Published on *Ciencia Puerto Rico* (https://www.cienciapr.org)

Boricuas saben cuidarse pero no lo hacen [1]

Enviado el 24 enero 2007 - 7:48pm

Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.

Calificación:

Por Sandra Morales Blanes / end.smorales@elnuevodia.com [2] endi.com [3] La mayoría de los puertorriqueños reconoce que con una buena nutrición y actividad física se mantienen más saludables. Sin embargo, no practican esa filosofía ni asumen actitudes para mejorar su calidad de vida. Por lo menos, eso es lo que concluye un estudio realizado por The Marketing Center, comisionado por la compañía PepsiCo con el fin de obtener un perfil sobre los hábitos y percepciones del puertorriqueño con relación a los conceptos de “salud y bienestar”. El estudio, realizado entre los meses de agosto y octubre de 2006 entre 700 personas, reveló que 79% de la población está de acuerdo o totalmente de acuerdo en que una buena nutrición es primordial para vivir saludablemente. Mientras, 61% contestó de manera similar a la pregunta de si era importante una dieta saludable para su salud futura. Pero en la práctica los resultados son diferentes: 47% reconoció que sus hábitos alimenticios se basan en comidas que saben que no son buenas para su salud. Del total de éstos, más de la mitad (56%) son jóvenes entre las edades de 12 a 19 años. Cerca de 27% evade una comida al día, en su mayoría el desayuno (50%) y 44% admitió no ejercitarse ni siquiera una vez a la semana. Del estudio también se desprende que los entrevistados no consideran la obesidad como un factor que debe preocuparle y figura como última en importancia entre al menos 12 condiciones de salud que se les presentaron. La nutricionista Sandra Ortiz, quien presentó el estudio en conferencia de prensa ayer, señaló que resaltan serias contradicciones del estudio y que no le cabe duda de que todavía en Puerto Rico hay mucha necesidad de “información”. Destacó el hecho de que entre las condiciones que más preocupen a los entrevistados figuren las enfermedades del corazón, colesterol y diabetes y no la obesidad, que podría ser la causante de las condiciones mencionadas. Ortiz señaló, además, que 35% dijo conocer lo que era “trans fat” ó grasas hidrogenadas. Sin embargo, 18% de los entrevistados pareció estar equivocado en su

contestación porque perciben la misma como buena para la salud. Las “trans fat” pueden estar en alimentos como la margarina, dulces y frituras, entre otros, y pueden ser perjudicial para la salud, especialmente para el corazón. “Estos datos confirman una preocupación que siempre ha tenido la Asociación, que nuestros jóvenes no se están preocupando por su salud ni su alimentación”, dijo el presidente de la Asociación Americana del Corazón, Juan José Hernández.

Source URL:https://www.cienciapr.org/es/external-news/boricuas-saben-cuidarse-pero-no-lo-hacen?page=1#comment-0

Links
[1] https://www.cienciapr.org/es/external-news/boricuas-saben-cuidarse-pero-no-lo-hacen [2] mailto:end.smorales@elnuevodia.com [3] http://www.endi.com/noticia/puerto_rico_hoy/noticias/boricuas_saben_cuidarse_pero___no_lo_hacen/149538