

Sabadell. (EFE).- Los **jóvenes catalanes** presentan un déficit de consumo de los principales grupos alimentarios (**frutas, verduras y lácteos**) y un elevado consumo de **alcohol**, según un estudio realizado por médicos de familia. El estudio, presentado en el marco del XXII Congreso de la Sociedad Catalana de Medicina Familiar y Comunitaria que se celebra hoy y mañana en Sabadell, determina la mala alimentación que por lo general presentan los adolescentes.

"Están cambiando los hábitos alimentarios, consumen 'snakcs' entre horas, con grasas no saludables, y hemos detectado un déficit en verduras, frutas y lácteos, que se podría mejorar con la intervención del padre o la madre", ha manifestado a EFE la doctora Matilde González, coautora del estudio, médico de familia y docente del área básica Raval Nord, de Barcelona.

El estudio, elaborado a partir de los datos obtenidos de unos 160 adolescentes de entre 16 y 19 años, determina que se ha incrementado el consumo de alcohol en fines de semana, "algo muy nocivo para la salud adolescente", ha señalado González.

La doctora apunta como posibles causas el hecho que los padres cada vez están menos tiempo en casa y a la incorporación progresiva de la mujer al mundo laboral, circunstancia que, según González, ha hecho reducir la presencia de la dieta mediterránea en las comidas, mucho más elaboradas, y muy frecuente tiempo atrás por el tiempo que se le podía dedicar a su elaboración.