

Descripción del patrón de consumo de golosinas en escolares de 5º curso de Educación Primaria de la Ciudad Autónoma de Ceuta

Pablo Cobo
Alejandra Santana
Emilio Berrocal
Pablo Dúo

Departamento de Didáctica de las Ciencias Experimentales Universidad de Granada

Correspondencia:
Pablo Cobo Martínez
Facultad de Educación y Humanidades de Ceuta El Greco, 10. 51002 Ceuta
E-mail: pcobo@ugr.es

Resumen

Fundamentos: El consumo de golosinas es habitual en jóvenes y adolescentes, particularmente incidente en el primer periodo de la adolescencia. Está asociado a la patogenia de enfermedades como la caries y la obesidad. El objetivo general del estudio consiste en establecer el patrón de consumo de golosinas de los escolares de 5º de Primaria en la Ciudad Autónoma de Ceuta.

Material y método: Se realizó un estudio transversal descriptivo sobre una muestra representativa de 293 sujetos, mediante un cuestionario diseñado *ad hoc*. Los resultados se analizan agrupados en nueve dimensiones: frecuencia y cantidad, momento de consumo, modo de ingesta, lugar de compra y de consumo, existencia de consumo compartido, criterios de elección, gasto diario, conocimiento del daño que puede provocar y existencia de limitación ajena o propia.

Conclusiones: Este consumo es habitual y repartido en el horario de tarde, por lo que aumenta su poder cariogénico. Se realiza en solitario en una tercera parte de los sujetos, reflejando un cierto grado de compulsión en el hábito de consumo. Tienen conocimiento sobre la insalubridad del consumo de golosinas pero, contradictoriamente, son consumidores habituales y, además, lo autoevalúan como normal. No existe un excesivo control familiar, reflejando un cierto conformismo con este consumo.

Palabras clave: Golosinas. Hábitos de consumo. Escolares. Obesidad.

Summary

Background: The consumption of candy is habitual for young people and teenagers, particularly during the first period of teenage. It is associated with the pathogeny of diseases such as caries and obesity. The general objective of this research is to establish the candy consumption pattern of 5th grade students from the Autonomous City of Ceuta.

Methods: A transversal, descriptive study has been realized, with a representative sample of 293 subjects, using an ad-hoc questionnaire. Results are analysed grouped in nine dimensions: frequency and quantity, moment of consumption, type of intake, place of purchase and consumption, existence of shared consumption, criteria of election, daily expense, knowledge about the

harm it may cause and existence of external or personal constraints.

Conclusions: Consumption is frequent and spread along the afternoon, enhancing its cariogenic power. Furthermore, candies are taken on their own by one third of the subjects, reflecting a certain degree of compulsion in the habit of candy consumption. Consumers know about the unhealthiness of candy consumption but, contradictorily, they are habitual consumers and, besides, they consider it as normal. There is not an excessive family control, showing a certain conformism about this consumption.

Key words: Candy. Consumption habits. School students. Obesity.

Introducción

Una correcta alimentación es indispensable para el mantenimiento de una buena salud, y en el caso de la infancia y la adolescencia, ésta se convierte en un factor decisivo para garantizar su futuro bienestar¹. Por tanto, una alimentación saludable, oportuna y adecuada en el niño es clave para que tenga un desarrollo orgánico y psicoemocional óptimo y equilibrado, de manera que se puedan prevenir a edades tempranas afecciones como la desnutrición o la caries y, a largo plazo, enfermedades crónicas como la obesidad, diabetes, hipertensión y cáncer, entre otras.

En este sentido, la relevancia de la adolescencia radica en los procesos que en ella ocurren. Estos cambios del individuo se acompañan de importantes variaciones nutricionales, cuyo aumento se relaciona más con la etapa de desarrollo que con la edad cronológica^{2,4-6}. Sin embargo, las mayores demandas nutricionales tanto cualitativas como cuantitativas derivadas del rápido crecimiento, se contraponen con los cambios en la conducta alimentaria que ocurren en la adolescencia². Estos cambios se deben, sobre todo, a factores culturales, a la necesidad de socialización y a los deseos de independencia

propios de esta etapa. Particularmente, estos hábitos alimentarios se caracterizan, entre otros, por un alto consumo de golosinas²⁻⁶ que podría estar expresando un cierto hábito compulsivo en el límite entre el uso y el abuso.

En la conceptualización del término golosinas y tras una amplia revisión del mismo, encontramos diversas definiciones relativas tanto a su composición como a su aporte nutricional, apareciendo como aquellos productos de escaso o nulo interés nutricional con un elevado contenido energético pero con un valor nutritivo prácticamente nulo^{4,5,7-9}, lo que hoy en día se acuña como "calorías vacías". Se enfatiza, por tanto, el desbalance nutricional de estos alimentos.

No obstante, entendemos que estos conceptos no nos permiten determinar concretamente el conjunto de productos a los que acostumbra a referirse el término. Así, y para una mayor concreción de éste, en la presente investigación adoptaremos como definición funcional de golosina todo aquel producto alimenticio de venta en el territorio español que pertenezca a la clasificación establecida por la Reglamentación Técnico Sanitaria para la elaboración, circulación y comercialización de Caramelos, Chicles, Confites y Golosinas¹⁰. Pese a que en la citada legislación aparecen diferenciados los términos caramelos, confites, chicles y golosinas, nosotros incluimos bajo nuestra definición de golosinas a todos ellos, pues éste término se acerca más al uso acostumbrado por niños y adolescentes.

Entre las consecuencias de la ingesta de este tipo de productos, se encuentra la falta de apetito, destacable sobre todo si ésta se produce momentos antes de las comidas. Esto es debido al aumento de la glucemia postprandial que sucede tras la rápida asimilación de los carbohidratos sencillos (sacarosa, fructosa, glucosa, etc.) que destacan cuantitativamente en este tipo de alimentos, generando, por tanto, la saciedad suficiente como para provocar la inapetencia en la hora acostumbrada de la comida o cena⁶. Esta inapetencia podría tener la consecuencia de que, con éste suplemento energético, queden satisfechas las necesidades calóricas diarias, lo que podría derivar en dos comportamientos insalubres. Por un lado, a no comer más de otros grupos de alimentos, llegando a ocasionar manifestaciones carenciales de nutrientes reguladores o esenciales no aportados y, por otro, en caso de hacerlo, el excedente energético que supondría, generaría situaciones de sobrepeso u obesidad¹¹.

En este sentido, hay que destacar que la obesidad en estas edades es un problema emergente de salud pública siendo el trastorno nutricional y

metabólico más destacado en los países desarrollados. Varios estudios manifiestan que la obesidad juvenil es un factor determinante para padecer posteriormente obesidad en la etapa adulta¹²⁻¹⁸. Actualmente, la obesidad ha alcanzado proporciones epidémicas en estos países y reemplaza a la desnutrición y las infecciones constituyéndose como una de las causas principales de trastorno en la salud y calidad de vida¹⁸. La obesidad se convierte así en uno de los grandes problemas de salud del siglo XXI^{8,16-20}.

Además, el consumo excesivo de golosinas ha estado asociado, desde siempre, a la patogenia de diversas enfermedades, algunas de ellas de las más frecuentes en la humanidad, como la caries^{4,6,8,9,19}. La caries se produce porque la flora saprofita de nuestra boca transforma en pocos minutos los azúcares sencillos ingeridos en ácidos, que atacan al esmalte descalcificándolo y produciendo su fragilidad y pérdida. Además, hay que destacar que el poder cariogénico no depende sólo de la cantidad de estos carbohidratos sencillos, sino también de la distribución de su ingesta diaria, siendo mayor si ésta sucede en diferentes tomas¹⁴.

Por otro lado, en relación con las consecuencias derivadas del consumo de golosinas y a pesar de que no haya en nuestro país normativa reguladora en este sentido, las golosinas de gran tamaño suponen un riesgo sobre todo en la primera infancia, ya que debido a su textura gomosa se mastican con dificultad, lo que puede provocar atragantamientos que podrían desembocar en asfixia⁸.

También, estudios como el de Santibáñez²¹ o el de León Espinosa, *et al.*²², aseguran que los diferentes aditivos utilizados para mejorar algunos de los aspectos de las golosinas, tales como tiempo de conservación, sabor, color, textura, etc., producen, además, efectos nocivos en la salud humana como son migrañas, agresividad, disminución del rendimiento escolar, agravamiento de la situación en niños hiperactivos, cáncer, obesidad, insomnio, estreñimiento, hipertensión, diabetes juvenil, bronquitis, asma, alergias, envejecimiento temprano, alteraciones cardiovasculares, etc.

Por todo ello, existe una imperiosa necesidad de profundizar en el conocimiento de los patrones de consumo de golosinas, especialmente al inicio de la adolescencia, que aproximadamente coincide en nuestro país, con los escolares que cursan 5º de Educación Primaria y a los que les corresponde una edad media de 11 años. Conocer este comportamiento resulta relevante, tanto al sistema educativo como al sanitario de nuestra sociedad. Si bien,

proporciona información útil que ayudaría a reconsiderar los contenidos curriculares tratados por el sistema educativo en relación con la higiene o la educación para la salud, también en cuanto a las actuaciones propias de promoción de la salud pública que el sistema sanitario desarrolla. Por consiguiente, creemos necesario conocer los hábitos de consumo de golosinas de los escolares ceutíes al comienzo de su adolescencia, con el fin de poder fundamentar la necesidad de implementar medidas educativas preventivas sobre los efectos perniciosos que pueden derivar de su consumo y entre los que destaca la obesidad juvenil. Así, en este estudio nos planteamos el siguiente objetivo general de describir el patrón de consumo de golosinas de los escolares de 5º curso de Primaria de la Ciudad Autónoma de Ceuta.

Para operativizar la consecución de este objetivo general concretamos los siguientes objetivos específicos:

- Conocer la cantidad y frecuencia del consumo de golosinas.
- Identificar la tipología de golosinas más consumidas.
- Conocer el momento diario de la compra y del consumo de golosinas.
- Conocer el modo de la ingesta diaria.
- Identificar el lugar habitual de compra y consumo de golosinas.
- Detectar la existencia de un consumo compartido y en su caso con quién se produce éste.
- Detectar las motivaciones para la elección de las golosinas.
- Determinar el gasto económico diario que emplean y su procedencia.
- Identificar el conocimiento que presentan los escolares de 5º de Educación Primaria sobre el daño que ocasiona su consumo en la salud humana.
- Conocer el límite familiar o propio respecto a la cantidad de consumo de golosinas.

Material y métodos

Atendiendo a nuestros objetivos propuestos, el diseño de investigación empleado consistió en un estudio transversal descriptivo, pues tiene como principal objeto describir, de manera sistemática, hechos y características de una población o área de interés de manera objetiva y comprobable²³.

Población y muestra

La población objeto de nuestro estudio se corresponde con la totalidad de los escolares de 5º curso de Educación Primaria de la Ciudad Autónoma de Ceuta para el curso escolar 2004/05. Esta población suponía un total de 986 sujetos repartidos en los 22 centros escolares donde se cursa Educación Primaria en esta Ciudad Autónoma.

La muestra de 293 alumnos/as de 5º curso de Educación Primaria se obtuvo mediante un procedimiento de muestreo aleatorio simple, de los cuales el 46,9% eran chicos y el 53,1% chicas y con una edad media de 10.63 ($\sigma = 0.713$) años, todos ellos pertenecientes a ocho centros escolares de la Ciudad Autónoma de Ceuta escogidos al azar. El tamaño de nuestra muestra supera el valor muestral estadístico que contempla un error máximo del 0,05%. Además, los ocho centros seleccionados resultaron ser representativos de los niveles socioeconómicos y culturales medios de la población al encontrarse geográficamente repartidos por todo el territorio autonómico.

Instrumento de recogida de datos

El instrumento utilizado para la recogida de datos fue el cuestionario "Patrón de consumo de golosinas" (PCG). Fue diseñado *ad hoc* y está compuesto por 15 ítems de respuesta múltiple complementados algunos de ellos con opción de respuesta abierta para un análisis cualitativo complementario de los resultados.

Para la construcción del cuestionario definitivo empleado se siguió un procedimiento que garantizara los mínimos de validez y fiabilidad. Para ello definimos las dimensiones que debía tener el cuestionario. El estudio de estas dimensiones junto con las aportaciones de un grupo de expertos seleccionado para tal efecto, dieron lugar a los ítems de cada dimensión. Estas dimensiones fueron:

- Frecuencia y cantidad.
- Momento de su consumo.
- Modo de la ingesta.
- Lugar de compra y de consumo.
- Consumo en solitario o compartido.
- Criterios de elección.
- Gasto diario.
- Conocimiento del daño que pueden provocar.
- Existencia de limitación ajena o propia.

Características técnicas del instrumento

El cuestionario diseñado inicialmente fue sometido a revisión por un juicio de expertos compuesto por 10 profesores doctores de la Universidad de Granada, a los que se les presentó como escala Likert de modo que manifestaran su acuerdo o desacuerdo para cada ítem, contribuyendo así a la mejora de la validez del mismo. Una vez valorados los ítems en función de su respuesta o no a los objetivos propuestos, se eliminaron aquellos que presentaron una mayor heterogeneidad en la valoración.

Por último, se sometió a una segunda prueba para comprobar su fiabilidad, consistente en su aplicación a una muestra piloto de un grupo de 20 escolares de nuestra población de estudio que consecuentemente quedaron excluidos de nuestra muestra. El análisis de sus resultados permitió incluir algún matiz semántico a nuestros ítems, obteniendo valores altos de fiabilidad al emplear los indicadores alfa de Cronbach y análisis de varianza.

Procedimiento de aplicación

El cuestionario se aplicó en horario lectivo como una actividad extraordinaria pero en el contexto normal del aula. Previamente a su realización se instruyó a los alumnos/as sobre la finalidad de la misma, su condición de anónima y la forma de responderlo, haciendo hincapié en la íntegra cumplimentación. El cuestionario se aplicó durante el mes de marzo de 2005, segundo trimestre del curso escolar 2004/05.

Resultados

Los datos se analizaron con ayuda del programa estadístico SPSS 12.0 para Windows. Los análisis realizados para la consecución de nuestros objetivos han consistido esencialmente en el cálculo de indicadores descriptivos, frecuencias y porcentajes, los cuales presentamos según las diferentes dimensiones en los siguientes apartados.

Frecuencia y cantidad de consumo

En primer lugar, en relación a la preferencia de consumo, hay que destacar que tan solo un 0,7% de nuestra población manifiesta no consumir golosinas. El 99,3% que sí lo hace presenta la siguiente distribución porcentual de la frecuencia de consumo que se recoge en la Figura 1.

Cabe destacar que el 76,7% de los sujetos objeto de estudio las consumen al menos una vez a la semana.

En relación a la cantidad de consumo y para facilitar la comprensión del cuestionario a los encuestados, utilizamos la siguiente nomenclatura relacionada con la clasificación establecida en el RD 1810/1991 antes mencionado:

- Caramelos: incluimos "caramelos propiamente dichos o duros", masticables y/o blandos, y comprimidos.
- Gominolas: la legislación las define como "caramelos o pastillas de goma".
- Chicles: denominados legalmente como "goma de mascar o chicle" tanto hinchables como masticables.
- Chupachups y piruletas: se corresponden con "caramelos con palo".
- Nubes: oficialmente expresadas como "espumas dulces".
- Peladillas: correspondientes con "grageas o confites de frutos secos", y "garrapiñados".
- Tates: la legislación las define como "golosina líquida para congelar".
- Regaliz: legalmente "dulce de regaliz".

Además, para el análisis de la "cantidad de consumo", establecimos los siguientes rangos de categorización:

- Consumo escaso o nulo: de 0 a 1 unidades.
- Consumo moderado: de 2 a 4 unidades.
- Consumo alto: de 5 a 8 unidades.
- Consumo muy alto: de 9 unidades hasta el máximo.

De este modo los resultados de nuestro estudio para esta dimensión son los reflejados en la Figura 2, que representa la distribución de frecuencias para cada categoría.

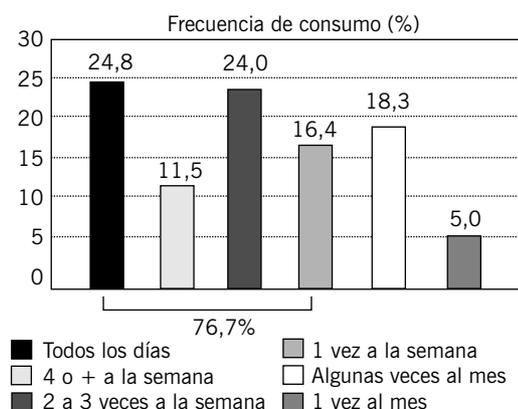


Figura 1. Distribución porcentual de la frecuencia de consumo de golosinas

Figura 2.
Distribución de frecuencia de consumo para cada categoría de golosinas

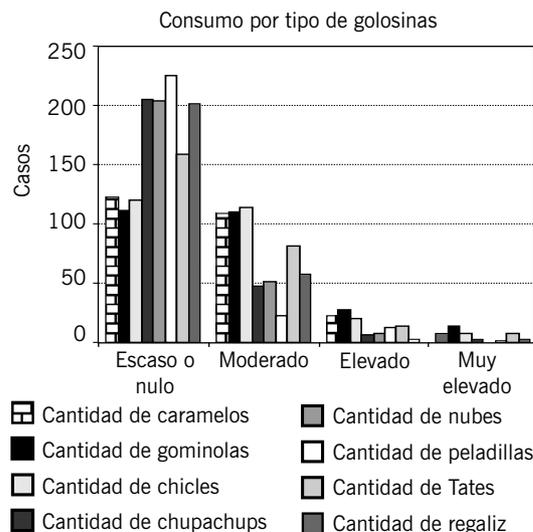
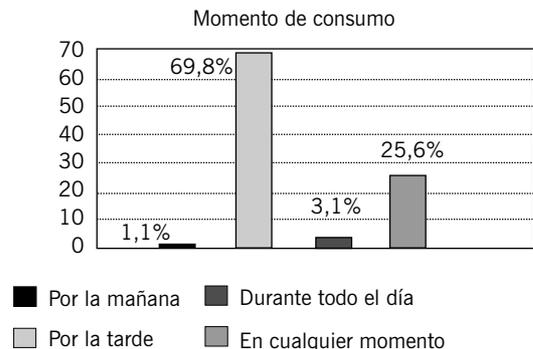


Figura 3.
Distribución porcentual del momento de consumo de golosinas



En la mayoría de los casos el consumo de golosinas suele ser escaso o nulo, sobre todo de peladillas (16,69%), chupachups (15,21%), nubes (15,13%), y regaliz (14,91%). Por otro lado, las golosinas más consumidas son los chicles, las gominolas y los caramelos, que presentan un consumo moderado del 19,22%, 18,55% y 18,38% respectivamente. El consumo alto o muy alto se da en un bajo porcentaje de los encuestados.

Para este ítem incluimos una respuesta de campo abierto con el enunciado "otros" para conocer si existen productos distintos de los anteriores que los encuestados consideren como golosinas. Los recogidos en este estudio y que no consideramos como golosinas son: patatas fritas (27,98%), chocolates (9,21%), pipas (4,1%), bollería (3,4%), helados y

polos (2,7%), palomitas (0,68%) y manzanas con caramelo (0,3%).

Momento diario de compra y consumo

Para el siguiente ítem, al ser éste de elección múltiple, reflejaremos tan solo los porcentajes de respuestas efectuadas como afirmativas, considerando que un mismo sujeto puede comprar las golosinas en diferentes momentos.

En cuanto al momento de compra, un 71,8% reconoce comprar en otros momentos distintos a la entrada o la salida del colegio, un 40,8% responde sí a la salida del colegio y un 12,6% de los encuestados afirma hacerlo antes de entrar al colegio.

Con referencia al momento de consumo (Figura 3), los datos obtenidos expresan que casi el 70% lo hace por la tarde y un 25,6% afirma hacerlo en cualquier momento. Una minoría mostraría consumirlas durante todo el día o por la mañana solamente.

Modo de la ingesta

La práctica totalidad de los sujetos (90,1%) afirma consumir las golosinas poco a poco, mientras que el 9,9% restante reconoce consumirlas todas seguidas.

Lugar de compra y consumo

Los ítems que responden a esta dimensión también son de respuesta múltiple, por lo que los porcentajes que se presentan reflejan únicamente las afirmativas.

Así, en cuanto al lugar de compra, un 67,6% reconoce hacerlo en un quiosco del barrio, un 35,5% en la tienda del barrio, un 27,5% en un quiosco cerca del colegio, un 23,7% en supermercados, un 21% las coge o se las dan en casa, un 13,4% compra en otros lugares, un 13% en librerías o estancos y un 3,4% en bares o cafeterías.

Por lo que respecta al lugar de consumo un 69,1% manifiesta consumirlas en la calle, un 65,6% consumen en cualquier lugar indistintamente, un 55,7% consume en casa y un 12,2% en el colegio.

Consumo en solitario o compartido

Con referencia a las preferencias en la compañía durante el consumo, un 60,3% manifiestan consumirlas con la familia, un 55% prefieren hacerlo con los amigos del barrio, un 34,4% expresan consumirlas solas y un 26,7% las consumen con los compañeros del colegio.

Criterios de elección

Cuando preguntamos por los motivos de elección de las golosinas (Figura 4), un 84% responden que aseguran consumirlas por su sabor, seguido de un 21,8% que lo hace por el obsequio que acompaña al comprarla, un 17,6% porque los padres la compran, un 13% por ser la más barata, un 9,2% porque los amigos la toman, un 6,1% por los anuncios de TV, un 4,6% por su envase y un 11,8% por otra razón.

Gasto diario

En cuanto al gasto empleado para el consumo de golosinas, un 53,8% reconoce gastar hasta 0,50€, un 29% desde 0,50€ hasta 1€, un 13% desde 1€ hasta 2€, y un 4,2% más de 2€.

Con referencia a la procedencia del dinero empleado, un 61,1% compra con el dinero que le dan los padres concretamente para ello, un 36,6% es invitado por compañeros o amigos, un 35,1% afirma comprar con el dinero que le dan otros familiares y un 30,5% con la paga semanal o diaria.

Conocimiento del daño

Con referencia al conocimiento que manifiestan sobre los perjuicios sobre la salud que puede provocar su consumo, destaca el 91,2% que considera que es perjudicial, frente a tan solo un 8,8% que cree que no.

En este sentido incorporamos también una opción de respuesta abierta que nos permite conocer cuáles son los perjuicios que conocen aquellos que así lo afirman. Como respuestas más representativas que consideran puede ocasionar este consumo:

- Producen caries (se pican los dientes y muelas) (40,3 %).
- Engordan (17,7%).
- Producen dolor de barriga (10,9%).
- Porque las golosinas tienen mucho azúcar (9,6%).

En cuanto a la valoración que hacen sobre la cantidad de su propio consumo, un 57,3% de los encuestados consideran no realizar un consumo excesivo, un 30,5% cree que consume demasiadas y un 12,2% no sabe/no contesta.

Existencia de limitación ajena o propia

En relación a la existencia de alguna limitación sobre el consumo, el 57,6% reconoce que su familia le pone límites, mientras que el 42,2% manifiesta no tener límite familiar.

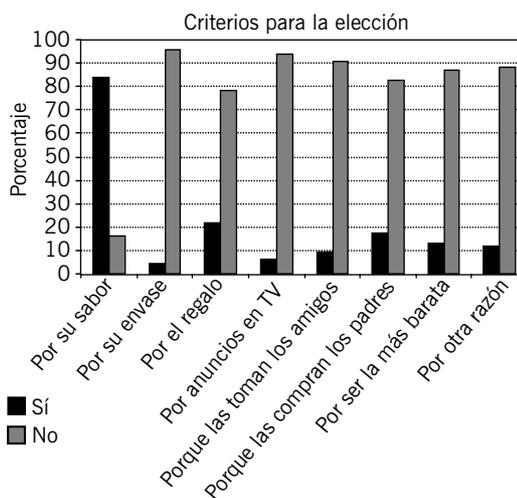


Figura 4. Distribución porcentual de los criterios para la elección de las golosinas

Con referencia al control propio o autolimitación, el 16,4% muestra interés por consumir más golosinas de las habituales, mientras que el 83,6% reconoce no querer consumir más.

Discusión

Atendiendo a los objetivos específicos planteados, podemos establecer las siguientes conclusiones:

- Concluir sobre la frecuencia de consumo que para tres de cada cuatro de los sujetos objeto de estudio el consumo de golosinas es habitual y no una práctica ocasional.
- Nuestros datos en relación al tipo de golosinas revelan que las más consumidas son los chicles, seguido de las gominolas y los caramelos, aunque su consumo suele ser moderado, es decir, hasta 4 unidades de cada una. Estos resultados coinciden en parte con los obtenidos en el estudio realizado por Alonso, *et al.*²⁴, en el cual también se manifiesta que los chicles y gominolas son las golosinas preferidas. Por el contrario, el consumo alto o muy alto, que según nuestro criterio sería aquel de más de 5 unidades, se da en un bajo porcentaje.
- Existe correspondencia entre el momento de compra y el momento de consumo, que coincide producirse por la tarde. Así, nuestros datos reflejan que el mayor porcentaje (69,8%) de los sujetos afirma consumirlas por la tarde y, además, un 71,8% suele comprarlas en otros momentos ajenos a la entrada o salida del colegio, cuyo horario es de mañana.

- Sobre la administración del consumo, hemos encontrado que la práctica totalidad de los escolares expresan hacerla prolongada en el tiempo tras su adquisición, en lugar de tomarlas todas seguidas. Este hecho supondría un mayor riesgo cariogénico, ya que, como indicamos anteriormente, dicho riesgo no depende tanto de la cantidad de azúcar consumida como de la frecuencia de consumo, por lo que si la ingesta de una misma dosis diaria se reparte en diversas tomas el poder cariogénico aumenta.
- Podemos afirmar que el principal establecimiento para la adquisición de golosinas es el quiosco del barrio. Una vez producida ésta, el lugar de consumo habitual suele producirse en la calle (69,1%), aunque un 55,7% también manifiesta hacerlo en casa, siendo minoritario el consumo en el colegio.
- La compañía con la que éste se da en una mayoría son familiares (60,3%) y amigos del barrio (55%). En este sentido también cabe destacar el alto consumo en solitario (34,4%) que podría estar reflejando una cierta compulsión en este hábito y, por tanto, un cierto grado de dependencia.
- Las golosinas consumidas se escogen fundamentalmente por su sabor (84%). Este resultado parece reflejar la importante función que cumplen los aditivos en este tipo de productos alimentarios, no pretendiendo enriquecer el alimento en nutrientes y utilizándose exclusivamente para mejorar alguno de los aspectos del alimento, sabor, color, textura, etc.⁶. También, aunque en menor medida, suelen elegirse por el obsequio (p.e. juegos, figuras, tatuajes, etc.) que en ocasiones las acompaña en la compra (21,8%). Según Jackson, *et al.*⁹, tanto este regalo u obsequio como el envase escogido se consideran parte importante de una estrategia de mercado. En nuestro estudio destaca el primero, el cual, según estos resultados, también funciona en los escolares de 5º de primaria. Por el contrario, no ocurre lo mismo con el envase, según manifiestan nuestros resultados. Tampoco podemos afirmar que la publicidad (anuncios en TV) tenga una influencia significativa sobre la elección de la golosina consumida, o que al menos así lo perciban, afirmación que resulta acorde a lo señalado por Santibáñez²¹.
- Por otro lado, los escolares de 5º de Educación Primaria también suelen consumir las golosinas porque los padres se las compran (17,6%), pudiendo establecerse una relación entre el consumo que los padres propician, el consumo en casa y con la familia. En este sentido, podemos reflexionar sobre el importante papel que también jugaría la educación no formal, ya que padres y madres deberían ofrecer a sus niños y niñas modelos y hábitos alimentarios coherentes y que reforzaran lo transmitido en la escuela.
- Los datos relativos al gasto económico que les genera, así como sobre la procedencia del dinero empleado, reflejan que más de la mitad de los escolares (53,8%) manifiesta emplear diariamente para la compra de golosinas hasta 0,50€, dato que se eleva al 82,8% si se consideran aquellos que lo hacen hasta 1€. Cabe agregar, según nuestros resultados, que este dinero no procede fundamentalmente de una asignación periódica que hacen sus padres, sino de cantidades que se conceden expresamente para la compra de golosinas.
- En relación a la autoevaluación que los sujetos hacen sobre la cantidad de golosinas que consumen, destacamos que un 57,3% consideran no consumir demasiadas golosinas. Por tanto, más de la mitad de los chicos y chicas están conformes con el consumo que realizan, lo que nos lleva a pensar que el límite que establecen como de abuso se sitúa por encima de éste. Sin embargo, tan sólo un 12,2% expresa no tener criterios para establecer esta evaluación, por lo que podemos concluir que no existe un alto índice de desconocimiento acerca del límite de consumo moderado.
- La inmensa mayoría de los escolares de 5º de Educación Primaria (91,2%) conocen el carácter nocivo que pueden tener las golosinas para la salud, y manifiestan que los principales problemas que puede ocasionar un consumo excesivo de golosinas son el riesgo de caries y obesidad. Por tanto, podemos pensar que la mayoría parecen haber recibido cierta formación con respecto al consumo de golosinas. Este resultado podría guardar relación con el moderado consumo que reflejan los datos de nuestro estudio en cuanto a frecuencia y cantidad de consumo, entendiendo que la educación recibida en este sentido haya podido contribuir a la contención de un consumo que podría ser muy superior.
- Sin embargo, la autoevaluación sobre el consumo antes mencionada y el evidente conocimiento sobre los perjuicios que éste puede generar, pueden llevarles a reflejar un cierto autocontrol del mismo ya que una importante mayoría 83,6% no manifiesta interés en aumentarlo, encontrándose satisfechos con el que habitualmente realizan.
- Los datos sobre el control que ejercen sus familiares parecen reflejar un cierto acuerdo o confor-

mismo sobre el consumo que sus hijos hacen de las mismas, pues un amplio porcentaje (42,4%) no expresan que les establezcan límites alguno.

- Por todo ello, consideramos que los adolescentes en su primera etapa tienen conocimiento sobre la insalubridad del consumo de golosinas pero, contradictoriamente, son consumidores habituales y, además, lo autoevalúan como normal. En cierto sentido, éste patrón de consumo parece manifestar una cierta conformidad por parte de sus familiares de quienes las reciben directamente, con quienes las consumen o quienes les conceden explícitamente el dinero necesario para adquirirlas, no ejerciendo un excesivo control sobre este consumo. Además, el entorno escolar no se corresponde con el contexto donde se desarrolla este hábito, sino más bien al contrario. Todo ello nos lleva a reflexionar sobre la necesidad de que el sistema educativo articule los mecanismos apropiados, para hacer un mayor hincapié en la transmisión de hábitos saludables durante la infancia y la adolescencia, y en particular sobre este consumo, de modo que los conocimientos a este respecto se vean transformados en un mayor autocontrol que transgreda los márgenes del contexto escolar. En este sentido, estas medidas se deberían acompañar con actuaciones formativas dirigidas a los padres y familiares⁹, con el objeto de reforzar un aprendizaje significativo que concluya en una mejora de la salud pública.

Bibliografía

1. Pérula LA, Herrera E, De Miguel MD, Lora N. Hábitos alimentarios de los escolares de una zona básica de salud de Córdoba. *Rev Esp Salud Pública* 1999;72(2):147-50.
2. Hodgson MI. Curso salud y desarrollo del adolescente, módulo 2. Lección 6. Evaluación nutricional. Riesgos nutricionales. 2004. Recuperado el 25, febrero de 2005 en <http://escuela.med.puc.cl/paginas/OPS/Curso/Lecciones/Leccion06/M2L6Leccion.html>.
3. Casanova M, Casanova M. *Nutrición en la adolescencia*. Cátedra de pediatría, Cádiz: Facultad de Medicina de Cádiz 2000.
4. Mataix J, Carazo E. Nutrición en distintas situaciones fisiológicas. En: Mataix J, Carazo E (dirs). *Nutrición para educadores*. Madrid: Díaz de Santos 1995;271-321.
5. Clínica Universitaria de Navarra. Nutrición en la edad escolar. 2001. Recuperado el 15, febrero de 2005 en <http://www.viatusalud.com/documento.asp>.
6. González E, Merino B. Nutrición Saludable y Prevención de los Trastornos Alimentarios. Recuperado el 26 de febrero de 2005 en http://www.msc.es/proteccionSalud/adolescenciaJuven/prevenir/nutricion/pdf/guia_nutricion_saludable.pdf.
7. Real Academia Española. *Diccionario de la Lengua Española*. Madrid: Espasa-Calpe 2001.
8. Pascual JM, De Hoyos C. Chucherías y golosinas. 2001. Recuperado en febrero de 2005 en <http://www.aeped.es>.
9. Jackson P, Romo M, Castillo M, Castillo-Durán C. Las golosinas en la alimentación infantil. Análisis antropológico nutricional. *Rev Méd Chile* 2004;132:1235-42.
10. Real Decreto 1810/1991, de 13 de diciembre, (BOE número 308/1991, de 25 de diciembre de 1991).
11. Jahns L, Siega-Riz AM, Popkin BM. The increasing prevalence of snacking among US children from 1977 to 1996. *J Pediatrics* 2001;138:493-8.
12. Failde I, Zafra J, Novalbos JP, Costa M, Ruiz E. Perfil antropométrico y prevalencia de sobrepeso de los escolares de Ubrique, Cádiz. *Rev Esp Salud Pública* 1998;72(4):357-64.
13. Esquivel M, Rubén M. Identificación precoz y manejo inicial de adolescentes con sobrepeso. *Rev Cubana Pediatr* 2001;73(3):165-72.
14. Mattos MA, Melgar RA. Riesgo de caries dental. *Revista Estomatológica Herediana* 2004;14(1-2):101-6.
15. Must A. Does overweight in childhood have an impact on adult health? *Nutr Rev* 2003;61(4):139-42.
16. S.E.E.D.O. Consenso SEEDO para la evaluación del sobrepeso y la obesidad. *Med Clin* 2000;115:587-97.
17. Pajuelo J, Mosquera Z, Quiroz R, Santolalla M. El sobrepeso y la obesidad en adolescentes. *Diagnóstico* 2003;42:17-22.
18. Tojo R, Leis R. La obesidad, un problema emergente en pediatría. Conferencia inaugural del VIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nutrición, Murcia, 24-27 de octubre de 2001. *Nutr Hosp* 2002;17(2):75-9.
19. Haro A. Golosinas y otras chucherías. 2005. Recuperado el 27, mayo de 2005 en <http://www.pulevasalud.com>.
20. Vila D. Obesidad infantil: una epidemia de nuestro tiempo. *Muface* 2005;198:36-42.
21. Santibáñez J. Televisión y Consumo de Golosinas. *Comunicar* 2002;18:179-186.
22. León Espinosa de los Monteros M. T, Rueda MT, Castillo MD, León Espinosa de los Monteros M, Ceballos R, Fernández S. Estudio de los aditivos alimentarios y su repercusión en la población infantil. *Medicina de Familia* 2000;1:25-30.
23. Colás P, Buendía L. *Investigación Educativa*. Sevilla: Alfar, 1998.
24. Alonso SR, Aldea L, Cavia M^a, Moreno G. Evaluación del consumo de golosinas en un grupo de adolescentes de Burgos. *Nutr Hosp* 2005;20(1):70-1.