

EFFECTOS DE LA INTERVENCIÓN CONTINUA EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN LA ESCUELA SOBRE LOS MOMENTOS DE USO DE TV EN NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Camps Bosch, Isabel M^a. Máster en enfermería. Profesora asociada UIB
Balaguer Miralles, Lorena. Graduada en enfermería.

INTRODUCCIÓN

La TV es un medio de comunicación importante para transmitir y modificar las conductas alimentarias de la audiencia, por sus programas o por los anuncios. La televisión constituye parte del entorno familiar y existen tres mecanismos mediante los cuales tienen un efecto sobre la obesidad: 1) promoción de un estilo sedentario, 2) promoción de una dieta no saludable, y 3) promoción de un mayor consumo de alimentos¹

Ver la televisión se considera uno de las mayores causas modificables de la obesidad infantil en niños. Los niños pasan un tiempo sustancial de sus vidas delante del televisor. Un estudio representativo de 3155 niños indica que los niños entre 8 y 18 años pasan de media 4.5 horas al día delante del televisor, videojuegos y tecnología.²

Estudios recientes han documentado una asociación significativa entre el tiempo que niños, adolescentes y adultos ven TV y la predisposición al sobrepeso y obesidad³. Bowman y cols. (2006) informaron que los adultos que veían más de dos horas al día de TV tenían un mayor consumo de botanas, sodas y bebidas azucaradas⁴. También se ha descrito que la exposición a los anuncios de alimentos no saludables de TV disminuye el consumo de frutas y verduras⁵.

La educación para la salud de forma continua en los niños de educación primaria resulta efectiva para la mejora de conductas saludables⁶

El objetivo principal es analizar los efectos de la intervención continua de educación para la salud de un año de duración sobre los momentos que ven la televisión los niños de educación primaria del colegio CEIP Torrent

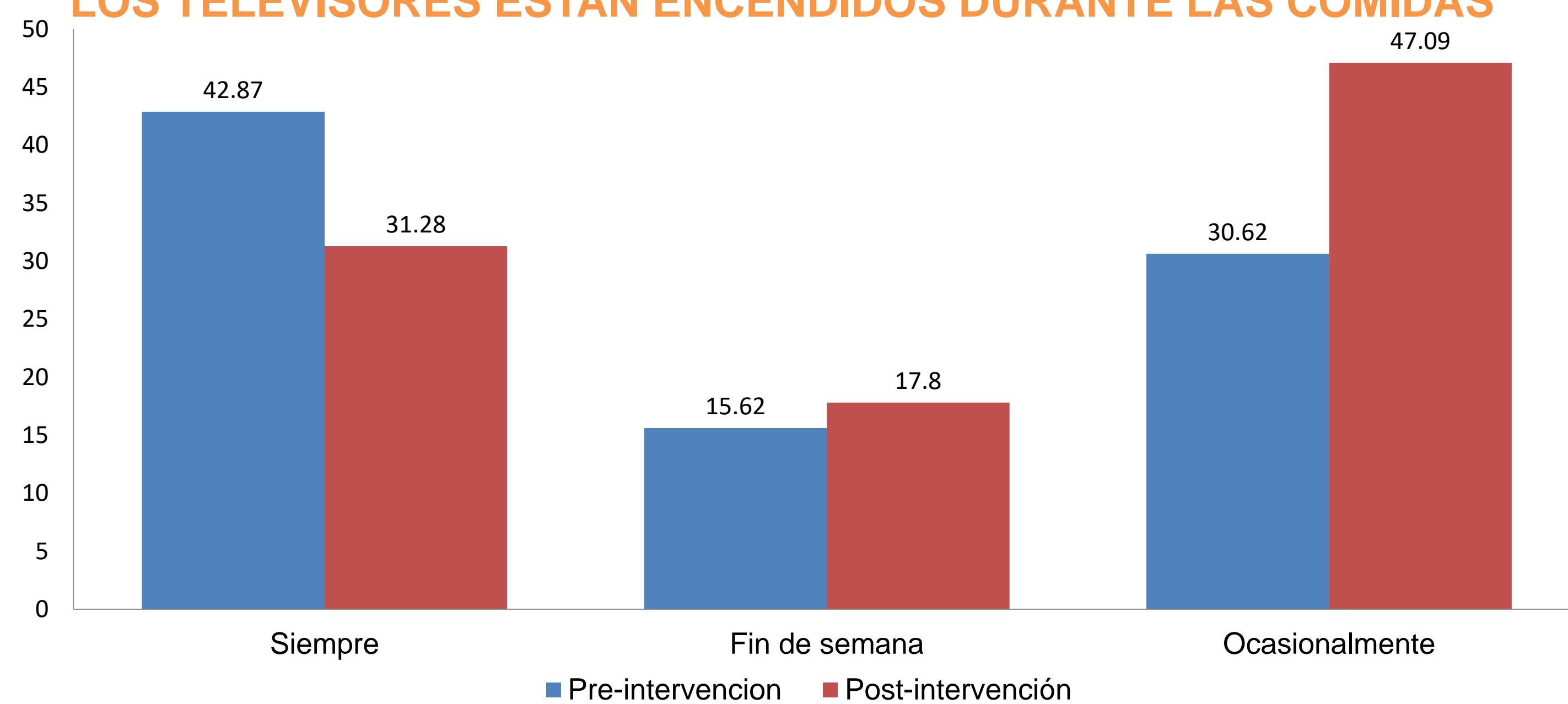
RESULTADOS

Los resultados muestran como tras la intervención continua, los televisores (durante los momentos de las comidas y/o cenas) pasan de estar encendidos siempre un 42.87% a un 31.28%. Durante el fin de semana se aumenta el momento de uso de la TV de un 15.6 a un 17.8%, mientras que dentro que los que manifiestan que encienden la TV ocasionalmente pasa de un 30.6 a un 47% tras la intervención.

Destaca ver como en el sexo masculino, desciende los momentos de uso de TV en 10.2% siempre, más de 5% en fines de semana e incrementa más del 8% en el apartado ocasionalmente.

En el sexo femenino, observamos un descenso del 17% en siempre, frente al aumento de 6% en fines de semana y 14% en ocasionalmente. Siendo mas notable en el efecto de la intervención en las niñas.

LOS TELEVISORES ESTAN ENCENDIDOS DURANTE LAS COMIDAS



METODOLOGÍA

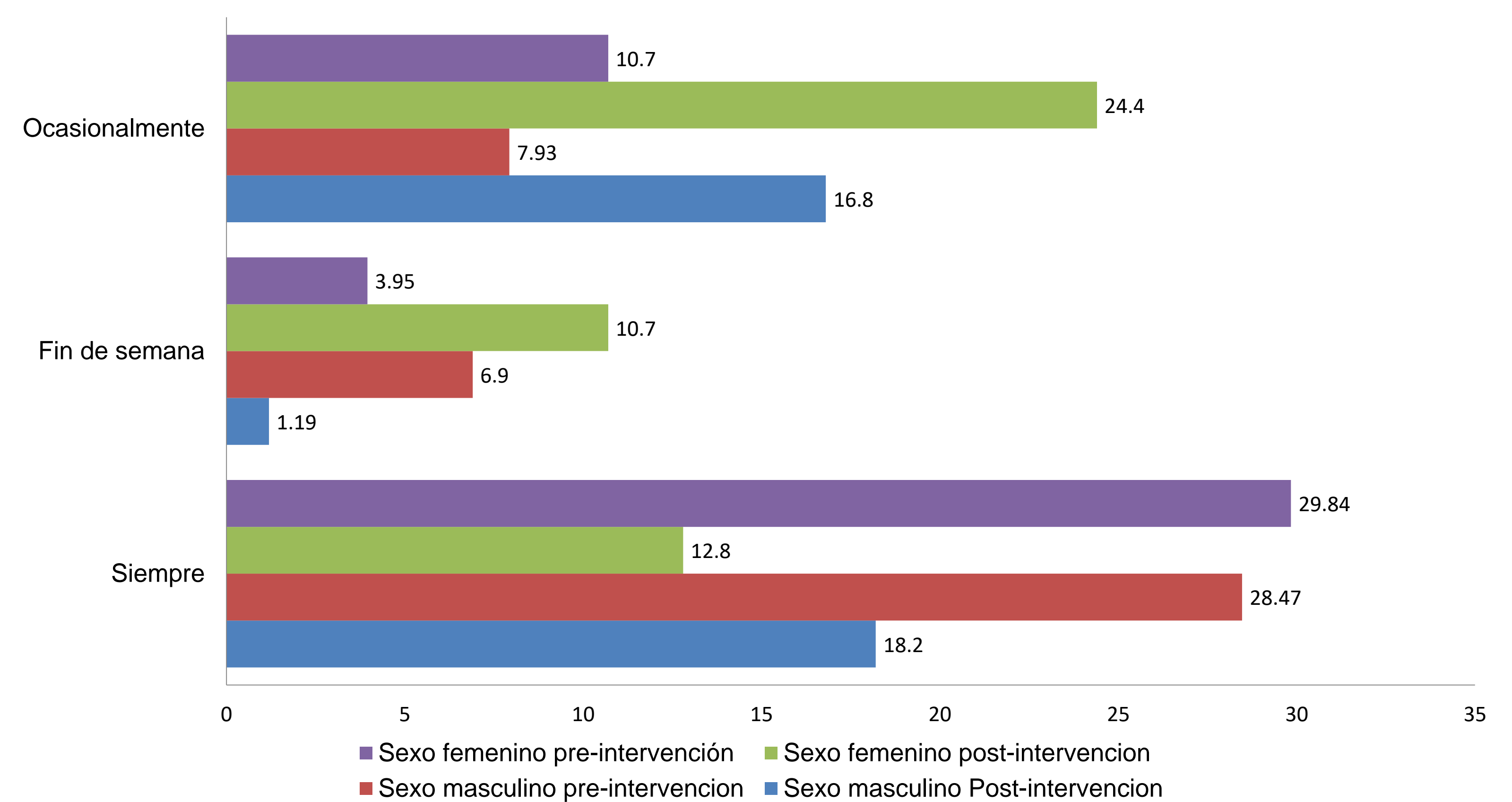
Es un estudio analítico experimental longitudinal. El factor de estudio ha sido la educación para la salud de forma continua para observar el efecto sobre los momentos que ven la televisión los niños de educación primaria del colegio CEIP PT.

En éste se ha realizado una intervención continua de Educación para la salud durante todo el curso académico 2016-2017. Se ha pasado una encuesta cerrada a los padres y madres de todos los alumnos de forma anónima antes de iniciar la intervención en Septiembre de 2016 y al finalizar el curso en Junio de 2017. En dicha encuesta se responde con una cruz en función de si usan o ven la TV, siempre, fines de semana, ocasionalmente y nunca tanto en comida como en cena o ambos.

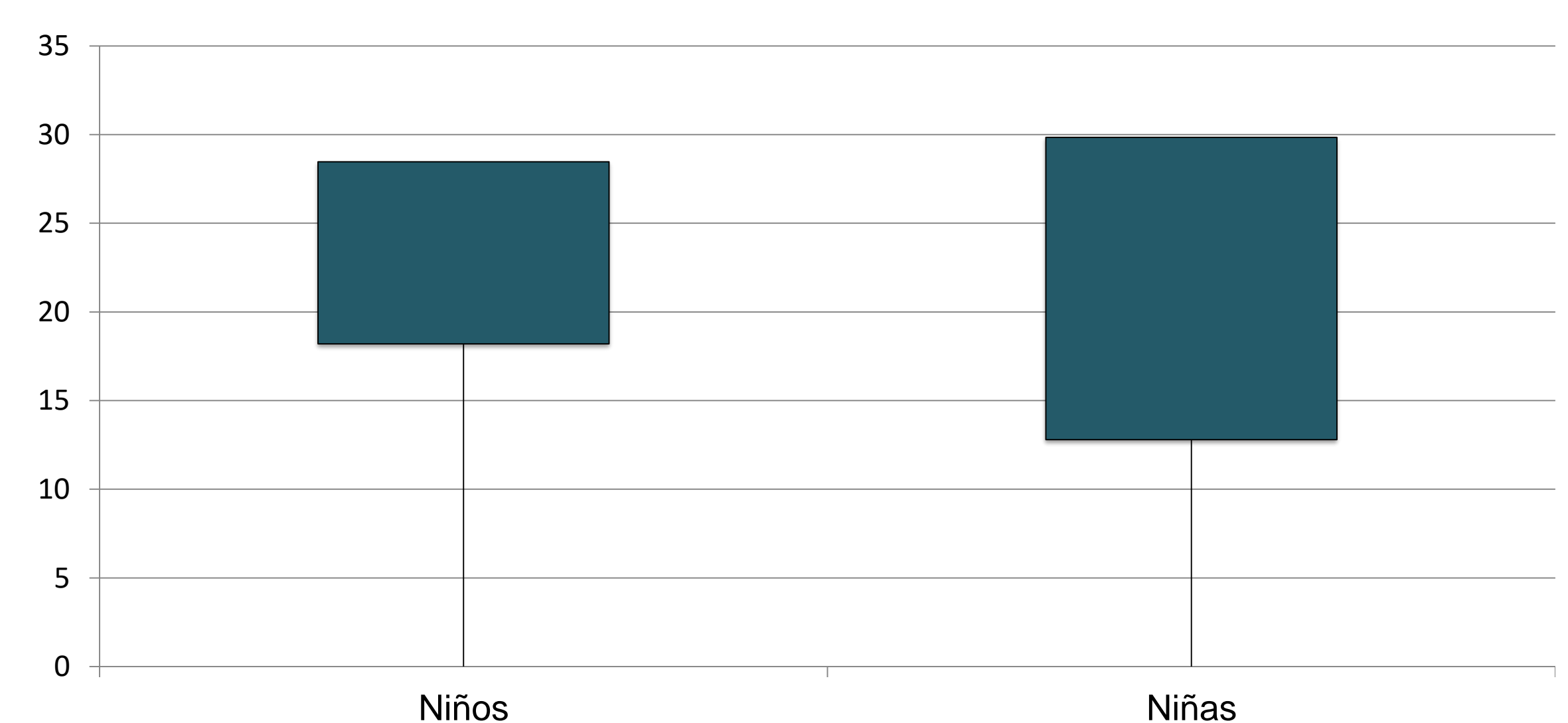
Se incluyeron en el estudio los padres y/o madres de los 142 alumnos de primaria del CEIP PT durante el curso académico 2016-2017. Se quedaron excluidos del programa los correspondientes a los alumnos de educación infantil de dicho colegio

Se han tenido en cuenta las variables sexo y curso para la elaboración del estudio. Se ha distinguido entre el momento que ven la televisión en comida, cena o ambos.

VARIABLE POR SEXOS



DIFERENCIA EN LA PUNTUACIÓN "SIEMPRE":



CONCLUSIÓN

Claramente se muestra como la intervención continua en educación para la salud disminuye los momentos que pasan los niños delante del televisor siempre en las comidas y/o cenas. Además, aumenta el uso de la TV en fines de semana, pero no de forma muy significativa y aumenta muy claramente el uso ocasional de la TV en comidas o cenas.

Podemos decir, pues, que tras la intervención continua se mejora el uso ocasional de la TV durante las comidas y/o cenas.

BIBLIOGRAFIA

1. Díaz Ramírez G., Souto-Gallardo M. C., Bacardí Gascón M., Jiménez-Cruz A..Effect of food television advertising on the preference and food consumption: systematic review. Nutr. Hosp. [Internet]. 2011 Dic [citado 2018 Abr 10]; 26(6): 1250-1255. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112011000600009&lng=es.
2. Robinson TN, Television viewing and childhood obesity. *PediatrClin North Am* 2001; 48 (4): 1017-25.
3. Manios Y, Kourlaba G, Kondaki K, Grammatikaki E, Anastasiadou A and Roma-Giannikou E. Obesity and Television Watching in Preschoolers in Greece: The GENESIS Study. *Obesity* 2009; 17 (11): 2047-2053.
4. Bowman SA, Television-Viewing Characteristics of Adults: Correlations to Eating Practices and Overweight and Health Status. *PrevChronicDis* 2006; 3 (2): A38. Epub 2006 Mar 15.
5. Boynton JR, Thomas TN, Peterson EK, Wiecha J, Sobol MA, Gortmaker LS. Impact of Television Viewing Patterns on Fruit and Vegetable Consumption Among Adolescents. *Pediatrics* 2003; 112: 1321-1326.
6. Isabel M^a CB. La educación para la salud en niños de educación primaria mejora las conductas saludables. III Congreso Internacional de Salud y empleo público. Almería, 2018 [20 Abr 2018];