los resultados de los hijos/as por **sexo**, las hijas practican en menor proporción que los hijos alguna actividad física regular (89,1% y 95,5% respectivamente) y las adolescentes que no hacen actividad física fuera del

horario escolar ningún día a la semana superan en más del triple a los varones (27,2% vs 8,3%), existiendo significación estadística en la asociación del sexo con la práctica de actividad física regular ($p < 0,05$).

Hay una diferencia significativa entre los adolescentes que realizan actividad física cuyos padres también lo hacen (95,1%) y aquellos que la practican si sus padres no lo hacen (87,8%).

Los **padres influyen en que sus hijos/as hagan actividad física de manera regular** ($p < 0,05$), sin embargo, **no se ven influenciados por sus madres.**

Los hijos/as se ven influenciados por el comportamiento de sus padres para la práctica de actividad física regular, pero no influyen sus madres.

OTROS ASPECTOS EN RELACIÓN CON LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL SEDENTARISMO

Se recogen en este apartado aspectos como **con quién ven la televisión o con quién realizan actividad física, qué alimentos consumen mientras ven la televisión, su percepción respecto al tiempo o acceso que tienen para la práctica de actividad física, o cómo se consideran de activos respecto a otras personas de su edad.**

También se analiza si existe asociación entre el sedentarismo y el rendimiento escolar de los adolescentes.

Se han obtenido los siguientes resultados:

Los **hijos/as** habitualmente **ven la televisión** solos en un 25,3%, con amigos en un 6,1% y con familia en un 57,6% de los casos.

Realizan actividad física solos el 20,9%, con sus amigos el 57,1% y con su familia el 9,8%.

Los **padres** habitualmente ven la televisión solos en un 12,4%, con amigos en un 0,9% y con familia en un 72,6% de los casos.

Realizan actividad física solos el 25,8%, con sus amigos el 17,8% y con su familia el 14,5%.

Las **madres** habitualmente ven la televisión solas en un 10,7%, con amigos en un 0,7% y con familia en un 73,2% de casos.

Realizan actividad física solas el 20,7%, con sus amigos el 14,1% y con su familia el 14,8%.

Los hijos/as consideran que tienen **tiempo para la práctica de actividad física** en un porcentaje del 40,4%, los padres en un porcentaje del 26,7% y las madres del 22,9%. Y refieren tener **fácil acceso para realizar actividad física** el 41,4% de los hijos/as, el 26,7% de los padres y el 20,3% de las madres.

Mientras ven la televisión consumen alimentos tipo snack, galletas, chocolates, o golosinas el 21,4% de los hijos/as, el 5,3% de los padres y el 6,7% de las madres; beben refrescos o zumos de brick el 27,2% de los hijos/as, el 5,5% de los padres y el 5,3% de las madres; toman frutas, cereales o yogurt el 25,1% de los hijos/as, el 7,4% de los padres y el 10,4% de las madres.

Al considerar el consumo de alimentos no saludables de entre los anteriores, se obtiene que un 39,0% de hijos/as, un 9,1% de los padres y un 9,9% de las madres toman **algún alimento no saludable mientras ven la televisión**.

Gráfico 79. Consumo de alimentos no saludables mientras ven la TV.

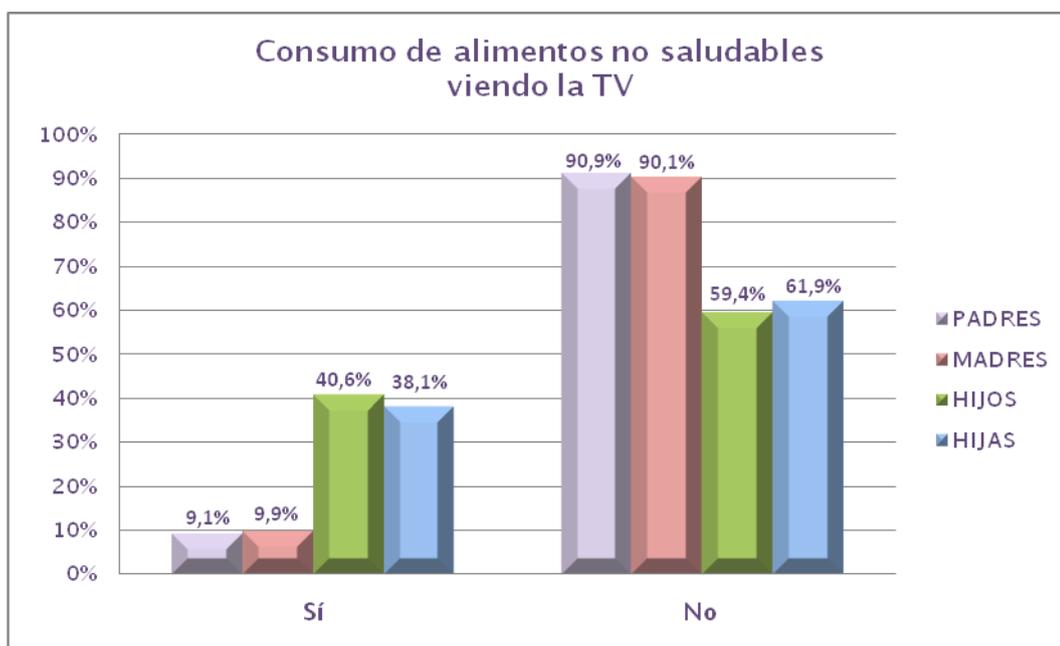
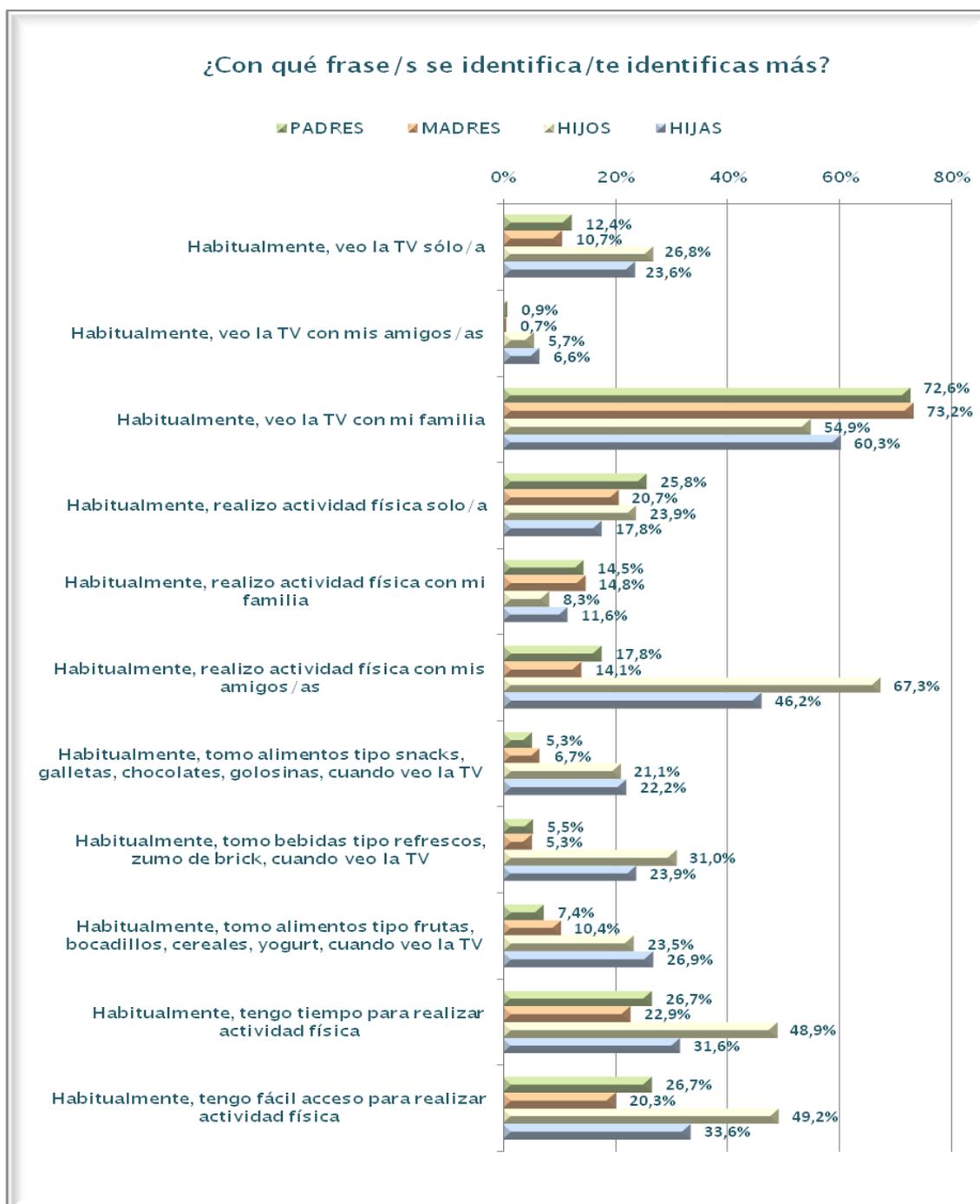


Gráfico 80. Otros aspectos en relación a la actividad física y el sedentarismo.



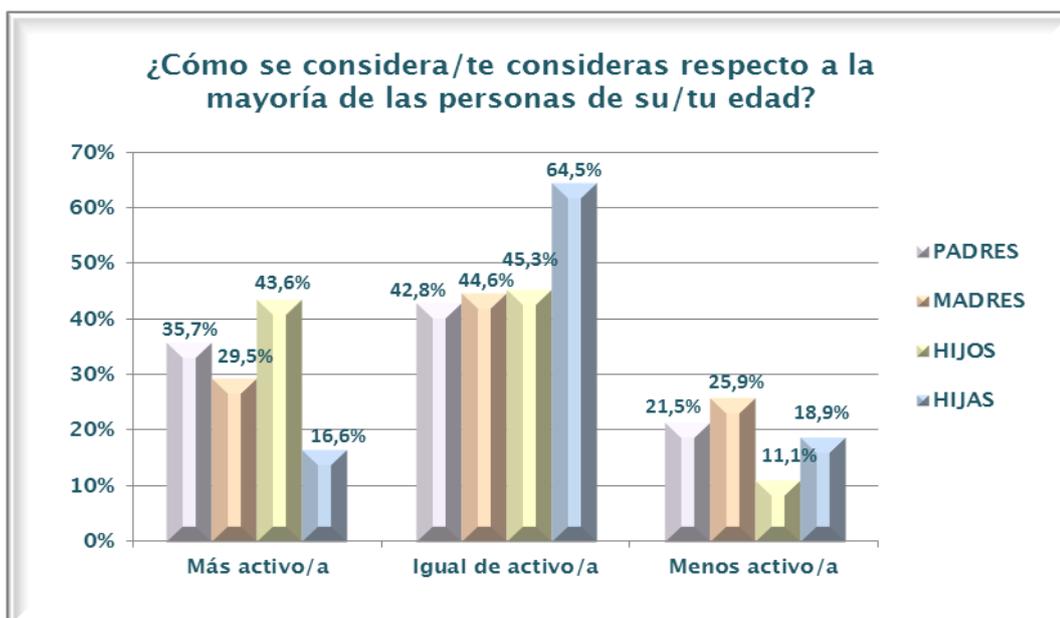
En relación a su actividad respecto a la mayoría de las personas de su edad, el 14,8% de los hijos/as se consideran menos activos, el 54,8% igual de activos y el 30,4% más activos.

Los padres se consideran menos activos que los demás en un 21,5%, igual de activos en un 42,8% y más activos en un 35,7%.

El 25,9% de las **madres** se creen menos activas, el 44,6% igual de activas y el 29,5% más activas que la mayoría de las personas de su edad.

Las hijas se consideran menos activas que los hijos, quedando clara la influencia del **sexo** en este caso ($p < 0,001$).

Gráfico 81. Percepción del propio grado de actividad física respecto a otras personas.



Al tener en cuenta **la asociación entre comportamiento sedentario por el uso habitual de televisión y consumo de alimentos no saludables mientras se ve la televisión**, hallamos que sí existe asociación con significación estadística entre ambas variables, tanto en los hijos/as ($p < 0,001$), como en los padres ($p < 0,05$) y en las madres ($p < 0,05$).

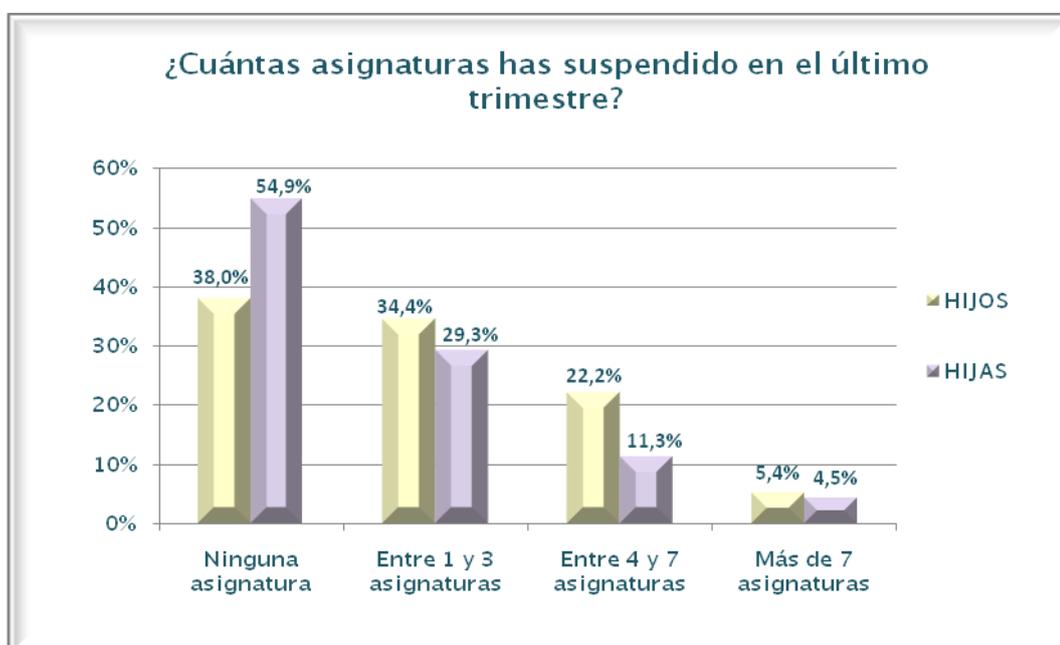
Las **madres que toman alimentos no saludables viendo la tv no influyen** en que sus hijos/as también lo hagan, mientras que **los padres sí influyen** en ello ($p < 0,05$).

Los padres que toman alimentos no saludables viendo la televisión influyen en sus hijos/as para que también los consuman

En cuanto al estudio de la posible **asociación entre el sedentarismo de los adolescentes y su rendimiento escolar** se ha recogido el número de asignaturas suspendidas como indicador de dicho rendimiento, para posteriormente valorar si existe o no influencia en ello de un mayor o menor comportamiento sedentario.

El 46,5% no ha suspendido ninguna asignatura en el último trimestre, el 31,7% ha suspendido de 1 a 3 asignaturas, el 16,8% de 4 a 7 y el 5,0% presenta más de 7 asignaturas suspendidas.

Gráfico 83. Asignaturas suspendidas en el último trimestre.



Al relacionar el **rendimiento escolar con el consumo de actividades sedentarias** se observa que un mayor sedentarismo se asocia a un mayor número de asignaturas suspendidas por los adolescentes. El 23,2% de los

alumnos/as que han suspendido 4 o más asignaturas tienen un comportamiento sedentario frente al 11,5% que no lo tiene, asociación que es significativa estadísticamente ($p < 0,05$).

CUADRO RESUMEN DE ASPECTOS ASOCIADOS CON EL SEXO

	Hijos*	Hijas*
Desayuno antes de las clases	+	-
Desayuno: alimentos grasos	+	-
Desayuno: bollería	+	-
Merienda: fruta	-	+
Merienda: lácteos	+	-
Merienda: alimentos grasos	+	-
Merienda: refrescos	+	-
Alimentos fuera de las comidas	+	-
TV en el desayuno	+	-
TV en el almuerzo	+	-
TV en la merienda	+	-
Hacer la compra	-	+
Poner y/o quitar la mesa	-	+
Fregar los platos/poner el lavavajillas	-	+
Cumplimiento recomendaciones de consumo: pan o picos	+	-
Cumplimiento recomendaciones de consumo: frutas	-	+
Cumplimiento recomendaciones de consumo: carnes	-	+
Cumplimiento recomendaciones de consumo: refrescos	-	+
Subir a casa por las escaleras	+	-
Bajar de casa por las escaleras	+	-
Comportamiento sedentario (TV, video, DVD, consola, ordenador)	+	-
Comportamiento sedentario (TV, vídeo, DVD)	+	-
Comportamiento sedentario (consola, ordenador)	+	-
Práctica de actividad física	+	-
Consumo de alimentos no saludables viendo la TV	+	-
Percepción respecto a la propia actividad física habitual	+	-

* + : grupo con mayor proporción de casos; - : grupo con menor proporción de casos

**CUADRO RESUMEN DE ASPECTOS EN LOS QUE SE HA OBSERVADO INFLUENCIA DE LOS
PADRES Y/O LAS MADRES EN SUS HIJOS/AS**

	Padres*	Madres*
Desayuno en familia	x	x
Desayuno saludable	x	x
Desayuno saludable completo		x
Realización de merienda	x	x
Inclusión de alimentos no saludables en la merienda		x
Alimentos fuera de las comidas		x
Preparar la comida		x
Poner y/o quitar la mesa	x	x
Fregar los platos o ponerlos en el lavavajillas	x	
TV en las comidas	x	x
Cumplimiento recomendaciones de consumo alcohol alta graduación	x	
Cumplimiento recomendaciones de consumo: pan o picos, frutas, verduras, legumbres, pescado, alimentos grasos, precocinados	x	x
Cumplimiento recomendaciones de consumo: carne, huevos frescos, bollería		x
Cumplimiento recomendaciones de consumo: pasta, arroz o patatas	x	
Subir a casa por las escaleras	x	x
Bajar de casa por las escaleras	x	x
Comportamiento sedentario (TV, video)	x	x
Práctica de actividad física	x	
Consumo de alimentos no saludables viendo la TV	x	

* X: sí se ha obtenido influencia con significación estadística en la asociación

7.4 MODELOS DE REGRESIÓN LOGÍSTICA

Como ya quedó explicado con más detalle en el apartado de análisis estadístico, el modelo de regresión logística nos permite relacionar una variable dependiente categórica con varias variables independientes cuantitativas y/o categóricas, siendo en

nuestro estudio la variable dependiente o respuesta el hábito de los hijos/as, medido como presencia o ausencia del mismo, y como factores o variables independientes las características y los hábitos de los padres y las madres.



CONSUMO SEMANAL RECOMENDADO DE VERDURAS EN ADOLESCENTES

En el análisis conjunto de factores que influyen en que los adolescentes cumplan las recomendaciones de consumo semanal de verduras, resulta muy significativo que el consumo de verduras de las madres se ajuste a las recomendaciones (OR=2,753; IC:1,819-4,168), mientras que el consumo de verduras en los padres no tiene influencia estadísticamente significativa (OR=1,157; IC: 0,793-1,687).

La situación laboral del padre también se asocia significativamente con el consumo recomendado de verduras de su hijo/a; en este caso, el que el padre sea trabajador en activo, comparado con desempleado, jubilado o estudiante tiene un efecto negativo en el hábito de sus hijos (OR=0,469; IC: 0,224-0,979).

Encontramos que es más probable que los adolescentes realicen un consumo recomendado de verduras si su

consumo semanal de legumbres también se encuentra dentro las recomendaciones (OR=2,103; IC:1,149-3,848).

Se ha considerado relevante incluir en el modelo final, aunque no alcancen significación estadística a nivel 0,05, el nivel de estudios y la situación laboral de la madre, y si el padre participa en la preparación de la comida. Resulta más probable el consumo recomendado de verduras en hijos/as de madres trabajadoras en activo, comparado con amas de casa (OR=1,605; IC: 0,862-2,988), y en hijos/as de madres universitarias, comparado con madres sin estudios o primarios (OR=1,712; IC: 0,912-3,215). También se asocia positivamente el consumo recomendado de verduras de los adolescentes con que el padre prepare habitualmente la comida (OR=1,334; IC: 0,908-1,958).

CONSUMO SEMANAL RECOMENDADO DE PESCADO EN ADOLESCENTES

En el modelo de regresión logística ajustado resulta significativa la influencia de la frecuencia de consumo de pescado del padre: es dos veces más probable que los adolescentes consuman pescado según la recomendación semanal si el padre también refiere un consumo semanal recomendado de pescado (OR=1,940; IC: 1,239-3,039); en el caso de la madre, esta influencia, en el límite de la significación estadística, es similar (OR=1,715; IC: 0,958-3,069).

El nivel de estudios de la madre se asocia significativamente con el consumo recomendado de pescado en sus hijos/as: los hijos/as de madres universitarias, comparado con madres con estudios primarios o sin estudios, tienen dos veces más posibilidades de consumir pescado de acuerdo a las recomendaciones semanales (OR=2,101; IC: 1,114-3,962).

También encontramos una influencia significativa de la situación laboral de la madre: Los hijos/as de madres desempleadas o jubiladas, comparado con amas de casa, tiene un 50% menos de posibilidades de tomar pescado con la frecuencia semanal recomendada

(OR=0,532; IC:0,273-1,037), mientras que si la madre es trabajadora en activo, comparado con ama de casa, es más probable que los hijos/as cumplan con el consumo recomendado de pescado (OR=1,294; IC:0,885-1,893), aunque en este caso la asociación no es estadísticamente significativa.

No encontramos influencia del nivel de estudios ni de la situación laboral del padre.

En cuanto a las características de los adolescentes, después de controlar por el resto de factores, encontramos que el consumo recomendado de pescado está significativamente asociado con el sexo, siendo más probable en las chicas que en los chicos (OR=1,618; IC: 1,074-2,437). La frecuencia de consumo de carne en los adolescentes se asocia significativamente con el consumo que hacen de pescado; es más probable que los adolescentes consuman la cantidad recomendada de pescado si también cumplen las recomendaciones de consumo de carne (OR=1,633; IC: 1,062-2,509).

PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR EN ADOLESCENTES

En el análisis de factores que influyen en que los adolescentes realicen una actividad física regular encontramos una influencia significativa de la práctica regular de actividad física por parte del padre (OR=1,986; IC: 0,995 - 3,966), mientras que este mismo hábito en la madre no resultó estadísticamente significativo.

El nivel de estudios del padre también se asocia significativamente con la práctica de actividad física regular en los adolescentes; comparado con hijos/as de padres sin estudios o con

estudios primarios solamente, los hijos/as de padres con estudios superiores tienen más posibilidades de realizar alguna actividad física regular (universitarios OR=2,782; IC: 1,190 - 6,502; secundarios OR=2,104; IC: 0,869 - 5,091).

Encontramos también que la práctica de alguna actividad física regular es dos veces más frecuente entre los chicos que entre las chicas.

8. VALORACIÓN / DISCUSIÓN

Se realizará a continuación una valoración de los aspectos más significativos en relación a los resultados obtenidos respecto a los hábitos estudiados, pero sobre todo, la discusión se basará fundamentalmente en la influencia que los padres y las madres puedan ejercer sobre sus hijos/as. No se ha considerado estudiar la influencia de los padres y las madres respecto a sus hijos e hijas por separado, ya que ello sobrepasa los objetivos marcados. En cualquier caso, podría ser considerado para estudios posteriores si fuera oportuno a partir de los resultados que ya se han encontrado en este estudio y que pudieran precisar de una mayor profundización al respecto.

»ALIMENTACIÓN

Respecto al **desayuno**, resaltar que casi la mitad de adolescentes desayunan solos, y existe marcada diferencia en cuanto al menor tiempo que dedican al desayuno respecto a sus padres o madres.

La asociación del sexo masculino con la mayor frecuencia de desayunar antes de acudir a las clases llama la atención, se podría intentar explicar por el mayor tiempo que las chicas de estas edades

dedican al arreglo personal, en cualquier caso esto no pasa de ser una simple especulación.

Sin embargo, a pesar de un mejor cumplimiento de la recomendación de acudir al centro escolar habiendo desayunado previamente por parte de los adolescentes, realizan el desayuno en términos de calidad peor que las adolescentes, ya que consumen alimentos menos saludables, quedando claramente establecida la influencia del sexo en el consumo de alimentos grasos y bollerías.

Considerando el consumo de alimentos a lo largo de toda la mañana, ambos, padre y madre, realizan un mejor desayuno que sus hijos/as. Son las madres las que lo realizan de manera más correcta, tanto si valoramos un desayuno saludable (compuesto por lácteos, cereales y fruta) como un desayuno saludable completo (donde además de lo anterior no se incluyen alimentos no saludables), existiendo diferencias tanto respecto a los padres como a los hijos e hijas.

En la realización de un desayuno saludable por parte de los/las adolescentes influyen ambos progenitores, aunque siempre siendo

claramente mayor la influencia de las madres. Además, el hecho de que la madre realice un desayuno saludable completo se ha asociado significativamente a una mayor posibilidad de que sus hijos/as lo hagan, no existiendo influencia del padre. Y tanto las madres como los padres influyen en que sus hijos desayunen en familia pero también en este caso es mayor la fuerza que ejercen las madres.

El lugar del **almuerzo** y las personas con quienes almuerzan arrojan porcentajes que pueden considerarse similares para hijos/as y padres/madres en líneas generales. Únicamente hacer referencia al dato de los padres entre semana, donde es discretamente mayor la frecuencia de almuerzo en bar o restaurante y solos o con otras personas, resultados que consideramos coherentes entre sí, y con el hecho de que la dinámica laboral de los padres podría ser más dada al almuerzo fuera de casa como parte de su jornada laboral.

La mayoría de los casos comen en casa y en familia, lo que expresa un patrón de comportamiento común y que además unos lo hacen con los otros.

Se deben poner en valor las comidas en familia, ya que son ocasiones naturales para los padres de comunicarse regularmente con sus hijos

adolescentes y viceversa, siendo un momento de especial interés tanto para la transmisión y aplicación de valores y hábitos positivos, como para detectar conflictos o indicios de situaciones de riesgo. Sin embargo, y aunque como hemos visto las comidas en familia son las situaciones que con más frecuencia ocurren, no hay que olvidar el gran efecto negativo que en la eficacia de esta relación ejercen la televisión, el móvil, o incluso el levantarse de la mesa antes de tiempo, pudiendo suponer incluso un efecto contrario al deseado, al no permitir que la comunicación se desarrolle en un contexto adecuado.

El hábito de la **merienda** es marcadamente superior en los hijos/as (85,5%) que en los progenitores, siendo los padres (33,7%) los que con menor frecuencia meriendan de manera habitual. Sin embargo, la influencia en los hijos/as de los padres que meriendan es claramente superior a las que ejercen las madres para dicho comportamiento, aunque la inclusión o no de alimentos no saludables en la merienda está influenciada por las madres y no por los padres.

Una posible explicación a este hecho podría ser que cuando los padres meriendan lo hacen más frecuentemente con sus hijos/as, favoreciendo que estos también

merienden, y sin embargo las madres controlan más lo que meriendan sus hijos pero no meriendan con ellos.

Es bastante elevado en cualquier caso el consumo de alimentos no saludables en la merienda especialmente en los hijos/as, donde alcanza el 70%, cifra que duplica a las obtenidas en padres y triplica a las obtenidas en madres.

La ingesta de **alimentos fuera de las comidas** principales supera en los hijos/as cifras del 32%, duplicando a las obtenidas en padres/madres, siendo mayor este consumo en los hijos que en las hijas y quedando establecida la influencia del sexo en ello. En cuanto al tipo de alimentos consumidos, aunque no existe significación estadística, los datos reflejan un mayor consumo de frutas y snacks en ellas y de lácteos y bollerías en ellos.

Sólo las madres influyen y no los padres en el consumo de alimentos fuera de las comidas, aunque este consumo es mayor en los hijos/as tanto si las madres toman alimentos fuera de las comidas como si lo hacen los padres.

Tanto hijos/as como padres/madres ven con frecuencia elevada la **tv durante las comidas**, encontrándose una fuerte asociación positiva en los comportamientos de los progenitores con los de sus hijos/as. Además, ven

mucha más televisión los hijos que las hijas, observándose influencia del sexo cuando la ven durante el desayuno, el almuerzo o la merienda.

En cuanto a las **tareas en torno a la alimentación** es clara la mayor frecuencia de hacer la compra y preparar la comida en las madres respecto al resto, y su influencia en los hijos/as para que participen en la preparación de la comida. Y aunque históricamente las tareas relacionadas con la alimentación se han asociado al rol de la madre, en el caso de poner y/o quitar la mesa y fregar o poner los platos en el lavavajillas se constata la influencia de los padres en sus hijos/as, algo que podría explicarse porque en el reparto de las tareas domésticas los padres realicen dichas tareas con más frecuencia y por ello la promuevan en sus hijos/as. Todo ello tiene un especial interés, ya que cuando los adolescentes ayudan a la compra o preparar la comida y a poner/quitar la mesa y fregar los platos, están a su vez aprendiendo a atender a los demás y también a cuidar de sí mismos, existiendo una mayor proximidad y por tanto predisposición a asimilar hábitos positivos no exclusivamente alimentarios.

Casi el 35% de adolescentes han frecuentado establecimientos de **comida rápida** al menos una vez a la

semana, posiblemente asociado al fin de semana como parte de su ocio habitual. Es un dato tratado únicamente como descriptivo dentro del conocimiento de sus hábitos, sin llegar a ninguna especial valoración al respecto en el contexto de nuestro estudio.

FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS

Teniendo en cuenta “Consumo recomendado Sí” o “Consumo recomendado No” (según criterios descritos en el apartado correspondiente), hemos observado que en general no se cumplen adecuadamente las recomendaciones para ninguno de los grupos de alimentos.

Las recomendaciones para las frutas y verduras por defecto, y para los alimentos grasos y refrescos por exceso son las más incumplidas por todos, aunque se da un mejor cumplimiento en madres para frutas y verduras y un peor cumplimiento en el consumo de refrescos en los hijos varones en relación al resto.

Además los hijos/as incumplen las recomendaciones más que los padres/madres en pan o picos, frutas, verduras, legumbres, huevos, pescado, carnes magras, alimentos grasos, refrescos, precocinados, chucherías o snacks y bollerías, y lo hacen mejor en

el caso de los lácteos y la pasta, arroz o patatas. En la mayoría de los grupos las diferencias no son demasiado marcadas, excepto en precocinados, chucherías o snacks y bollerías, todos alimentos no saludables, donde se observan las mayores diferencias entre padres/madres e hijos/as, siendo estos últimos siempre los mayores consumidores.

El sexo de los adolescentes influye de manera significativa en el cumplimiento de las recomendaciones de consumo de alimentos como pan o picos (mejor en varones), frutas, carnes y refrescos (mejor en mujeres).

Las madres influyen más que los padres en sus hijos/as para que cumplan o no las recomendaciones según las cumplan o no ellos. Influyen ambos en el consumo de pan o picos, frutas, verduras, legumbres, pescado, alimentos grasos y precocinados; las madres además en cuanto a la carne, huevos, refrescos y bollería y los padres en la pasta, arroz o patatas. Ninguno de ellos influye en el cumplimiento correcto o incorrecto de lácteos, huevos ni chucherías.

Se han recogido datos sobre el consumo de alcohol, enmarcando la ingesta de alcohol como un “alimento” más que podría estar presente en cualquier momento de la comida, aunque no se ha pretendido en ningún

momento llevar a cabo un estudio específico ni exhaustivo sobre las características o especificidades de dicho consumo.

Se pretende únicamente una aproximación a la posibilidad ya descrita en diversas referencias de que los/las adolescentes pudieran iniciarse en el consumo de bebidas alcohólicas en su propio domicilio y, en muchas ocasiones, acompañados por sus propios familiares, cuya influencia sería por tanto de un peso muy importante.

Se obtienen en los hijos/as unas cifras elevadas de cualquier tipo de consumo, independientemente de la frecuencia de la ingesta o graduación de las bebidas consumidas, siendo sobre todo en los fines de semana y mayor siempre en los varones. Teniendo en cuenta que en estas edades la recomendación adecuada de consumo se establece en el “nunca”, cualquier ingesta en los hijos/as supone un incumplimiento de la misma.

Los padres cuadruplican al resto en el de consumo de bebidas como cerveza o vino, duplicándolo para bebidas de alta graduación. Pero es importante resaltar que los padres que cumplen las recomendaciones de consumo respecto a bebidas de alta graduación influyen en sus hijos/as para que estos también las cumplan, algo que debería ser utilizado como factor positivo,

suponiendo para sus hijos/as un modelo de más relevancia que lo que ellos mismos posiblemente piensan.

Por otra parte hacer una breve mención al **Índice sintético**, elemento que sólo ha sido tenido en cuenta para el cálculo del tamaño muestral, con el objetivo de representar grupos poblacionales pertenecientes a todos los niveles socioeconómicos, no hay que olvidar que el IS hace referencia al barrio donde asienta el centro escolar y no exactamente al nivel socioeconómico familiar. Por tanto, al ser datos que únicamente aportan una posible aproximación a la realidad no serán objeto de una especial valoración más allá de lo recogido en el apartado de resultados.

Para ser analizados por el método de **regresión logística múltiple**, los hábitos de alimentación elegidos tal como se ha explicado con anterioridad en el apartado de análisis estadístico, han sido el **consumo de verduras**, cuya presencia en cantidades adecuadas es considerada como factor de protección para la aparición de enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer, y el **consumo de pescado**, cuya riqueza en ácidos grasos poliinsaturados implica un menor riesgo de aterogénesis y por tanto de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares.

Para el **consumo de verduras** destacan como factores influyentes, además del propio comportamiento de las madres, el hecho de que éstas posean estudios universitarios y sean trabajadoras en activo, no siendo así en los padres donde la influencia positiva viene ejercida por padres no trabajadores en activo y que preparan la comida. Parece coincidir, al relacionar todo ello, que el cambio en los roles tradicionales (madre ama de casa y responsable de las tareas culinarias, padre trabajador fuera de casa y no participativo en las tareas relacionadas con la comida) influye en un mejor cumplimiento del consumo recomendado de verduras por parte de sus hijos/as. Teniendo en cuenta que la tendencia esperable para las próximas generaciones sería precisamente la progresiva igualdad de roles, como ya se viene observando, podría pensarse que ello supondría una influencia positiva de los padres y madres en un hábito saludable en sus hijos/as -el consumo recomendado de verduras-, que debe ir mejorando en base a la influencia de dichos factores. En cualquier caso, no puede establecerse una afirmación categórica, pero podría ser objeto de consideración para estudios específicos que pudieran plantearse con posterioridad en algún otro contexto.

También se produce la asociación con otro hábito considerado de interés, el

consumo de legumbres; el hecho de llevar a cabo un consumo de las mismas dentro de las recomendaciones implica un mejor cumplimiento para el consumo de verduras, lo que podría ser utilizado para el refuerzo mutuo de dichos hábitos.

En el caso del **consumo de pescado**, influyen positivamente, además del propio cumplimiento del padre y de la madre, el hecho de que las madres sean universitarias y que sean trabajadoras en activo en relación a las que son amas de casa, igual que ocurría para el consumo de verduras. Otros factores que influyen igualmente son el ser del sexo femenino y el cumplir las recomendaciones de consumo de carne, algo que, a igual que para el caso anterior, puede ser de interés en el refuerzo recíproco de ambos hábitos.

»ACTIVIDAD FÍSICA

Los hijos/as **acuden y vuelven** del centro escolar caminando con mucha más frecuencia que los padres o madres lo hacen al trabajo, y aunque más de la mitad de los primeros acuden al centro escolar a pie, la mayoría tarda menos de 15 minutos. Ambos aspectos podrían explicarse por la posible cercanía del centro educativo al domicilio, algo que no presenta una relación tan directa para el caso de los lugares de trabajo.

Las escaleras son las más utilizadas para **subir o bajar del domicilio**, especialmente por los hijos varones, con diferencias apreciables tanto respecto a las hijas (influyendo el sexo de manera significativa en este comportamiento) como a los padres y madres.

Tanto los padres como las madres influyen en sus hijos/as para que suban o bajen por las escaleras cuando ellos también lo hacen, lo que podría ser un momento especial para aprovechar la fuerza de esta influencia y así reforzar un momento rutinario donde estuviera presente la actividad física de manera cotidiana.

Aproximadamente la mitad de todos los encuestados **ven la televisión** (incluyendo vídeo, DVD) de 1 a 3 horas al día, aunque es bastante inferior el porcentaje de padres y sobre todo de madres que usan instrumentos como **consola de videojuegos u ordenador** para chatear o jugar.

En los hijos/as, si tenemos en cuenta la categoría máxima y absolutamente no recomendable de actividades sedentarias, esto es, más de 3 horas al día, siempre aparecen los varones como más usuarios de dichas actividades, sea cual sea el tipo de actividad y momento durante la semana.

Se ha observado un nivel muy elevado de **sedentarismo** para todos los comportamientos y grupos, destacando especialmente el mayor consumo de TV y video, y siendo menor la frecuencia de uso de consola y ordenador para chatear o jugar, habiendo en este último caso grandes diferencias entre padres/madres e hijos/as (mucho mayor el uso en estos últimos). Las hijas son menos sedentarias que los hijos de manera significativa y no se observa influencia de los progenitores en el sedentarismo de los hijos/as considerado en conjunto, pero sí para el consumo de TV, vídeo o DVD en particular.

Los hijos son los que realizan con más frecuencia **actividad física**, superando ampliamente al resto en la práctica de la misma 3 o más días a la semana, observándose también diferencias en cuanto al mayor carácter deportivo de las actividades realizadas.

Resulta cuando menos curioso que las hijas realizan menos actividades sedentarias pero a su vez también practican menos actividad física. Este hallazgo podría ser de interés para el planteamiento de futuros estudios que relacionaran ambos aspectos, de los que se obtuviera una graduación real del mayor o menor comportamiento sedentario por sexo en base a la conjunción de ambas variables,

aparentemente contrarias si se miran de manera aislada.

Los hijos/as cuyos padres practican actividad física la realizan más que aquellos cuyos padres no lo hacen, no siendo influyente el comportamiento de sus madres.

Habitualmente los hijos/as ven más la TV solos o con amigos que sus padres y madres y realizan actividad física también sobre todo los amigos.

Quizás no podamos pretender, aunque sería lo óptimo, que las actividades físicas o deportivas se realicen siempre en familia, si bien sería importante la creación de un clima positivo y el aumento de oportunidades para participar en actividades de este tipo, interesándose por cómo las desarrollan y no sólo facilitándoles el acceso. Respecto a la realización de ejercicio físico de manera regular, y más o menos reglado, obviamente lo mejor sería que los padres actúen como modelos, pero si ello no es posible, al menos deben convertirse en facilitadores de este hábito, entendido no exclusivamente como un modelo competitivo, como suele ser habitual, sino como una mejor ocupación del tiempo libre y de ocio, que a su vez, incida en un menor grado de comportamientos sedentarios.

En otro orden de cosas, los hijos/as consumen **alimentos no saludables viendo la TV** con mucha mayor frecuencia que sus padres o madres, y los padres influyen con su comportamiento en el de sus hijos/as, no así las madres.

Diversos estudios indican que el “efecto obesogénico” de la televisión en los adolescentes puede atribuirse más al aumento de la ingesta de alimentos durante la visión de la misma que a una disminución de los niveles de actividad física derivada de ello. Los adolescentes o familias que ven la televisión en exceso son menos propensos a comer frutas y verduras y más propensos a comer dulces, aperitivos salados y refrescos, algo que hemos constatado igualmente nosotros en el estudio que nos ocupa.

Un mecanismo por el cual ver mucha televisión puede conducir a la adopción de hábitos alimentarios poco saludables podría ser la mayor exposición a los anuncios publicitarios de productos muy energéticos y con poco valor nutricional, hábitos que podemos ver reflejados en nuestro análisis cuando hallamos que el consumo de alimentos como refrescos, snacks, chocolates, golosinas,... mientras ven la misma alcanza casi el 40%.

Así, teóricamente, si los adolescentes minimizan el tiempo dedicado a ver la televisión, se produciría una disminución en el consumo de alimentos poco saludables, lo que nos lleva a pensar que sería de interés el diseño de estudios de carácter longitudinal que permitan obtener conclusiones sobre esta cuestión.

Los alumnos/as que han suspendido 4 o más asignaturas en el último trimestre, algo que podemos considerar indicativo de un bajo rendimiento escolar, son más sedentarios que el resto. Estos resultados concuerdan con los de otros estudios en el sentido de que un exceso de actividades cotidianas sedentarias, como ver la televisión, está asociado con el fracaso escolar de los adolescentes.

En cuanto al estudio por medio de **regresión logística** de la **práctica de actividad física**, teniendo en cuenta que se trata de un hábito cuya

presencia reduce el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares, algunos cánceres (colon o mama) y diabetes tipo 2, tratamos de profundizar más en los aspectos o variables de los progenitores que están ejerciendo influencia en la adopción o no de dicho hábito por parte de sus hijos/as, teniendo en cuenta, no sólo el correspondiente hábito en sí, sino otros factores que se consideran de interés para que ocurra dicha influencia en la conducta de los/las adolescentes, como también se explicó en el apartado de análisis estadístico.

Así, resulta de influencia positiva para **la práctica de actividad física** únicamente el padre, y ningún aspecto de los estudiados en la madre. Los padres que practican actividad física y con estudios universitarios influyen en sus hijos/as para que estos también lo hagan y el hecho de ser hijo varón se asocia asimismo a un mejor comportamiento respecto a las hijas.

EN RESUMEN, teniendo en cuentas las frecuencias observadas, los hijos/as tienen en general hábitos menos correctos que sus padres/madres, los hijos menos que las hijas y los padres que las madres. Los mejores hábitos son los de las madres y los menos adecuados los de los hijos.

Y queda claramente establecida la **Influencia de los padres y las madres en sus hijos e hijas respecto a gran parte de sus hábitos de alimentación y actividad física, sobre todo de las madres en la mayoría de los aspectos estudiados.**

PROPUESTAS DE ACTUACIÓN

Es fundamental apoyar y orientar a los padres y las madres para que conozcan, lleven a cabo, transmitan y compartan con sus hijos e hijas hábitos alimentarios y de actividad física adecuados, objetivo que requiere un trabajo en el seno de las familias desde las primeras edades de la vida. Sabemos que los modos de alimentarse, o las preferencias y rechazos hacia determinados alimentos, están fuertemente condicionados por el contexto familiar durante la etapa infantil en la que se incorporan la mayoría de los hábitos, hábitos que pueden ser modificables para contribuir tanto a la reducción del sobrepeso y la obesidad como a otros factores de riesgo para la salud futura de los adolescentes y jóvenes.

A pesar de la tremenda complejidad de los factores que determinan la conducta alimentaria de las personas y que se relacionan con una red de influencias de tipo biológico, familiar y social, la mejor apuesta de los padres es tener un papel saludable que sirva de modelo a sus hijos, niños primero y posteriormente adolescentes.

Por tanto, las acciones dirigidas a promover hábitos saludables en adolescentes y minimizar así los riesgos para su salud tienen que

contemplar modificaciones en los estilos de vida de sus padres y madres. Se ha de concienciar a las familias sobre el enorme papel que desempeñan, con toda seguridad mucho menos percibido de lo que la realidad nos muestra.

A pesar de todo, queremos apuntar que aunque los padres tienen una influencia importante sobre la ingesta dietética y otros hábitos de sus hijos, especialmente en las edades jóvenes, debe prestarse igualmente atención a la influencia de otros factores presentes, como el papel de las escuelas, la influencia de los iguales o el gran peso de la publicidad, entre otros, que conforman un entorno más amplio afectado por complejas interacciones.

9. ANEXOS

- ✦ CUESTIONARIO PARA ALUMNOS/AS
- ✦ CUESTIONARIO PARA PADRES Y MADRES
- ✦ TABLAS DE RESULTADOS
 - TABLAS DE FRECUENCIA
 - TABLAS DE CONTINGENCIA
 - TABLAS DE RESULTADOS DE LA REGRESIÓN LOGÍSTICA

9.1 CUESTIONARIO PARA ALUMNOS/AS

Queremos insistir en el carácter anónimo de la encuesta para que puedas contestar con total libertad. Gracias por tu colaboración.

1.- Edad: _____ 2.-Sexo: Femenino Masculino

ENTORNO FAMILIAR

3.- ¿Con quién vives? (puedes marcar varias casillas)

<input type="checkbox"/>	Padre	<input type="checkbox"/>	Abuelos
<input type="checkbox"/>	Madre	<input type="checkbox"/>	Otros, ¿quién?: _____
<input type="checkbox"/>	Hermano/s		

4.- ¿Cuántos viven en la casa? (incluido tú): _____

ALIMENTACIÓN

5.- ¿Desayunas habitualmente antes de empezar las clases?

<input type="checkbox"/>	No. Si la respuesta es "no", pasa a la pregunta 8
<input type="checkbox"/>	Sí

Si la respuesta es "sí", ¿dónde desayunas?:

<input type="checkbox"/>	En casa
<input type="checkbox"/>	De camino al centro escolar
<input type="checkbox"/>	En otro lugar (indica cuál): _____

6.- ¿Cuánto tiempo dedicas a desayunar?

<input type="checkbox"/>	Menos de 5 minutos
<input type="checkbox"/>	De 5 a 10 minutos
<input type="checkbox"/>	De 11 a 20 minutos
<input type="checkbox"/>	Más de 20 minutos

7.- Habitualmente, ¿con quién desayunas? (Puedes marcar varios)

<input type="checkbox"/>	Solo
<input type="checkbox"/>	Con tu madre
<input type="checkbox"/>	Con tu padre
<input type="checkbox"/>	Con hermano/s
<input type="checkbox"/>	Con los abuelos
<input type="checkbox"/>	Con otra persona (indica con quién): _____

8.- Habitualmente, ¿tomas algo a media mañana en el recreo?

 Sí No

9. Marca lo que, habitualmente, comes desde que te levantas hasta el recreo inclusive (puedes marcar varios)

- Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas
- Tostada, pan, cereales
- Leche, yogur, cola-cao, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche
- Café solo, infusiones
- Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, chóped...
- Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún
- Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas
- Zumos de brick, refrescos
- Bollería, magdalenas, helados, chocolate
- Especificar otros que no se señalen en ninguno de los apartados anteriores:

10.- Habitualmente, ¿dónde comes a mediodía?

Durante la semana
(lunes, martes, miércoles,
jueves y viernes)

Los fines de semana
(sábados y domingos)

- En casa
- En el comedor del colegio
- En casa de abuelos
- En un bar o restaurante
- En otro sitio (escribir cuál):
.....

- En casa
- En casa de abuelos
- En un bar o restaurante
- En otro sitio (escribir cuál):
.....

11.- Habitualmente, ¿con quién almuerzas? (puedes marcar varios)

- Solo
- Con tu madre
- Con tu padre
- Con hermano/s
- Con los abuelos
- Con otra persona (indica con quién).....

12.- Habitualmente, ¿tomas merienda?

Sí No

Si la respuesta es "sí", señala qué sueles merendar (puedes marcar varios)

- Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas
- Tostada, pan, cereales
- Leche, yogur, cola-cao, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche
- Café solo, infusiones
- Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, choped...
- Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún
- Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas
- Zumos de brick, refrescos
- Bollería, magdalenas, helados, chocolate
- Especificar otros que no se señalen en ninguno de los apartados anteriores: _____

13.- Habitualmente, ¿dónde cenas?

Durante la semana
(lunes, martes, miércoles,
jueves y viernes)

Los fines de semana
(sábados y domingos)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> En casa | <input type="checkbox"/> En casa |
| <input type="checkbox"/> En casa de abuelos | <input type="checkbox"/> En casa de abuelos |
| <input type="checkbox"/> En un bar o restaurante | <input type="checkbox"/> En un bar o restaurante |
| <input type="checkbox"/> En otro sitio (escribir cuál):
_____ | <input type="checkbox"/> En otro sitio (escribir cuál):
_____ |

14.- Habitualmente, ¿con quién cenas? (puedes marcar varios)

- Solo
- Con tu madre
- Con tu padre
- Con hermano/s
- Con los abuelos
- Con otra persona (indica con quién)_____

15.- Aparte de las comidas, por las que ya te hemos preguntado (desayuno, recreo, almuerzo, merienda y cena), ¿tomas algo más a lo largo del día?

 Sí No

Si la respuesta es "sí", señala qué sueles tomar (puedes marcar varios)

<input type="checkbox"/>	Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas
<input type="checkbox"/>	Tostada, pan, cereales
<input type="checkbox"/>	Leche, yogur, cola-cao, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche,
<input type="checkbox"/>	Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, choped...
<input type="checkbox"/>	Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún
<input type="checkbox"/>	Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas
<input type="checkbox"/>	Zumos de brick, refrescos
<input type="checkbox"/>	Bollería, magdalenas, helados, chocolate
<input type="checkbox"/>	Especificar otros que no se señalen en ninguno de los apartados anteriores: _____

16.- ¿Sueles ver la televisión mientras comes?

 Sí No

Si la respuesta es "sí", ¿cuándo sueles verla?, (puedes marcar varias):

<input type="checkbox"/>	En el desayuno
<input type="checkbox"/>	En el almuerzo
<input type="checkbox"/>	En la merienda
<input type="checkbox"/>	En la cena

17.- ¿Participas habitualmente en estas tareas?

	Sí	No
Acompañar a hacer la compra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Preparar la comida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Poner y/o quitar la mesa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fregar o introducir los platos en el lavavajillas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18.-CUESTIONARIO DE FRECUENCIA DE ALIMENTOS

18.1.- ¿Cuántas veces al día tomas leche o derivados?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

18.2.- ¿Cuántas veces al día consumes pan o picos?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

18.3.- ¿Cuántas veces a lo largo del día consumes pasta o arroz o patata?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

18.4.- ¿Cuántas veces a lo largo del día consumes fruta?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

18.5.- ¿Cuántas veces a lo largo del día tomas verduras (lechuga, tomate, coliflor...)?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

18.6.- ¿Con qué frecuencia tomas alimentos como lentejas, chícharos, garbanzos, habas, guisantes... a lo largo de la semana?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 3 veces a la semana
- Más de 3 veces a la semana

18.7.- ¿Cuántos huevos tomas a la semana?

- Ninguno
- No todas las semanas
- Uno a la semana
- De 2 a 3 a la semana
- Más de 3 a la semana

18.8.- ¿Qué aceite consumes habitualmente?

- Aceite de oliva
- Otros tipos de aceite (girasol, palma...)

18.9.- ¿Cuántas veces a la semana tomas pescado?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 4 veces a la semana
- De 5 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.10.- ¿Cuántas veces a la semana tomas carne de ave (pollo, perdiz...)?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 4 veces a la semana
- Más de 4 veces a la semana

18.11.- ¿Cuántas veces a la semana tomas carnes rojas (cerdo, ternera...)?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 4 veces a la semana
- Más de 4 veces a la semana

18.12.- ¿Cuántas veces a la semana consumes alimentos como mantecas, margarina, mantequilla, salchichón, chorizo, salchichas,...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.13.- ¿Con qué frecuencia consumes refrescos?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.14.- ¿Con qué frecuencia consumes platos precocinados (croquetas, palitos de merluza, san jacob)?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.15.- ¿Con qué frecuencia tomas chucherías, snacks...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.16.- ¿Con qué frecuencia tomas productos de bollería (donuts, croissants, magdalenas...)?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.17.- ¿Con qué frecuencia consumes bebidas alcohólicas como cerveza, vino...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.18.- ¿Con qué frecuencia consumes bebidas alcohólicas como ron, ginebra, whisky...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

18.19.- En el caso de que Sí consumas bebidas alcohólicas, ¿lo haces sólo durante los fines de semana?

- Sí No

19.- En los últimos 7 días, ¿cuántas veces has comido algo en un establecimiento de comida rápida? (Por ejemplo, McDonald's, Pizza Hut, KFC, etc.)

- 0 veces
- 1 vez
- 2-3 veces
- 4-6 veces
- 7 ó más veces

ACTIVIDAD FÍSICA

20.- Habitualmente, ¿cómo vas al centro escolar?

- Caminando Autobús, coche, metro, moto Bicicleta

21.- Si haces algún trayecto caminando al colegio, ¿cuánto tiempo tardas?

- Menos de 15 minutos Más de 15 minutos

22.- Habitualmente, ¿cómo vuelves del centro escolar?

- Caminando Autobús, coche, metro, moto Bicicleta

23.- Normalmente, subes a casa:

- Por las escaleras
- Por el ascensor
- Por escaleras o ascensor indistintamente
- Vivo en una casa o piso bajo

24. Normalmente, bajas de casa:

- Por las escaleras
- Por el ascensor
- Por escaleras o ascensor indistintamente
- Vivo en una casa o piso bajo

25.- ¿Cuánto tiempo sueles ver la televisión/vídeo/DVD al día?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora al día	De 1 a 3 horas al día	Más de 3 horas al día
Entre semana				
Sábado/Domingo				

26.- ¿Cuánto tiempo sueles usar la consola y el ordenador para chatear, jugar... al día?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora al día	De 1 a 3 horas al día	Más de 3 horas al día
Entre semana				
Sábado/Domingo				

27.- ¿Cuántos días a la semana, fuera del horario escolar, realizas actividad física?
(Incluyendo el fin de semana)

- Ninguno
 De 1 a 2 días
 3 ó más días

28.- Actividad que practicas regularmente (puedes marcar varias)

- Deportes y juegos en equipo (fútbol, baloncesto, tenis, vóley, hockey, balonmano)
 Caminar rápidamente, correr, patinaje, senderismo, montar en bicicleta
 Artes marciales, lucha libre, boxeo o cualquier deporte de lucha
 Cualquier tipo de baile (gimnasia, baile, dance revolution...)
 Yoga, tai-chi u otras técnicas de relajación
 Deportes acuáticos (natación, waterpolo, sincronizada)
 Ejercicios en gimnasios (abdominales, flexiones, pesas, andar en cinta...)
 Competiciones deportivas (si eres miembro de algún club o asociación deportiva)

29.- ¿Con qué frase/s te identificas más? (Puedes marcar varias)

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, veo la televisión solo/a |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, veo la televisión con mis amigos |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, veo la televisión con mi familia |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, realizo actividades físicas solo/a |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, realizo actividades físicas con mi familia |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, realizo actividades físicas con mis amigos |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tomo alimentos tipo snacks, galletas, chocolates, golosinas cuando veo la televisión |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tomo bebidas tipo refrescos, zumos de brick cuando veo la televisión |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tomo alimentos tipo frutas, bocadillos, cereales, yogurt cuando veo la televisión |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tengo tiempo para realizar actividades físicas |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tengo fácil acceso para realizar actividades físicas |

30.- ¿Cómo te consideras respecto a tu actividad física habitual?

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | Menos activo/a que la mayoría de los/as chicos/as de mi edad |
| <input type="checkbox"/> | Igual de activo/a que la mayoría de los/as chicos/as mi edad |
| <input type="checkbox"/> | Más activo/a que la mayoría de los/as chicos/as de mi edad |

ASIGNATURAS PENDIENTES

31.- ¿Cuántas asignaturas has suspendido en el último trimestre?

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Ninguna asignatura |
| <input type="checkbox"/> | Entre 1 y 3 asignaturas |
| <input type="checkbox"/> | Entre 4 y 7 asignaturas |
| <input type="checkbox"/> | Más de 7 asignaturas |

9.2 CUESTIONARIO PARA PADRES/MADRES

Queremos insistir en el carácter anónimo de la encuesta para que puedan contestar con total libertad. No le llevará más de 10 ó 12 minutos. Gracias por su colaboración.

1.-Edad: _____

2.- Madre

Padre

ENTORNO FAMILIAR

2.- Estudios realizados:

- Sin estudios
- Primarios
- Secundarios o Formación Profesional
- Universitarios

3.-Situación laboral:

- Trabajador en activo
- Estudiante
- Jubilado
- Desempleado
- Ama de casa
- Otro, indique cuál _____

ALIMENTACIÓN

4.- ¿Desayuna habitualmente?

- No
- Sí

Si la respuesta es "sí", ¿dónde desayuna?

- En casa
- En el trabajo
- En otro lugar (indique cuál):

5.- ¿Cuánto tiempo dedica a desayunar?

- Menos de 5 minutos
- De 5 a 10 minutos
- De 11 a 20 minutos
- Más de 20 minutos

6.- Habitualmente, ¿con quién desayuna? (Puede marcar varios)

- Solo
- Con su pareja
- Con su/s hijo/s
- Con los compañeros o amigos
- Con otra persona (indique con quién)_____

7.- Marque lo que, habitualmente, come a lo largo de toda la mañana (puede marcar varios)

- Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas
- Tostada, pan, cereales
- Leche, yogur, cola-caó, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche
- Café solo, infusiones
- Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, choped...
- Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún
- Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas
- Zumos de brick, refrescos
- Bollería, magdalenas, helados, chocolate
- Especificar otros que no se señalen en ninguno de los apartados anteriores:_____

8.- Habitualmente, ¿dónde come a mediodía?

Durante la semana
(lunes, martes, miércoles,
jueves y viernes)

Los fines de semana
(sábados y domingos)

- En casa
- En cafetería, bar o restaurante
- Canasto en el trabajo
- En otro sitio (escribir cuál):

- En casa
- En cafetería, bar o restaurante
- Canasto en el trabajo
- En otro sitio (escribir cuál):

9.- Habitualmente, ¿con quién almuerza? (Puede marcar varios)

- Solo
- Con su pareja
- Con su/s hijo/s
- Con los compañeros o amigos
- Con otra persona (indique con quién)_____

10.- Habitualmente, ¿toma merienda?

<input type="checkbox"/>	No
<input type="checkbox"/>	Sí

Si la respuesta es "sí", señale qué suele merendar (puede marcar varios)

<input type="checkbox"/>	Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas
<input type="checkbox"/>	Tostada, pan, cereales
<input type="checkbox"/>	Leche, yogur, cola-cao, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche
<input type="checkbox"/>	Café solo, infusiones
<input type="checkbox"/>	Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, choped...
<input type="checkbox"/>	Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún
<input type="checkbox"/>	Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas
<input type="checkbox"/>	Zumos de brick, refrescos
<input type="checkbox"/>	Bollería, magdalenas, helados, chocolate
<input type="checkbox"/>	Especificar otros que no se señalen en ninguno de los apartados anteriores:

11.- Habitualmente, ¿dónde cena?

<input type="checkbox"/>	En casa
<input type="checkbox"/>	Otro lugar (indique cuál).....

12- Habitualmente, ¿con quién cena? (Puede marcar varios)

<input type="checkbox"/>	Solo
<input type="checkbox"/>	Con su pareja
<input type="checkbox"/>	Con su/s hijo/s
<input type="checkbox"/>	Con otra persona (indique con quién).....

13- Aparte de las comidas, por las que ya le hemos preguntado (desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena), ¿toma algo más a lo largo del día?

<input type="checkbox"/>	No
<input type="checkbox"/>	Sí

Si la respuesta es "sí", señale qué suele tomar (puede marcar varios)

<input type="checkbox"/>	Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas
<input type="checkbox"/>	Tostada, pan, cereales
<input type="checkbox"/>	Leche, yogur, cola-cao, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche,
<input type="checkbox"/>	Café solo, infusiones
<input type="checkbox"/>	Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, chóped...
<input type="checkbox"/>	Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún
<input type="checkbox"/>	Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas
<input type="checkbox"/>	Zumos de brick, refrescos
<input type="checkbox"/>	Bollería, magdalenas, helados, chocolate
<input type="checkbox"/>	Especificar otros que no se señalen en ninguno de los apartados anteriores: _____

14.- ¿Suele ver la televisión mientras come?

<input type="checkbox"/>	Sí
<input type="checkbox"/>	No

Si la respuesta es "sí", ¿cuándo suele verla?:
(puede marcar varias):

<input type="checkbox"/>	En el desayuno
<input type="checkbox"/>	En el almuerzo
<input type="checkbox"/>	En la merienda
<input type="checkbox"/>	En la cena

15.-¿Realiza habitualmente estas tareas?

	Sí	No
Hacer la compra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Preparar la comida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Poner y/o quitar la mesa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fregar o introducir los platos en el lavavajillas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16.- CUESTIONARIO DE FRECUENCIA DE ALIMENTOS

16.1.- ¿Cuántas veces al día toma leche o derivados?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

16.2.- ¿Cuántas veces al día consume pan o picos?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

16.3.- ¿Cuántas veces a lo largo del día consume pasta o arroz o patata?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

16.4.- ¿Cuántas veces a lo largo del día consume fruta?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

16.5.- ¿Cuántas veces a lo largo del día toma verduras (lechuga, tomate, coliflor...)?

- Nunca
- No a diario
- Una vez al día
- De 2 a 3 veces al día
- Más de 3 veces al día

16.6.- ¿Con qué frecuencia toma alimentos como: lentejas, chícharos, garbanzos, habas, guisantes... a lo largo de la semana?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 3 veces a la semana
- Más de 3 veces a la semana

16.7.- ¿Cuántos huevos toma a la semana?

- Ninguno
- No todas las semanas
- Uno a la semana
- De 2 a 3 a la semana
- Más de 3 a la semana

16.8.- ¿Qué aceite consume habitualmente?

- Aceite de oliva
- Otros tipos de aceite (girasol, palma...)

16.9.- ¿Cuántas veces a la semana toma pescado?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 4 veces a la semana
- De 5 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.10.- ¿Cuántas veces a la semana toma carne de ave (pollo, perdiz....)?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 4 veces a la semana
- Más de 4 veces a la semana

16.11.- ¿Cuántas veces a la semana toma carnes rojas (cerdo, ternera...)?

- Nunca
- No todas las semanas
- Una vez a la semana
- De 2 a 4 veces a la semana
- Más de 4 veces a la semana

16.12.- ¿Cuántas veces a la semana consume alimentos como mantecas, margarina, mantequilla, chorizo, salchichón, salchichas,...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.13.- ¿Con qué frecuencia consume refrescos?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.14.- ¿Con qué frecuencia consume platos precocinados (croquetas, palitos de merluza, san jacobó)?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.15.- ¿Con qué frecuencia toma chucherías, snacks...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.16.- ¿Con qué frecuencia toma productos de bollería (donuts, croissants, magdalenas....)?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.17.- ¿Con qué frecuencia consume bebidas alcohólicas como cerveza, vino...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.18.- ¿Con qué frecuencia consume bebidas alcohólicas como ron, ginebra, whisky...?

- Nunca
- No todas las semanas
- De 1 a 3 veces a la semana
- De 4 a 6 veces a la semana
- Más de 6 veces a la semana

16.19.-En el caso de que sí consuma bebidas alcohólicas, ¿lo hace sólo durante los fines de semana?

 Sí No

17- En los últimos 7 días, ¿cuántas veces ha comido algo en un establecimiento de comida rápida? (Por ejemplo, McDonald's, Pizza Hut, KFC, etc.)

- 0 veces
- 1 vez
- 2-3 veces
- 4-6 veces
- 7 ó más veces

ACTIVIDAD FÍSICA

18.- Habitualmente, ¿cómo va al trabajo?

 Caminando Autobús, coche, metro, moto Bicicleta

19.-Si hace algún trayecto caminando al trabajo, ¿cuánto tiempo tarda?

 Menos de 15 minutos Más de 15 minutos

20.- Habitualmente, ¿cómo vuelve del trabajo?

 Caminando Autobús, coche, metro, moto Bicicleta

21.- Normalmente, sube a casa:

- Por las escaleras
- Por el ascensor
- Por escaleras o ascensor indistintamente
- Vivo en una casa o piso bajo

22.-Normalmente, baja de casa:

- Por las escaleras
- Por el ascensor
- Por escaleras o ascensor indistintamente
- Vivo en una casa o piso bajo

23.- ¿Cuánto tiempo suele ver la televisión/vídeo/DVD al día?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora al día	De 1 a 3 horas al día	Más de 3 horas al día
Entre semana				
Sábado/Domingo				

24.- ¿Cuánto tiempo suele usar la consola y el ordenador para chatear, jugar... al día?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora al día	De 1 a 3 horas al día	Más de 3 horas al día
Entre semana				
Sábado/Domingo				

25.- ¿Cuántos días a la semana realiza actividad física? (Incluyendo el fin de semana)

- Ninguno
 De 1 a 2 días
 3 ó más días

26.-Actividad que practica regularmente (Puede marcar varias)

- Deportes y juegos en equipo (fútbol, baloncesto, tenis, vóley, hockey, balonmano)
 Caminar rápidamente, correr, patinaje, senderismo, montar en bicicleta..
 Artes marciales, lucha libre, boxeo o cualquier deporte de lucha
 Cualquier tipo de baile (gimnasia, baile, dance revolution...)
 Yoga, tai-chi u otras técnicas de relajación
 Deportes acuáticos (natación, waterpolo, sincronizada)
 Ejercicios en gimnasios (abdominales, flexiones, pesas, andar en cinta...)
 Competiciones deportivas (si es miembro de algún club o asociación deportiva)

27.- ¿Con qué frase/s se identifica más? (Puede marcar varias)

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, veo la televisión solo/a |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, veo la televisión con mis amigos |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, veo la televisión con mi familia |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, realizo actividades físicas solo/a |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, realizo actividades físicas con mi familia |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, realizo actividades físicas con mis amigos |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tomo alimentos tipo snacks, galletas, chocolates, golosinas cuando veo la televisión |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tomo bebidas tipo refrescos, zumos de brick cuando veo la televisión |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tomo alimentos tipo frutas, bocadillos, cereales, yogurt cuando veo la televisión |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tengo tiempo para realizar actividades físicas |
| <input type="checkbox"/> | Habitualmente, tengo fácil acceso para realizar actividades físicas |

28.- ¿Cómo considera su actividad física habitual respecto a la mayoría de las personas de su edad?

- Más activo/a Igual de activo/a Menos activo/a

9.3 TABLAS DE RESULTADOS

» TABLAS DE FRECUENCIA

DATOS GENERALES

Tabla 1. ADOLESCENTES. DISTRIBUCIÓN POR SEXO

Hijos	50,9%
Hijas	49,1%
Total	100,0%

Tabla 2. ADOLESCENTES. PERSONAS CON LAS QUE VIVEN

	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Padre	86,8%	87,1%	86,8%
Madre	94,2%	94,0%	93,9%
Hermanos/as	79,0%	83,4%	81,0%
Abuelos	6,5%	3,3%	4,9%
Otros	4,8%	3,3%	4,1%

Tabla 3. ADOLESCENTES. VIVIR CON EL PADRE Y/O LA MADRE

	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Con el padre y la madre	82,0%	82,1%	81,9%
Con el padre y no con la madre	4,8%	5,0%	5,0%
Con la madre y no con el padre	12,2%	11,9%	12,1%
Ni con el padre ni con la madre	1,0%	1,0%	1,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 4. ESTUDIOS REALIZADOS POR PADRES/MADRES

	PADRES	MADRES
Sin estudios	2,3%	1,1%
Primarios	17,7%	17,1%
Secundarios o Formación Profesional	33,9%	38,2%
Universitarios	46,1%	43,6%
Total	100,0%	100,0%

Tabla 5. SITUACIÓN LABORAL DE PADRES/MADRES

	PADRES	MADRES
Trabajador/a en activo	91,7%	64,8%
Ama de casa	0,0%	26,3%
Desempleado/a o jubilado/a	8,1%	8,3%
Otro	0,2%	0,6%
Total	100,0%	100,0%

ALIMENTACIÓN

Tabla 6. REALIZACIÓN HABITUAL DE DESAYUNO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	98,2%	99,7%	84,6%	78,8%	81,9%
No	1,8%	0,3%	15,4%	21,2%	18,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
En casa	54,6%	71,0%	95,0%	95,6%	95,2%
En el trabajo	34,0%	24,2%	-	-	-
En otro lugar	11,4%	4,8%	0,9%	1,7%	1,4%
De camino al centro escolar	-	-	4,1%	2,7%	3,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Menos de cinco minutos	11,4%	7,5%	34,7%	37,7%	36,1%
De 5 a 10 minutos	37,8%	40,2%	49,0%	52,2%	50,6%
De 11 a 20 minutos	42,2%	42,3%	13,7%	9,0%	11,5%
Más de 20 minutos	8,6%	10,0%	2,6%	1,1%	1,8%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Solo	41,8%	41,3%	47,4%	46,6%	46,9%
En familia	33,7%	40,0%	56,0%	53,9%	55,1%
Otra persona	31,4%	21,9%	0,9%	2,1%	1,5%
Con los compañeros o amigos	31,1%	21,5%	-	-	-

	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	86,6%	83,2%	84,9%
No	13,4%	16,8%	15,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 11. ALIMENTOS CONSUMIDOS A LO LARGO DE LA MAÑANA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas	23,2%	37,2%	20,2%	23,6%	21,8%
Tostada, pan, cereales	75,7%	84,4%	64,6%	63,3%	64,2%
Leche, yogur, cola-caó, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche	60,0%	67,6%	57,0%	58,5%	58,1%
Café solo, infusiones	27,2%	26,3%	3,0%	1,6%	2,3%
Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, chópéd	11,6%	9,0%	39,9%	30,7%	35,5%
Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún	21,8%	23,8%	24,4%	27,4%	26,3%
Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas	1,4%	0,4%	9,0%	10,5%	9,7%
Zumos de brick, refrescos	5,1%	5,1%	29,0%	25,4%	27,1%
Bollería, magdalenas, helados, chocolate	6,0%	4,1%	20,3%	16,1%	18,4%
Otros	2,8%	3,6%	1,3%	1,1%	1,3%

Tabla 12. REALIZACIÓN DE DESAYUNO SALUDABLE (lácteos, cereales y fruta)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	10,9%	23,5%	9,1%	10,4%	9,9%
No	89,1%	76,5%	90,9%	89,6%	90,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 13. REALIZACIÓN DE DESAYUNO SALUDABLE COMPLETO (lácteos, cereales y fruta y sin otros alimentos no saludables)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	9,1%	19,0%	3,3%	5,6%	4,5%
No	90,9%	81,0%	96,7%	94,4%	95,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 14. LUGAR HABITUAL DEL ALMUERZO ENTRE SEMANA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
En casa	84,7%	92,0%	87,0%	89,5%	88,3%
En cafetería, bar o restaurante	10,8%	3,0%	1,1%	0,6%	0,8%
Canasto en el trabajo	4,5%	5,0%	-	-	-
En casa de abuelos	-	-	3,7%	2,9%	3,3%
En el comedor escolar	-	-	8,2%	7,0%	7,6%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 15. LUGAR HABITUAL DEL ALMUERZO LOS FINES DE SEMANA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
En casa	91,4%	84,6%	81,2%	80,9%	81,3%
En casa de abuelos	-	-	4,1%	4,4%	4,2%
En cafetería, bar o restaurante	8,2%	14,5%	13,6%	13,2%	13,2%
Canasto en el trabajo	0,4%	0,5%	-	-	-
En otro lugar	0,0%	0,4%	1,1%	1,5%	1,3%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 16. PERSONAS CON LAS QUE ALMUERZAN HABITUALMENTE

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Solo	16,1%	11,0%	7,5%	7,2%	7,3%
En familia	78,3%	86,0%	91,7%	91,6%	91,7%
Otra persona	13,4%	5,0%	2,9%	3,1%	3,0%

Tabla 17. REALIZACIÓN HABITUAL DE MERIENDA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	33,7%	55,7%	86,0%	85,0%	85,5%
No	66,3%	44,3%	14,0%	15,0%	14,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 18. ALIMENTOS TOMADOS EN LA MERIENDA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas	23,0%	36,1%	22,4%	34,3%	28,2%
Tostada, pan, cereales	10,2%	11,8%	47,0%	47,1%	47,3%
Leche, yogur, cola-cao, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche	41,0%	51,7%	51,9%	41,6%	46,9%
Café solo, infusiones	36,2%	30,6%	2,8%	1,3%	2,0%
Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, choped	4,8%	2,6%	25,2%	20,8%	23,3%
Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún	6,1%	3,5%	19,6%	17,6%	18,7%
Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas	1,2%	0,5%	8,2%	7,2%	7,8%
Zumos de brick, refrescos	4,1%	4,0%	28,0%	24,2%	26,0%
Bollería, magdalenas, helados, chocolate	31,6%	20,0%	47,7%	51,6%	49,5%
Otros	0,0%	1,2%	0,9%	0,0%	0,4%

Tabla 19. CONSUMO DE ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE EN LA MERIENDA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	37,0%	23,6%	67,8%	68,1%	67,9%
No	63,0%	76,4%	32,2%	31,9%	32,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 20. LUGAR HABITUAL DE LA CENA DURANTE LA SEMANA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
En casa	98,1%	99,5%	100,0%	99,7%	99,8%
En otro lugar	1,9%	0,5%	0,0%	0,3%	0,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 21. PERSONAS CON LAS QUE CENAN HABITUALMENTE

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Solo	7,6%	2,1%	6,7%	5,6%	6,2%
En familia	90,2%	98,1%	93,8%	92,7%	93,2%
Otra persona	1,6%	0,3%	5,8%	2,7%	4,2%

Tabla 22. CONSUMO DE ALIMENTOS FUERA DE LAS COMIDAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	17,4%	18,9%	35,9%	27,9%	32,1%
No	82,6%	81,1%	64,1%	72,1%	67,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 23. ALIMENTOS TOMADOS FUERA DE LAS COMIDAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Fruta entera, zumo de frutas naturales, macedonia de frutas	36,0%	42,8%	25,8%	30,9%	27,6%
Tostada, pan, cereales	6,4%	6,3%	19,9%	17,8%	18,7%
Leche, yogur, cola-caó, batidos, queso fresco, café o descafeinado con leche	29,3%	20,5%	28,6%	22,4%	25,8%
Café solo, infusiones	17,0%	16,9%	0,0%	0,0%	0,0%
Salchichón, chorizo, mantequilla, manteca, margarina, foie gras, otros quesos, mortadela, chóped	17,2%	5,0%	15,4%	14,5%	14,7%
Jamón serrano, jamón de york, fiambre de pavo, atún	13,8%	11,6%	14,9%	14,4%	14,6%
Snacks de patatas, gusanitos o similar, golosinas, cacahuetes, pipas	13,5%	19,0%	48,2%	57,0%	51,0%
Zumos de brick, refrescos	7,9%	17,0%	33,1%	25,8%	30,5%
Bollería, magdalenas, helados chocolate	9,8%	7,7%	39,6%	37,2%	38,0%
Otros	5,2%	2,4%	0,0%	0,0%	0,0%

Tabla 24. CONSUMO DE ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE FUERA DE LAS COMIDAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	41,6%	36,4%	82,2%	83,7%	82,4%
No	58,4%	63,6%	17,8%	16,3%	17,6%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 25. VISIÓN DE TV DURANTE LAS COMIDAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	75,0%	72,6%	85,1%	79,1%	82,2%
No	25,0%	27,4%	14,9%	20,9%	17,8%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 26. VISIÓN DE TV DURANTE LAS DIFERENTES COMIDAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
En el desayuno	0,3%	21,4%	37,3%	18,6%	28,5%
En el almuerzo	80,4%	80,6%	88,3%	81,3%	84,8%
En la merienda	8,0%	10,4%	48,9%	36,3%	43,0%
En la cena	90,1%	82,4%	90,6%	85,1%	88,1%

Tabla 27. PARTICIPACIÓN EN TAREAS RELACIONADAS CON LA ALIMENTACIÓN

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Hacer la compra	65,5%	95,0%	50,6%	58,7%	54,7%
Preparar la comida	43,5%	93,4%	33,6%	37,2%	35,5%
Poner y/o quitar la mesa	80,1%	91,7%	87,2%	93,4%	90,4%
Fregar o introducir los platos en el lavavajillas	70,0%	94,1%	51,5%	66,6%	58,9%

FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS

Tabla 28. FRECUENCIA DE CONSUMO DE LECHE O DERIVADOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	2,4%	2,3%	1,0%	1,2%	1,1%
No a diario	9,4%	3,9%	5,4%	7,3%	6,2%
Una vez al día	40,0%	31,9%	21,6%	26,7%	23,9%
De 2 a 3 veces al día	44,7%	56,7%	56,7%	57,2%	57,3%
Más de 3 veces al día	3,5%	5,2%	15,3%	7,6%	11,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 29. FRECUENCIA DE CONSUMO DE PAN O PICOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	0,5%	1,5%	2,8%	2,7%	2,7%
No a diario	4,3%	7,0%	10,5%	12,2%	11,3%
Una vez al día	18,3%	30,0%	29,2%	35,4%	32,2%
De 2 a 3 veces al día	72,0%	58,0%	43,4%	40,2%	41,9%
Más de 3 veces al día	4,9%	3,5%	14,1%	9,5%	11,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 30. FRECUENCIA DE CONSUMO DE PASTA O ARROZ O PATATAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	0,6%	1,4%	2,2%	1,4%	1,8%
No a diario	61,4%	58,5%	53,3%	59,1%	56,1%
Una vez al día	31,5%	33,2%	34,4%	32,8%	33,7%
De 2 a 3 veces al día	6,0%	6,2%	8,1%	6,2%	7,2%
Más de 3 veces al día	0,5%	0,7%	2,0%	0,5%	1,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 31. FRECUENCIA DE CONSUMO DE FRUTAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	6,3%	1,7%	6,2%	3,9%	5,1%
No a diario	20,6%	13,4%	23,4%	20,0%	21,9%
Una vez al día	37,7%	36,9%	39,9%	38,6%	39,0%
De 2 a 3 veces al día	30,3%	42,2%	22,7%	28,2%	25,4%
Más de 3 veces al día	5,1%	5,8%	7,8%	9,3%	8,7%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 32. FRECUENCIA DE CONSUMO DE VERDURAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	1,5%	0,4%	11,5%	7,4%	9,6%
No a diario	28,7%	15,1%	36,3%	31,7%	33,8%
Una vez al día	46,2%	48,1%	35,1%	40,8%	37,9%
De 2 a 3 veces al día	22,4%	34,0%	14,2%	18,4%	16,4%
Más de 3 veces al día	1,2%	2,4%	2,9%	1,7%	2,3%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 33. FRECUENCIA DE CONSUMO DE LEGUMBRES O LEGUMINOSAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	0,6%	0,9%	2,5%	1,7%	2,1%
No todas las semanas	8,6%	6,2%	12,4%	14,2%	13,1%
Una vez a la semana	42,7%	40,7%	40,8%	37,0%	38,6%
De 2 a 3 veces a la semana	41,9%	44,5%	36,6%	39,5%	38,5%
Más de 3 veces a la semana	6,2%	7,7%	7,7%	7,6%	7,7%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 34. FRECUENCIA DE CONSUMO DE HUEVOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Ninguno	0,4%	1,2%	3,8%	2,3%	3,0%
No todas las semanas	5,3%	5,1%	12,7%	13,7%	13,2%
Uno a la semana	20,0%	23,3%	28,8%	30,3%	29,5%
De 2 a 3 a la semana	63,8%	61,1%	45,5%	46,9%	46,3%
Más de 3 a la semana	10,5%	9,3%	9,2%	6,8%	8,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 35. ACEITE CONSUMIDO HABITUALMENTE

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Aceite de oliva	97,0%	95,5%	96,0%	97,2%	96,6%
Otros tipos de aceite (girasol, palma...)	3,0%	4,5%	4,0%	2,8%	3,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

TABLA 36. FRECUENCIA DE CONSUMO DE PESCADO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	0,3%	1,2%	4,9%	1,6%	3,2%
No todas las semanas	7,2%	6,2%	14,5%	15,0%	14,7%
Una vez a la semana	35,8%	29,8%	36,7%	33,9%	35,4%
De 2 a 4 veces a la semana	55,1%	60,8%	40,9%	45,4%	43,1%
De 5 a 6 veces a la semana	1,4%	1,9%	2,3%	3,1%	2,7%
Más de 6 veces a la semana	0,2%	0,1%	0,7%	1,0%	0,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 37. FRECUENCIA DE CONSUMO DE CARNE DE AVE

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	3,2%	2,1%	1,5%	1,6%	1,7%
No todas las semanas	4,7%	3,3%	18,4%	16,7%	17,4%
Una vez a la semana	31,9%	27,3%	37,7%	36,6%	37,2%
De 2 a 4 veces a la semana	57,5%	63,1%	38,1%	41,9%	40,0%
Más de 4 veces a la semana	2,7%	4,2%	4,3%	3,2%	3,7%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 38. FRECUENCIA DE CONSUMO DE CARNES ROJAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	3,1%	3,5%	2,7%	4,0%	3,5%
No todas las semanas	17,1%	20,2%	20,5%	28,8%	24,7%
Una vez a la semana	41,5%	42,0%	41,4%	38,6%	39,9%
De 2 a 4 veces a la semana	37,5%	32,5%	31,6%	26,8%	29,1%
Más de 4 veces a la semana	0,8%	1,8%	3,8%	1,8%	2,8%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 39. FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS GRASOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	7,7%	8,6%	2,9%	3,8%	3,4%
No todas las semanas	29,8%	36,1%	19,4%	23,0%	21,2%
De 1 a 3 veces a la semana	45,1%	38,3%	40,7%	41,5%	41,3%
De 4 a 6 veces a la semana	11,5%	12,9%	22,9%	21,0%	21,7%
Más de 6 veces a la semana	5,9%	4,1%	14,1%	10,7%	12,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 40. FRECUENCIA DE CONSUMO DE REFRESCOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	27,2%	28,8%	4,4%	11,8%	8,3%
No todas las semanas	26,8%	27,5%	14,0%	26,9%	20,4%
De 1 a 3 veces a la semana	28,0%	24,4%	34,3%	30,6%	32,4%
De 4 a 6 veces a la semana	9,2%	8,8%	16,7%	12,8%	14,8%
Más de 6 veces a la semana	8,8%	10,5%	30,6%	17,9%	24,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 41. FRECUENCIA DE CONSUMO DE PRECOCINADOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	26,2%	30,9%	9,3%	9,1%	9,3%
No todas las semanas	48,4%	51,1%	42,8%	44,1%	43,5%
De 1 a 3 veces a la semana	23,1%	16,7%	39,3%	39,4%	39,2%
De 4 a 6 veces a la semana	1,7%	0,9%	6,9%	5,7%	6,4%
Más de 6 veces a la semana	0,6%	0,4%	1,7%	1,7%	1,6%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 42. FRECUENCIA DE CONSUMO DE CHUCHERÍAS, SNACKS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	47,7%	44,2%	8,5%	7,7%	8,2%
No todas las semanas	35,2%	40,1%	38,6%	38,0%	38,3%
De 1 a 3 veces a la semana	14,0%	12,8%	34,1%	32,6%	33,5%
De 4 a 6 veces a la semana	2,1%	2,3%	11,0%	12,4%	11,5%
Más de 6 veces a la semana	1,0%	0,6%	7,8%	9,3%	8,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 43. FRECUENCIA DE CONSUMO DE PRODUCTOS DE BOLLERÍA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	33,9%	35,2%	10,8%	10,8%	10,8%
No todas las semanas	43,4%	46,9%	35,4%	39,8%	37,6%
De 1 a 3 veces a la semana	18,7%	14,3%	34,5%	32,9%	33,9%
De 4 a 6 veces a la semana	2,9%	2,6%	12,8%	11,1%	11,8%
Más de 6 veces a la semana	1,1%	1,0%	6,5%	5,4%	5,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 44. FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
SÍ	89,7%	72,4%	36,1%	31,0%	33,6%
NO	10,3%	27,6%	63,9%	69,0%	66,4%
Total	100,0%	100,0%	100,00%	100,0%	100,0%

Tabla 45. FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE BAJA GRADUACIÓN

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	10,7%	28,1%	77,4%	84,7%	80,9%
No todas las semanas	21,9%	30,8%	13,9%	12,6%	13,5%
De 1 a 3 veces a la semana	37,5%	29,3%	4,8%	2,4%	3,5%
De 4 a 6 veces a la semana	16,3%	8,7%	1,8%	0,0%	0,9%
Más de 6 veces a la semana	13,6%	3,1%	2,1%	0,3%	1,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 46. FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE ALTA GRADUACIÓN

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nunca	41,1%	70,9%	67,2%	71,3%	69,1%
No todas las semanas	46,7%	25,1%	21,5%	22,3%	22,0%
De 1 a 3 veces a la semana	10,7%	3,8%	8,5%	6,0%	7,3%
De 4 a 6 veces a la semana	1,1%	0,1%	1,2%	0,1%	0,7%
Más de 6 veces a la semana	0,4%	0,1%	1,6%	0,3%	0,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

CUMPLIMIENTO DEL CONSUMO RECOMENDADO DE ALIMENTOS

Tabla 47. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE LÁCTEOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	44,7%	56,7%	56,7%	57,2%	57,3%
No	55,3%	43,3%	43,3%	42,8%	42,7%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 48. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE PAN O PICOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	76,9%	61,5%	57,5%	49,7%	53,8%
No	23,1%	38,5%	42,5%	50,3%	46,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 49. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE ARROZ, PASTA, PATATAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	37,9%	40,1%	44,5%	39,5%	42,1%
No	62,1%	59,9%	55,5%	60,5%	57,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 50. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE FRUTAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	35,4%	48,1%	30,4%	37,5%	34,0%
No	64,6%	51,9%	69,6%	62,5%	66,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 51. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE VERDURAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	23,7%	36,4%	17,1%	20,1%	18,6%
No	76,3%	63,6%	82,9%	79,9%	81,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 52. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE LEGUMBRES O LEGUMINOSAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	48,1%	52,1%	44,2%	47,1%	46,1%
No	51,9%	47,9%	55,8%	52,9%	53,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 53. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE HUEVOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	74,3%	70,4%	54,7%	53,7%	54,3%
No	25,7%	29,6%	45,3%	46,3%	45,7%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 54. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE PESCADO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	56,5%	62,7%	43,2%	48,5%	45,8%
No	43,5%	37,3%	56,8%	51,5%	54,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 55. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE CARNES (AVES Y ROJAS)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	39,9%	45,5%	34,0%	39,3%	36,9%
No	60,1%	54,5%	66,0%	60,7%	63,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 56. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE ALIMENTOS GRASOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	37,5%	44,6%	22,4%	26,8%	24,6%
No	62,5%	55,4%	77,6%	73,2%	75,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 57. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE REFRESCOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	54,0%	56,3%	18,4%	38,7%	28,7%
No	46,0%	43,7%	81,6%	61,3%	71,3%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 58. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE PRECOCINADOS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	74,7%	82,1%	52,1%	53,2%	52,8%
No	25,3%	17,9%	47,9%	46,8%	47,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 59. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE CHUCHERIAS, SNACKS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	82,8%	84,3%	47,1%	45,7%	46,5%
No	17,2%	15,7%	52,9%	54,3%	53,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 60. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE BOLLERÍAS

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	77,3%	82,1%	46,2%	50,6%	48,4%
No	22,7%	17,9%	53,8%	49,4%	51,6%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 61. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE BEBIDAS DE BAJA GRADUACIÓN

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	10,7%	88,2%	77,4%	84,7%	80,9%
No	89,3%	11,8%	22,6%	15,3%	19,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 62. CONSUMO SEGÚN RECOMENDACIONES DE BEBIDAS DE ALTA GRADUACIÓN

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	41,1%	70,9%	67,1%	71,3%	69,1%
No	58,9%	29,1%	32,9%	28,7%	30,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 63. FRECUENTACIÓN ESTABLECIMIENTOS DE COMIDA RÁPIDA EN LA ÚLTIMA SEMANA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
0 veces	88,1%	87,9%	50,5%	58,9%	54,9%
1 vez	11,6%	11,2%	37,2%	32,1%	34,5%
2-3 veces	0,1%	0,5%	10,8%	7,7%	9,2%
4-6 veces	0,1%	0,0%	0,8%	0,3%	0,5%
7 ó más veces	0,1%	0,4%	0,7%	1,0%	0,9%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

ACTIVIDAD FÍSICA

Tabla 64. MODO DE IR AL TRABAJO/COLEGIO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Caminando	14,7%	24,7%	58,9%	51,6%	55,1%
Autobús, coche, metro, moto	79,6%	73,6%	38,1%	47,8%	43,1%
Bicicleta	5,7%	1,7%	3,0%	0,6%	1,8%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 65. TIEMPO CAMINANDO AL TRABAJO/COLEGIO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Menos de 15 minutos	56,0%	53,1%	76,0%	70,5%	72,8%
15 minutos o más	44,0%	46,9%	24,0%	29,5%	27,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 66. MODO DE VOLVER DEL TRABAJO/COLEGIO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Caminando	13,8%	21,7%	63,5%	58,9%	61,1%
Autobús, coche, metro, moto	80,3%	76,4%	33,1%	40,5%	36,8%
Bicicleta	5,9%	1,9%	3,4%	0,6%	2,1%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 67. MODO DE SUBIR A CASA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Por las escaleras	29,9%	29,1%	42,4%	33,2%	37,7%
Por el ascensor	41,3%	40,4%	26,2%	32,7%	29,7%
Por escaleras y ascensor indistintamente	7,0%	8,1%	9,3%	10,9%	10,2%
Vivo en una casa o piso bajo	21,8%	22,4%	22,1%	23,2%	22,4%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 68. MODO DE BAJAR DE CASA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Por las escaleras	35,4%	35,6%	51,1%	39,5%	45,2%
Por el ascensor	35,7%	34,0%	19,3%	25,5%	22,3%
Por escaleras y ascensor indistintamente	6,8%	7,6%	7,5%	12,0%	10,2%
Vivo en una casa o piso bajo	22,1%	22,8%	22,1%	23,0%	22,3%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 69. TIEMPO DE TV, VIDEO, DVD AL DÍA ENTRE SEMANA (L-V)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nada en absoluto	2,4%	3,4%	3,2%	4,1%	3,7%
Menos de 1 hora al día	31,8%	34,2%	27,9%	36,3%	31,8%
De 1 a 3 horas al día	56,1%	51,1%	49,5%	48,4%	49,3%
Más de 3 horas al día	9,7%	11,3%	19,4%	11,2%	15,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 70. TIEMPO DE TV, VIDEO, DVD AL DÍA EN FIN DE SEMANA (S-D)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nada en absoluto	2,3%	3,5%	3,7%	4,4%	4,0%
Menos de 1 hora al día	11,3%	17,8%	16,7%	21,1%	19,0%
De 1 a 3 horas al día	56,3%	52,7%	40,6%	46,7%	43,4%
Más de 3 horas al día	30,1%	26,0%	39,0%	27,8%	33,6%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 71. TIEMPO DE CONSOLA Y ORDENADOR (CHATEAR, JUGAR...) AL DÍA ENTRE SEMANA (L-V)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nada en absoluto	57,4%	62,0%	12,6%	9,4%	11,1%
Menos de 1 hora al día	26,1%	29,7%	30,5%	36,4%	33,5%
De 1 a 3 horas al día	13,4%	6,3%	37,3%	38,9%	38,1%
Más de 3 horas al día	3,1%	2,0%	19,6%	15,3%	17,3%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 72. TIEMPO DE CONSOLA Y ORDENADOR (CHATEAR, JUGAR...) AL DÍA EN FIN DE SEMANA (S-D)

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Nada en absoluto	54,7%	64,0%	3,2%	3,4%	3,6%
Menos de 1 hora al día	24,5%	26,4%	13,7%	15,9%	14,8%
De 1 a 3 horas al día	16,9%	8,0%	39,3%	41,9%	40,6%
Más de 3 horas al día	3,9%	1,6%	43,8%	38,8%	41,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 73. SEDENTARISMO POR USO DE TV/VÍDEO/CONSOLA/ORDENADOR

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	70,6%	65,9%	86,7%	80,0%	83,5%
No	29,4%	34,1%	13,3%	20,0%	16,5%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 74. SEDENTARISMO POR USO DE TV/VÍDEO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	67,1%	63,8%	72,1%	62,8%	67,7%
No	32,9%	36,2%	27,9%	37,2%	32,3%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 75. SEDENTARISMO POR USO DE CONSOLA/ORDENADOR

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	16,1%	8,1%	65,8%	60,7%	63,0%
No	83,9%	91,9%	34,2%	39,3%	37,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 76. PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA A LA SEMANA

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Ninguno	31,7%	37,5%	8,3%	27,2%	17,3%
De 1 a 2 días	31,6%	30,4%	29,8%	47,5%	38,5%
3 ó más días	36,7%	32,1%	61,9%	25,3%	44,2%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 77. ACTIVIDADES PRACTICADAS REGULARMENTE

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Deportes y juegos en equipo (fútbol, baloncesto, tenis, vóley...)	18,1%	4,9%	75,6%	31,7%	54,5%
Caminar rápido, correr, patinaje, senderismo, bicicleta...	54,2%	45,4%	48,9%	57,4%	53,2%
Artes marciales, lucha libre, boxeo,...	0,9%	0,1%	10,7%	2,1%	6,5%
Cualquier tipo de baile (gimnasia, danza, ...)	2,7%	9,6%	5,0%	27,9%	16,1%
Yoga, tai-chi o similares	0,8%	0,0%	1,6%	1,0%	1,3%
Deportes acuáticos (natación, waterpolo, sincronizada)	6,5%	5,4%	17,6%	15,5%	16,8%
Ejercicios en gimnasios (abdominales, flexiones, pesas, cinta...)	12,6%	18,9%	31,4%	20,0%	26,1%
Competiciones deportivas (si es miembro de algún club...)	5,1%	1,3%	29,8%	11,5%	20,9%

Tabla 78. REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Sí	72,8%	66,1%	95,5%	89,1%	92,4%
No	27,2%	33,9%	4,5%	10,9%	7,6%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 79. OTROS ASPECTOS EN RELACIÓN A LA ACTIVIDAD FÍSICA O EL SEDENTARISMO

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Habitualmente, veo la TV sólo/a	12,4%	10,7%	26,8%	23,6%	25,3%
Habitualmente, veo la TV con mis amigos/as	0,9%	0,7%	5,7%	6,6%	6,1%
Habitualmente, veo la TV con mi familia	72,6%	73,2%	54,9%	60,3%	57,6%
Habitualmente, realizo actividades físicas solo/a	25,8%	20,7%	23,9%	17,8%	20,9%
Habitualmente, realizo actividades físicas con mi familia	14,5%	14,8%	8,3%	11,6%	9,8%
Habitualmente, realizo actividades físicas con mis amigos/as	17,8%	14,1%	67,3%	46,2%	57,1%
Habitualmente, tomo alimentos tipo snacks, galletas, chocolates, golosinas... cuando veo la TV	5,3%	6,7%	21,1%	22,2%	21,4%
Habitualmente, tomo bebidas tipo refrescos, zumo de brick... cuando veo la TV	5,5%	5,3%	31,0%	23,9%	27,2%
Habitualmente, tomo alimentos tipo frutas, bocadillos, cereales, yogurt... cuando veo la TV	7,4%	10,4%	23,5%	26,9%	25,1%
Habitualmente, tengo tiempo para realizar actividades físicas	26,7%	22,9%	48,9%	31,6%	40,4%
Habitualmente, tengo fácil acceso para realizar actividades físicas	26,7%	20,3%	49,2%	33,6%	41,4%

Tabla 80. CONSUMO DE ALIMENTOS NO SALUDABLES MIENTRAS VEN TV

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
	%	%	%	%	%
Sí	9,1%	9,9%	40,6%	38,1%	39,0%
No	90,9%	90,1%	59,4%	61,9%	61,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 81. PERCEPCIÓN DE SU PROPIO GRADO DE ACTIVIDAD FÍSICA RESPECTO A OTRAS PERSONAS DE SU EDAD

	PADRES	MADRES	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Más activo/a	35,7%	29,5%	43,6%	16,6%	30,4%
Igual de activo/a	42,8%	44,6%	45,3%	64,5%	54,8%
Menos activo/a	21,5%	25,9%	11,1%	18,9%	14,8%
Total	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 82. ASIGNATURAS SUSPENDIDAS EN EL ÚLTIMO TRIMESTRE

	HIJOS	HIJAS	HIJOS/AS
Ninguna asignatura	38,0%	54,9%	46,5%
Entre 1 y 3 asignaturas	34,4%	29,3%	31,7%
Entre 4 y 7 asignaturas	22,2%	11,3%	16,8%
Más de 7 asignaturas	5,4%	4,5%	5,0%
Total	100,0%	100,0%	100,0%

CONTRASTES DE INDEPENDENCIA ENTRE CADA UNA DE LAS VARIABLES DEL ESTUDIO Y EL SEXO DE LOS/LAS ADOLESCENTES

	Chi-cuadrado	Sig.
Desayuno antes de las clases	8,628	0,057
Tiempo dedicado a desayunar	10,739	0,175
Desayuno grupo fruta natural	2,580	0,310
Desayuno: grupo pan o cereales	0,263	0,622
Desayuno: grupo lácteos	0,295	0,640
Desayuno: grupo café e infusiones	3,089	0,123
Desayuno: grupo alimentos grasos	13,352	0,011
Desayuno: grupo alimentos magros	1,649	0,333
Desayuno: grupo snacks	0,841	0,457
Desayuno: grupo zumos brick, refrescos	2,347	0,326
Desayuno: grupo bollería	4,375	0,041
Desayuno: grupo otros alimentos	0,270	0,619
Desayuno y/o recreo: lácteos, frutas y cereales (con/sin otros alimentos)	0,811	0,516
Desayuno y/o recreo: lácteos, frutas y cereales y ningún alimento no saludable	4,719	0,172
Merienda habitualmente	0,281	0,531
Merienda: grupo fruta	21,999	0,000
Merienda: grupo pan o cereales	0,001	0,982
Merienda: grupo lácteos	13,404	0,003
Merienda: grupo café e infusiones	3,680	0,047
Merienda: grupo alimentos grasos	3,478	0,040
Merienda: grupo alimentos magros	0,832	0,409
Merienda: grupo snacks	0,436	0,378
Merienda: grupo zumos brick, refrescos	2,317	0,033
Merienda: grupo bollería	1,923	0,121
Merienda: grupo otros alimentos	5,466	0,077
Merienda: algún alimento no saludable	0,011	0,885

VARIABLES DE ESTUDIO (cont.)	Chi-cuadrado	Sig.
Consumo de alimentos fuera de las comidas	10,952	0,000
Fuera de comidas: grupo fruta	1,571	0,212
Fuera de comidas: grupo pan o cereales	0,367	0,519
Fuera de comidas: grupo lácteos	2,403	0,376
Fuera de comidas: grupo alimentos grasos	0,080	0,864
Fuera de comidas: grupo alimentos magros	0,024	0,936
Fuera de comidas: grupo snacks	3,792	0,147
Fuera de comidas: grupo zumos brick, refrescos	3,076	0,099
Fuera de comidas: grupo bollería	0,301	0,603
Fuera de comidas: alimentos no saludables	0,188	0,692
Ver la tv durante las comidas	9,227	0,095
Ver la tv en el desayuno	54,556	0,000
Ver la tv en el almuerzo	12,038	0,021
Ver la tv en la merienda	20,825	0,004
Ver la tv en la cena	9,434	0,113
Acompañar a hacer la compra	9,841	0,012
Participar en preparar la comida	2,187	0,120
Ayudar a poner y/o quitar la mesa	16,564	0,001
Ayudar a fregar los platos/ poner lavavajillas	35,295	0,000
Modo de subir a casa	15,215	0,009
Modo de bajar de casa	25,492	0,007
Practica de alguna actividad física regular	21,359	0,003
Tomar habitualmente snacks, galletas, viendo la tv	0,238	0,644
Tomar habitualmente refrescos viendo la tv	9,506	0,044
Tomar habitualmente fruta, bocadillos, viendo la tv	2,326	0,267
Percepción respecto a su actividad física habitual	130,792	0,000

VARIABLES DE ESTUDIO (cont.)	Chi-cuadrado	Sig.
Consumo recomendado de lácteos	0,034	0,870
Consumo recomendado de pan o picos	9,080	0,001
Consumo recomendado de pasta, arroz o patata	3,825	0,113
Consumo recomendado de fruta	8,242	0,036
Consumo recomendado de verduras	2,181	0,384
Consumo recomendado de legumbres	1,252	0,440
Consumo recomendado de huevos	0,147	0,754
Consumo recomendado de pescado	4,281	0,104
Consumo recomendado de carnes (ave y roja)	4,549	0,001
Consumo recomendado de alimentos grasos	4,069	0,133
Consumo recomendado de refrescos	76,529	0,000
Consumo recomendado de precocinados	0,179	0,800
Consumo recomendado de chucherías	0,301	0,606
Consumo recomendado de bollería	2,796	0,189
Consumo recomendado de bebidas de baja graduación	12,932	0,002
Consumo recomendado de bebidas de alta graduación	3,077	0,097

» **TABLAS DE CONTINGENCIAS**

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE REALIZAN UN DESAYUNO SALUDABLE COMPLETO SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ REALIZAN UN DESAYUNO SALUDABLE COMPLETO	HIJOS/AS QUE NO REALIZAN UN DESAYUNO SALUDABLE COMPLETO
Madres que SÍ realizan un desayuno saludable completo	8,2%	91,8%
Madres que NO realizan un desayuno saludable completo	4,5%	95,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,345; Sig. 0,006		
Padres que SÍ realizan un desayuno saludable completo	6,0%	94,0%
Padres que NO realizan un desayuno saludable completo	5,1%	94,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,093; Sig. 0,824		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE REALIZAN UN DESAYUNO SALUDABLE SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ REALIZAN UN DESAYUNO SALUDABLE	HIJOS/AS QUE NO REALIZAN UN DESAYUNO SALUDABLE
Madres que SÍ realizan un desayuno saludable	20,1%	79,9%
Madres que NO realizan un desayuno saludable	8,6%	91,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 19,525; Sig. 0,000		
Padres que SÍ realizan un desayuno saludable	20,0%	80,0%
Padres que NO realizan un desayuno saludable	9,9%	90,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 7,299; Sig. 0,047		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE DESAYUNAN EN FAMILIA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ DESAYUNAN EN FAMILIA	HIJOS/AS QUE NO DESAYUNAN EN FAMILIA
Madres que SÍ desayunan en familia	64,5%	35,5%
Madres que NO desayunan en familia	48,1%	51,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 18,569; Sig. 0,001		
Padres que SÍ desayunan en familia	64,5%	35,5%
Padres que NO desayunan en familia	49,8%	50,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 12,185; Sig. 0,015		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE DESAYUNAN SOLOS/AS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ DESAYUNAN SOLOS/AS	HIJOS/AS QUE NO DESAYUNAN SOLOS/AS
Madres que SÍ desayunan solas	54,3%	45,7%
Madres que NO desayunan solas	40,3%	59,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 13,022; Sig. 0,028		
Padres que SÍ desayunan solos	47,3%	52,7%
Padres que NO desayunan solos	44,6%	55,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,423; Sig. 0,529		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE ALMUERZAN HABITUALMENTE EN CASA (ENTRE SEMANA) SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE ALMUERZAN EN CASA (entre semana)	HIJOS/AS QUE ALMUERZAN FUERA DE CASA (entre semana)
Madres que almuerzan en casa (entre semana)	92,6%	7,4%
Madres que almuerzan fuera de casa (entre semana)	83,1%	16,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 7,364; Sig. 0,019		
Padres que almuerzan en casa (entre semana)	93,0%	7,0%
Padres que almuerzan fuera de casa (entre semana)	86,8%	13,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 5,080; Sig. 0,129		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE ALMUERZAN HABITUALMENTE EN CASA (FIN DE SEMANA) SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE ALMUERZAN EN CASA (fin de semana)	HIJOS/AS QUE ALMUERZAN FUERA DE CASA (fin de semana)
Madres que almuerzan en casa (fin de semana)	88,7%	11,3%
Madres que almuerzan fuera de casa (fin de semana)	74,3%	25,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 18,546; Sig. 0,000		
Padres que almuerzan en casa (fin de semana)	90,0%	10,0%
Padres que almuerzan fuera de casa (fin de semana)	56,1%	43,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 56,105; Sig. 0,000		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE ALMUERZAN SOLOS/AS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ ALMUERZAN SOLOS/AS	HIJOS/AS QUE NO ALMUERZAN SOLOS/AS
Madres que SÍ almuerzan solas	15,6%	84,8%
Madres que NO almuerzan solas	5,2%	94,8%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 15,075; Sig. 0,001		
Padres que SÍ almuerzan solos	10,3%	89,7%
Padres que NO almuerzan solos	5,5%	94,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,937; Sig. 0,051		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE ALMUERZAN EN FAMILIA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ ALMUERZAN EN FAMILIA	HIJOS/AS QUE NO ALMUERZAN EN FAMILIA
Madres que SÍ almuerzan en familia	93,4%	6,6%
Madres que NO almuerzan en familia	84,4%	15,6%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 11,440; Sig. 0,001		
Padres que SÍ almuerzan en familia	93,2%	6,8%
Padres que NO almuerzan en familia	86,8%	13,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 6,938; Sig. 0,089		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE TOMAN MERIENDA HABITUALMENTE SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ TOMAN MERIENDA	HIJOS/AS QUE NO TOMAN MERIENDA
Madres que SÍ toman merienda	86,7%	13,3%
Madres que NO toman merienda	84,0%	16,0%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,190; Sig. 0,346		
Padres que SÍ toman merienda	88,7%	11,3%
Padres que NO toman merienda	82,6%	17,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 4,794; Sig. 0,040		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE TOMAN EN LA MERIENDA ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ MERIENDAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE	HIJOS/AS QUE NO MERIENDAN NINGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE
Madres que en la merienda SÍ toman algún alimento No saludable	76,9%	23,1%
Madres que en la merienda NO toman ningún alimento No saludable	61,5%	38,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 7,606; Sig. 0,023		
Padres que en la merienda SÍ toman algún alimento No saludable	70,6%	29,4%
Padres que en la merienda NO toman ningún alimento No saludable	64,8%	35,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,821; Sig. 0,371		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE TOMAN ALGO FUERA DE LAS COMIDAS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ TOMAN ALGO FUERA DE LAS COMIDAS	HIJOS/AS QUE NO TOMAN NADA FUERA DE LAS COMIDAS
Madres que SÍ toman algo fuera de las comidas	36,5%	63,5%
Madres que NO toman nada fuera de las comidas	26,7%	73,3%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 6,051; Sig. 0,013		
Padres que SÍ toman algo fuera de las comidas	32,4%	67,6%
Padres que NO toman nada fuera de las comidas	27,8%	72,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,128; Sig. 0,418		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE FUERA DE LAS COMIDAS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE FUERA DE LAS COMIDAS	HIJOS/AS QUE NO TOMAN NINGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE FUERA DE LAS COMIDAS
Madres que SÍ toman algún alimento No saludable fuera de las comidas	86,8%	13,2%
Madres que NO toman ningún alimento No saludable fuera de las comidas	71,1%	28,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 2,082; Sig. 0,153		
Padres que SÍ toman algún alimento No saludable fuera de las comidas	92,4%	7,6%
Padres que NO toman ningún alimento No saludable fuera de las comidas	79,6%	2,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,628; Sig. 0,224		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE VEN LA TV MIENTRAS COMEN SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ VEN LA TV MIENTRAS COMEN	HIJOS/AS QUE NO VEN LA TV MIENTRAS COMEN
Madres que SÍ ven la TV mientras comen	93,9%	6,1%
Madres que NO ven la TV mientras comen	51,5%	48,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 207,376; Sig. 0,000		
Padres que SÍ ven la TV mientras comen	92,2%	7,8%
Padres que NO ven la TV mientras comen	53,1%	46,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 146,763; Sig. 0,000		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE ACOMPAÑAN A HACER LA COMPRA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ ACOMPAÑAN A HACER LA COMPRA	HIJOS/AS QUE NO ACOMPAÑAN A HACER LA COMPRA
Madres que SÍ hacen la compra	55,8%	44,2%
Madres que NO hacen la compra	45,9%	54,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,604; Sig. 0,076		
Padres que SÍ hacen la compra	57,4%	42,6%
Padres que NO hacen la compra	50,4%	49,6%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,31; Sig. 0,227		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE PARTICIPAN EN HACER LA COMIDA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ AYUDAN A HACER LA COMIDA	HIJOS/AS QUE NO AYUDAN A HACER LA COMIDA
Madres que SÍ hacen la comida	35,9%	64,1%
Madres que NO hacen la comida	20,6%	79,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 5,205; Sig. 0,022		
Padres que SÍ hacen la comida	34,4%	65,6%
Padres que NO hacen la comida	32,1%	67,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,407; Sig. 0,491		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE PONEN Y/O QUITAN LA MESA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ PONEN Y/O QUITAN LA MESA	HIJOS/AS QUE NO PONEN Y/O QUITAN LA MESA
Madres que SÍ ponen y/o quitan la mesa	91,2%	8,8%
Madres que NO ponen y/o quitan la mesa	98,0%	2,0%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,862; Sig. 0,020		
Padres que SÍ ponen y/o quitan la mesa	92,8%	7,2%
Padres que NO ponen y/o quitan la mesa	86,3%	13,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 6,284; Sig. 0,014		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE FRIEGAN O PONEN LOS PLATOS EN EL LAVAVAJILLAS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ FRIEGAN O PONEN LOS PLATOS EN EL LAVAVAJILLAS	HIJOS/AS QUE NO FRIEGAN O PONEN LOS PLATOS EN EL LAVAVAJILLAS
Madres que SÍ friegan o ponen los platos en el lavavajillas	59,1%	40,9%
Madres que NO friegan o ponen los platos en el lavavajillas	70,3%	29,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 2,444; Sig. 0,180		
Padres que SÍ friegan o ponen los platos en el lavavajillas	64,9%	35,1%
Padres que NO friegan o ponen los platos en el lavavajillas	50,1%	49,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 13,882; Sig. 0,002		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE LÁCTEOS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de lácteos	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de lácteos
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de lácteos	58,1%	41,9%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de lácteos	55,6%	44,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,531; Sig. 0,508		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de lácteos	59,5%	44,5%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de lácteos	55,6%	44,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,087; Sig. 0,297		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE PAN O PICOS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de pan o picos	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de pan o picos
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de pan o picos	60,6%	39,4%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de pan o picos	46,5%	53,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 16,109; Sig. 0,017		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de pan o picos	59,8%	40,2%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de pan o picos	42,9%	57,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 15,378; Sig. 0,000		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE FRUTA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de fruta	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de fruta
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de fruta	41,9%	58,1%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de fruta	28,3%	71,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 17,368; Sig. 0,002		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de fruta	45,5%	54,5%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de fruta	30,5%	69,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 16,773; Sig. 0,049		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE VERDURAS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de verduras	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de verduras
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de verduras	27,5%	72,5%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de verduras	12,1%	87,9%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 31,950; Sig. 0,000		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de verduras	23,1%	76,9%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de verduras	16,4%	83,6%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 4,050; Sig. 0,022		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE PASTA O ARROZ O PATATA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de pasta o arroz o patata	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de pasta o arroz o patata
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de pasta o arroz o patata	40,9%	59,1%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de pasta o arroz o patata	36,5%	63,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,695; Sig. 0,338		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de pasta o arroz o patata	44,5%	55,5%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de pasta o arroz o patata	34,5%	65,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 7,441; Sig. 0,023		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE LEGUMBRES SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de legumbres	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de legumbres
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de legumbres	51,5%	48,5%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de legumbres	39,2%	60,8%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 13,034; Sig. 0,000		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de legumbres	52,7%	47,3%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de legumbres	39,9%	60,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 12,321; Sig. 0,001		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE HUEVOS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de huevos	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de huevos
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de huevos	56,8%	43,2%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de huevos	42,8%	57,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 13,901; Sig. 0,003		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de huevos	52,8%	47,2%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de huevos	49,4%	50,6%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,671; Sig. 0,528		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE PESCADO SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de pescado	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de pescado
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de pescado	54,0%	46,0%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de pescado	30,7%	69,3%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 43,365; Sig. 0,001		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de pescado	54,2%	45,8%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de pescado	32,3%	67,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 35,276; Sig. 0,000		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE CARNES MAGRAS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de carnes magras	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de carnes magras
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de carnes magras	41,9%	58,1%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de carnes magras	32,4%	67,6%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 8,082; Sig. 0,018		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de carnes magras	41,0%	59,0%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de carnes magras	34,2%	65,8%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,602; Sig. 0,065		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE ALIMENTOS GRASOS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de alimentos grasos	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de alimentos grasos
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de alimentos grasos	30,8%	69,2%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de alimentos grasos	21,9%	78,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 8,503; Sig. 0,048		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de alimentos grasos	34,9%	65,1%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de alimentos grasos	20,3%	79,7%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 19,342; Sig. 0,001		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE REFRESCOS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de refrescos	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de refrescos
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de refrescos	39,5%	60,5%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de refrescos	21,7%	78,3%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 30,356; Sig. 0,000		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de refrescos	35,2%	64,8%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de refrescos	27,5%	72,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 5,100; Sig. 0,138		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE PRECOCINADOS SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de precocinados	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de precocinados
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de precocinados	58,1%	41,9%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de precocinados	32,6%	67,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 32,449; Sig. 0,000		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de precocinados	57,8%	42,2%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de precocinados	38,5%	61,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 21,100; Sig. 0,001		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE CHUCHERÍAS O SIMILARES SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen consumo recomendado de chucherías o similares	HIJOS/AS que NO cumplen consumo recomendado de chucherías o similares
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de chucherías o similares	48,9%	51,1%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de chucherías o similares	37,6%	62,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 5,598; Sig. 0,127		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de chucherías o similares	47,5%	52,5%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de chucherías o similares	44,5%	55,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,397; Sig. 0,516		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE BOLLERÍA SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de bollería	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de bollería
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de bollería	55,5%	44,5%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de bollería	32,6%	67,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 26,199; Sig. 0,001		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de bollería	54,2%	45,8%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de bollería	45,5%	54,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,999; Sig. 0,081		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE BAJA GRADUACIÓN SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de baja graduación	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de baja graduación
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de baja graduación	82,3%	17,7%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de baja graduación	80,9%	19,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,123; Sig. 0,779		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de baja graduación	84,7%	15,3%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de baja graduación	80,5%	19,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 2,027; Sig. 0,195		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE CUMPLEN EL CONSUMO RECOMENDADO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE ALTA GRADUACIÓN SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS que SÍ cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de alta graduación	HIJOS/AS que NO cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de alta graduación
Madres que SÍ cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de alta graduación	82,3%	17,7%
Madres que NO cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de alta graduación	80,9%	19,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 0,123; Sig. 0,779		
Padres que SÍ cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de alta graduación	84,7%	15,3%
Padres que NO cumplen el consumo recomendado de bebidas alcohólicas de alta graduación	80,5%	19,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 2,027; Sig. 0,195		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE PRACTICAN ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ PRACTICAN ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR	HIJOS/AS QUE NO PRACTICAN ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR
Madres que SÍ practican actividad física regular	93,5%	6,5%
Madres que NO practican actividad física regular	91,4%	8,6%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 1,308; Sig. 0,125		
Padres que SÍ practican actividad física regular	95,1%	4,9%
Padres que NO practican actividad física regular	87,8%	12,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 12,486; Sig. 0,001		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS SEDENTARIOS/AS POR USO EXCESIVO DE TV, DVD, PC, CONSOLA,... SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES/MADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ SON SEDENTARIOS/AS POR USO EXCESIVO DE TV, DVD, PC, CONSOLA...	HIJOS/AS QUE NO SON SEDENTARIOS/AS POR USO EXCESIVO DE TV, DVD, PC, CONSOLA...
Madres SÍ sedentarias por uso excesivo de TV, DVD, PC, Consola...	85,2%	14,8%
Madres NO sedentarias por uso excesivo de TV, DVD, PC, Consola...	79,8%	20,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,571; Sig. 0,133		
Padres SÍ sedentarios por uso excesivo de TV, DVD, PC, Consola...	84,4%	15,6%
Padres NO sedentarios por uso excesivo de TV, DVD, PC, Consola...	79,9%	20,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 2,031; Sig. 0,309		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS SEDENTARIOS/AS POR USO DE TV, DVD SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ SON SEDENTARIOS/AS POR USO DE TV, DVD	HIJOS/AS QUE NO SON SEDENTARIOS/AS POR USO DE TV, DVD
Madres que SÍ son sedentarias por uso de TV, DVD	70,2%	29,8%
Madres que NO son sedentarias por uso de TV, DVD	63,8%	36,2%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 3,501; Sig. 0,069		
Padres que SÍ son sedentarios por uso de TV, DVD	71,1%	28,9%
Padres que NO son sedentarios por uso de TV, DVD	60,7%	39,3%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 7,609; Sig. 0,042		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV SEGÚN SU SEDENTARISMO POR USO DE TV, DVD		
	HIJOS/AS QUE SÍ TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV	HIJOS/AS QUE NO TOMAN NINGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV
Hijos/as que Sí son sedentarios/as por uso de TV, DVD	45,9%	25,9%
Hijos/as que NO son sedentarios/as por uso de TV, DVD	54,1%	74,1%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 54,29; Sig. 0,000		

PORCENTAJE DE MADRES QUE TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV SEGÚN SU SEDENTARISMO POR USO DE TV, DVD		
	MADRES QUE SÍ TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV	MADRES QUE NO TOMAN NINGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV
Madres que Sí son sedentarias por uso de TV, DVD	11,4%	7,0%
Madres que NO son sedentarias por uso de TV, DVD	88,6%	93,0%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 4,181; Sig. 0,013		

PORCENTAJE DE PADRES QUE TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV SEGÚN SU SEDENTARISMO POR USO DE TV, DVD		
	PADRES QUE SÍ TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV	PADRES QUE NO TOMAN NINGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV
Padres que Sí son sedentarios por uso de TV, DVD	11,9%	3,6%
Padres que NO son sedentarios por uso de TV, DVD	88,1%	96,4%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 13,033; Sig. 0,001		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS QUE TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV SEGÚN EL COMPORTAMIENTO DE SUS PADRES		
	HIJOS/AS QUE SÍ TOMAN ALGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV	HIJOS/AS QUE NO TOMAN NINGÚN ALIMENTO NO SALUDABLE VIENDO LA TV
Madres que SÍ toman algún alimento No saludable viendo la TV	45,3%	54,7%
Madres que NO toman ningún alimento No saludable viendo la TV	36,0%	64,0%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 2,813; Sig. 0,235		
Padres que SÍ toman algún alimento No saludable viendo la TV	60,7%	39,3%
Padres que NO toman ningún alimento No saludable viendo la TV	35,0%	65,0%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 17,562; Sig. 0,003		

PORCENTAJE DE HIJOS/AS CON SEDENTARISMO POR USO DE TV, DVD SEGÚN RENDIMIENTO ESCOLAR		
	HIJOS/AS QUE SÍ SON SEDENTARIOS/AS POR USO DE TV, DVD	HIJOS/AS QUE NO SON SEDENTARIOS/AS POR USO DE TV, DVD
Ninguna asignatura suspendida	45,8%	53,1%
De 1 a 3 asignaturas suspendidas	31,2%	35,4%
Más de 4 asignaturas suspendidas	23,0%	11,5%
CONTRASTES DE INDEPENDENCIA: Chi-cuadrado 15,470; Sig. 0,009		

» **TABLAS DE RESULTADOS DE LA REGRESIÓN LOGÍSTICA**

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CONSUMO SEMANAL DE PESCADO EN LOS ADOLESCENTES

Variables	p-valor	Odds Ratio*	Intervalo de Confianza 95%
Madre, consumo recomendado de pescado	0,067	1,715	0,958 – 3,069
Padre, consumo recomendado de pescado	0,007	1,940	1,239 – 3,039
Nivel de estudios de la madre	0,003		
Universitarios	0,029	2,101	1,114 – 3,962
Secundarios	0,446	1,288	0,675 – 2,457
Situación laboral de la madre	0,053		
Trabajadora en activo	0,144	1,294	0,885 – 1,893
Desempleada, jubilada, estudiante	0,076	0,532	0,273 – 1,037
Sexo del adolescente, femenino	0,025	1,618	1,074 – 2,437
Adolescente, consumo recomendado de carne	0,028	1,633	1,062 – 2,509

* Categorías de referencia: La madre no cumple las recomendaciones de consumo de pescado, el padre no cumple las recomendaciones de consumo de pescado, la madre tiene estudios primarios o sin estudios, la madre es ama de casa, adolescente masculino, el adolescente no cumple las recomendaciones de consumo de carne.

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL CONSUMO SEMANAL DE VERDURAS EN LOS ADOLESCENTES

Variable	p-valor	Odds Ratio*	Intervalo de Confianza 95%
Madre, consumo recomendado de verdura	<0,001	2,753	1,819 – 4,168
Nivel de estudios de la madre	0,067		
Universitarios	0,088	1,712	0,912 – 3,215
Secundarios	0,834	1,081	0,493 – 2,374
Situación laboral de la madre	0,135		
Trabajadora en activo	0,154	1,605	0,862 – 2,988
Desempleada, jubilada, estudiante	0,946	0,970	0,372 – 2,530
Padre, consumo recomendado de verdura	0,422	1,157	0,793 – 1,687
Padre, trabajador en activo	0,045	0,469	0,224 – 0,979
Padre, prepara habitualmente la comida	0,130	1,334	0,908 – 1,958
Adolescente, consumo recomendado de legumbres	0,019	2,103	1,149 – 3,848

* Categorías de referencia: La madre no cumple las recomendaciones de consumo de verdura, la madre tiene estudios primarios o sin estudios, la madre es ama de casa, el padre no cumplen las recomendaciones de consumo de verdura, padre desempleado o jubilado, el padre no participa en la preparación de la comida, el adolescente no cumple las recomendaciones de consumo de legumbres.

FACTORES QUE INFLUYEN EN EL LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR EN LOS ADOLESCENTES

Variable	p-valor	Odds Ratio*	Intervalo de Confianza 95%
Padre, practica alguna actividad física regularmente	0,052	1,986	0,995 – 3,966
Madre, practica alguna actividad física regularmente	0,177	1,420	0,837 – 2,408
Nivel de estudios del padre	0,033		
Universitarios	0,022	2,782	1,190 – 6,502
Secundarios	0,093	2,104	0,869 – 5,091
Sexo del adolescente, masculino	0,013	2,639	1,263 – 5,512
Adolescente, consumo excesivo de TV, DVD, consola o PC	0,114	0,333	0,082 – 1,348
* Categorías de referencia: El padre no realiza alguna actividad física regularmente, la madre no practica alguna actividad física regularmente, padre sin estudios o primarios, sexo femenino.			

10. BIBLIOGRAFÍA

- Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres. Ministerio de Educación y Cultura. Secretaría General de Educación. 1999.
- Agencia Española de Seguridad Alimentaria. Estrategia NAOS. Invertir la tendencia de la Obesidad. Estrategia para la Nutrición, Actividad física y Prevención de la Obesidad. Madrid, 2005.
- Ary DV, Tildesley E, Hops H, Andrews J. The influence of parent, sibling, and peer modeling on adolescent use of alcohol. *Intl J Addictions* 1993; 28: 853-888.
- Bravo R, Martínez E. Influencias Intergeneracionales en el comportamiento de compra entre madres e hijos. Un estudio exploratorio. *Estudios sobre consumo*, ISSN 0212-9469, Nº 66, 2003, pags. 23-40.
- Bueno M, Moreno LA, Bueno G. Obesidad infantil y su proyección en la patología del adulto. En: *Alimentación y Nutrición en la práctica sanitaria*. Astiasarán y cols. eds. Madrid: Díaz de Santos, 2003; 497504.
- Cnice. Cuadernos de educación para la salud. Instituto de tecnologías educativas. Ministerio de educación.
<http://www.ite.educacion.es/w3/recursos/secundaria/transversales/ocio/index.htm>
[consultado 1 Octubre 2009]
- Cohen DA, Richardson J, LaBree L. Parenting behaviours and the onset of smoking and alcohol use: A longitudinal study. *Pediatrics* 1994; 94: 368-375.
- Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Consumo de zumos de frutas y de bebidas refrescantes por niños y adolescentes en España. Implicaciones para la salud de su mal uso y abuso. *An Pediatr (Barc)*. 2003;58:584593.
- Coombs RH, Paulson MJ, Richardson M.A. Peer vs. parental influence in substance use among Hispanic and anglo children and adolescents. *J Youth Adolesc* 1991; 20: 78-88.
- Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad. *Epidat 3.1*. Santiago: Junta de Galicia, 2006. Disponible en: <http://dxsp.sergas.es>
- Grupo universitario de investigación social. Comportamientos de riesgo (violencia, consumo de alcohol y drogas y conductas sexuales) en estudiantes de E.S.O. de Andalucía. Resultados preliminares. Universidad de Cádiz. Centro universitario de estudios sociales de Jerez. 2008.
- Halebsky MA. Adolescent alcohol and substance abuse: parent and peer effects. *Adolescence* 1987; 22: 961-967.
- Hawkins JD, Catalano RF, Miller JY. Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychol Bull* 1992; 112: 64-105.
- Hintze, J (2008). *PASS 2008*. NCSS, LLC. Kaysville, Utah, USA. www.ncss.com
- Instituto Nacional de Estadística. Encuesta Nacional de Salud en España. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid, 2006.
- Junta de Andalucía. Consejería de Salud. Estudio D.R.E.C.A: Dieta y Riesgo de Enfermedades Cardiovasculares en Andalucía. 1999.

- Kovacs FM , Gestoso M , Oliver-Frontera M, Gil del Real MT, López J, Mufraggi N y Palou P . La influencia de los padres sobre el consumo de alcohol y tabaco y otros hábitos de los adolescentes de Palma de Mallorca en 2003. Rev Esp Salud Pública 2008; 82: 677-689.
- Kovacs FM , Gestoso M , Oliver-Frontera M, Gil del Real MT, López J, Mufraggi N y Palou P. Relación entre hábitos de vida y calificaciones escolares en adolescentes. Apunts Medicina del' Esport. 2008; 160:181-8.
- Lohr, S. Muestreo: Diseño y Análisis. Internastional Thomson Editores. 2000.
- Malina R. Tracking of physical activity and physical fitness across the lifespan. Res Q Exerc Sport. 1996;67 Suppl 3:48-57.
- Miriam Weinstein, "The Surprising Power of Family Meals: How Eating Together Makes Us Smarter, Stronger, Healthier and Happier", Steerforth, Hanover (EE.UU.) 2005.
- Moreno C, Muñoz-Tinoco V, Pérez P, Sánchez-Queija I, Granado MC, Ramos P, Rivera F. Los adolescentes españoles y su salud Resumen del estudio Health Behaviour in School Aged Children (HBSC-2002). Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid, 2004.
- Moreno C, Muñoz-Tinoco V, Pérez P, Sánchez-Queija I, Granado MC, Ramos P, Rivera F. (2008). Desarrollo adolescente y salud. Resultados del Estudio HBSC-2006 con chicos y chicas andaluces de 11 a 17 años. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid 2008.
- Moreno LA, Mesana MI, Fleta J, Ruiz J, González-Gross M, Sarría A, Marcos A, Bueno M. Overweight, Obesity and Body Fat Composition In Spanish adolescents. Ann Nutr Metab 2005; 49:71-76.
- Moreno Sánchez, E. Análisis de la influencia de la familia en los hábitos lectores de sus hijas e hijos: un estudio etnográfico. Contextos educativos, 4 (2001), 177-196.
- Muros JJ, Som A, Zabala I, Oliveras MJ, López H. Evaluación del estado nutricional en niños y jóvenes escolarizados en Granada. Nutr. clín. diet. hosp. 2009; 29(1):26-32
- Norma I, García-Reyna S, Gussinyer, Carrascosa A. Niñ@s en Movimiento, un programa para el tratamiento de la obesidad infantil. Med Clin (Barc). 2007;129(16):619-23.
- Nuviala A, Ruiz F, García ME. Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación 2003, Nº 6, pp.13-20
- Obot IS,Wagner FA, Anthony JC. Early onset and recent drug use among children of parents with alcohol problems: data from a national epidemiologic survey. Drug Alcohol Depend 2001; 65: 1-8.
- Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la salud en el mundo 2002: Reducir los riesgos y promover una vida sana. Ginebra, 2002.
- Pate RR, Trost SG, Levin S, Dowda M. Sports participation and health-related behaviors among US youth. Arch Pediatr Adolesc Med 2000; 154: 904-911.
- Perez RC, Aranceta J, Brug H, Wind M, Hildonen C, Klepp KI. School-based education strategies to promote fruit and vegetable consumption: the Pro Children Project. Arch Latinoam Nutr. 2004;54:14-19.
- Plan Nacional sobre Drogas. Encuesta 2004 (National Drug Dependence Survey, 2004 Poll). Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo; 2004.

- Rey-López JP, Vicente-Rodríguez G, Répásy J, Mesana MI, Ruiz JR, Ortega FB, Kafatos A, Huybrechts I, Cuenca-García M, León JF, González-Gross M, Sjöström M, de Bourdeaudhuij I, Moreno LA. Food and drink intake during television viewing in adolescents: the Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence (HELENA) study. *Public Health Nutr* 2011; 14: 1563-1569.
- Rodrigo MJ, Máiquez ML, García M, Mendoza R, Rubio A, Martínez A, Martín JC. Relaciones padres-hijos y estilos de vida en la adolescencia. *Psicothema* 2004. Vol. 16, nº 2, pp. 203-210
- Ruiz-Ramos M, Escolar A, Sánchez J, Garrucho G. Evolución de las desigualdades sociales en la mortalidad general de la ciudad de Sevilla (1994-2002). *Gaceta Sanitaria*, vol. 20, Nº 04.
- Salvador T, Suelves JM, Puigdollers E. Guía para las administraciones educativas y sanitarias. Criterios de calidad para el desarrollo de proyectos y actuaciones de promoción y educación para la salud en el sistema educativo. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid, 2008.
- Sección de Medicina Preventiva. Salud y Consumo. Ayuntamiento de Sevilla. Estudio sobre el comportamiento alimentario de los jóvenes sevillanos. Tomo I. Sevilla, 2003.
- Serra Majem L, Aranceta J (eds.). *Obesidad infantil y juvenil. Estudio en Kid*. Barcelona: Masson, 2001.
- Silva I. *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. Instituto de la Juventud en España. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Madrid.
- Simons-Morton B. Prospective association of peer influence, school engagement, drinking expectancies, and parent expectations with drinking initiation among sixth graders. *Addict Behav* 2004; 29: 299-309.
- SPSS para Windows. 2009 Versión 18.0. Chicago: SPSS Inc. [programa informático en CD-ROM]. Disponible en SPSS Inc. Página web de SPSS disponible en: <http://www.spss.com>
- Tercedor Sánchez P, AVENA group. Physical activity in adolescent as a health biomarker in adulthood [Abstract]. *Ann Nutr Metab*, 2003; 47: 351-2.
- Vereecken CA, Maes L, De Baquer D. The influence of parental occupation and the pupils' educational level on lifestyle behaviors among adolescents in Belgium. *J Adolesc Health* 2004; 34: 330-338.
- Wörnberg J, Ruiz JR, Ortega FB, Romeo J, González-Gross M, Moreno LA, García-Fuentes M, Gómez S, Nova E, Díaz LE, Marcos A y grupo AVENA. Estudio AVENA* (Alimentación y valoración del estado nutricional en adolescentes). Resultados obtenidos 2003-2006. [AVENA study. (Food and Nutritional Evaluation in Adolescents). Results obtained 2003-2006]. *Pediatr Integral* 2006; Supl (1). Pag. 50-55.
- Welte JW, Barnes GM, Hoffman JH, Dintcheff BA. Trends in adolescent alcohol and other substance use: relationships to trends in peer, parent, and school influences. *Subst Use Misuse* 1999; 34: 1427-1449.
- Wood MD, Read JP, Mitchell RE, Brand NH. Do parents still matter? Parent and peer influences on alcohol involvement among recent high school graduates. *Addict Behav* 2004; 18(1): 19-30.
- Yu J, Perrine MW. The transmission of parent/adult-child drinking patterns: testing a gender specific structural model. *Amer J Drug Abuse* 1997; 23: 143-165.

NOS DO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

