

## C-22. Influencia de los comedores escolares en la nutrición de niños de 4 a 6 años

J. Garbayo Solana<sup>a</sup>, N. Tomás Herrero<sup>b</sup>, M. Navarro Elizondo<sup>b</sup>, B. Sánchez Hernández<sup>b</sup>, R. Murillo Zardoya<sup>b</sup>, M. Lorente Simon<sup>c</sup>, S. Roncal Pérez de Zabalza<sup>d</sup>

<sup>a</sup>Pediatra. CS Gayarre de Tudela.

<sup>b</sup>Médico de familia. CS Gayarre de Tudela. Navarra. <sup>c</sup>Enfermera. CS

Gayarre de Tudela. Navarra. <sup>d</sup>Enfermera. CS Cintruénigo. Navarra.

**Introducción.** Las necesidades nutricionales de cada individuo para su óptimo desarrollo dependen en gran medida de sus características genéticas y metabólicas, influyendo las condiciones ambientales, familiares, culturales y sociales en las que se encuentra.

Hoy en día, muchos padres dejan parte de la educación y de la nutrición en manos de la escuela; en este contexto, hemos realizado un estudio de los hábitos nutricionales de una población infantil desde los cuatro hasta los seis años y la influencia que pueden ejercer los comedores escolares sobre la nutrición infantil.

**Material y métodos.** El estudio comprende una muestra de 82 niños, 43 niñas (52%) y 39 niños (47%), de edades comprendidas entre los cuatro y los seis

años que acuden a colegios tanto públicos como privados. Se realiza un estudio descriptivo y comparativo entre los niños que realizan la comida principal del mediodía en el comedor escolar 35 (42,7%) y el grupo que come en su casa 47 (57,3%).

Se realiza estudio antropométrico y encuesta dietética combinada, comparando el estado nutricional de ambos grupos.

**Resultados.** El 50% de los niños presenta un estado nutricional adecuado según su índice de masa corporal (IMC) (varón: 15,7; hembra: 15,5), con delgadez o desnutrición en el 22,8% y con sobrepeso y obesidad en el 26,6%. La ingesta media de nutrientes (proteínas: 49 mg/día, hidratos de carbono: 133 mg/día, lípidos: 32,9 mg/día) y su composición energética (1325 cal/día) fueron las adecuadas a las recomendaciones actuales para este grupo de edad y sexo. No encontramos diferencias según el IMC.

El estudio nutricional muestra diferencias significativas en la ingesta de principios inmediatos y de energía. Cuando se comparan ambos grupos frente a las recomendaciones nutricionales, el 51% de los que comen en casa tienen adecuadas sus necesidades energéticas, frente al 30% de los que lo hacen en el comedor escolar. Un 65% de ambos grupos no alcanza las necesidades de proteínas; en

cuanto a las grasas, superan las recomendaciones el 87% de los que comen en casa y el 57% de los que comen en comedor. Por su importancia nutricional, cabe destacar que en ambos grupos un 70% supera las recomendaciones de colesterol, mientras la ingesta de calcio no la cubren el 42% de los que comen en casa y el 90% de los que comen en comedor.

**Conclusiones.** El índice antropométrico (IMC) permite definir el estado de la muestra como inadecuado en más de la mitad de los niños estudiados. El estudio nutricional revela diferencias cuantitativas importantes entre los niños que habitualmente comen en casa frente a los que comen en comedor escolar y así corregir los errores dietéticos.

Son de especial interés metabólico, el riesgo de sufrir déficit proteico y de calcio en esta etapa de crecimiento, y la sobrecarga de grasas con gran proporción de colesterol, en ambos grupos estudiados.