



# ENCUESTA DE ALIMENTACIÓN y ACTIVIDAD FÍSICA

SINTESIS DE RESULTADOS INICIALES



CENTRO DE ESTUDIOS EN  
NUTRICIÓN y DESARROLLO  
INFANTIL

## COLABORACIÓN



Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación  
Universidad Nacional de La Plata

## ADHESIÓN



Observatorio Social Legislativo  
de la Honorable Cámara de Diputados  
de la Provincia de Buenos Aires

## USO y REPRODUCCIÓN:

Se autoriza el uso y reproducción total o parcial de esta información, siempre y cuando se cite la fuente completa:

CEREN-CIC/PBA(2013). *Alimentación y Actividad Física en escolares de nivel medio de la Provincia de Buenos Aires*. La Plata: Comisión de Investigaciones Científicas de la Provincia de Buenos Aires.



# Introducción

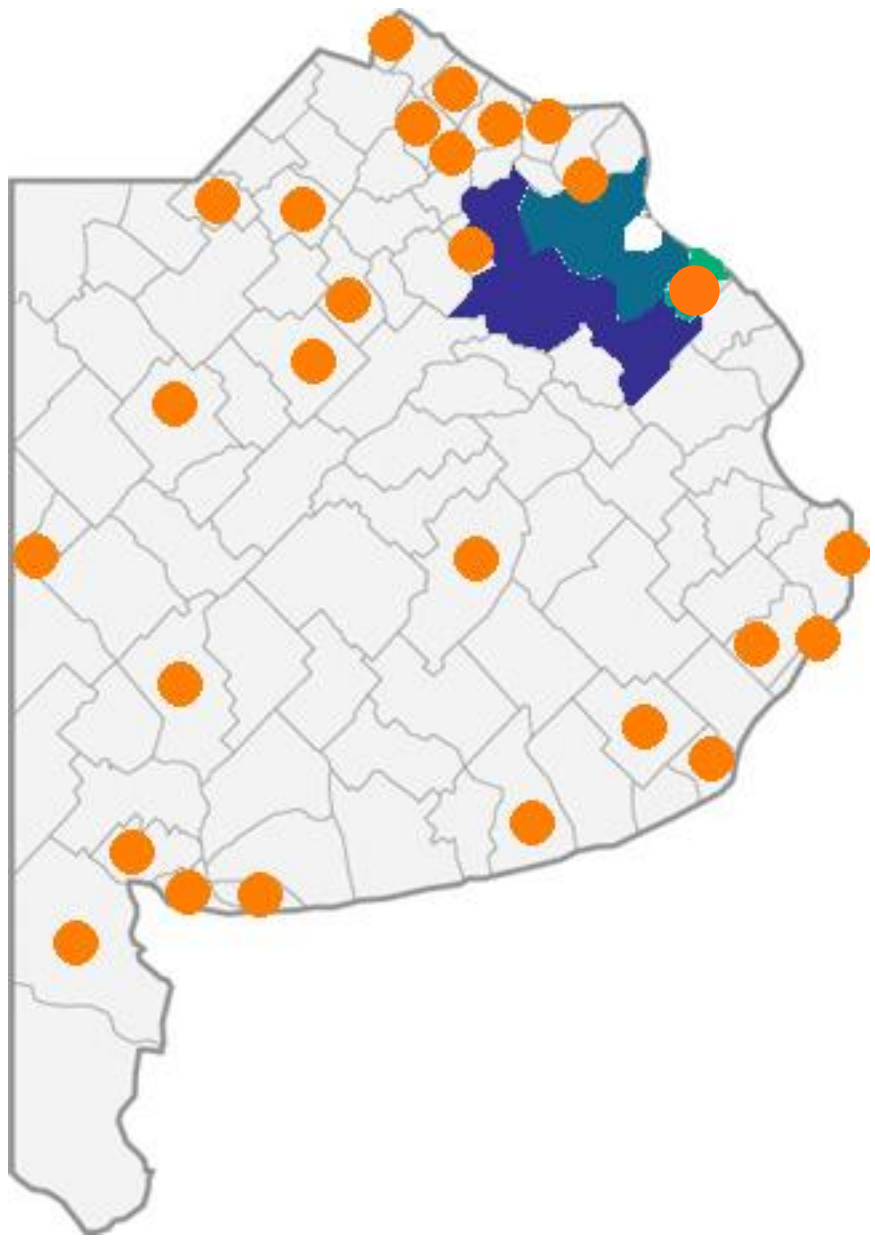
*La juventud es una etapa significativa para el crecimiento y en el afianzamiento de hábitos, entre ellos los relacionados con la alimentación y la actividad física. En este sentido, una alimentación adecuada contribuye a prevenir enfermedades crónicas no transmisibles -de creciente incidencia- y de padecer deficiencias de nutrientes (como calcio, hierro y zinc) que afectan el patrón de crecimiento muscular y óseo, la maduración sexual y el funcionamiento del cerebro. Asimismo, frente al reconocimiento del valor que asume la actividad física sistemática en la salud y la socialización, se observa una creciente y amplia tendencia al sedentarismo. En particular, el exceso de peso y los trastornos de conducta alimentaria en jóvenes constituyen un ámbito de preocupación extendida. La adopción de dietas desbalanceadas, la permeabilidad a comidas “chatarra”, las oscilaciones periódicas en la ingesta, son indicadores de prácticas inadecuadas muchas veces ligadas a la presión de modelos corporales. En este marco, y considerando que la alimentación y el estado nutricional en este grupo poblacional representan un área de vacancia, los objetivos del estudio se dirigieron a recuperar: a) sus hábitos alimentarios; b) la percepción de la propia alimentación; c) la percepción de la imagen corporal; d) los consumos alimentarios dentro de la escuela y la apreciación del servicio alimentario escolar; e) los hábitos y percepciones en torno a la actividad física dentro y fuera de la escuela. Este emprendimiento en pos de recuperar las prácticas y percepciones en torno a la alimentación y la actividad física desde los propios los jóvenes, pretende destacar el valor de sus apreciaciones y de sus capacidades para intervenir como actor protagónico en el presente, construir su calidad de vida y aportar al desarrollo colectivo.*



# Ficha Técnica

## FICHA TÉCNICA

- **ÁMBITO GEOGRÁFICO:** PROVINCIA DE BUENOS AIRES
- **DOMINIOS:** SE ESTRUCTURARON CONGLOMERADOS GEOGRÁFICOS : TOTAL PROVINCIAL y CUATRO SUBREGIONES: PRIMER CORDÓN DEL CONURBANO, SEGUNDO CORDÓN DEL CONURBANO, PARTIDOS DEL INTERIOR COMPUESTO POR GRANDES DISTRITOS y RESTO DE LOS PARTIDOS DEL INTERIOR.
- **INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN:** ENCUESTA AUTOADMINISTRADA SEMI ESTRUCTURADA
- **POBLACIÓN:** ESTUDIANTES DE ESCUELAS SECUNDARIAS PÚBLICAS URBANAS DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES
- **MUESTREO:** PROBABILISTICO, POR CONGLOMERADOS EN DOS ETAPAS. LA PRIMERA ETAPA SELECCIONÓ ESCUELAS y LA SEGUNDA SELECCIONÓ UNA SECCIÓN COMPLETA DE CADA AÑO DE ESTUDIO DE LA ESCUELA SELECCIONADA EN LA PRIMERA ETAPA, ENCUESTANDO AL TOTAL DE LOS ALUMNOS QUE COMPONEN LA MISMA.
- **TAMAÑO DE LA MUESTRA:** 7.187 CASOS ( 100 ESCUELAS , EN 54 MUNICIPIOS)
- **ERROR MUESTRAL:** +/- 3,8%
- **NIVEL DE CONFIANZA:** 90%
- **FECHA DE RELEVAMIENTO:** NOVIEMBRE 2011



- Interior
- GBA 1er cordón
- GBA 2do cordón



# CARACTERIZACION

INDICADORES

- **SOCIO-DEMOGRÁFICOS**
- **TRABAJO**
- **COMPOSICIÓN FAMILIAR**
- **RECURSOS EXTRA FAMILIARES**
- **CARACTERÍSTICAS HABITACIONALES Y DE LA VIVIENDA**
- **DISPOSICIÓN DE SERVICIOS**
- **ÍNDICE DE ESTRATOS SOCIOEDUCATIVOS**

Para la determinación de los estratos socioeducativos se utilizó la estrategia basada en los rasgos socioeducativos residenciales aplicados por el Barómetro de la Deuda Social Argentina de la UCA (BDSA, 2010<sup>[1]</sup>). La operacionalización de este criterio se hizo sobre el marco muestral formado por los Puntos Muestra, definiendo tres tipos de estratos teóricamente relevantes de espacios muestrales. Los puntos de corte – basados en la representación de las modas de cada distribución- constituyeron una estructura socioeconómica de los siguientes estratos socioeducativos : 1) Puntos muestra de Clase Muy Baja / Baja (con proporción muy baja o baja de jefes de hogares con secundario completo o más); 2) Puntos muestra de clase Media inferior (con proporción media baja de jefes de hogares con secundario completo o más); 3) Puntos muestra de clase Media (con proporción media de jefes de hogares con secundario completo o más). En términos operativos los puntos de corte- de los porcentajes de hogares con jefes con educación secundaria completa o más para el punto muestra- fueron : Muy Bajo | Bajo (0% a 27%), Medio inferior (28% a 46%), Medio (47% o más).

# Datos

Indicador	Categoría	Porcentaje
Tipo de hogar	Nuclear biparental	53%
	Monoparental	17%
	Extenso (bi o monoparental)	26%
Nivel educativo de las madres	Hasta primaria completa	27%
	Secundaria incompleta	20%
	Secundaria completa o más	38%
Nivel educativo de los padres	Hasta primaria completa	28%
	Secundaria incompleta	17%
	Secundaria completa o más	31%
Numero de miembros del hogar que trabajan	2 o más	70%
Hogar con percepción de AUH	Sí	45%
Agua de red	Sí	78%
Gas natural	Sí	52%
Cloacas	Sí	45%
Cuarto de cocina	Sí	82%

Indicador	Categoría	Porcentaje
Genero	Mujeres	49%
	Varones	51%
Grupos de edad	12 a 14	45%
	15 a 17	43%
	18 y más	12%
Trabajo en el último año	Siempre o casi siempre	31%








Indicador	Categoría	Porcentaje
Escuela con SAE	Sí	60%
Tipo SAE	Simple	27%
	Doble	33%






# INDICE

## DIMENSIONES

# ALIMENTACIÓN

-  Percepciones en torno a la alimentación
-  Percepciones corporales y estado nutricional
-  Prácticas y percepciones asociadas con la alimentación / salud
-  Comidas principales y hábitos alimentarios
-  Consumo de agua
-  Alimentación en la escuela
-  Servicio Alimentario Escolar

# ACTIVIDAD FÍSICA y DEPORTE

-  Percepciones y prácticas sobre Deporte y Actividad Física
-  Deporte | Actividad Física fuera de la escuela
-  Deporte | Actividad Física dentro de la escuela

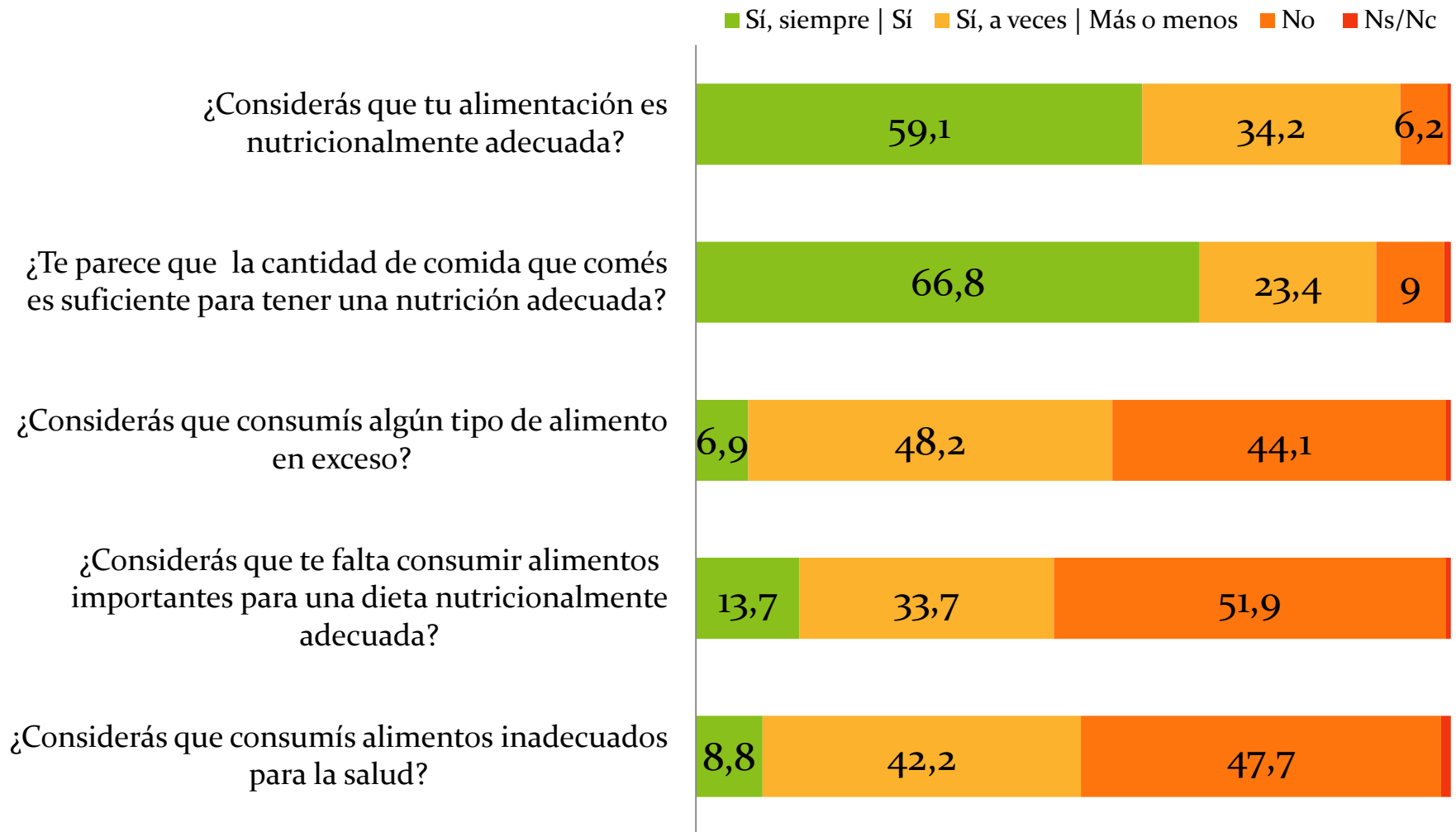


# ALIMENTACIÓN

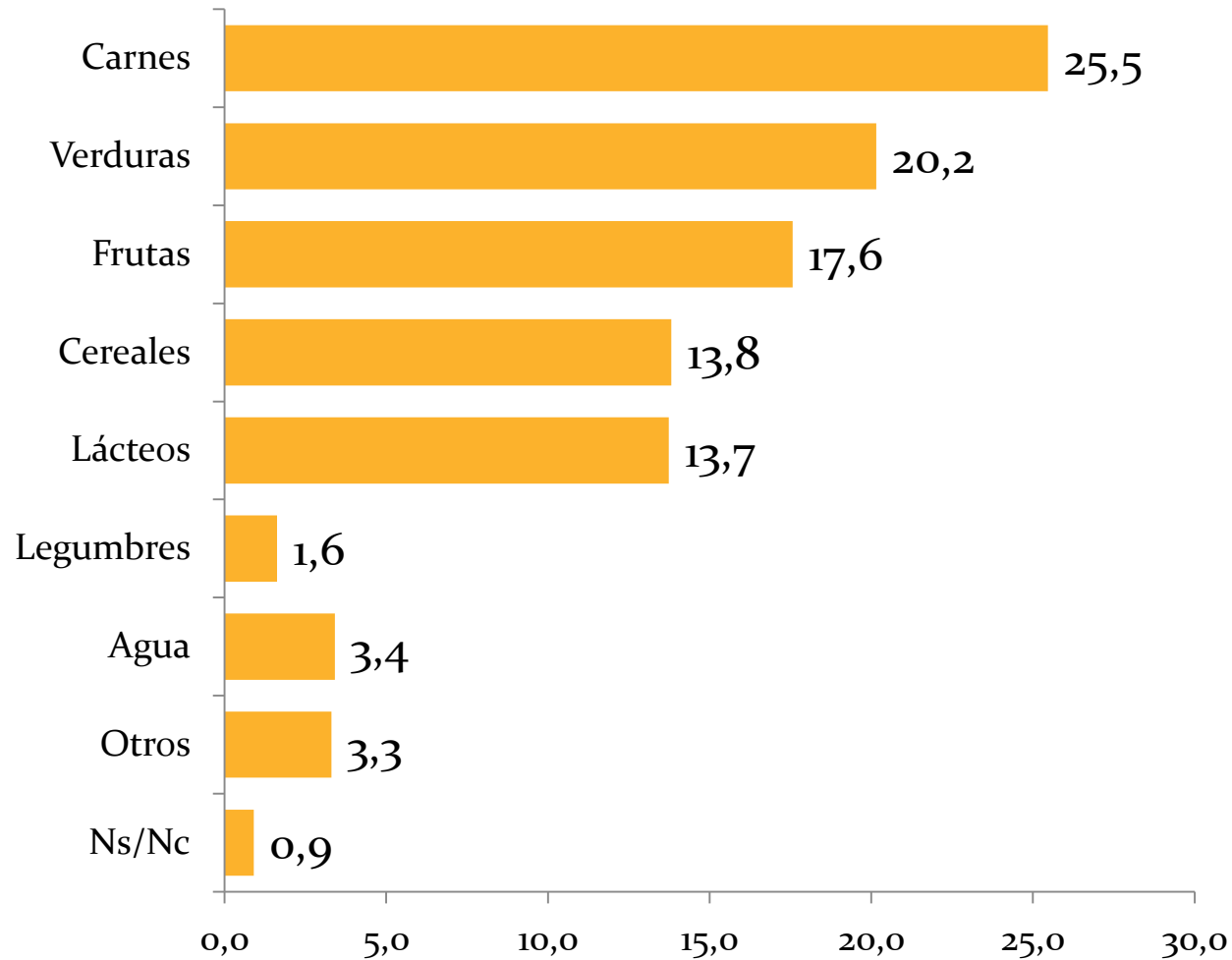


## Percepciones en torno a la alimentación

## Percepciones en torno a la alimentación



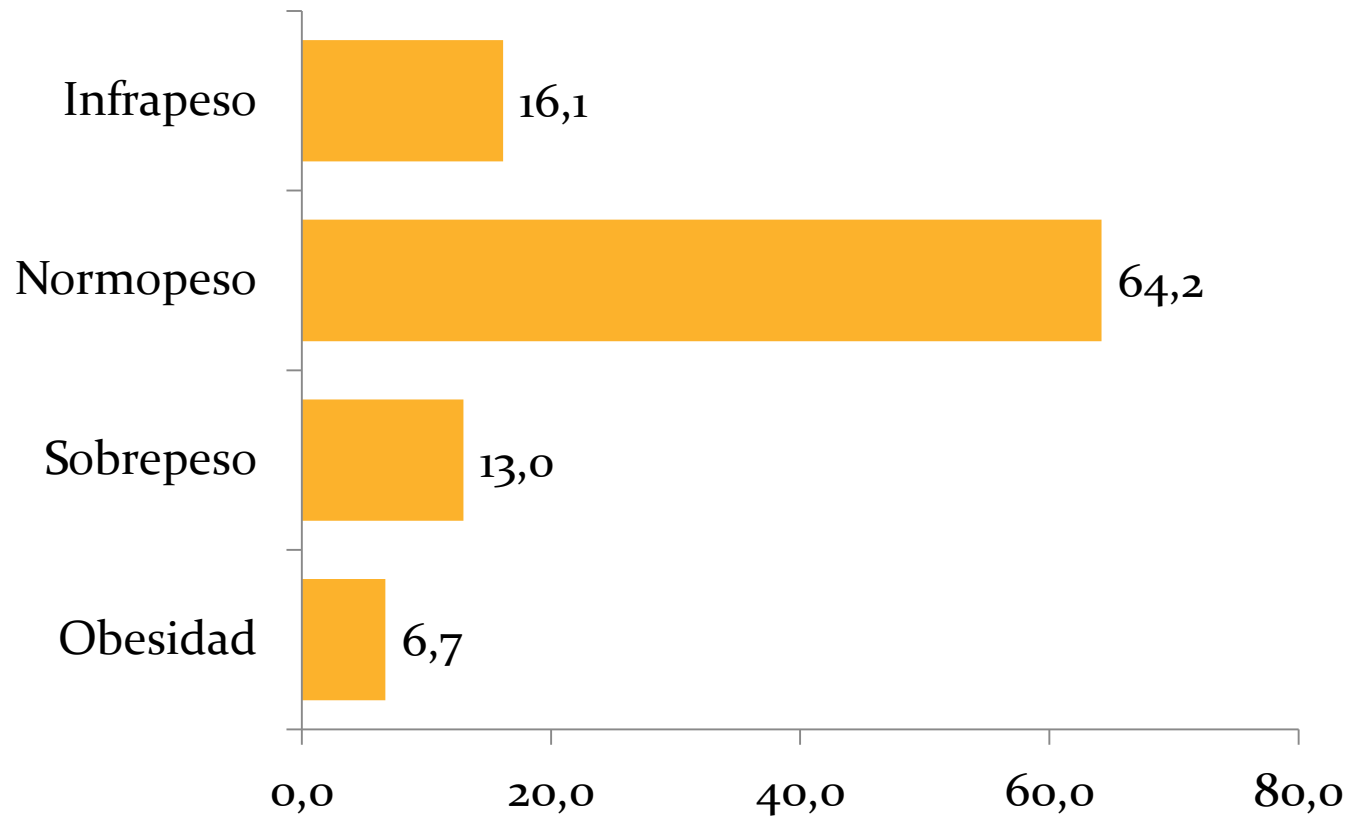
## Ranking grupos de alimentos más valorados para una buena alimentación





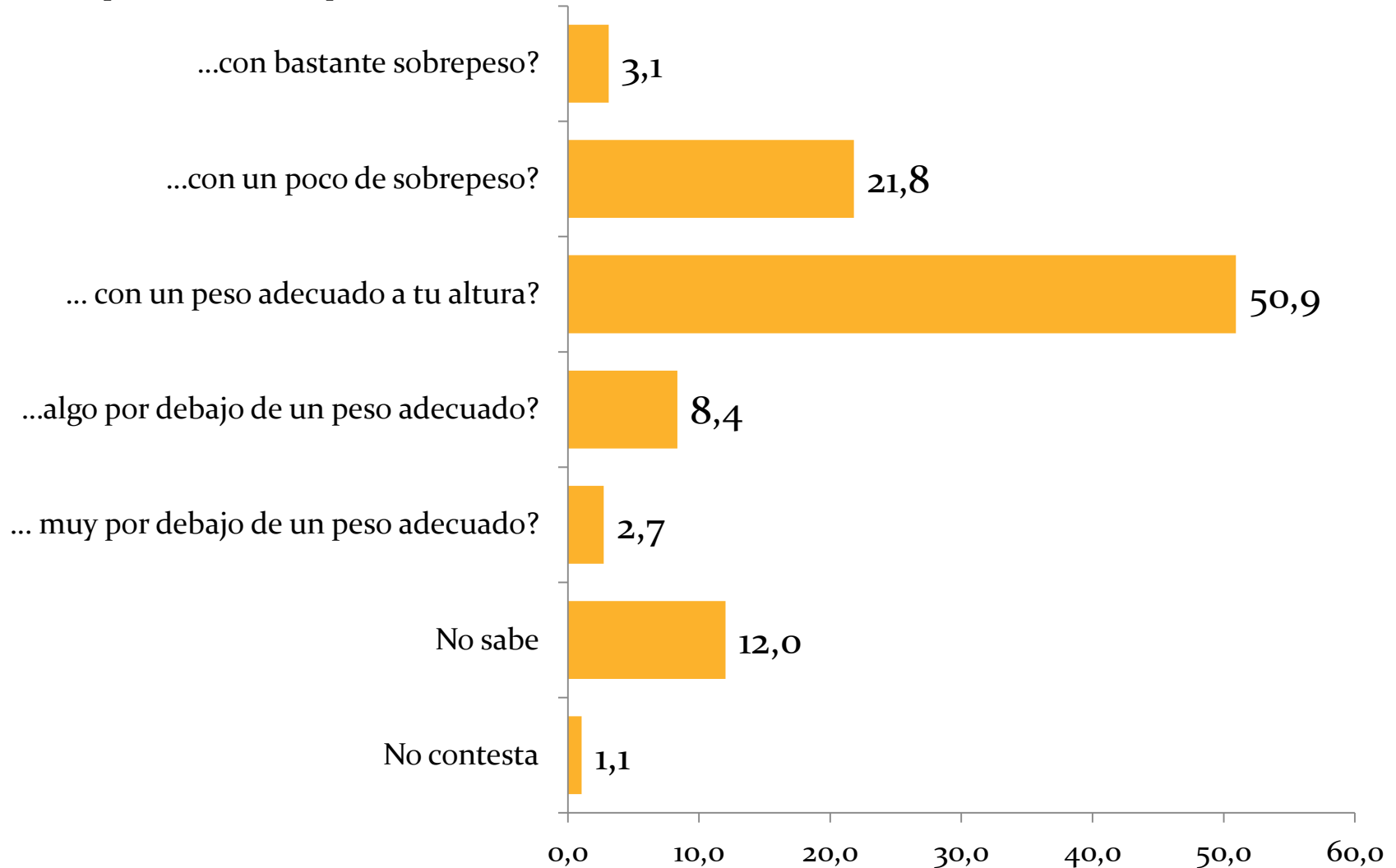
## Percepciones corporales y estado nutricional

## Estado nutricional según autoreporte de peso y talla

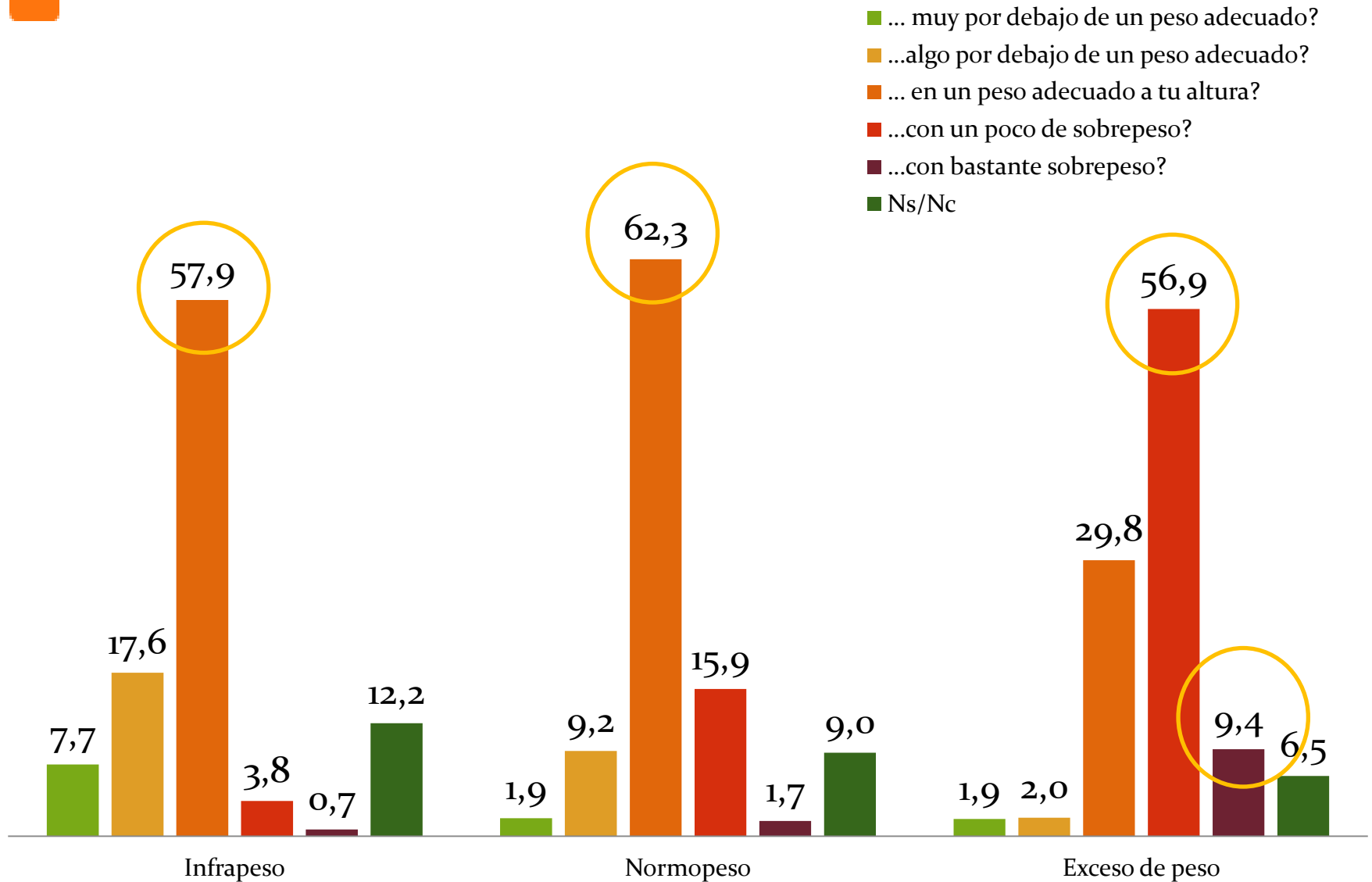


## Percepción de adecuación del peso corporal

Sobre tu peso consideras que estás...



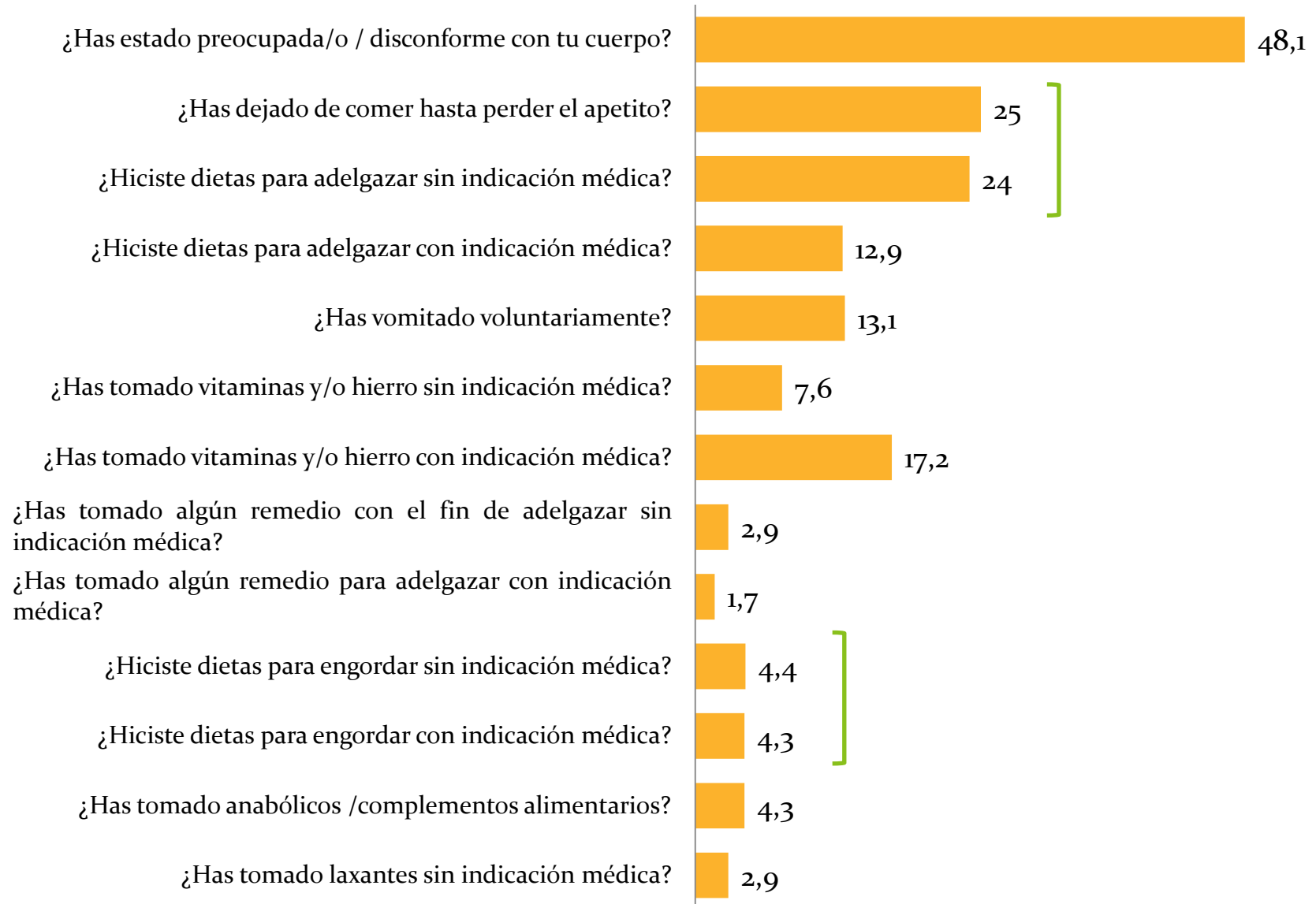
## Apreciación del peso corporal según autoreporte de peso y talla



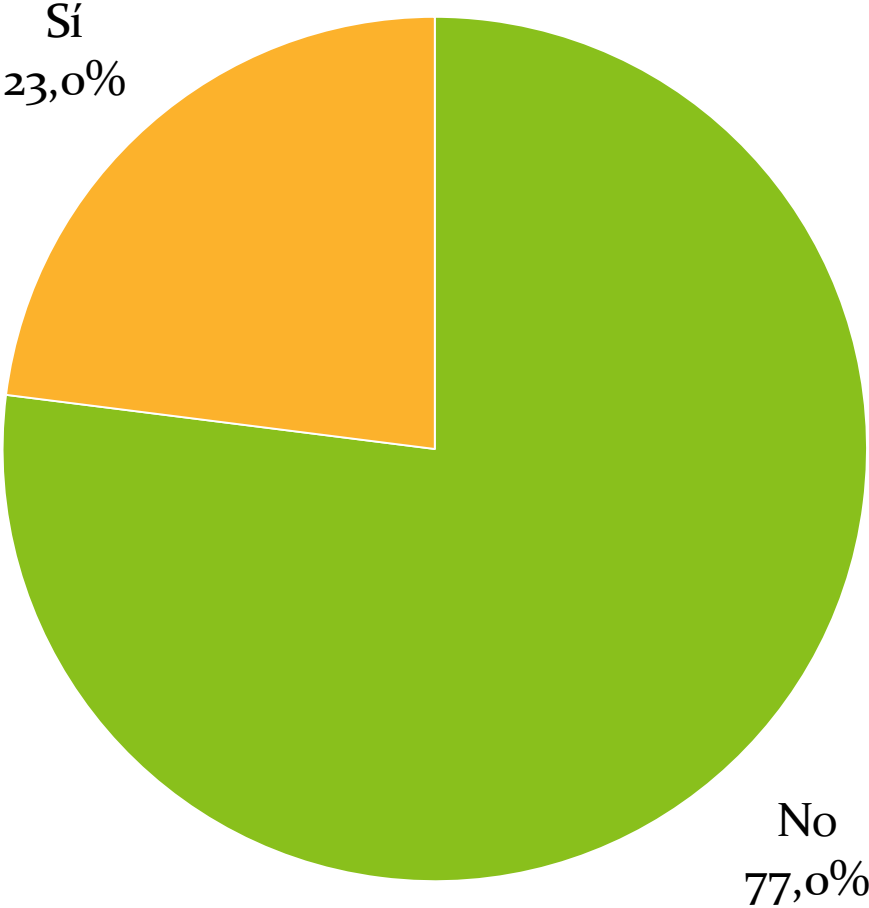


## Prácticas y percepciones asociadas con la alimentación / salud

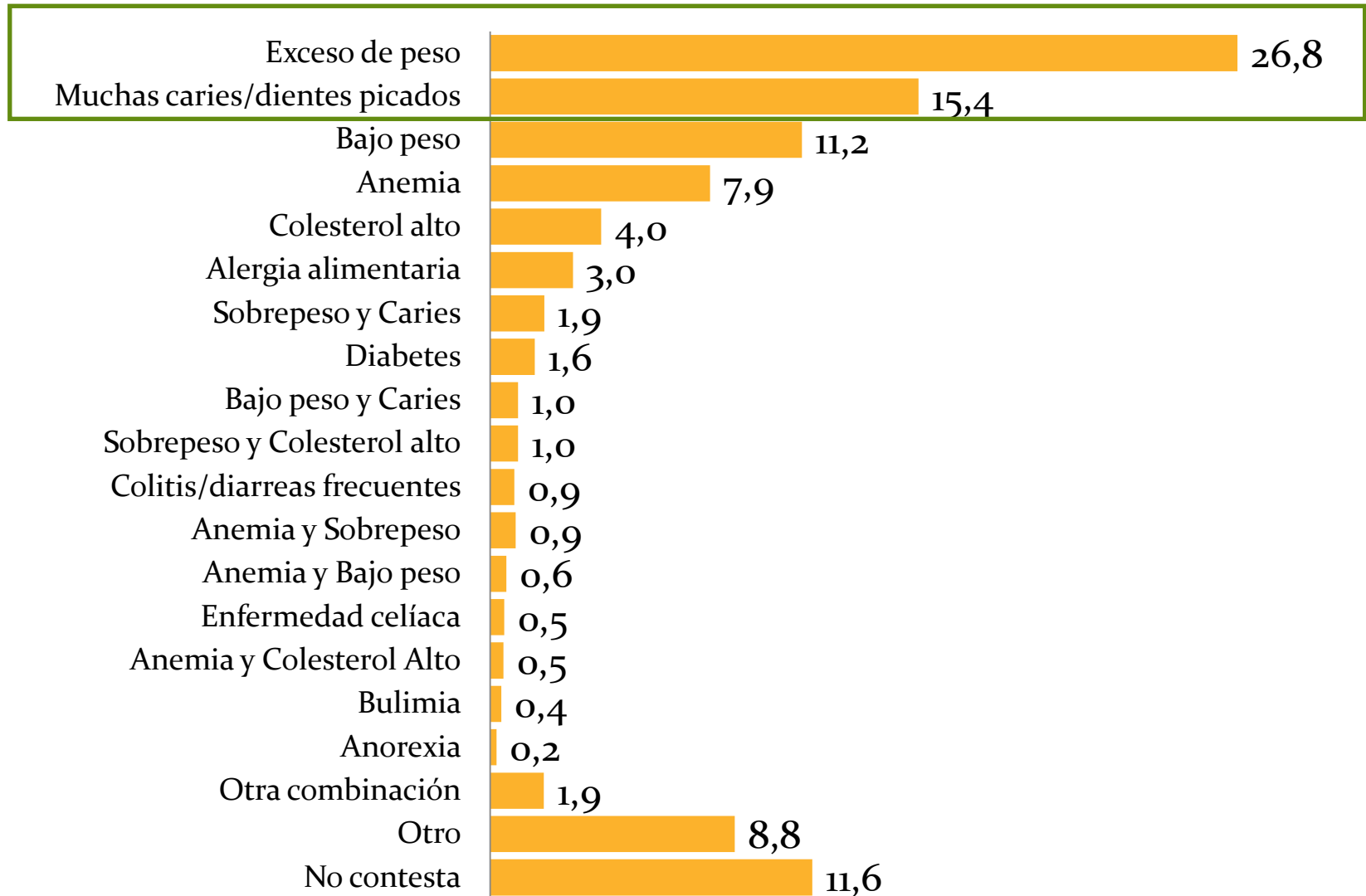
## Prácticas asociadas con la Alimentación | Salud



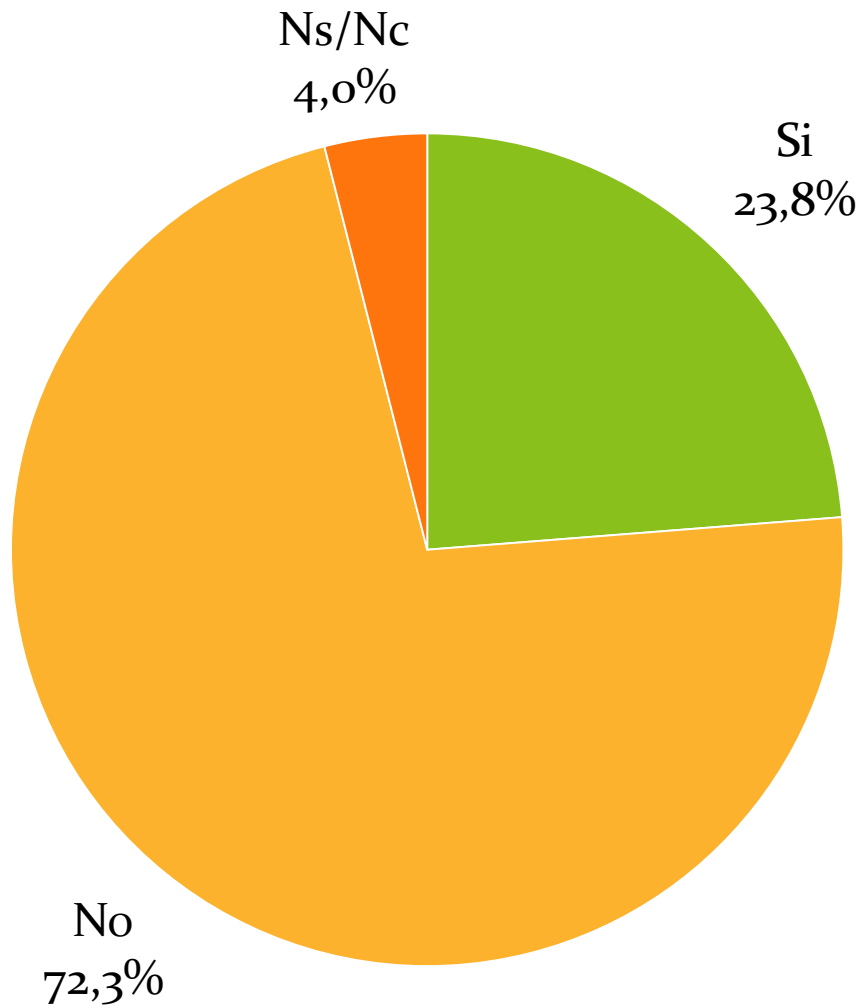
# ¿Tenés actualmente algún problema de salud, relacionado con la alimentación?



## Tipo de problemas de salud, relacionados con la alimentación



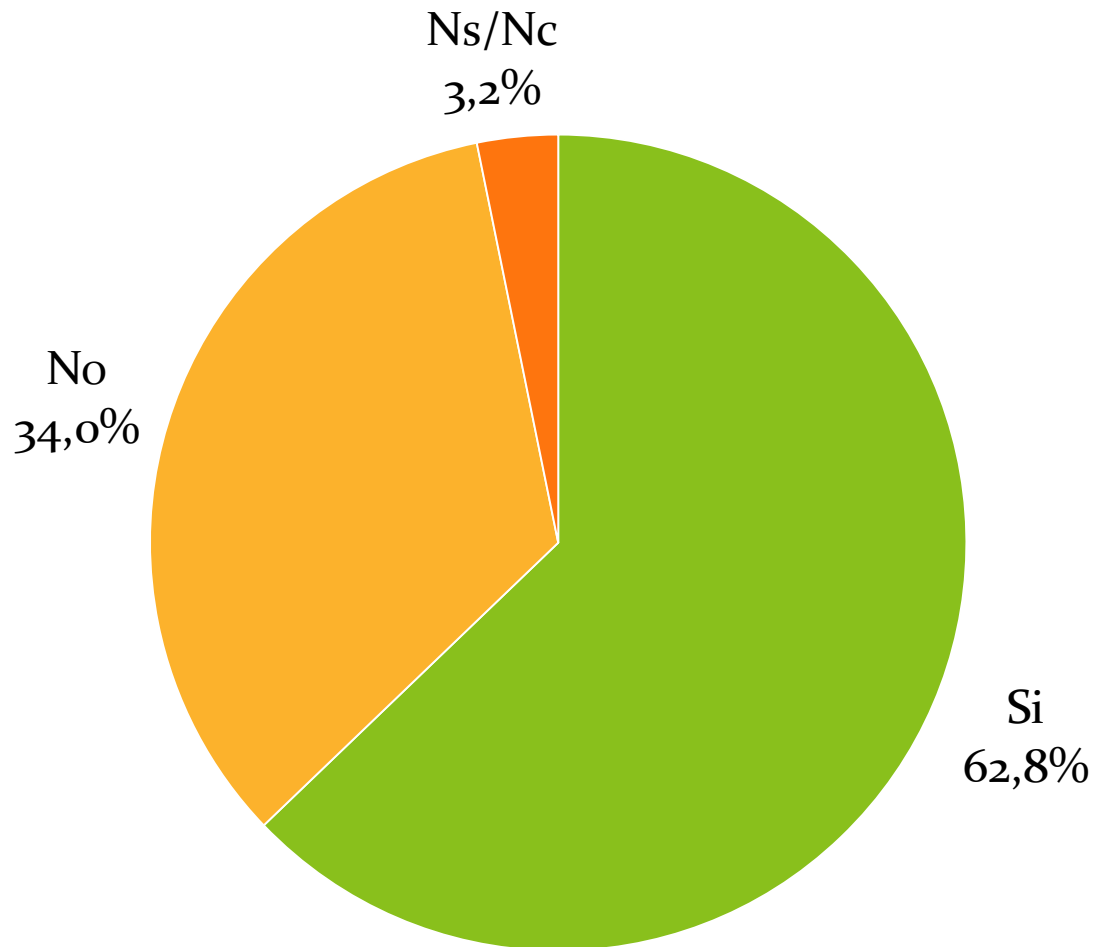
## ¿Has fumado tabaco alguna vez?



### ¿Qué edad tenías cuando fumaste tu primer cigarrillo?

	Porcentaje
10	3,1
11	10,8
12	19,3
13	23,3
14	18,4
15	13,3
16	6,0
17	2,4
18 o más	1,5
Ns/Nc	1,9
Total	100,0

# ¿Alguna vez tomaste alguna bebida alcohólica (no sólo probar o dar un sorbo) tipo cerveza, vino, fernet?



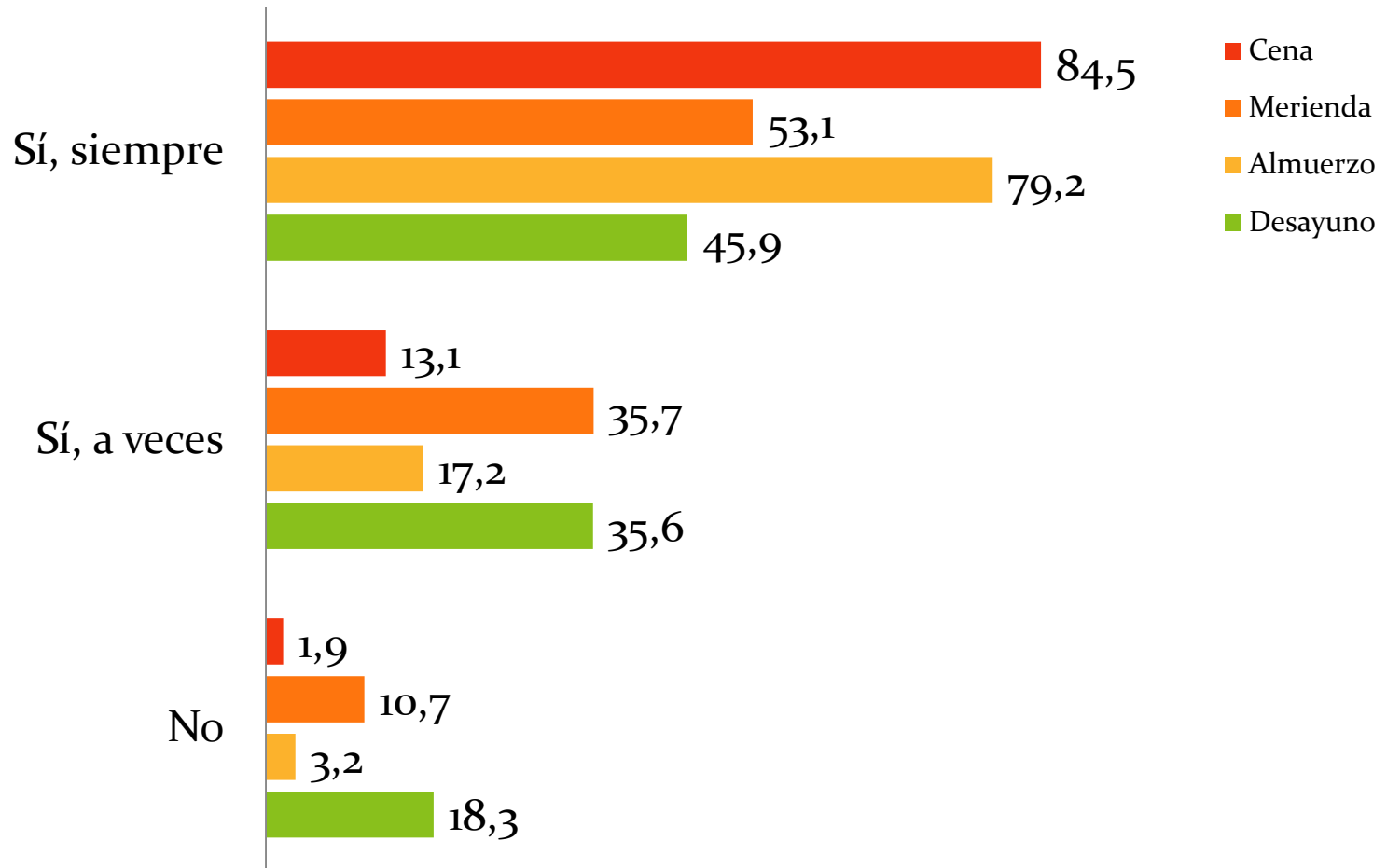
## ¿Qué edad tenías cuando tomaste (no sólo un sorbo) alcohol por primera vez?

	Porcentaje
9 o menos	4,3
10	4,6
11	7,6
12	15,5
13	20,7
14	22,0
15	15,5
16	5,4
17	2,4
18 o más	,8
Ns/Nc	1,2
Total	100,0

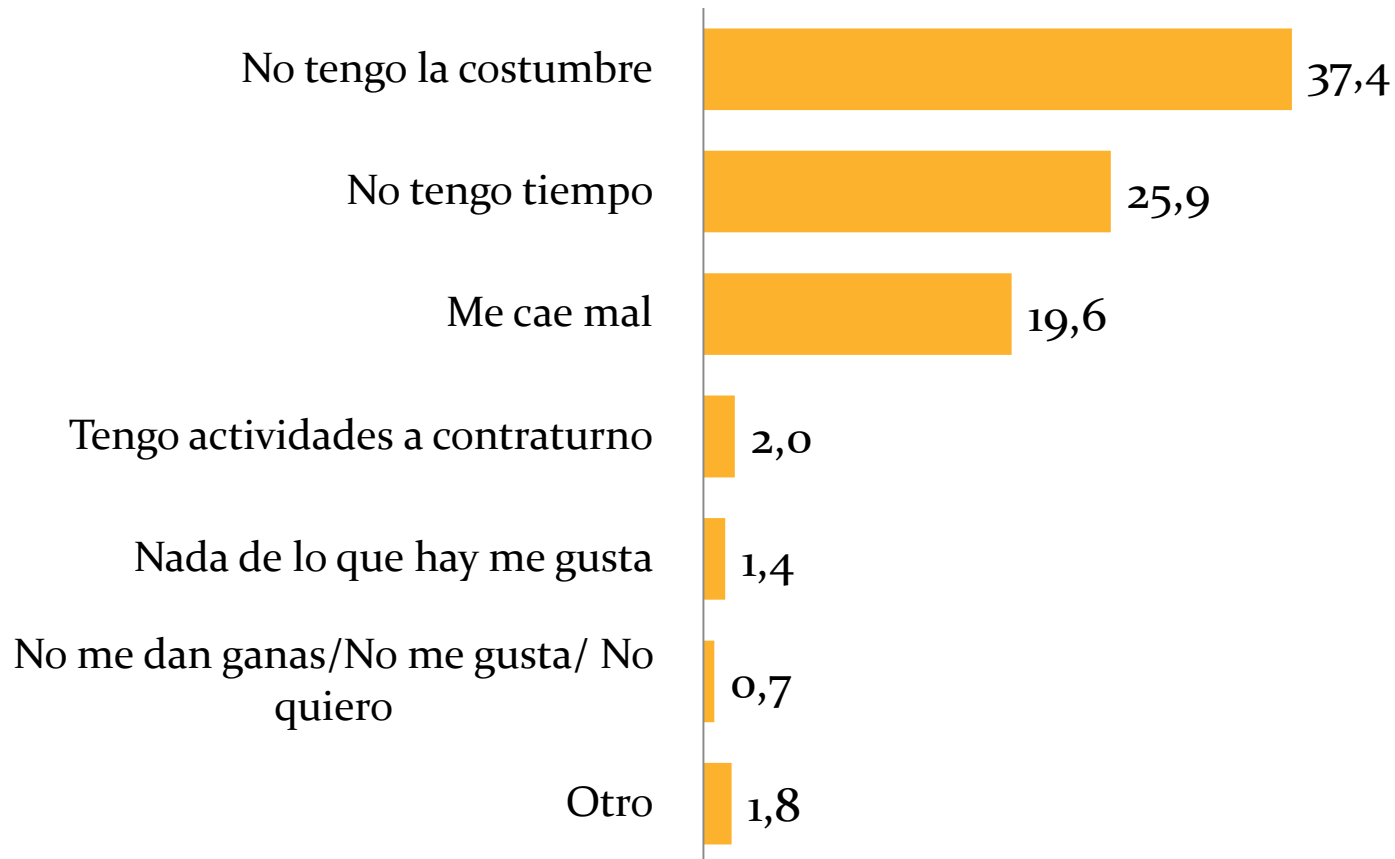


## Comidas principales y hábitos alimentarios

## Comparativa de la frecuencia de las comidas principales

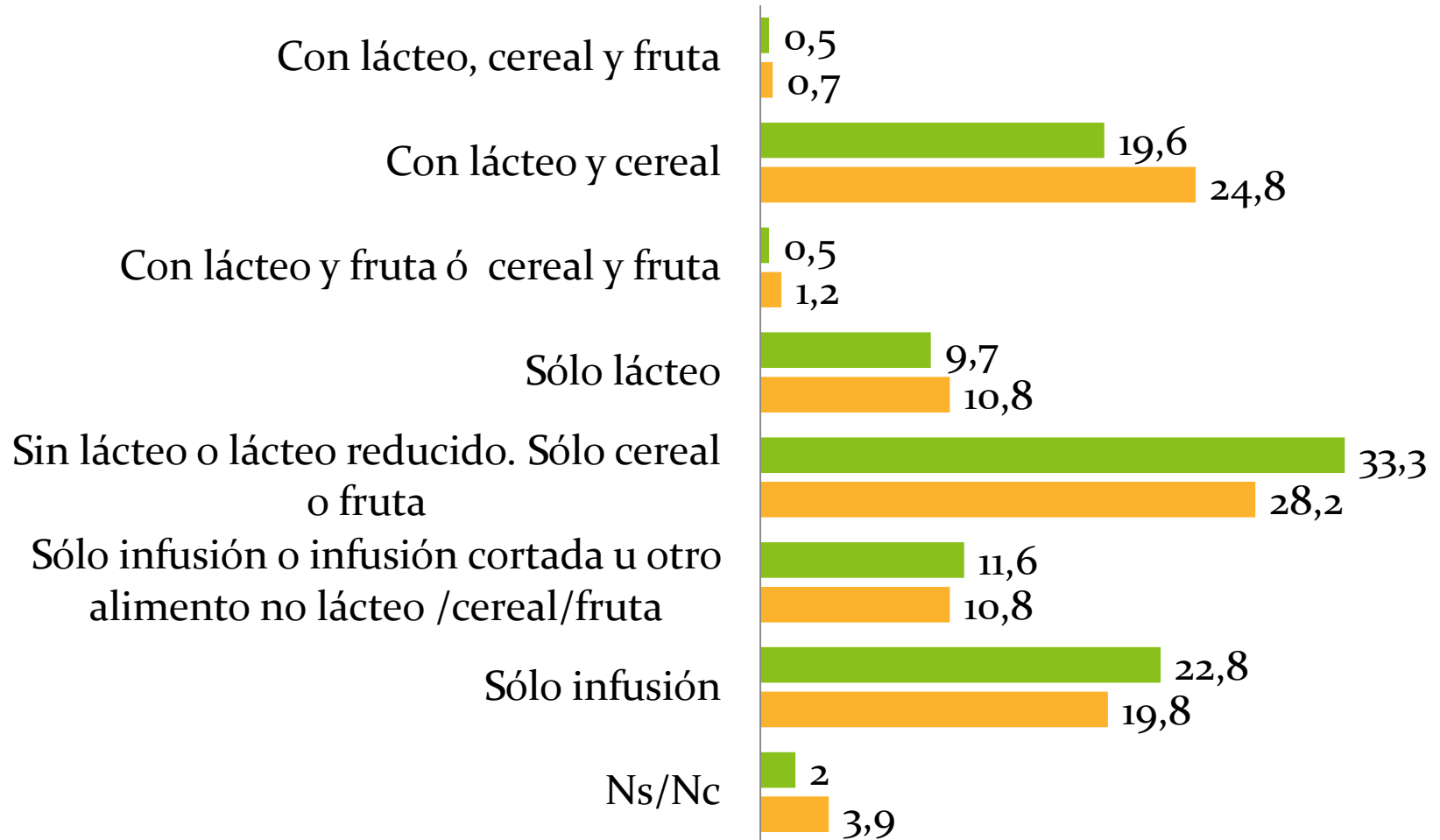


## Razones por las que no desayunás

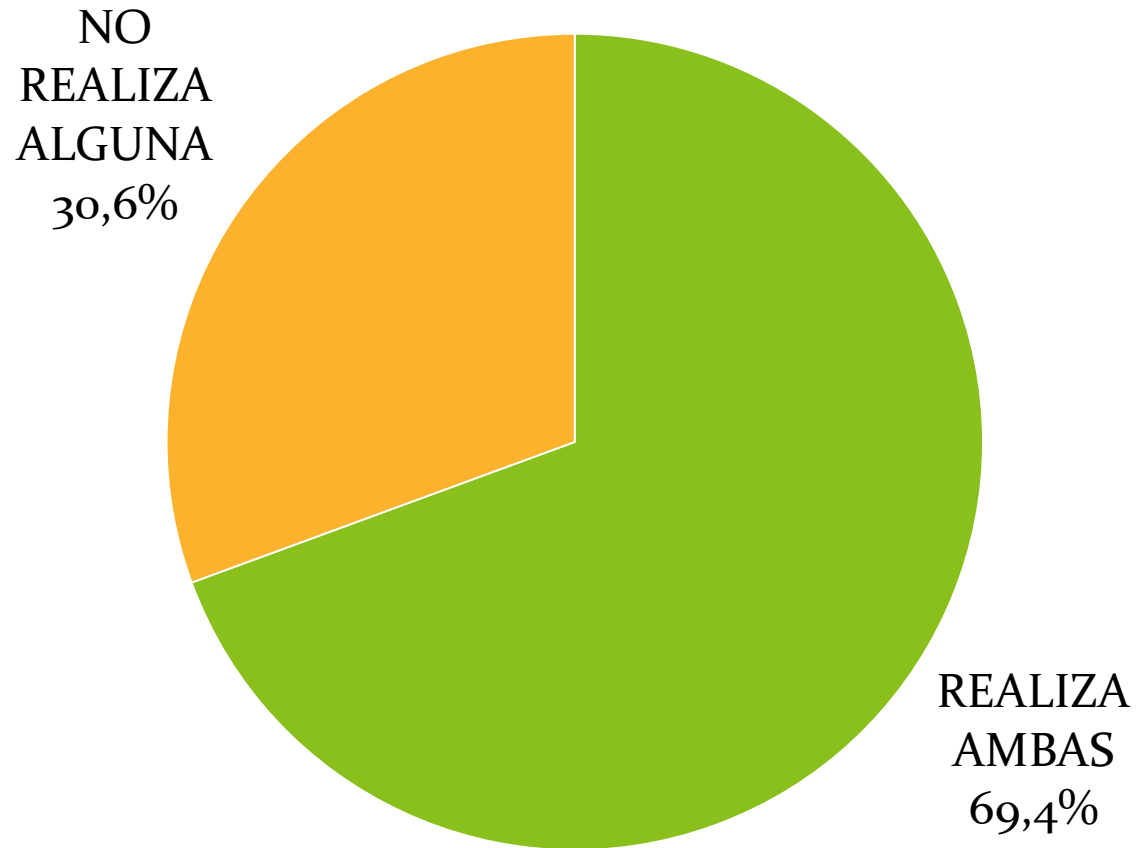


## Composición del desayuno y la merienda

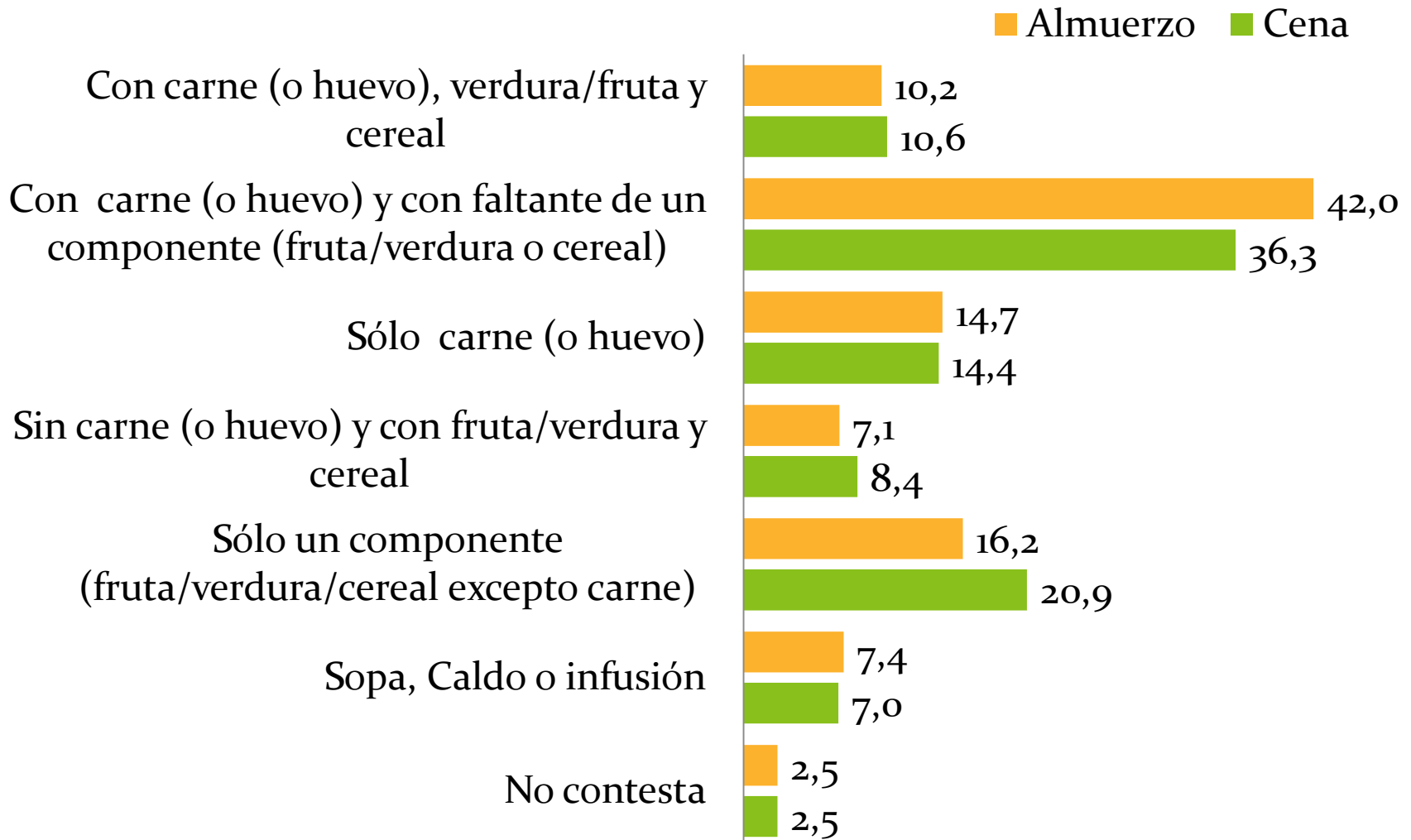
■ Desayuno ■ Merienda



## Realización de Almuerzo y Cena

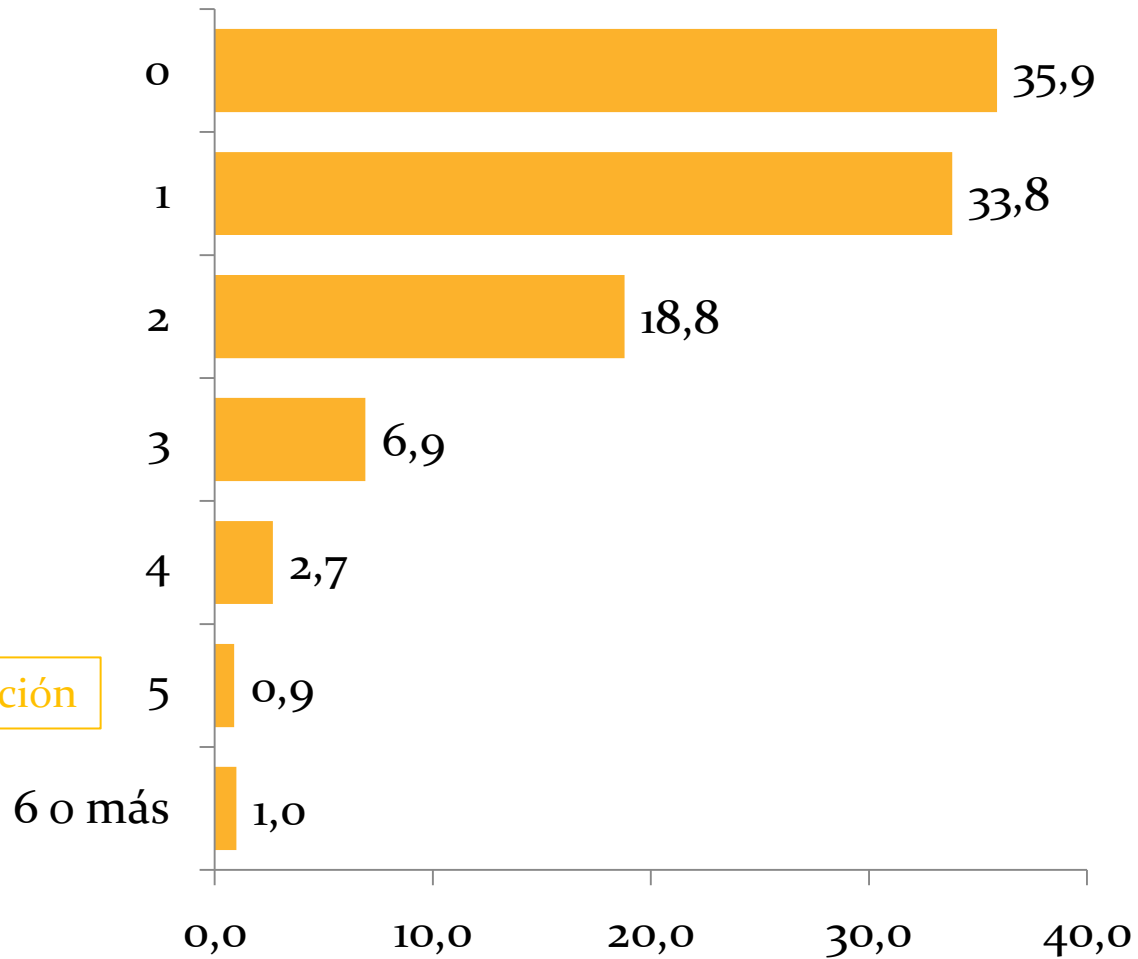


## Composición del almuerzo



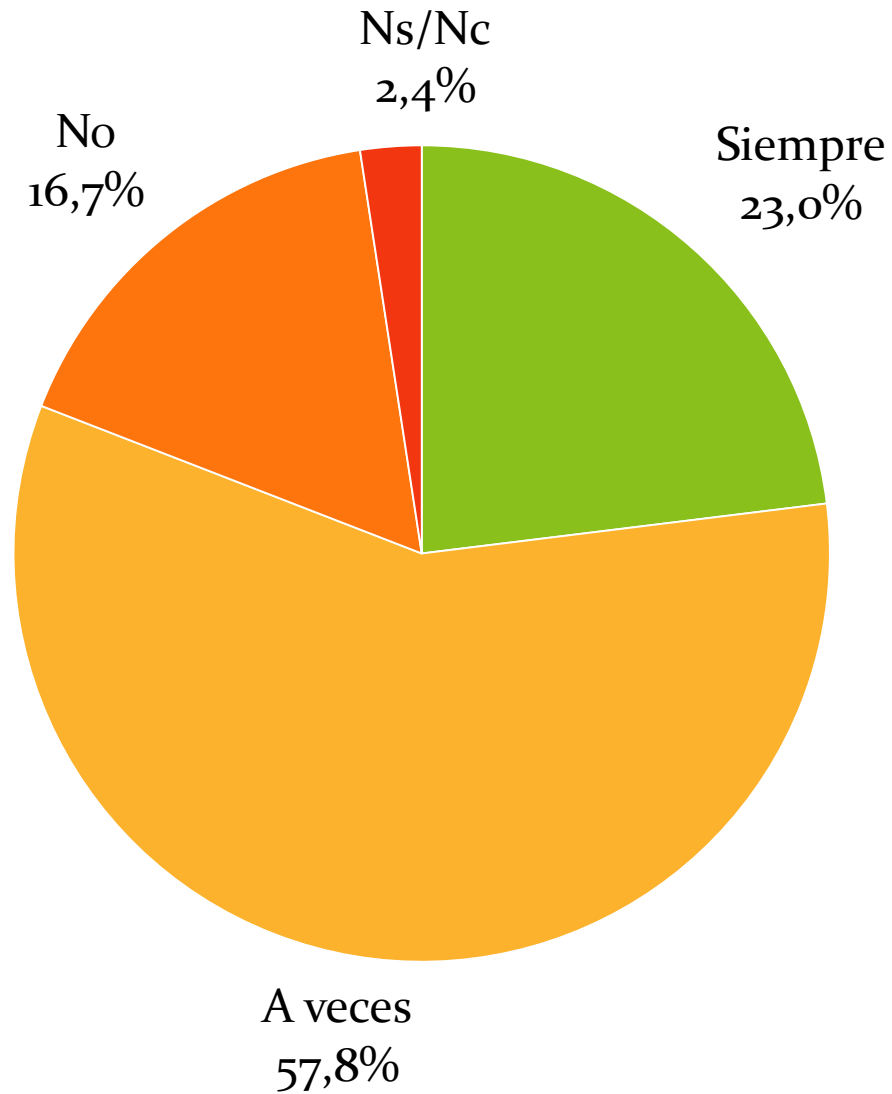
## Porciones de Frutas/Verduras al día

En base a recordatorio comida del día anterior

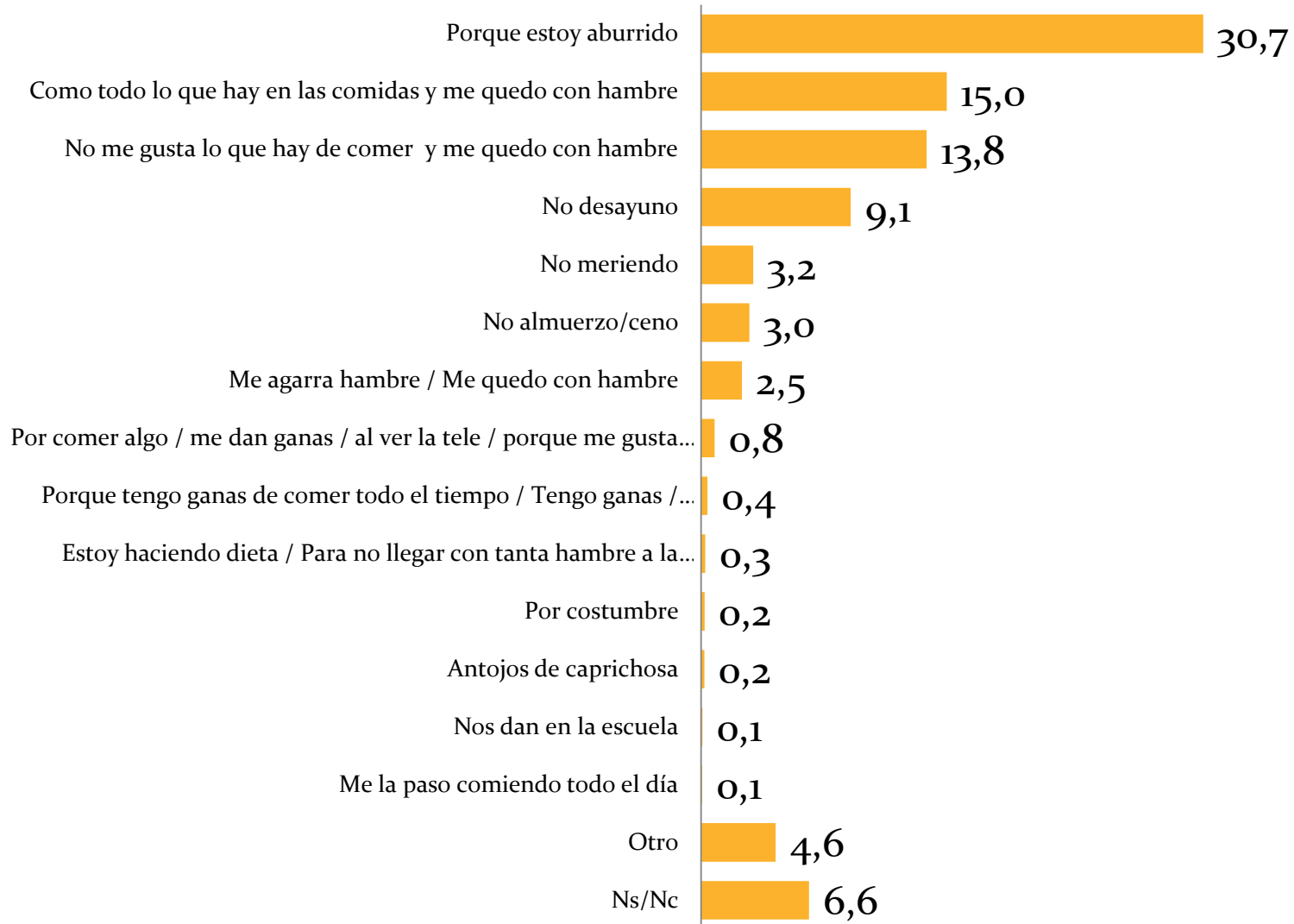


Recomendación

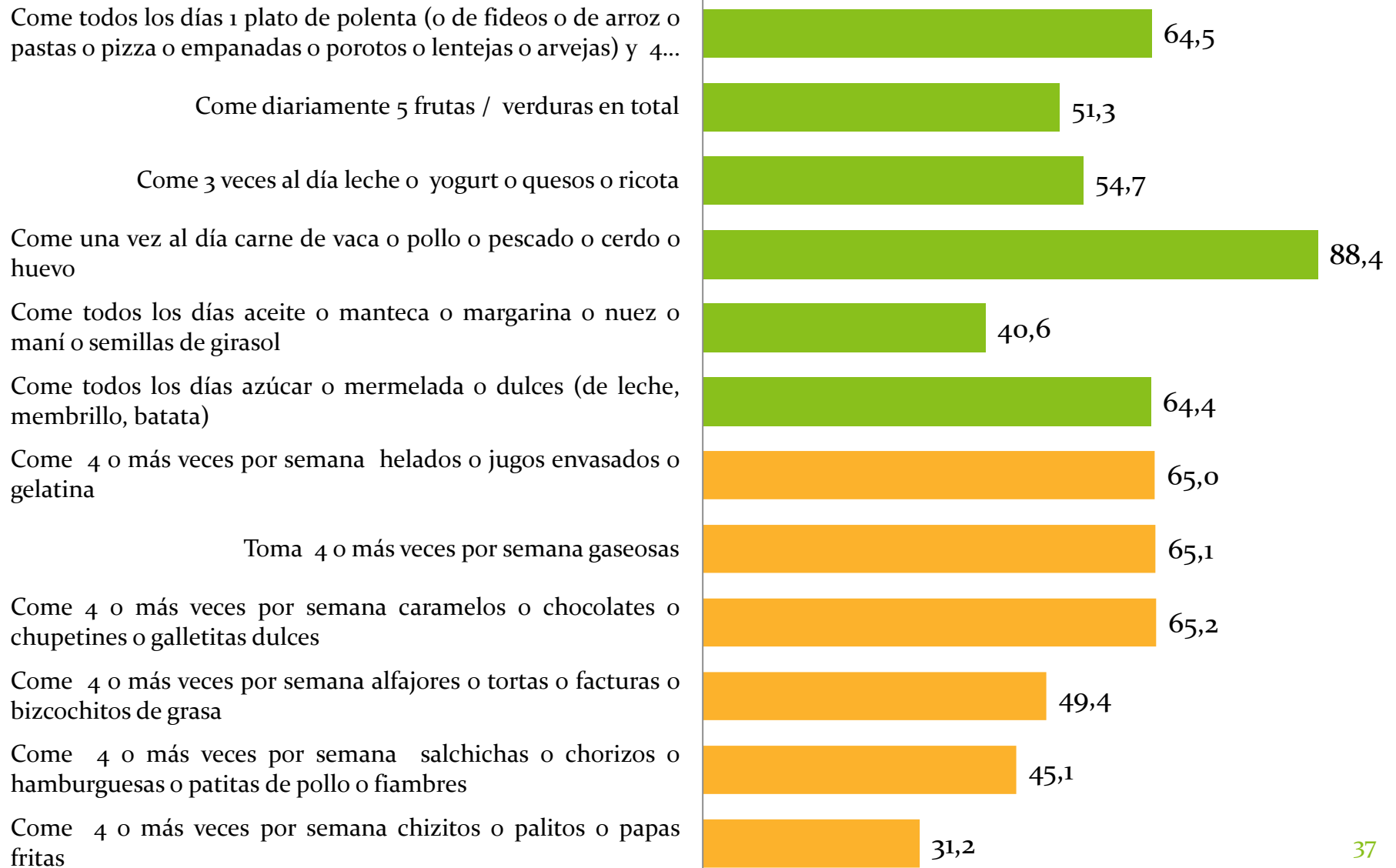
## ¿Comés entre comidas?



## ¿Porqué comés entre comidas?



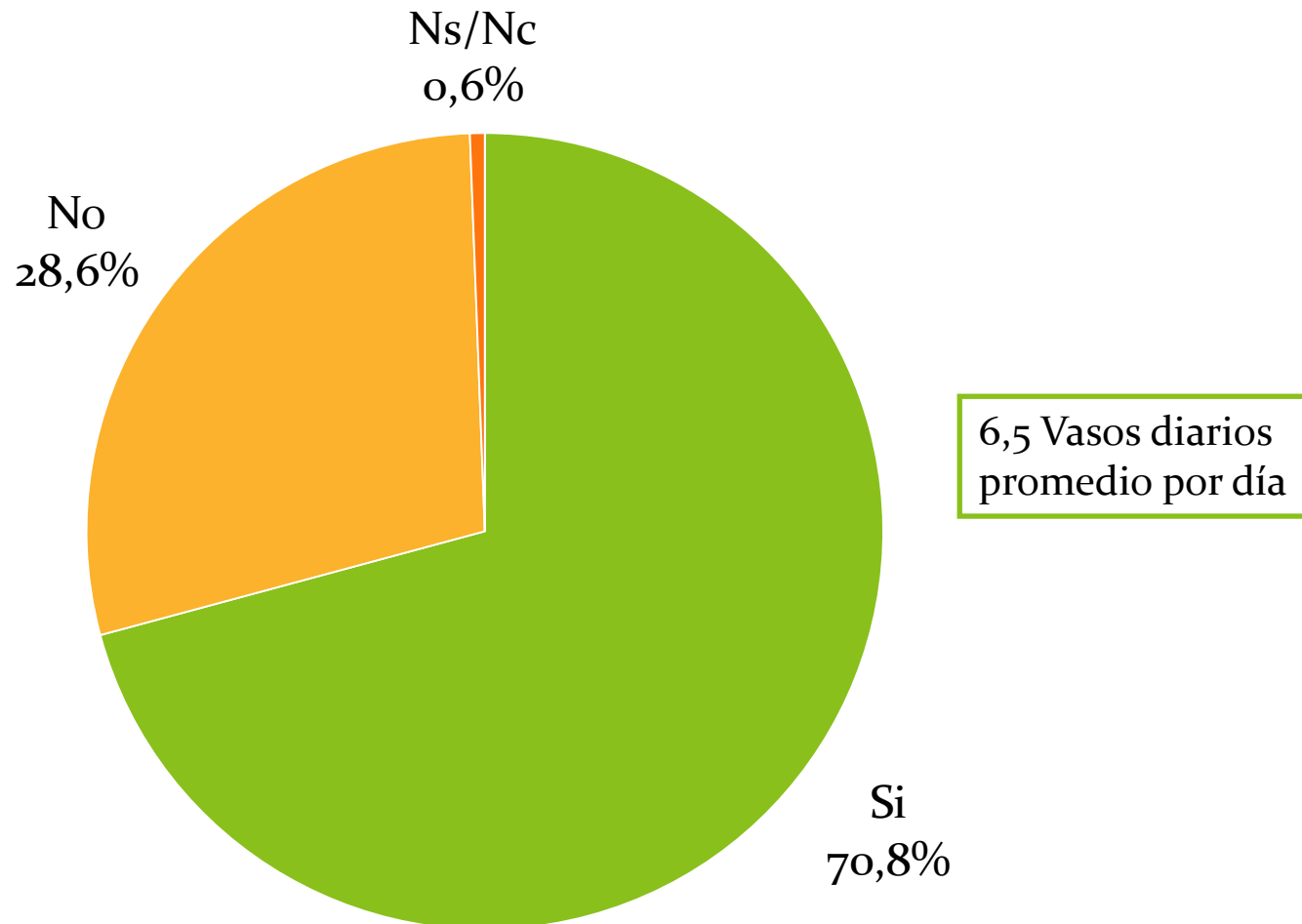
## Frecuencia de consumo semanal



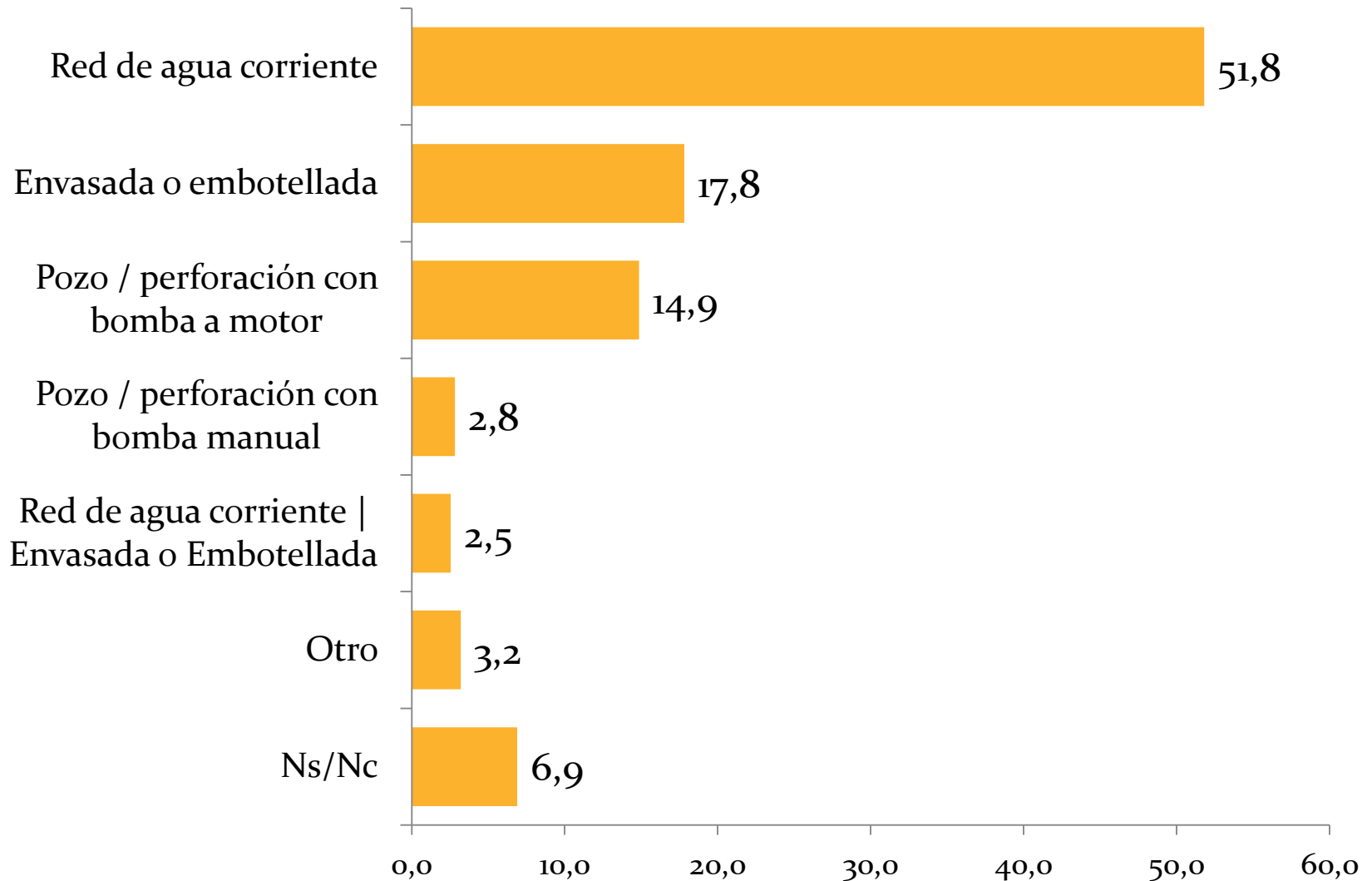


## Consumo de Agua

## ¿Tomás agua todos los días?



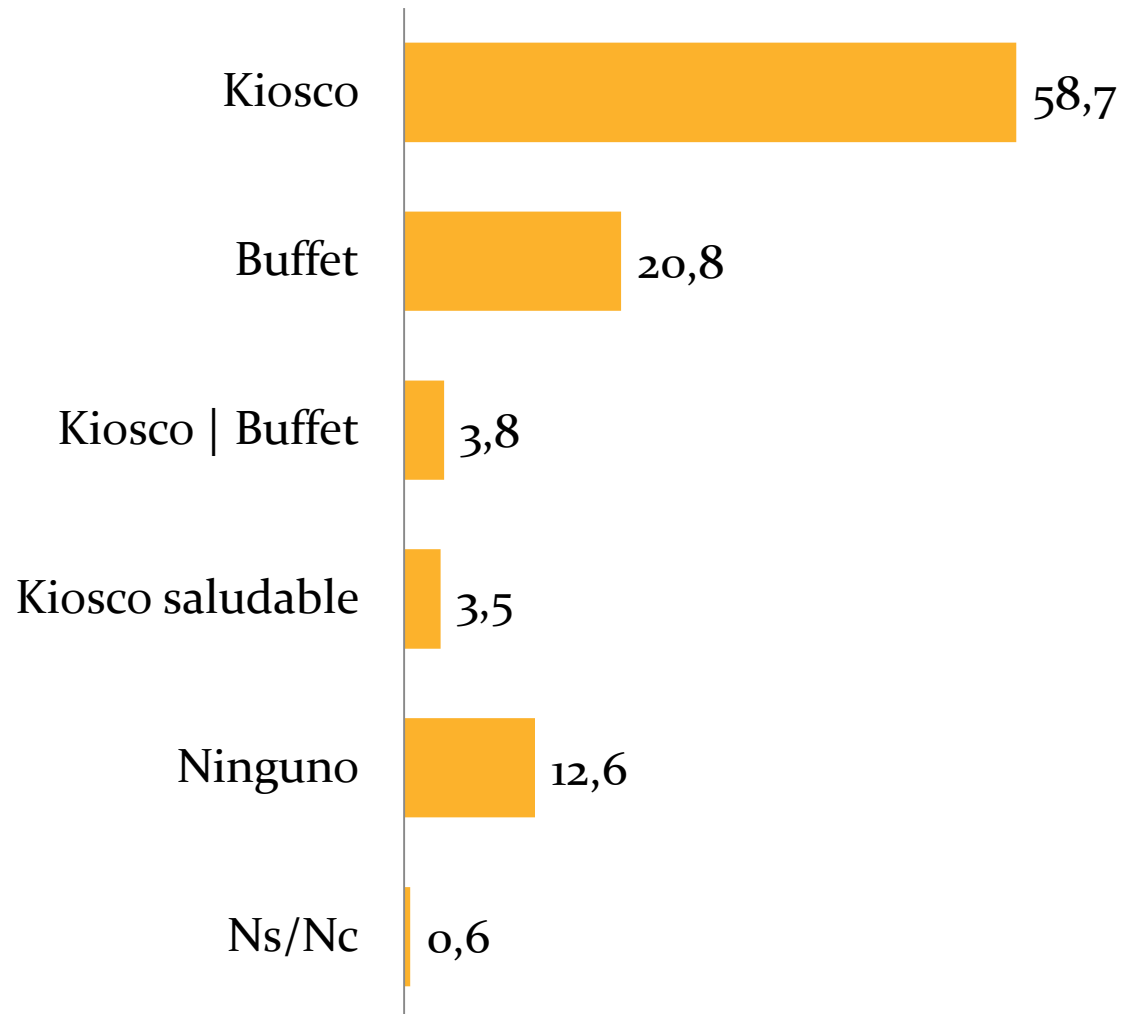
## ¿De dónde proviene el agua que consumís?



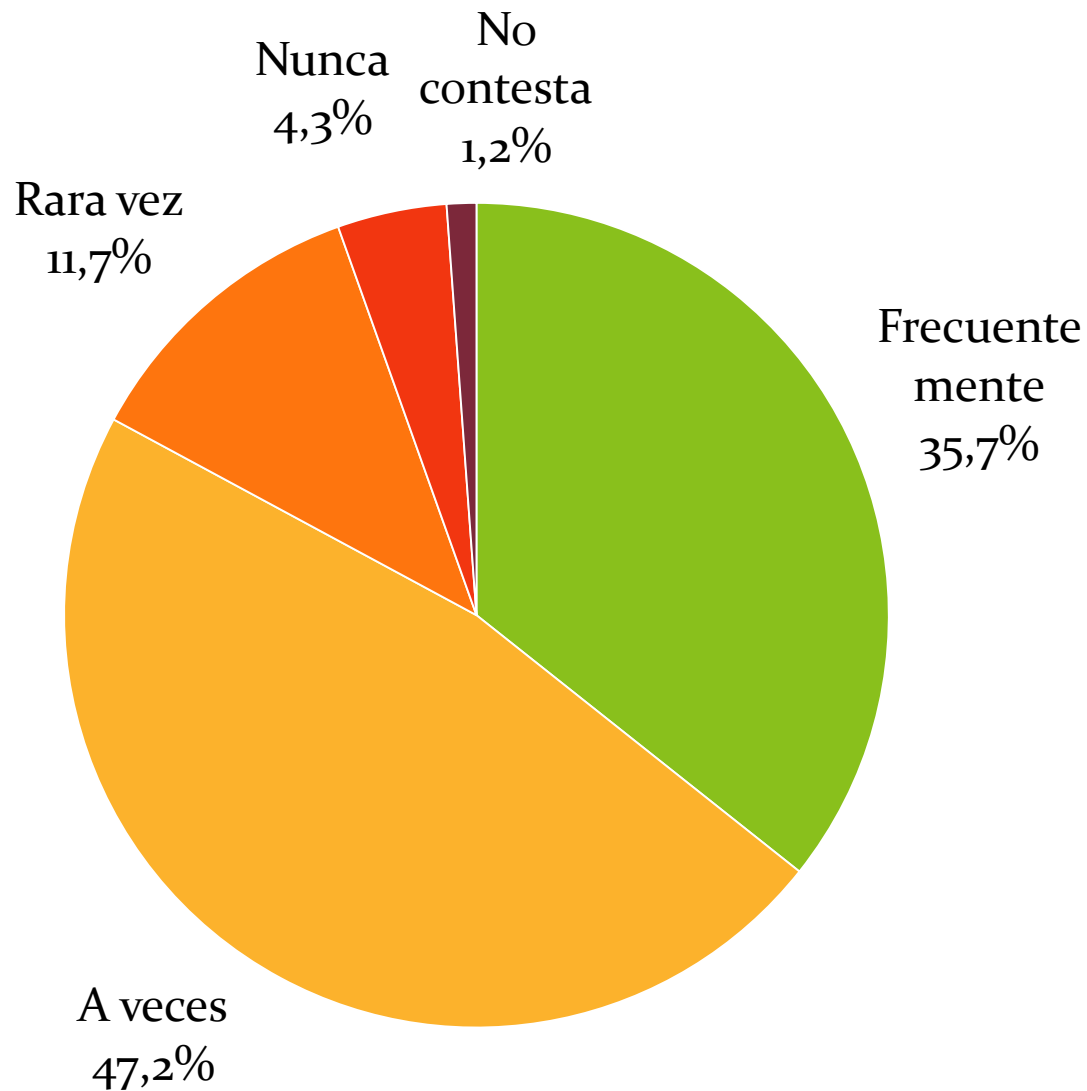


## Alimentación en la escuela

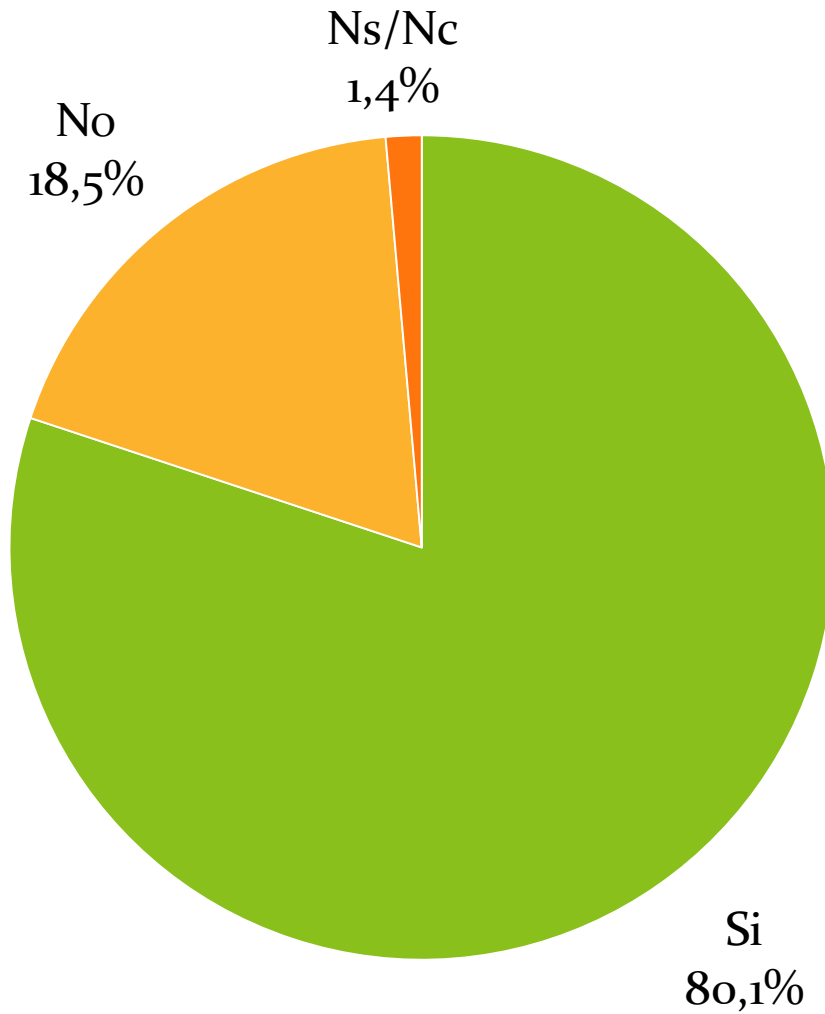
## Tipo de local de venta de alimentos existente en las escuelas



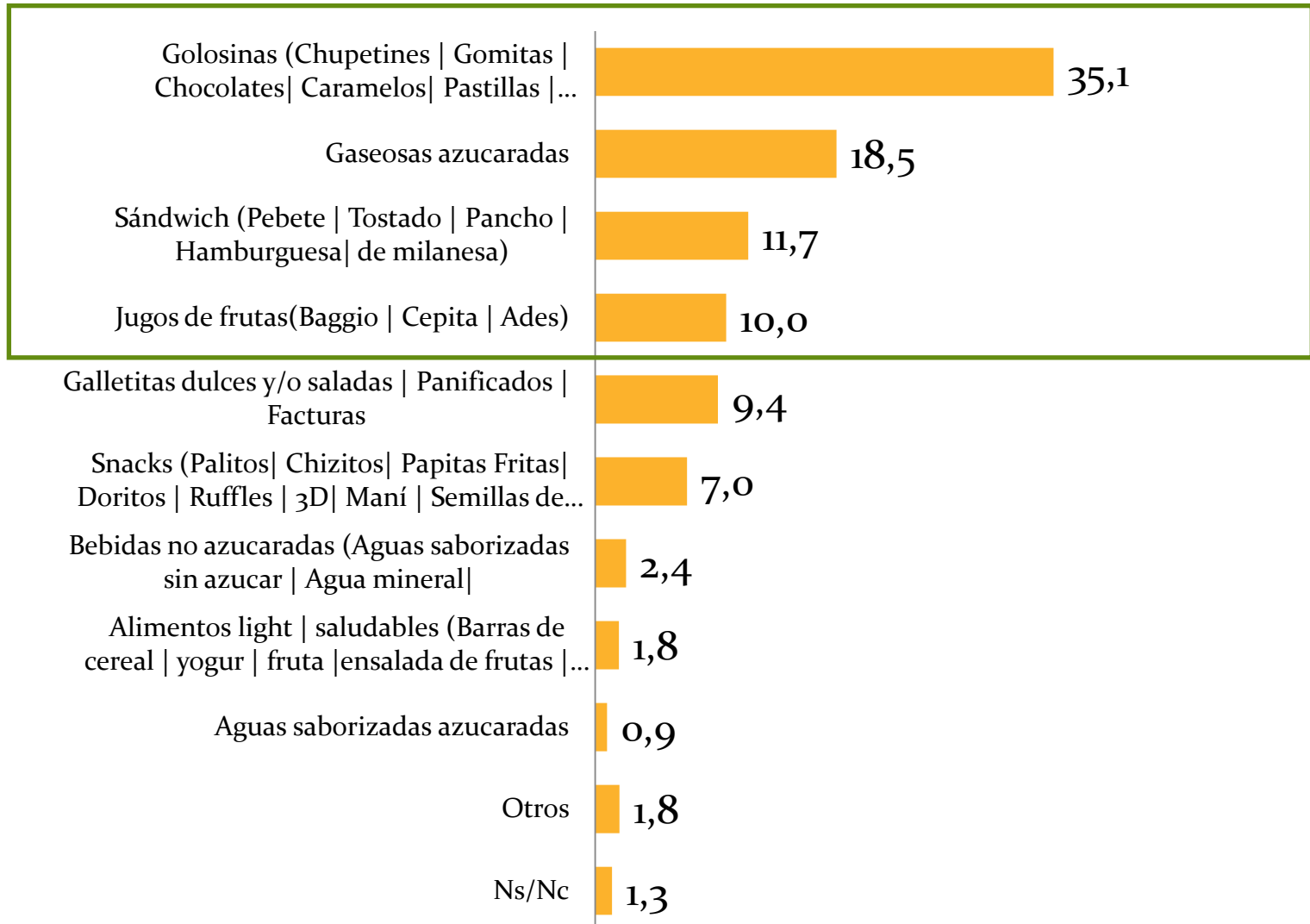
## ¿Comprás en el kiosco/buffet de la escuela?



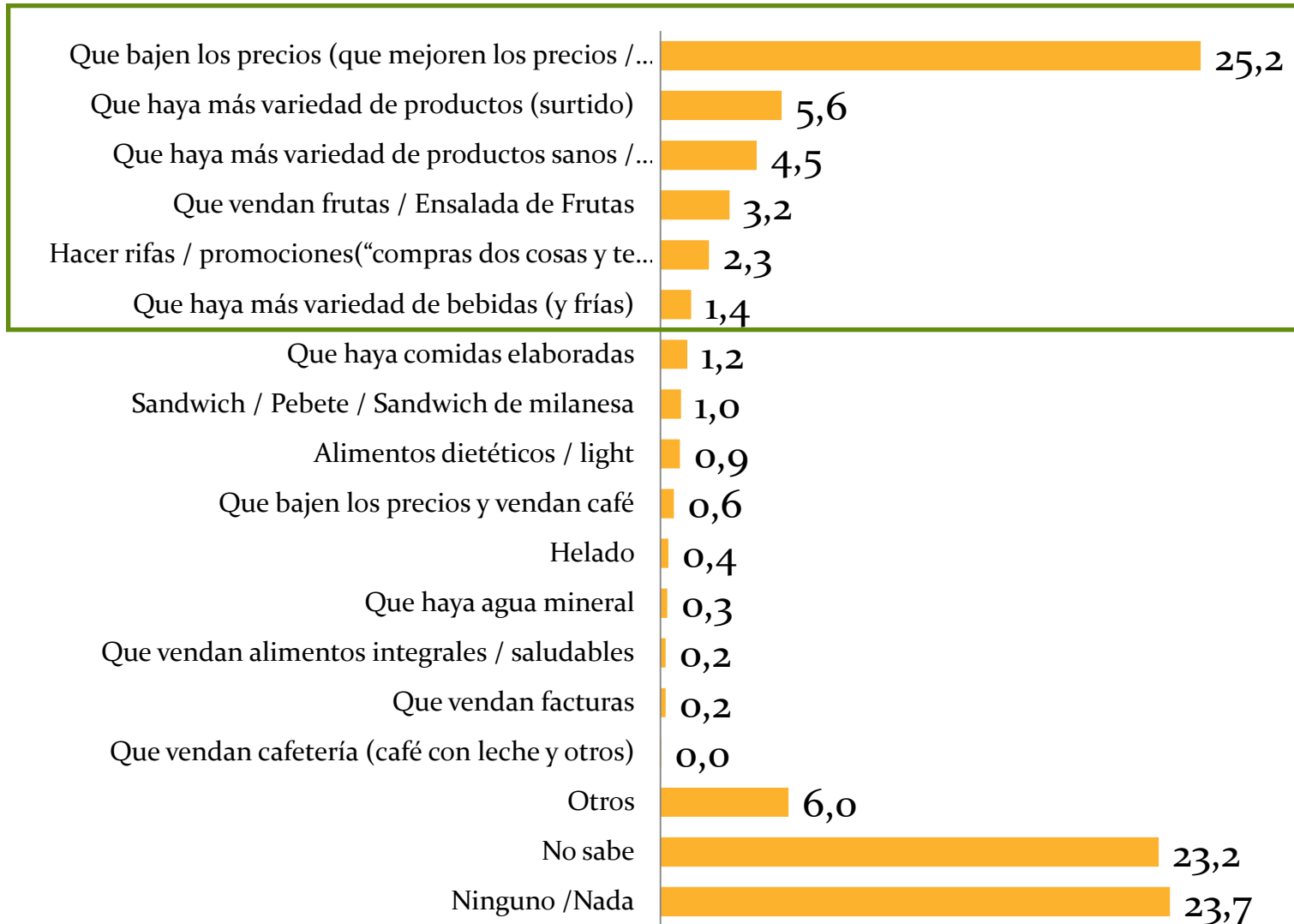
## ¿Estás conforme con lo que venden en el kiosco/buffet?



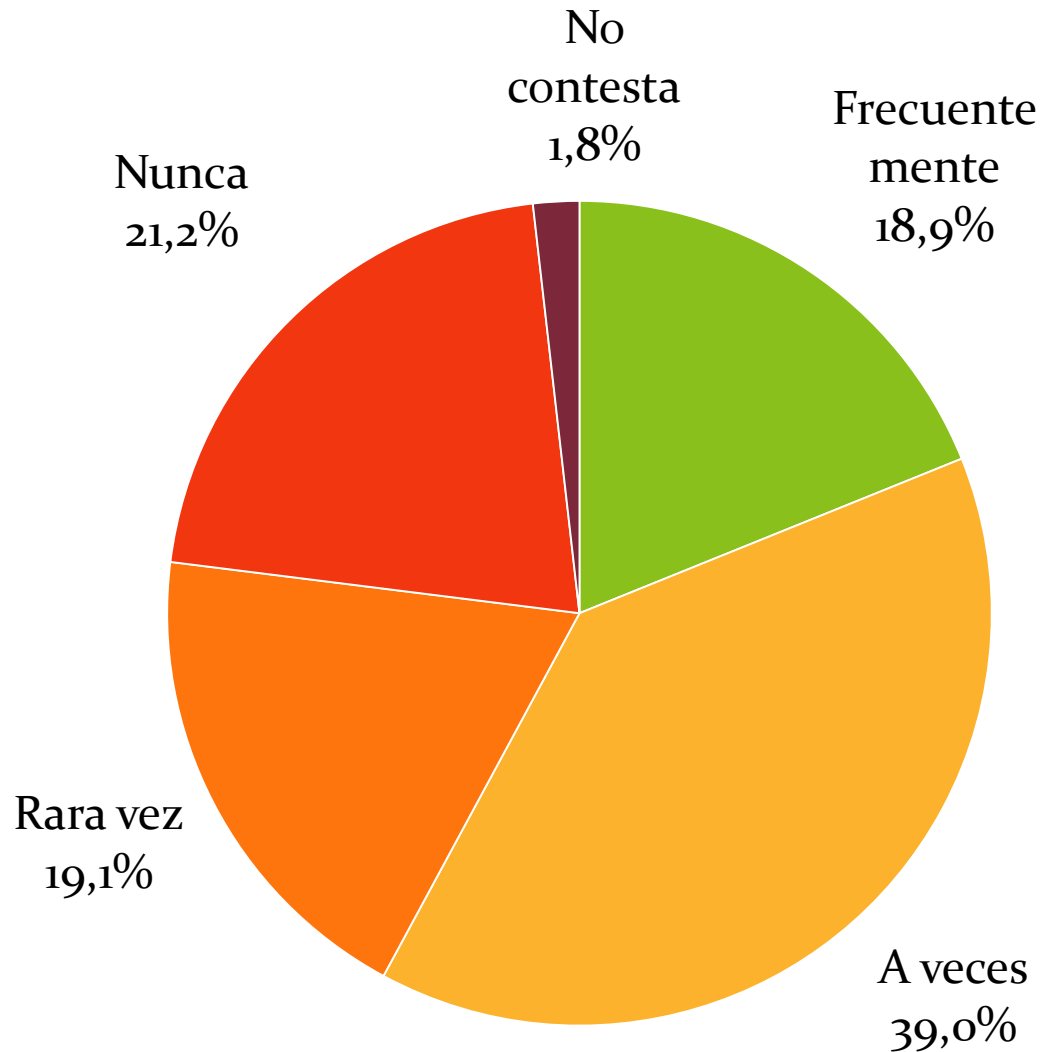
## ¿Qué alimentos comprás en la escuela?



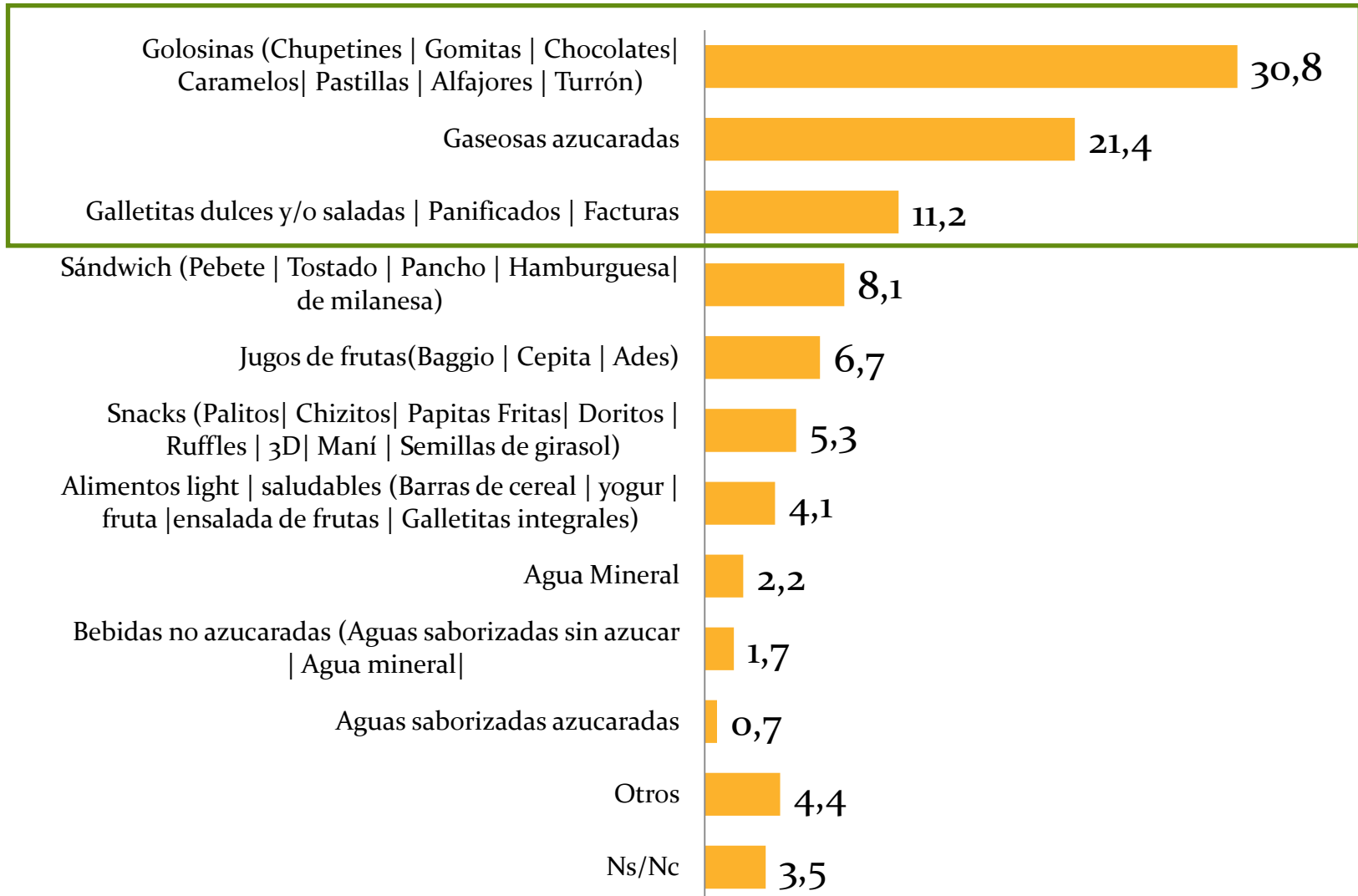
## ¿Qué sugerirías para mejorar la oferta de los productos del kiosco/buffet de la escuela?



## ¿Comprás alimentos en kioscos/almacenes cercanos a la escuela?



## ¿Cuáles son los alimentos que comprás más frecuentemente fuera de la escuela?

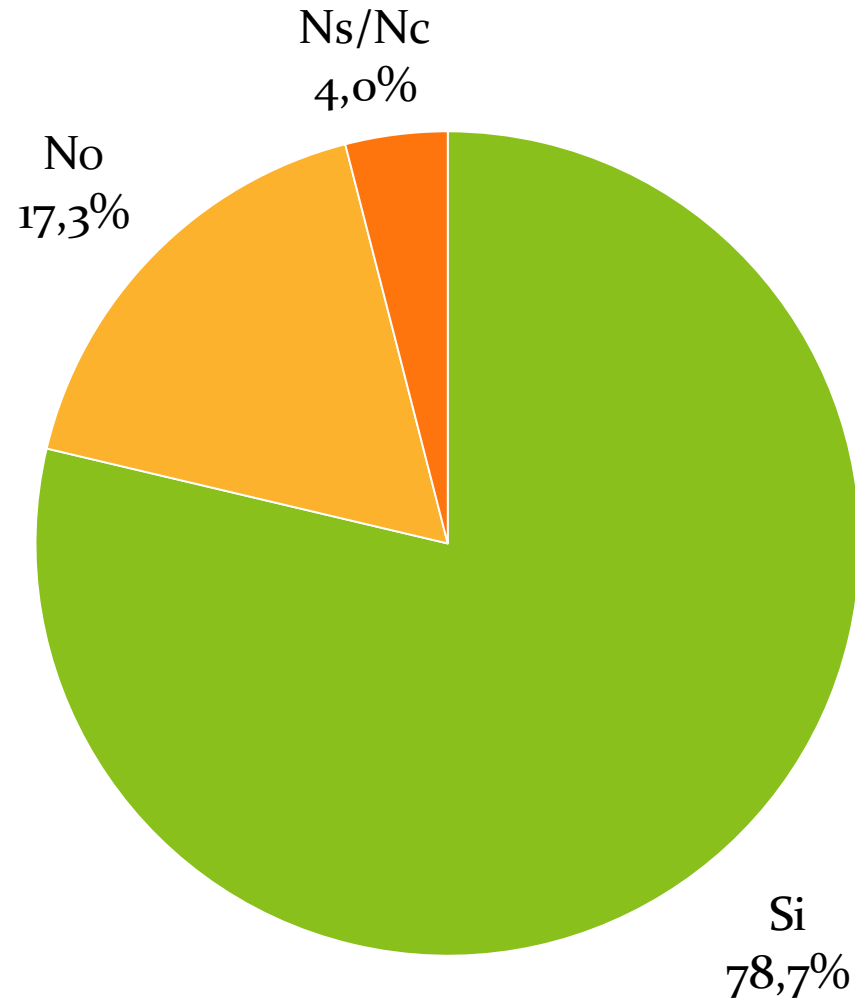




## Servicio Alimentario Escolar

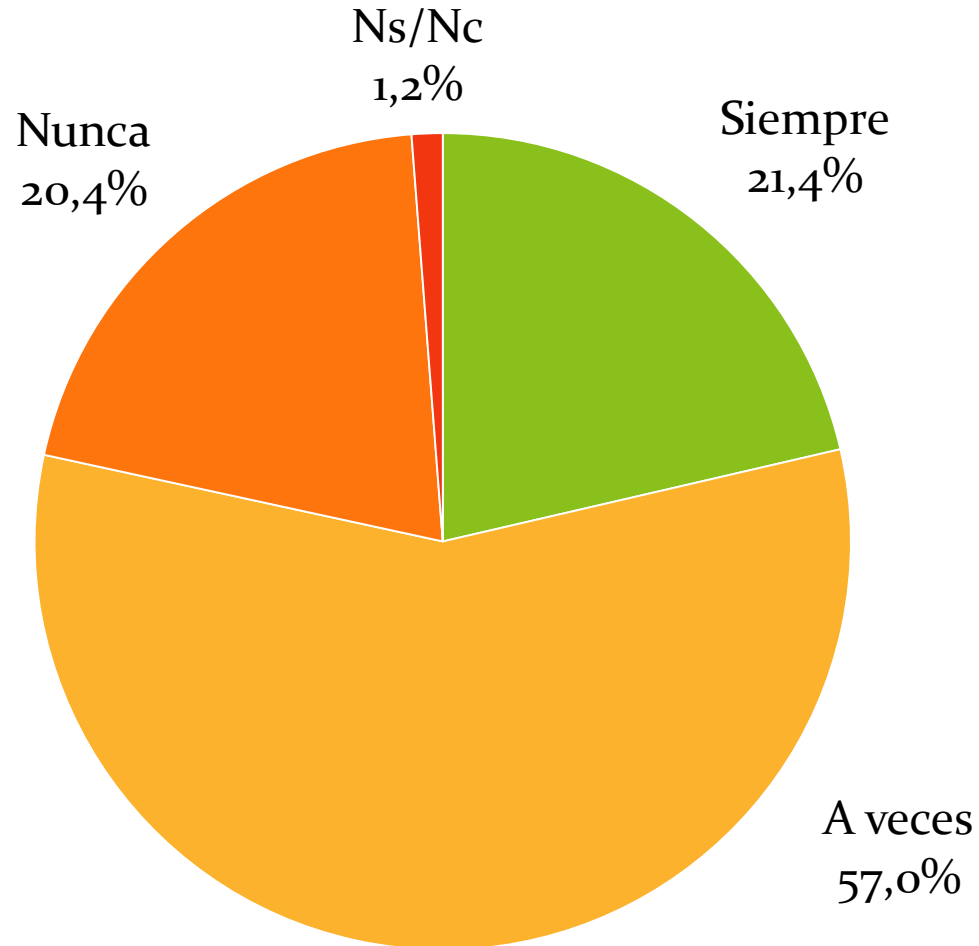
## Tu escuela ¿ofrece comidas / alimentos todos los días?

*Sobre los que tienen Servicio de SAE*



## ¿Consumís la comida que brinda la escuela?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*



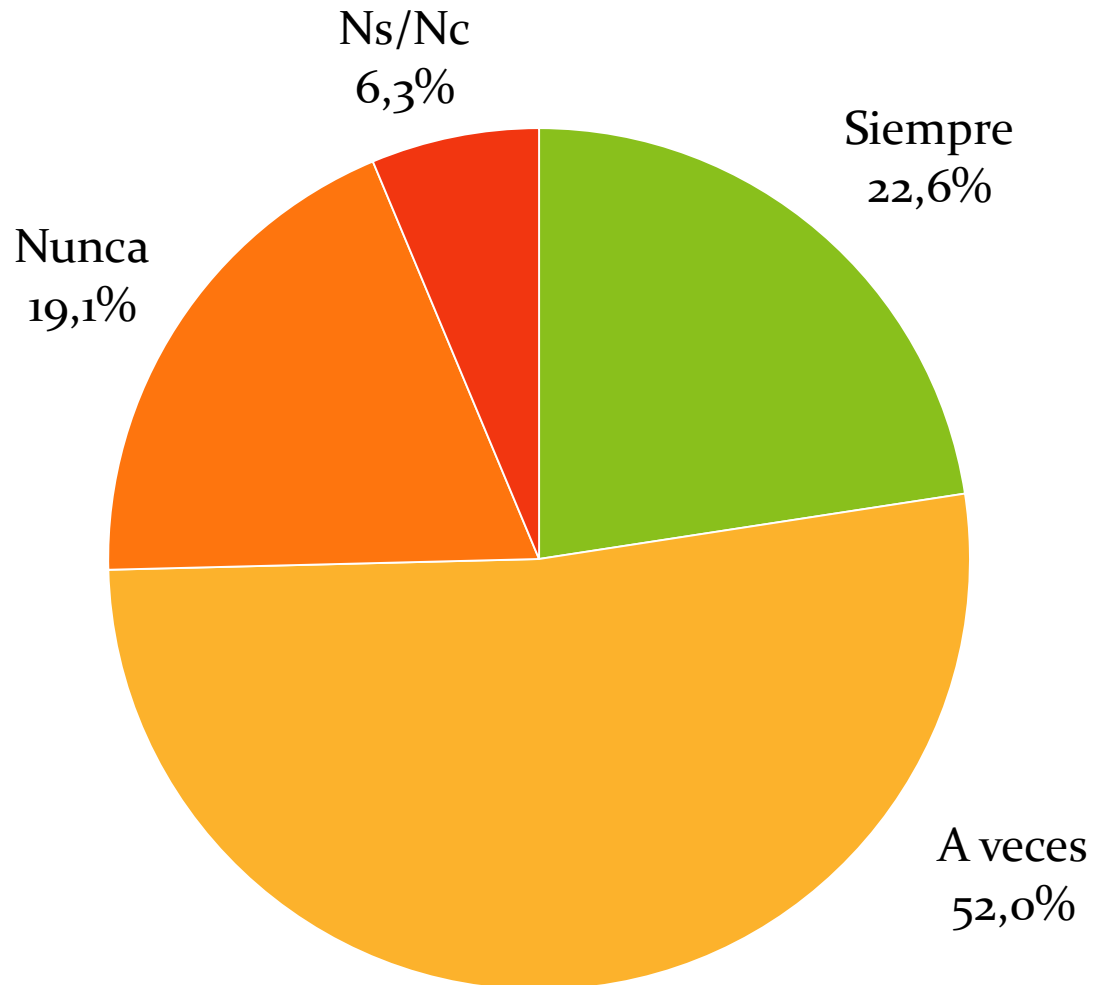
## ¿Por qué no consumís la comida que brinda la escuela?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*



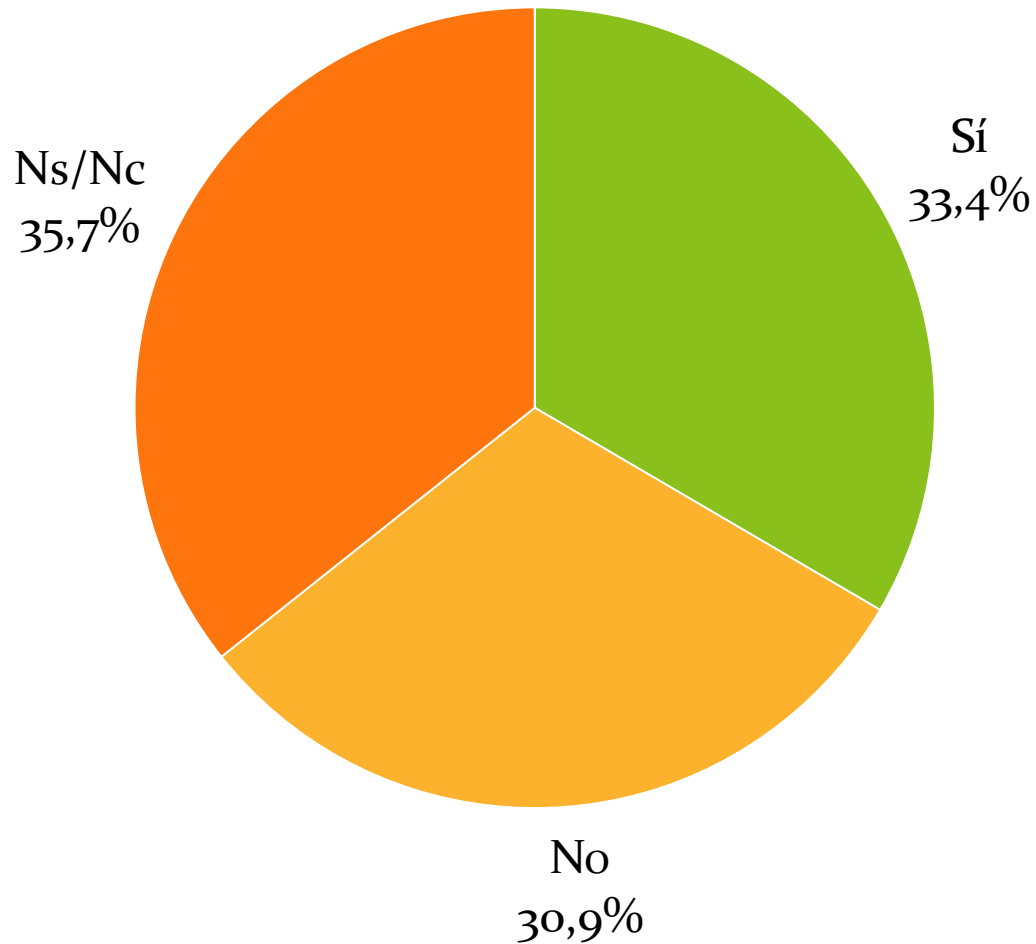
## ¿Creés que la escuela ofrece variedad de comidas?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*



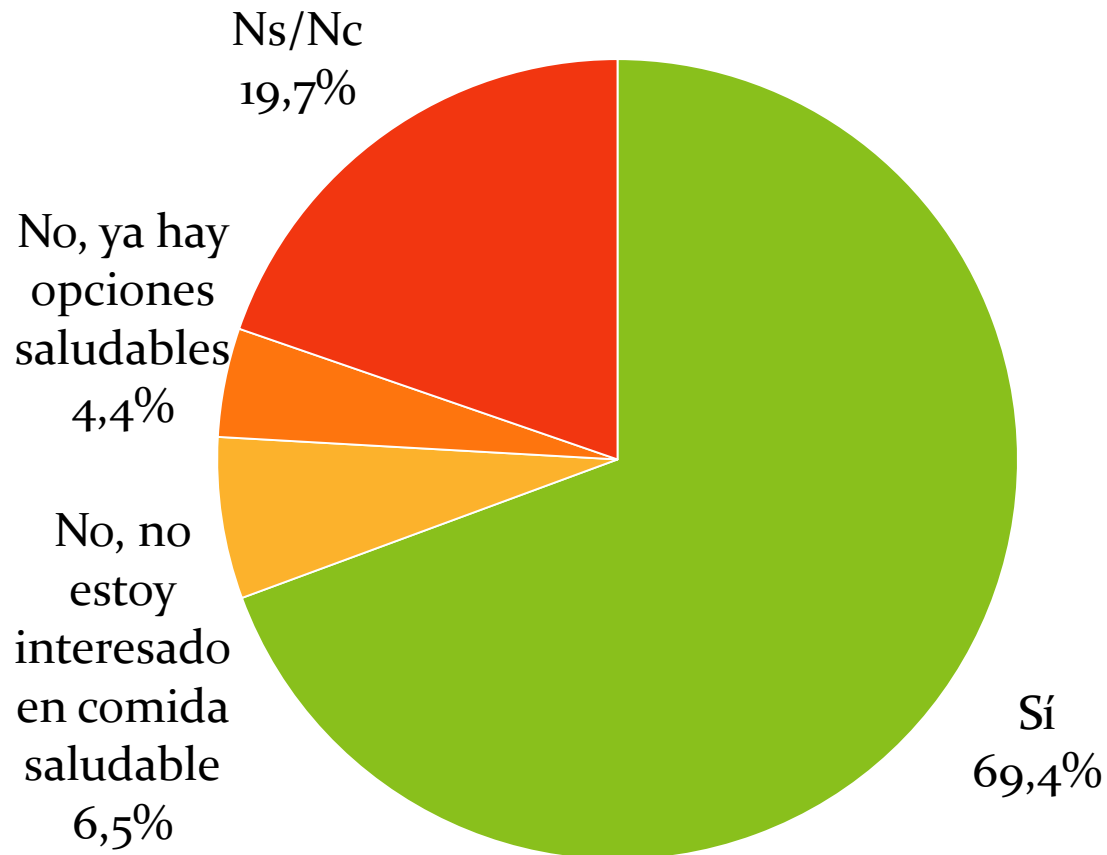
## ¿Creés que las opciones de comida que ofrece la escuela son saludables?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*



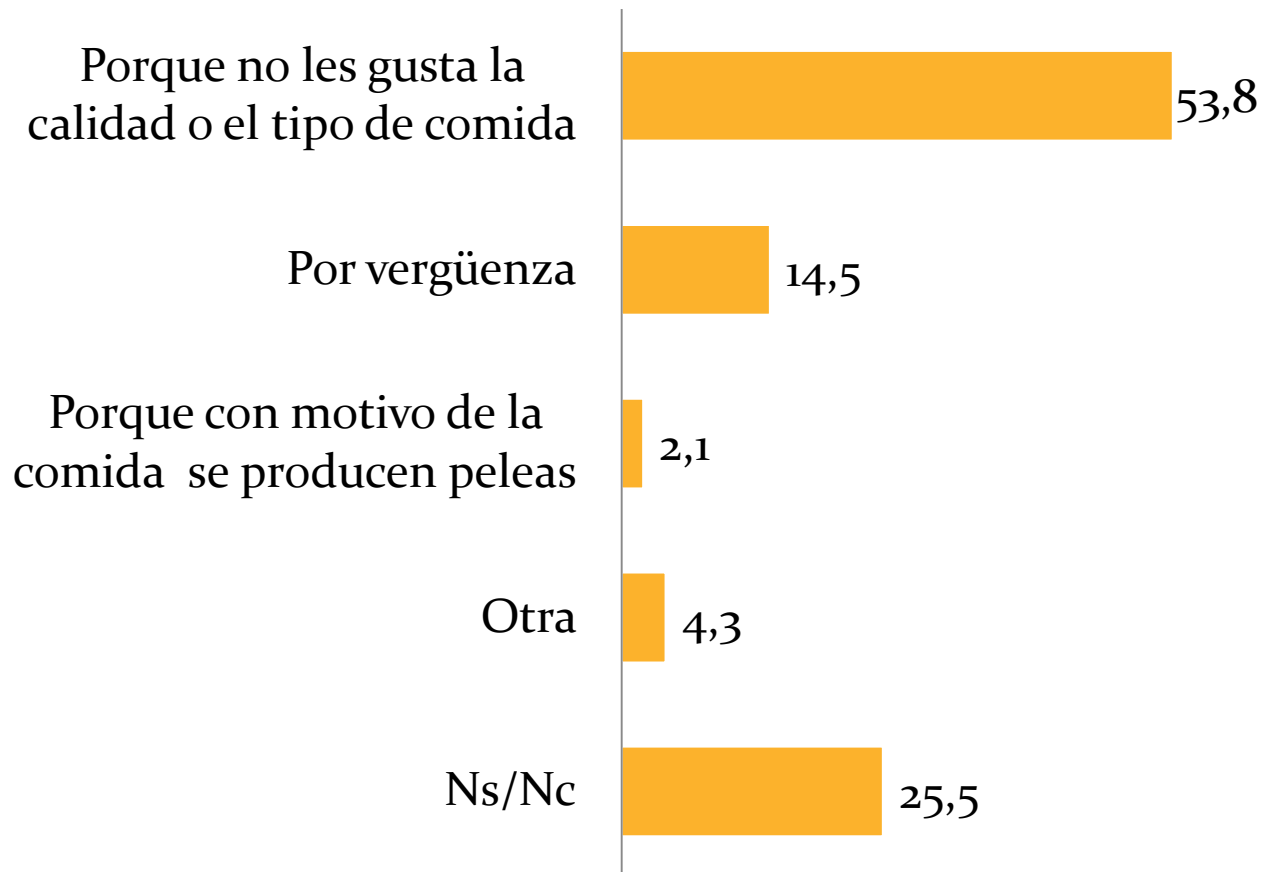
## ¿Te gustaría que haya más opciones saludables de comidas en la escuela?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*



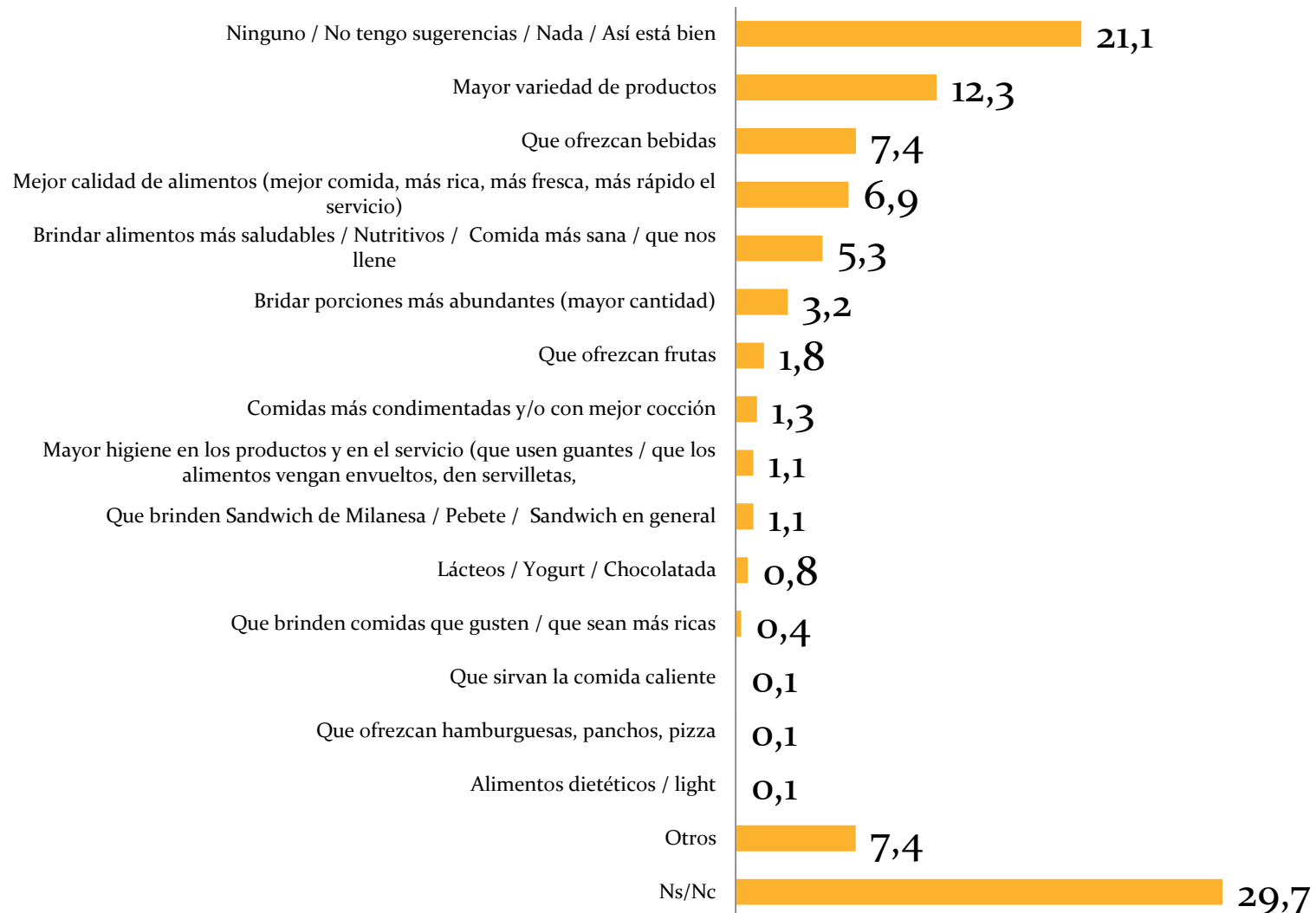
## ¿Cuál creés que es la principal razón por la que algunos compañeros pueden no querer comer la comida que ofrece la escuela?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*



# ¿Qué sugerencias podés hacer para mejorar la oferta alimentos que les brinda la escuela?

*Sobre las respuestas obtenidas en Escuelas con SAE*






## ¿En qué cambia tu alimentación cuando no vas a la Escuela?





# ACTIVIDAD FÍSICA y DEPORTE

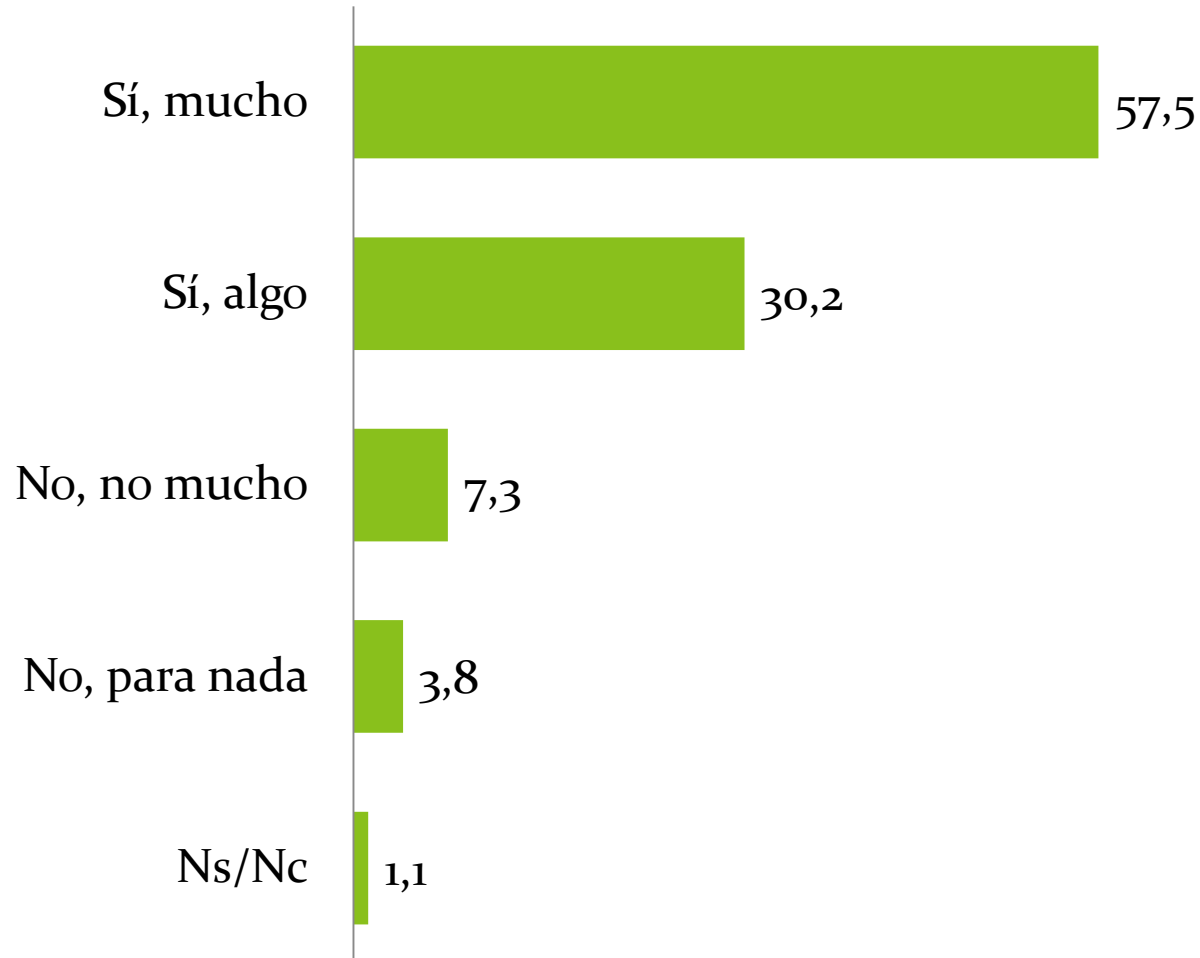
# ACTIVIDAD FÍSICA y DEPORTE

-  Percepciones sobre Deporte y Actividad Física
-  Deporte | Actividad Física fuera de la escuela
-  Deporte | Actividad Física dentro de la escuela



## Percepciones sobre Deporte y Actividad Física

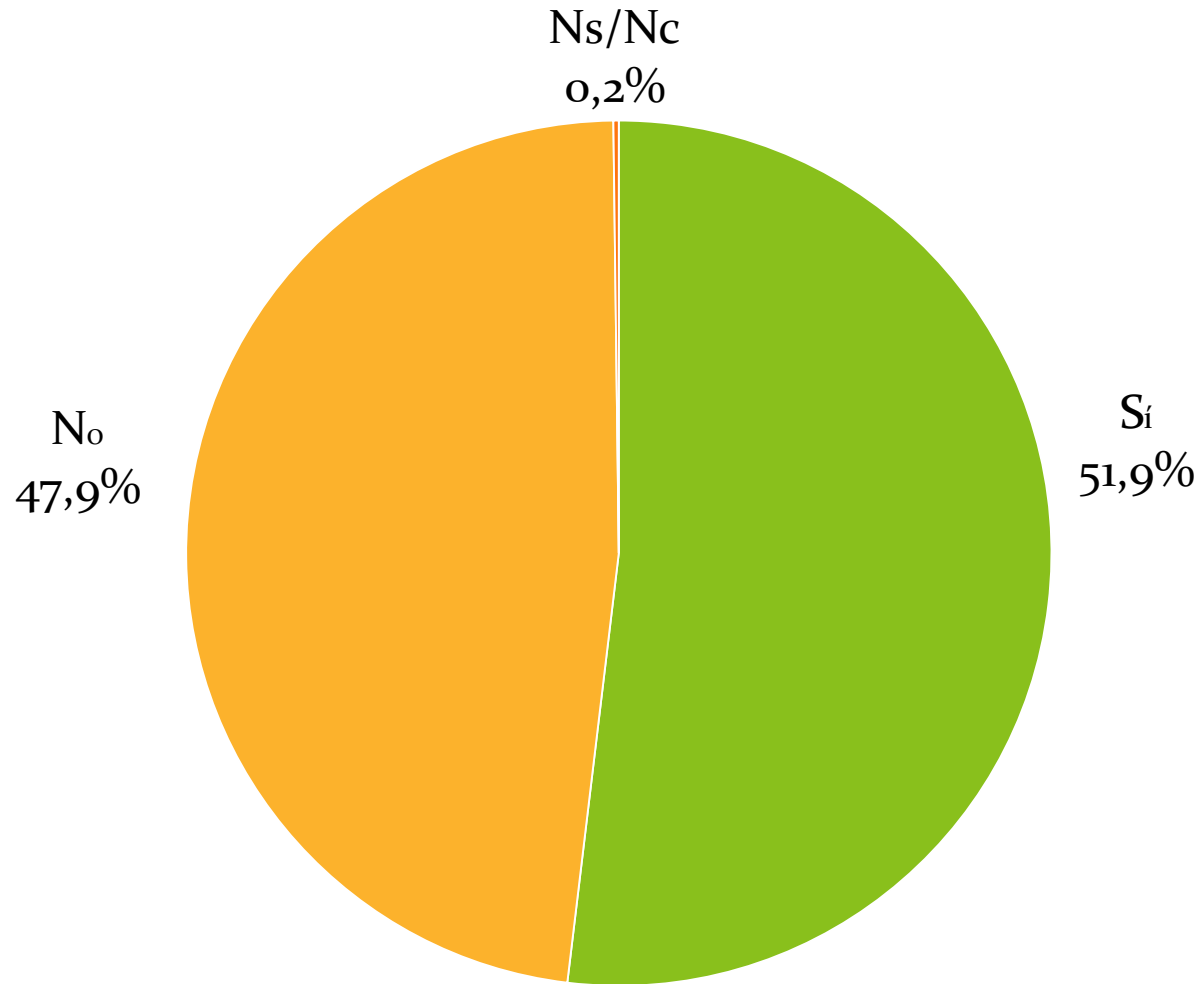
## ¿Disfrutás de hacer actividades físicas y/o deporte?



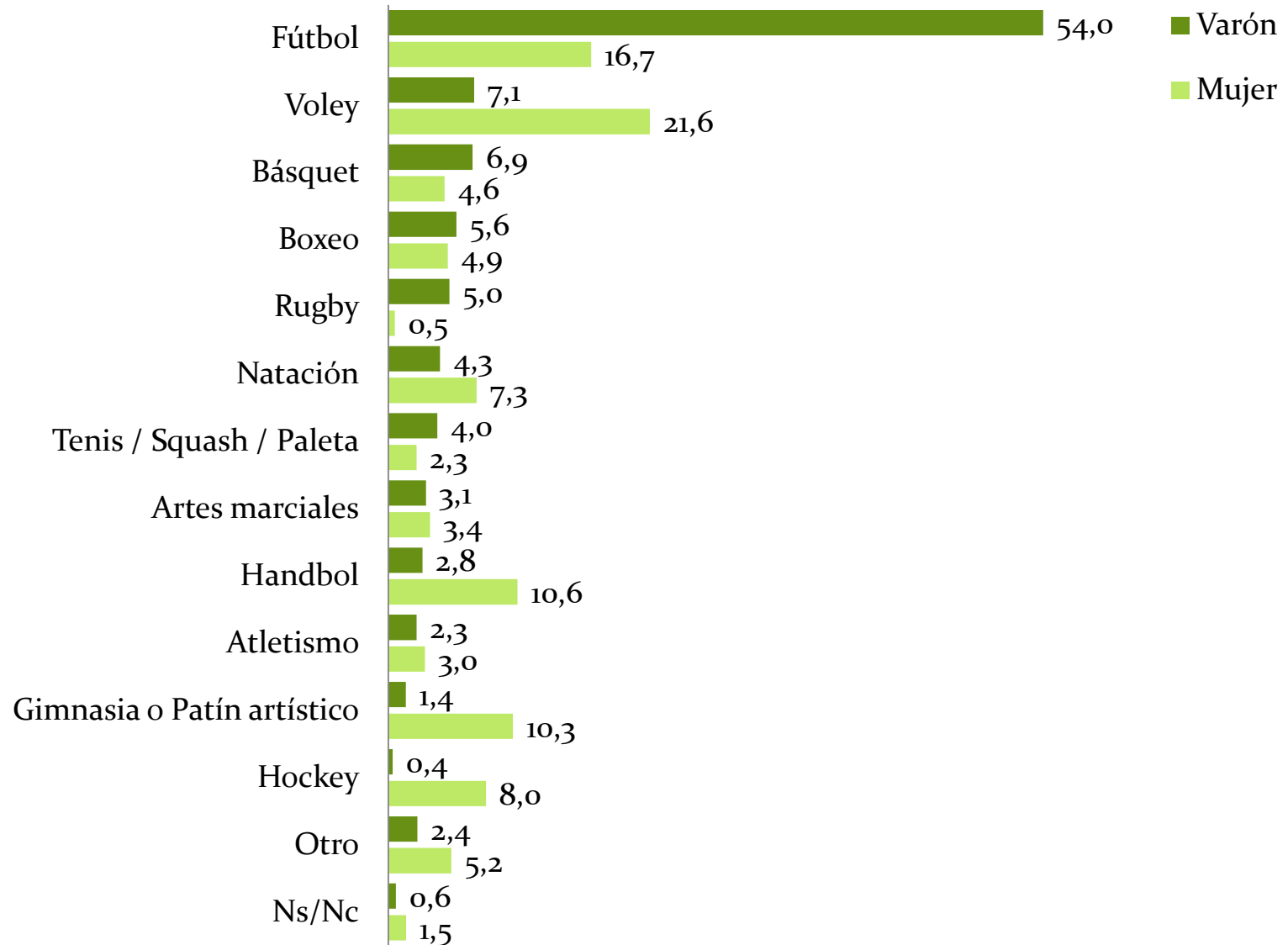


Deporte | *Actividad Física fuera de la Escuela*

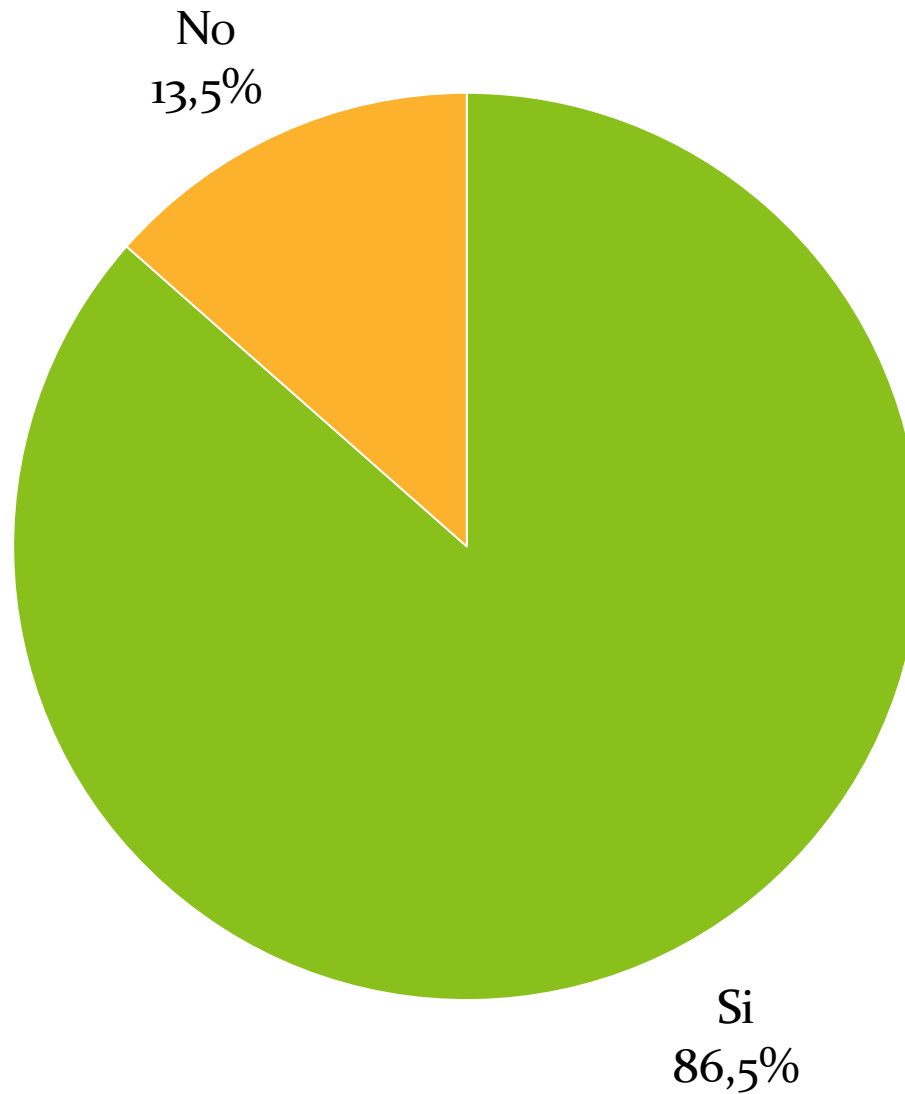
## ¿Realizás actualmente algún deporte fuera de la escuela?



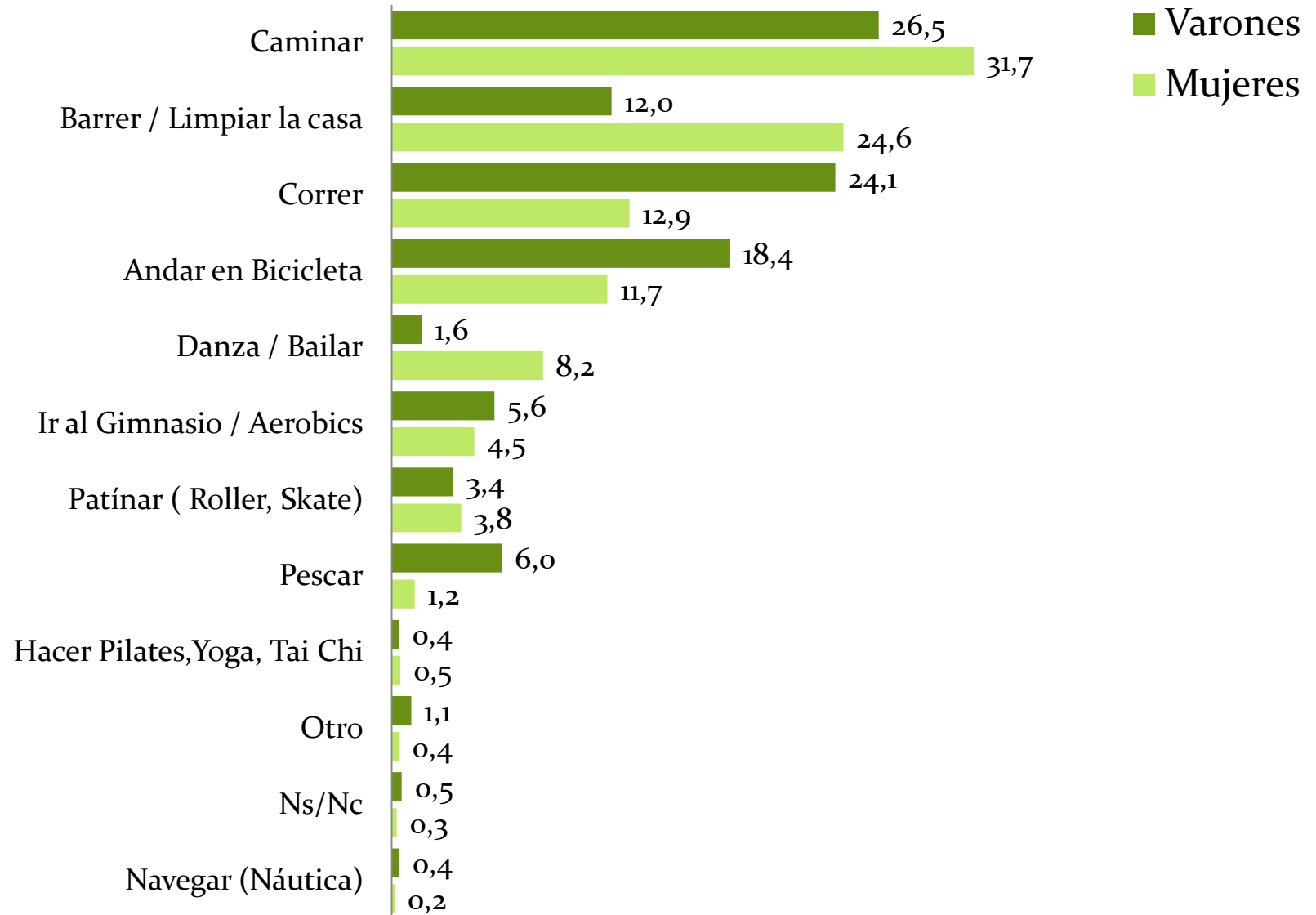
## Tipo de deporte practicado fuera de la escuela



## ¿Realizás actualmente alguna actividad física fuera de la escuela?



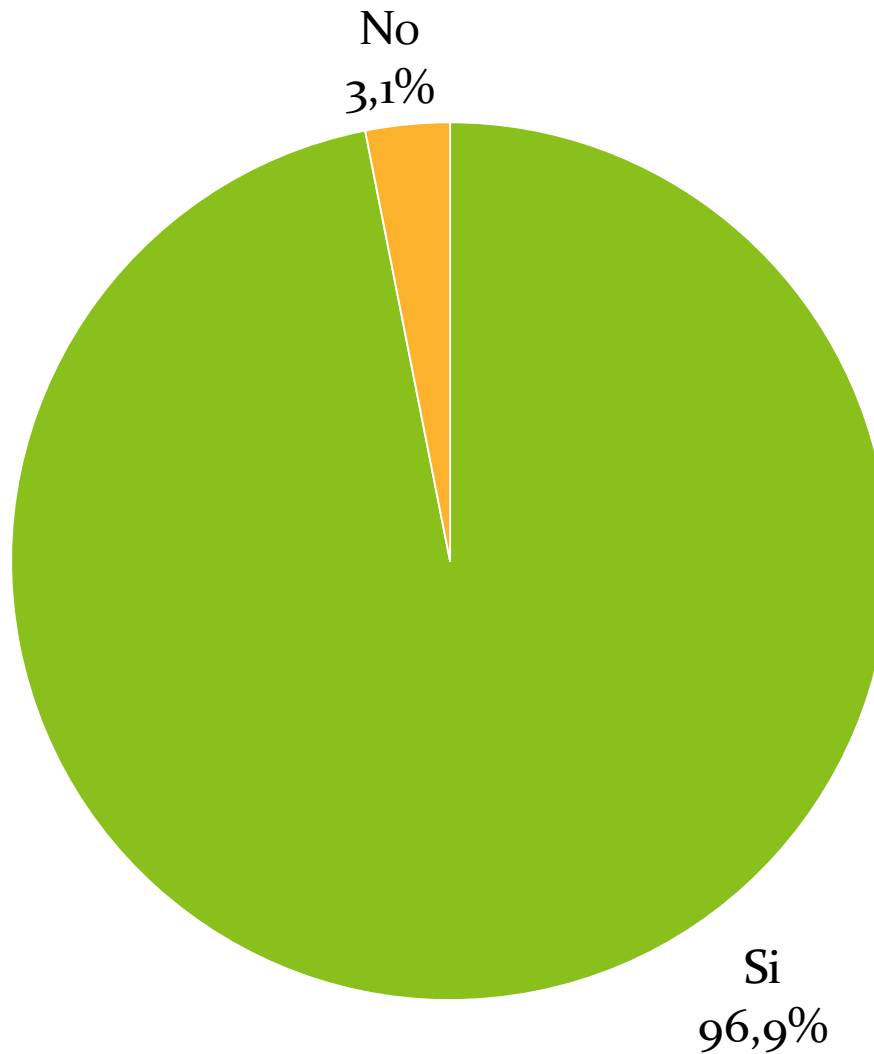
## Tipo de Actividad Física





## Deporte | Actividad Física en la escuela

## ¿Tienen clase de Educación Física?



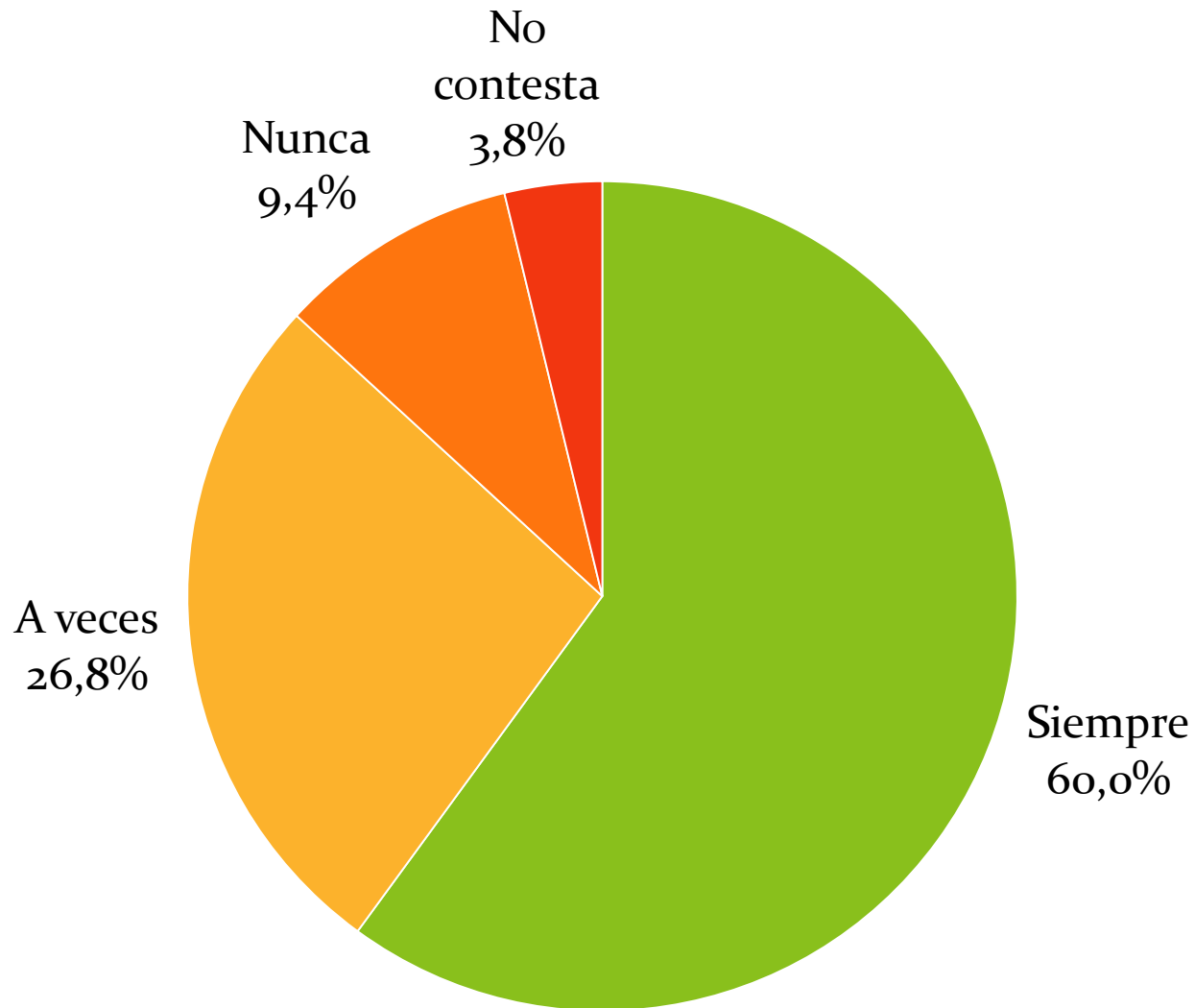
### Frecuencia semanal de clases

	Porcentaje
1	20,3
2	78,1
3 o más	1,6
Total	100,0

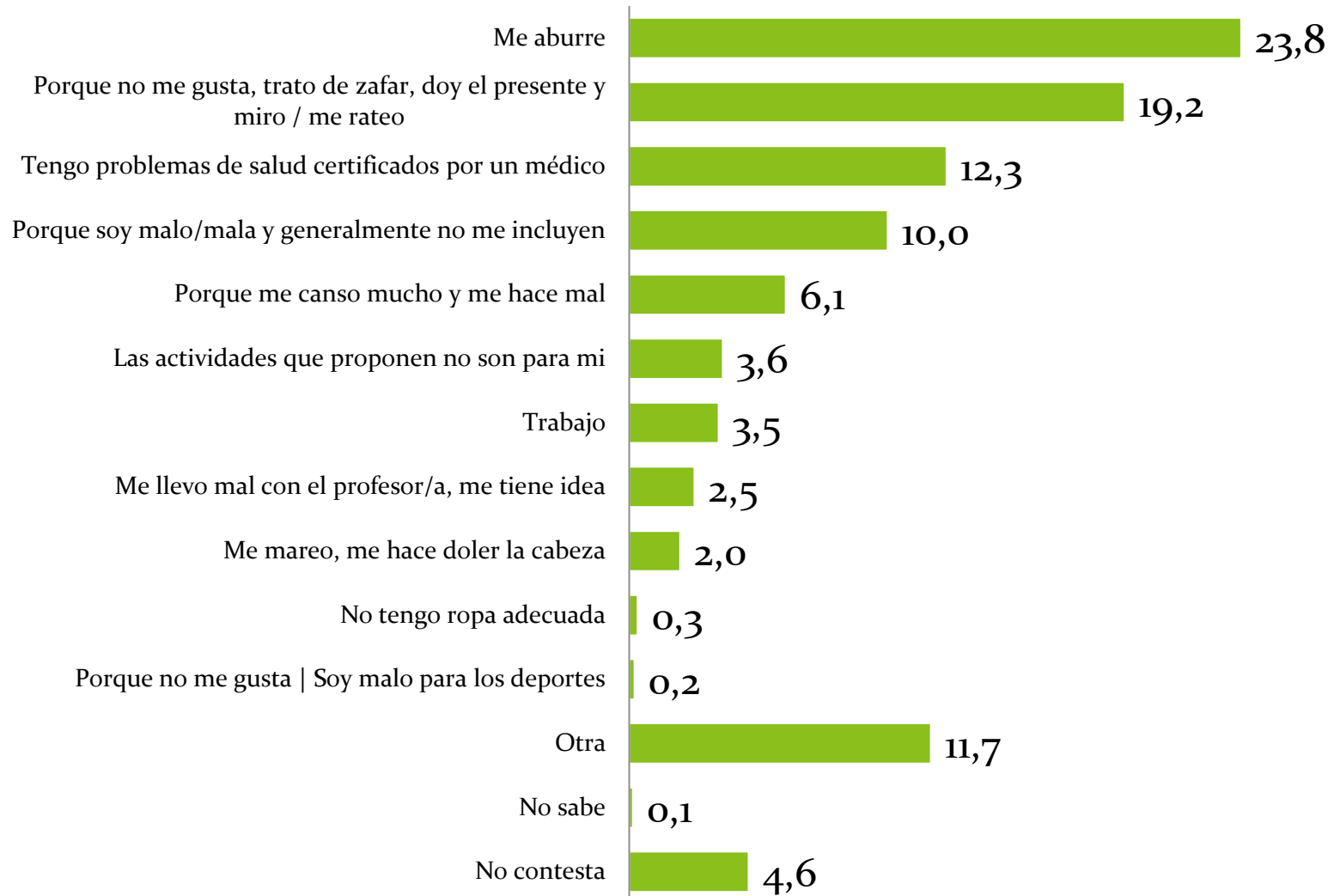
### ¿Cuánto tiempo dura cada clase? (En minutos)?

	Porcentaje
60	73,3
120	14,7
Otra duración	12,0
Total	100,0

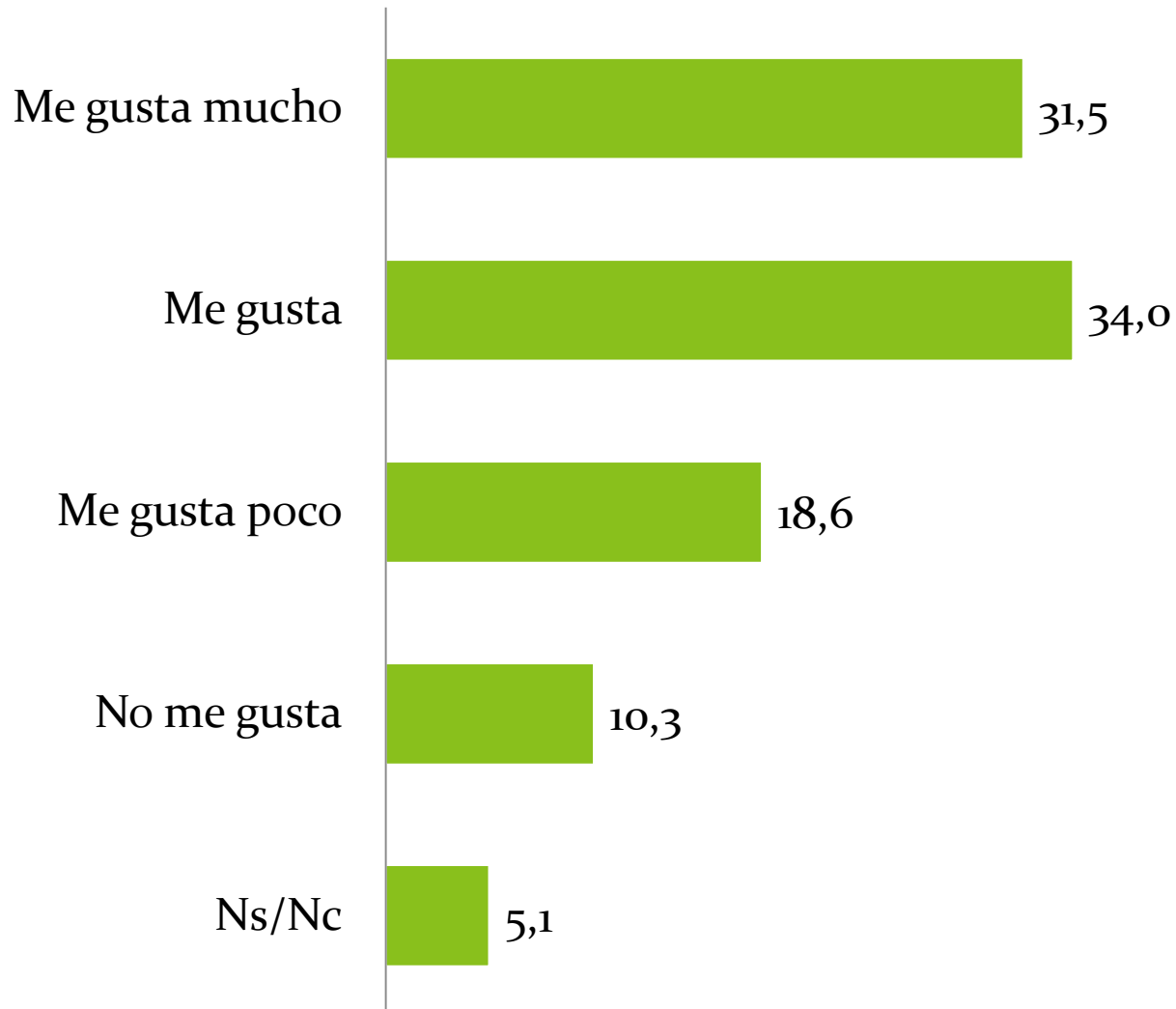
## ¿Participás de las actividades de las clases de Educación Física?



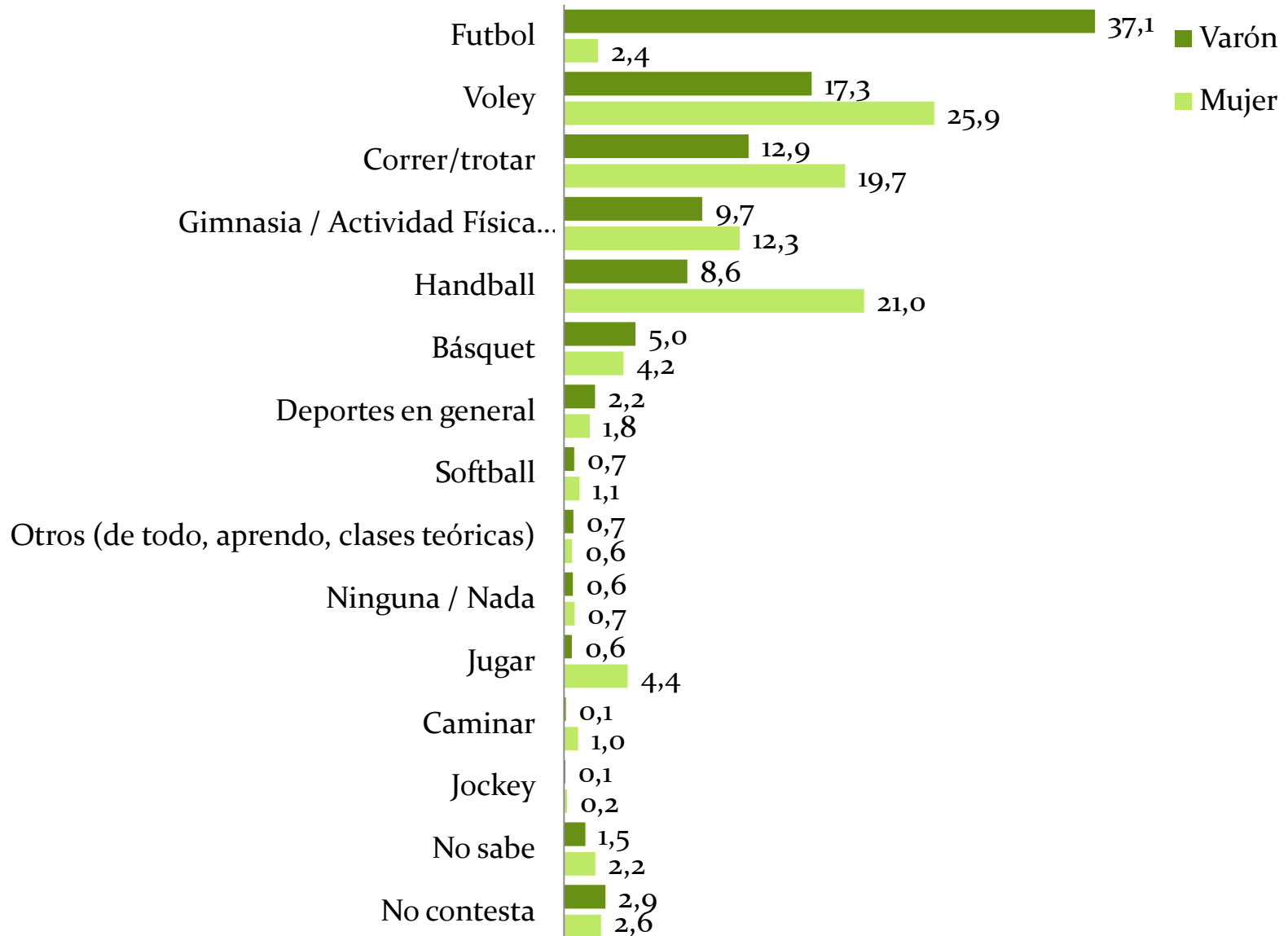
## ¿Cuál es la razón principal por la que no participas de la clase Educación Física?



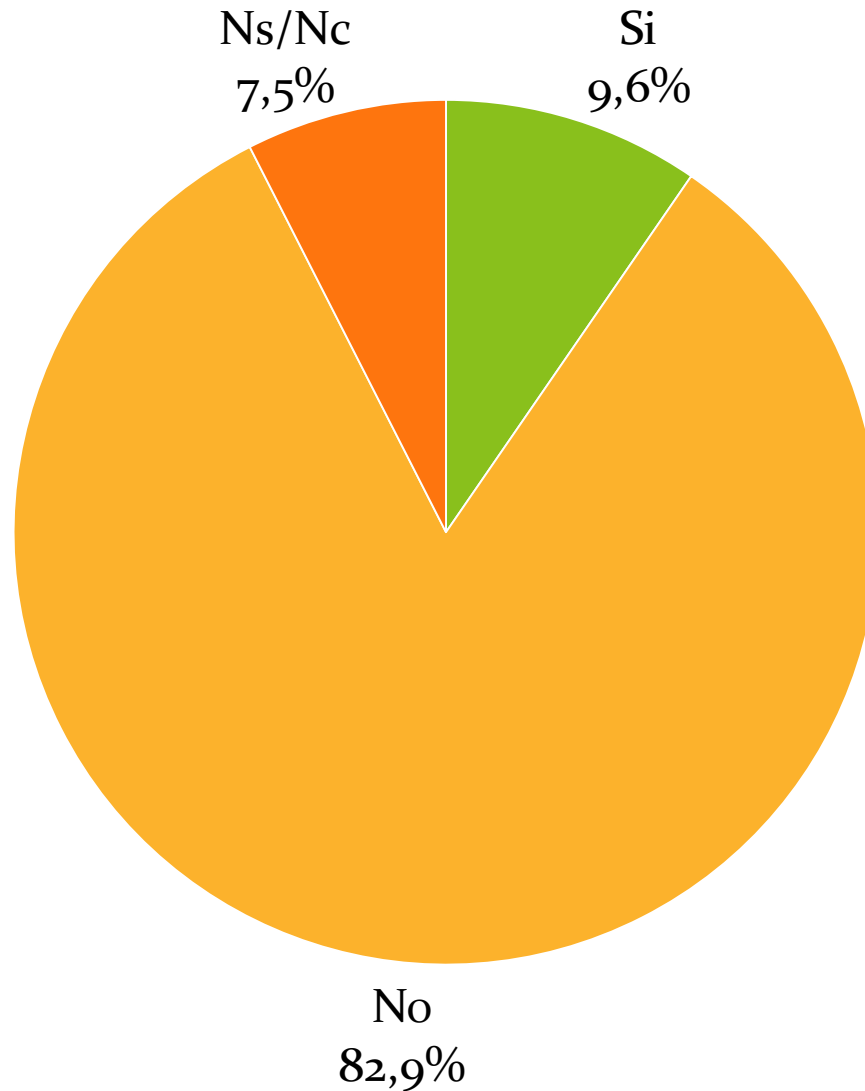
## ¿Cuánto te gusta la clase de Educación Física?



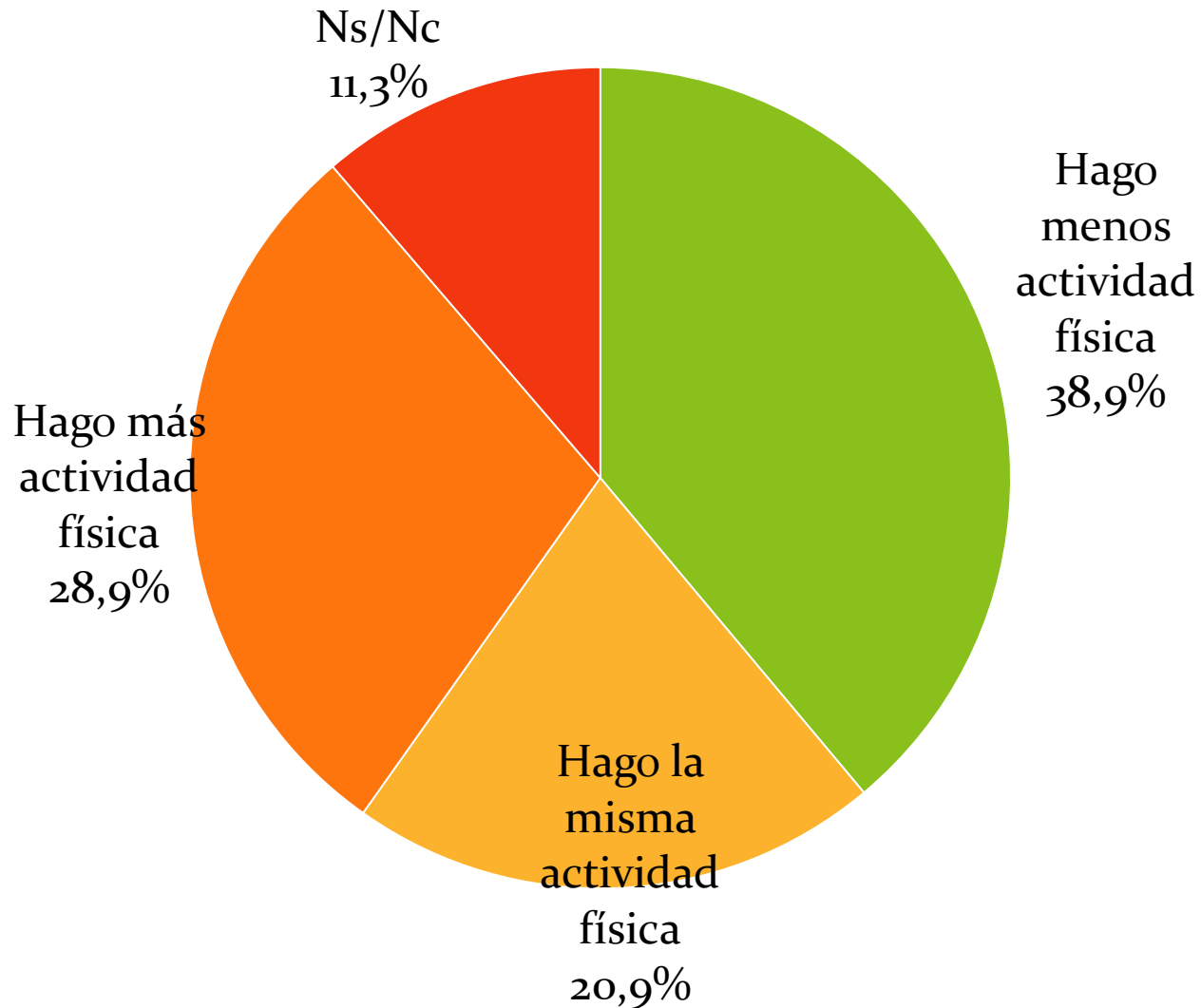
## ¿Qué actividades realizan habitualmente en las clases?



**En la escuela, generalmente, ¿usás algo del tiempo libre (como recreos) para realizar alguna actividad física?**

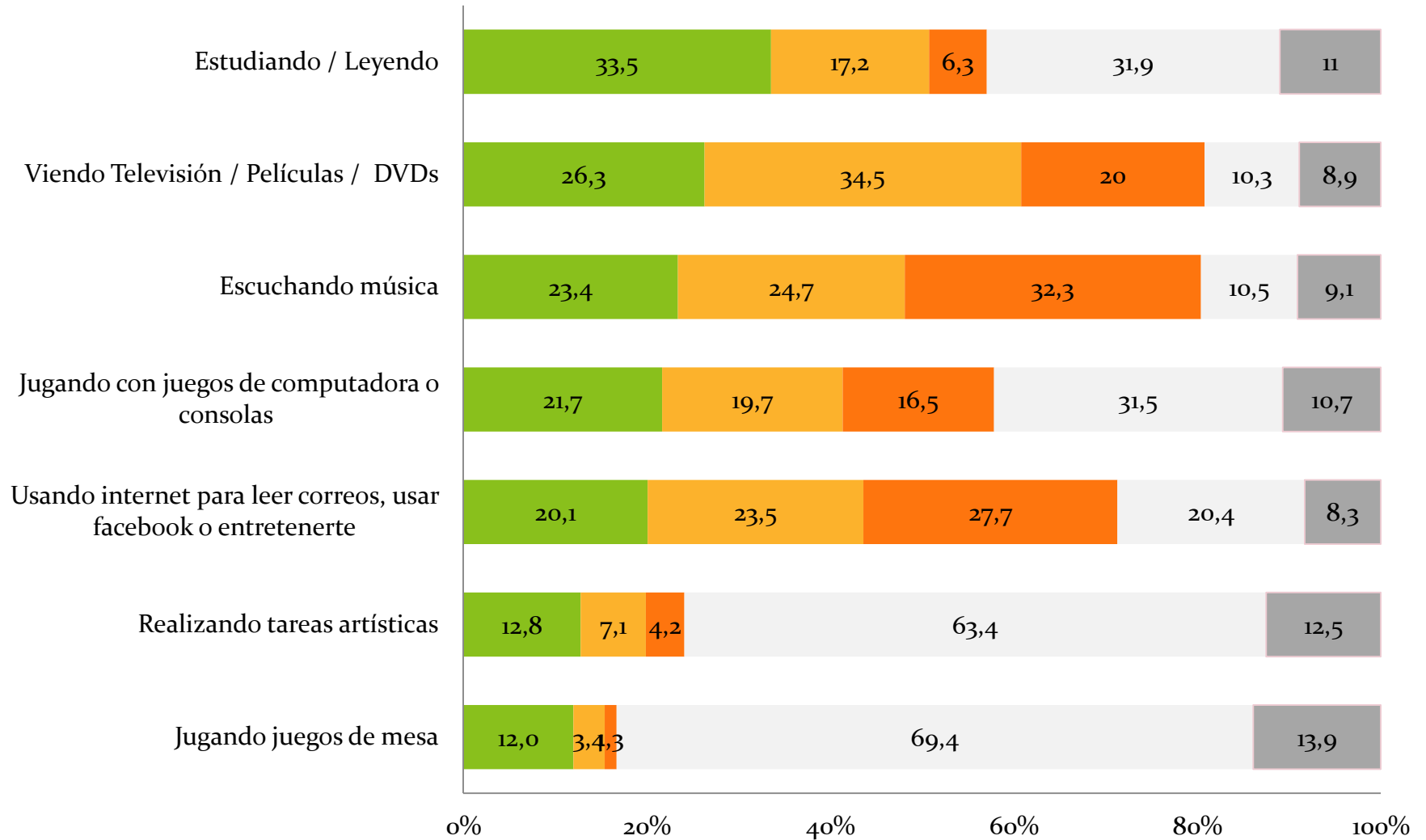


## Durante las vacaciones, ¿hacés más o menos actividad física que durante la época escolar?



## Práctica diaria de actividades sedentarias

Menos de 1 hora    1 a 2 horas    3 o más horas    No lo hago    Ns/Nc







**CENTRO DE ESTUDIOS EN  
NUTRICIÓN y DESARROLLO  
INFANTIL**

**Calle 52 e 121 y 122 – La Plata  
Tel. 0221 – 489-2811  
cerencic@yahoo.com.ar**