

Un estudi realitzat per metges de família de la Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC) analitza el patró alimentari que tenen els adolescents entre 16 i 19 anys. Els resultats d'aquest estudi es presenten en el marc del XXIIè Congrés que la CAMFiC celebrarà a Sabadell els propers 4 i 5 de novembre.

JOVES CATALANS PRESENTEN UN DÈFICIT DE CONSUM DELS PRINCIPALS GRUPS ALIMENTARIS I UN EXCÉS DE CONSUM DE GREIXOS I ELEVAT CONSUM D'ALCOHOL

- ✓ Els joves presenten dèficit de consum de verdures (74.5%), en cereals i llegums (59.6%), en lactis (47.6%) i en fruites (34.6%).
- ✓ Excés de consum de greixos en un 94.4% dels joves enquestats i el 60% consumeix alcohol.

Un total de **160 alumnes de primer de batxillerat (16 a 19 anys)** d'una escola de Barcelona es van sotmetre a una enquesta per conèixer què i com menjaven. El consum alimentari es va recollir amb el qüestionari de freqüència alimentària setmanal.

Els resultats

El 96% dels joves enquestats eren originaris de Catalunya. El 83,4% van dir que menjaven a casa, i que qui cuinava era en un 76.2% la mare i en un 11.8% el pare.

La meitat dels joves (**51%**) **presenta un consum adequat de carns**, però en canvi en la resta de grups d'aliments presenten un important dèficit. Concretament, **un 74.5% dels joves enquestats menjaven menys verdures de les recomanades**, quasi el **60% (59.5%) presentaven dèficit de consum de llegums i cereals**, i un **47.6% tampoc consumia el làctics necessaris per a una dieta equilibrada**. Finalment, tampoc s'observa un dèficit de consum de fruites, quasi **un 35% mengen menys fruita de la recomanada**.

I en canvi, s'observa un **excés de consum de greixos en un 94.4% dels joves** enquestats. Els nois presenten un consum superior de lactics, farinacis (llegums i cereals) i refrescs, mentre que les noies presenten un consum més alt en verdures.

Pel que fa al consum d'alcohol la mitjana d'Unitats de Beguda Estàndard (UBE) a la setmana és de 11,31. La UBE és una mesura que es fa servir per calcular quan un consum comença a ser de risc.

Els resultats d'aquest estudi es presenten en el marc del XXII Congrés que la CAMFiC celebrarà a Sabadell els propers 4 i 5 de novembre.

La Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària (CAMFiC), que es va crear fa més de 25 anys, agrupa més de 3.000 metges de família de tot Catalunya i és la principal societat científica en l'àmbit de l'Atenció Primària catalana. La seva oferta formativa destinada als professionals és de les més importants de l'estat espanyol. En els darrers mesos CAMFiC ha promogut l'acord per la desburocratització de les consultes.