

Proyecto EPINUT para escolares: Actividad física, Alimentación y Antropometría (A³)

**González Montero de Espinosa M¹, Marrodán MD¹, Herráez A¹, López-Ejeda N¹
y grupo A³ colaborativo de EPINUT²**

¹ Grupo de Investigación EPINUT de la UCM (www.epinut.ucm.es)

² El grupo A³ colaborativo de EPINUT está constituido por: Cabezas Pajuelo MC, Díaz-Jara García M, Domínguez Álvarez A, Domínguez Gregorio JA, Fernández Pascual M, Fraile García J, García Bueno MM, González Ruiz A, López Cerrillo E, Medina Muñoz R, Pérez Fernández I, Rodríguez Prieto P, Sánchez de Lucas A, Santos Barrantes FJ, Torquemada Vidal MA.

El crecimiento humano está sometido a control genético y modulado por el entorno socio-económico y ambiental en que se desarrolla la persona. Uno de los aspectos más alterables es la llamada condición nutricional del individuo que depende tanto de la dieta como del gasto energético achacable, sobre todo, a la actividad física. En este proceso del desarrollo ontogénico hay un momento clave, la pubertad, en el que el sujeto sufre numerosos cambios biológicos y psicológicos que pueden desembocar en determinadas anomalías relacionadas con la conducta alimentaria.

En función de todo lo anterior, el grupo EPINUT está desarrollando una experiencia didáctica que aúna al profesorado de centros educativos no universitarios, a investigadores del mencionado grupo de la UCM y al alumnado infantojuvenil de la Comunidad de Madrid. Esta investigación pretende conocer y evaluar el nivel de crecimiento, la dieta y la condición física de los escolares. Asimismo persigue también la detección precoz de posibles casos de Trastornos del Comportamiento Alimentario (TCA), que pueden repercutir negativamente en la salud presente y futura de nuestros jóvenes.

En principio, se realizan unas jornadas presenciales en las que los investigadores instruyen a los enseñantes apuntados al proyecto en las metodologías idóneas para conseguir los objetivos propuestos. Posteriormente, previo consentimiento informado a todos los padres o tutores, los docentes extraen en el aula una serie de datos relativos a su alumnado.

La muestra se compone de 744 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre 9 y 16 años, de los colegios Aldeafuente, Base, Legamar, León Felipe, Rafaela Ybarra, San Pablo CEU Montepríncipe, SEK Ciudadcampo, Valverde y el IES Santa Eugenia. A los escolares se les hace una valoración nutricional a partir de ciertas medidas antropométricas (talla y peso) con las que se calcula su Índice de Masa Corporal (IMC) real y se compara con las referencias de Cole *et al.* (2000 y 2007). También se les presentan unas encuestas para, por un lado, conocer la adhesión a la dieta mediterránea mediante el llamado Índice KidMed (Serra-Majem *et al.*, 2004) y, por el otro, valorar el nivel de actividad física (Godard *et al.*, 2008).

Por último, únicamente a los escolares de Secundaria y Bachillerato se les presentan una serie de siluetas (Collins, 1991) para que señalen cuál desearían poseer (corresponde al IMC deseado) y con cuál se identifican (IMC percibido) para posteriormente comparar ambos IMC con el real para la detección precoz de TCA. En esta misma línea se les entrevista sobre sus conductas en el ámbito alimentario (Garner *et al.* 1982)