



En el mercado se pueden encontrar una gran variedad de refrescos

Descartan la relación entre el consumo de refrescos azucarados y la obesidad en adolescentes

13 Febrero 09 - Madrid - Efe

El consumo de bebidas refrescantes azucaradas no está relacionado con la obesidad en adolescentes de entre 13 y 18 años, según científicos del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y de varias universidades españolas. La investigación, cuyos resultados se han publicado en la revista «Nutrición Hospitalaria», ha demostrado que en los grupos de adolescentes analizados no se observa una relación directa entre el consumo de refrescos azucarados y la constitución física, el Índice de Masa Corporal (IMC) o la grasa corporal.

Los datos se han obtenido a partir de una muestra de 1.523 adolescentes españoles de entre 13 y 18 años divididos en el grupo de no consumidores, aquellos consumidores moderados, una bebida refrescante al día, y aquellos que habían consumido un mayor número de refrescos al día. Los investigadores señalan que «los patrones y hábitos dietarios, así como los factores de estilo de vida y la actividad física deberían tenerse en cuenta» sobre todo cuando se trata de encontrar soluciones a la obesidad infantil.

«En las alteraciones al sobrepeso y obesidad del adolescente influyen muchos factores y hay que valorarlos siempre en su conjunto», asegura la principal responsable de la investigación, Ascensión Marcos, jefa del Grupo de Inmunonutrición del CSIC. La investigación forma parte del estudio «Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes» realizado por un grupo de expertos del departamento de Metabolismo y Nutrición del CSIC y en él han participado investigadores de las universidades de Granada, Zaragoza, Murcia y Cantabria.