




 Actualidad > **Sociedad**

Actualidad

PUBLICIDAD

**Invierte en BOLSA  
con la Cuenta Cuatripliga y  
multiplicamos x4 todo tu dinero.  
¡DATE PRISA!**



▼ Portada

 ▶ **Sociedad**

 ·La Familia Real  
·Hombre Actual

Provincias

Nacional

Internacional

Sucesos

 ▶ **Sociedad**

Ciencia

Cultura

Especiales

Finanzas/Invertia

Tecnología

Día en imágenes

Vídeos

Loterías

El tiempo

Televisión

Tráfico

Chat

Foros

## SOCIEDAD

 □ **obesidad adolescentes** 26-10-2007

### Descartan relación consumo bebidas azucaradas y mayor Índice Masa Corporal

**Investigadores del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) concluyen, en un estudio dado a conocer hoy, que el consumo de bebidas refrescantes azucaradas no está relacionado con un mayor Índice de Masa Corporal (IMC) en adolescentes.**

El estudio, que confirma asimismo el carácter multifactorial del sobrepeso y obesidad en los adolescentes, forma parte de otro más amplio denominado Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes (AVENA) y ha sido presentado en el VIII Congreso de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), que se clausuró hoy en Zaragoza.

Los expertos, pertenecientes al Departamento de Metabolismo y Nutrición, del Instituto del Frío del CSIC, confirman que el conjunto de la dieta cumple un papel relevante en el desarrollo del sobrepeso, que obedece a múltiples factores, y que aspectos aislados como el consumo de refrescos azucarados no parecen estar asociados con un mayor IMC entre los adolescentes.

Así, concluyen que 'los adolescentes consumidores de bebidas refrescantes azucaradas presentan un Índice de Masa Corporal (IMC) similar a los no consumidores'.

Por ello, dicen que la dieta del adolescente debe ser valorada en su conjunto y no a partir de elementos aislados, según una nota del Departamento de Metabolismo y Nutrición del CSIC.

Para su estudio, los científicos se basaron en una muestra de 1.283 adolescentes españoles de entre 13 y 18 años divididos en cuatro grupos diferentes según el consumo de refrescos que recordaban haber realizado durante las últimas 24 horas.

Los grupos eran de adolescentes que no habían tomado refrescos azucarados, aquellos que habían consumido entre 0-299 mililitros al día (algo menos que una lata), los que habían tomado entre 300-599 mililitros, o los que habían ingerido más de 600 mililitros al día.

Entre los grupos de adolescentes establecidos según los refrescos azucarados consumidos no se observaron diferencias en el IMC (que se obtiene dividiendo el peso por la estatura al cuadrado) ni en la incidencia de sobrepeso u obesidad, según los expertos.

De hecho, la media del IMC de los distintos grupos de adolescentes consumidores de refrescos azucarados fue similar a pesar de las distintas ingestas de refrescos, ya que oscilaron entre 21,6 y 21,3 kilogramos por metro cuadrado.

Julia Warnberg, doctora en medicina nutricional y miembro del grupo inmunonutrición del CSIC, y otra de las científicas responsables del estudio, añade que en los adolescentes sanos, siempre que la dieta sea variada, moderada y equilibrada, pueden comer y beber -líquidos sin alcohol- de todo, acompañado de la práctica diaria de actividad física, más o menos intensa, así como de hábitos de vida saludables'.

**Terra Actualidad - EFE**
[El poder adelgazante](#)

de la Judía Blanca. De 2 a 3 kilos por semana. Garantía de devolución.

[www.wtselections.info/FigurexNature](http://www.wtselections.info/FigurexNature)
[Pierda peso](#)

¿Está harto de probar de todo? Consígalos para siempre y sin dietas

[www.tunuevafigura.com](http://www.tunuevafigura.com)
[Consigue tu peso ideal](#)

Calcula tu consumo de calorías y tu índice de masa corporal.

[www.menshealth.es](http://www.menshealth.es)

PUBLICIDAD

**Ahora tienes un Audi A3  
"Edition Plus" desde 20.900€.\***

**Audi**

**Empieza tu turno**

 imprimir  enviar a un amigo

[Conoce Terra en otros países](#) | [Ayuda](#) | [Aviso e Información Legales](#) | [Anúnciate](#) | [Política de Privacidad](#) | [Copyright 2007](#) | [Telefónica de España, S.A.U.](#)