

Resultados preliminares encuesta hábitos de alimentación y actividad física



Niñas
43,7%



Niños
56,3%



El 75,7% tienen
6 años de edad



Ambiente



El 35% de los niños viven a menos de 1 Km del colegio.
El 65% a menos de 2 km



Van caminando al cole el 29%

Regresan caminando del cole el 32%



El 31% de los padres opinan que la ruta para ir caminando o en bicicleta al colegio es segura



Nota técnica

Año escolar 2018-2019

7 centros participantes

4 educación primaria, 1 secundaria, 2 educación especial

- Población inicial 316 niños/as
- Porcentaje de participación 54% (171 padres han recibido la encuesta)
- Porcentaje de respuesta 60%
- (De 171, 103, han contestado la encuesta)

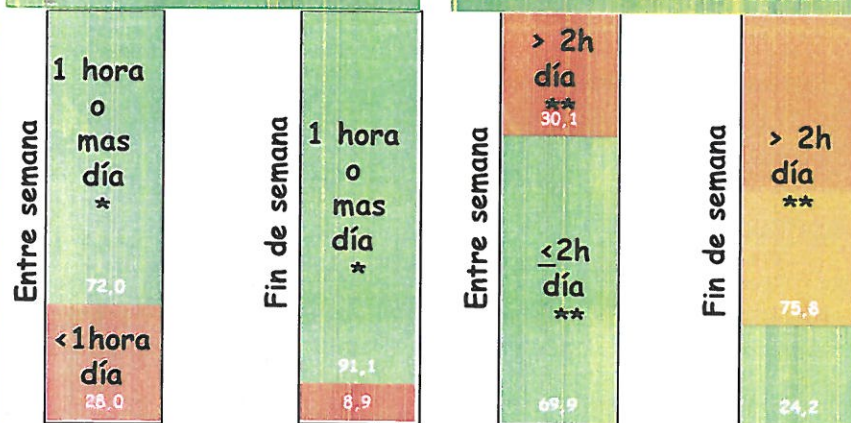
Actividad física



Actividad física



Actividad sedentaria



* Recomendación OMS de tiempo de actividad física al día
** Limite máximo aceptado
sd sin dato

Hábitos de alimentación

Desayunan todos los días 88%

84% toman leche

59% galletas

38% pan o tostadas

33% cereales

12% fruta fresca

6% bollería



En una semana normal

Todos los días comen:

- ✓ 20% comen fruta
- ✓ 2,9% zumos naturales
- ✓ 1% ensalada fresca
- ✓ 3,9% verduras cocidas

Casi todos los días

- ✓ 4,9% arroz
- ✓ 3,9% pasta



Más de 1 vez a la semana

- ✓ 76,6% pescado
- ✓ 86% legumbres
- ✓ 29,5% frutos secos
- ✗ 33,3% comida rápida
- ✗ 53% bollería industrial
- ✗ 45,7% zumos envasados
- ✗ 38,3% batidos de sabores

IMC *
(n=87)



Sobrepeso 18,2 20,4 15,8

Obesidad 10,2 10,2 10,5

Clasificación basada en la talla y peso referidos por los padres en la encuesta y en las tablas de * Índice de Masa Corporal OMS



En opinión de los padres el 8,1 % de los niños tiene ligero sobrepeso y el 2% mucho sobrepeso

RESULTADOS HAdAS 2018 PARA CADA CENTRO EDUCATIVO	ALADINO 2015	TODOS	C.E. PRIMARIA	JOSE BARCENA
Total niños a los que se ha entregado la encuesta, n		171		
Porcentaje que han regresado la encuesta, n (%)		(103) 60	78	14
CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS				
Niñas %	49,47	43,7	46,2	78,6
MEDIO AMBIENTE				
Porcentaje de niños que viven				
A menos de 1 Km del colegio %	54*	35,0	44,9	50,0
A menos de 2 Km del colegio %	77,5*	65,0	74,4	71,4
Porcentaje de niños que				
Van caminando al colegio %	55*	29,1	38,5	57,1
Regresan caminando del colegio %	56,9*	32,0	42,3	71,4
ACTIVIDAD FÍSICA				
Horas al día entre semana que dedica a actividades deportivas o al aire libre				
menos de 1 hora %	22,3	28,0	15,8	7,1
1 ó mas horas %		72,0	84,2	92,9
Horas al día fines de semana que dedica a actividades deportivas o al aire libre				
menos de 1 hora %	16,3	8,9	1,6	0
1 ó mas horas %		91,1	98,4	100
ACTIVIDADES SEDENTARIAS				
Horas al día entre semana que dedica a ver tv, jugar con el ordenador, teléfono...				
menos de 2 horas %		69,9	80,8	92,8
2 ó más horas %	22,6	30,1	19,2	7,1
Horas al día el fin de semana que dedica a ver tv, jugar con el ordenador, teléfono...				
menos de 2 horas %		24,2	25,0	21,4
2 ó más horas %	59,1	75,8	75,0	78,6
HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN				
Desayuna todos los días %	93*	88,0	90,7	92,3
En un semana normal, todos los días comen				
Fruta fresca %	29,1*	20,4	25,6	28,6
zumos naturales %	7*	2,9	3,8	14,3
Ensalada fresca %		1,0	1,3	0,0
Verduras cocidas %	9,1*	3,9	5,1	7,1
En una semana normal, casi todos los días comen				
Pasta %	7,2*	3,9	2,6	0,0
Arroz %		4,9	3,9	7,1
En una semana normal, más de 1 vez a la semana comen				
Pescado %	83,2*	76,6	75,0	92,3
Legumbres %		86,0	89,5	100,0
Frutos secos %		29,5	36,0	35,7
Comida rápida %	44*	33,3	35,5	35,7
Bollería industrial %	61,8*	53,0	56,6	57,1
Zumos envasados %	46,8*	45,7	45,8	71,4
Batidos de sabores %	36,9*	38,3	41,4	28,6
Medidas antropométricas (IMC calculado con las respuestas que han dado los padres a la encuesta)				
Sobrepeso %	19,7	18,2	15,9	7,7
Obesidad %	14,9	10,2	8,7	15,4
Padres que creen que el niño/a tiene				
Ligero sobrepeso %	12,0	8,1	5,3	7,1
Mucho sobrepeso %	0,8*	2,0	0,0	0,0

* resultados del estudio ALADINO 2015, para todos los niños de 6 a 9 años. Resto de resultados sin asterisco son para niños de 6 años.