

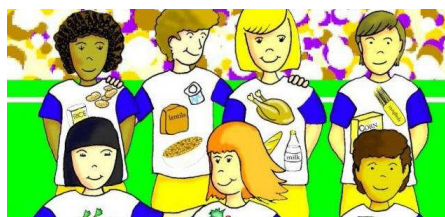
El investigador del Instituto de Bioingeniería de la UMH Javier Esteban analiza el impacto positivo en adolescentes tras visualizar un documental

Los resultados determinan que la intervención del profesorado es un apoyo fundamental en este tipo de aprendizajes

· Belén Pardos

Javier Esteban Mozo coordina el grupo de trabajo del Instituto de Bioingeniería de la UMH en el que participan los profesores M^a Cruz Pellín Mira, José Barril Antuña y Elena García García. Los investigadores han evaluado la respuesta de adolescentes tras visualizar el documental titulado *Healthy Food for Healthy Life* (Simple Hints for Healthy Teens) que pretende mejorar los hábitos alimenticios a través de la educación. Aunque los resultados difieren según el colegio y los diferentes factores sociales, en general, se aprecia una mejora estadísticamente significativa en las respuestas de los jóvenes.

Los investigadores han analizado unos 900 cuestionarios, validados previamente por psicólogos y educadores, a los que han respondido adolescentes de la provincia de Alicante. En cada uno de los colegios participantes, un grupo experimental contestó al cuestionario antes y después de visualizar el documental, mientras que otro grupo, considerado control, contestó dos veces sin haberlo visto. En ambos casos, transcurrieron dos semanas entre cada pase. La puntuación mejoró significativamente al responder por segunda vez, tanto en los alumnos que visualizaron el documental (rango 0 – 19%, valor de $p < 0,001$) como en quienes no lo hicieron (rango 0 – 16%, valor de $p = 0,02$). En opinión de los investigadores, el resultado demues-



tra que la intervención educativa del profesorado es un apoyo irremplazable en este tipo de aprendizajes. El hecho de responder a los cuestionarios implica que se trabaje unos contenidos y se genere un debate que conlleva la mejora en ambos grupos.

El vídeo aborda los hábitos de vida saludables desde el punto de vista nutricional y toxicológico. “Es fundamental que los jóvenes conozcan qué pasa con los contaminantes ambientales que llegan al ser humano a través de la comida”, señala Javier Esteban. El documental refleja, también, cuestiones como el uso correcto de los envases en contacto con el alimento o la importancia del reciclaje para reducir la contaminación ambiental con agentes tóxicos que pueden acabar en la comida. Aunque está enfocado para adolescentes, más permeables a la información, es aconsejable visualizarlo en el entorno más próximo, donde se afianzan los hábitos.

El trabajo busca informar sobre la importancia de evitar los ambientes obeso-

génicos desde la infancia, es decir, entornos en los que se favorece el sobrepeso y la obesidad. Los adolescentes pueden establecer una relación entre felicidad y alimentos no saludables si en las celebraciones familiares o con amigos se consume este tipo de comida. Aunque, según explica Esteban, esto es sólo un componente, porque la obesidad es un problema multifactorial.

El proyecto, financiado por la Unión Europea, ha contado con la participación de las Universidades de Gazi, Baskant y Ankara, en Turquía; la Universidad de Zagreb, en Croacia; la Universidad de Upsala, en Suecia y la Universidad de Belgrado, en Serbia. El objetivo final es que el documental sirva como herramienta docente en centros educativos.