

EVALUACIÓN DEL CONOCIMIENTO DE HORTALIZAS EN UN GRUPO DE ADOLESCENTES ARGENTINOS

GUBERMAN, Mariela^{1,2}; CARDUZA, Fernando J.², GALMARINI, Mara V.^{1,3}, LEAL, Marcela⁴, SOTERAS, Trinidad²

¹ Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Argentina ² Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA), Buenos Aires, Argentina ³ Facultad de Ingeniería y Ciencias Agrarias, UCA ⁴ Universidad de Maimónides, Buenos Aires, Argentina

Adoptar hábitos alimentarios saludables en etapas tempranas de la vida aumenta la probabilidad de que se mantengan en la edad adulta. En Argentina, la ingesta de hortalizas está por debajo del nivel recomendado. Múltiples iniciativas persiguen la promoción de consumirlas considerando su beneficio sobre reducir enfermedades crónicas no transmisibles. Desde la infancia existe la preferencia por los alimentos más familiares. En este contexto, se llevó a cabo un estudio en un colegio de Buenos Aires con 61 adolescentes (13-14 años) para evaluar el conocimiento sobre hortalizas y comprobar la asociación entre conocimiento y aceptabilidad. Se desarrollaron tres actividades: reconocimiento de 25 imágenes de hortalizas, reconocimiento de tipo de cultivo (“tallo y flor”, “fruto y semilla”, “raíz o tubérculo”, “hoja”) y evaluación de la aceptabilidad tras el consumo de 3 hortalizas (remolacha, repollito de Bruselas y espinaca) mediante una escala hedónica de 9 puntos luego de identificar el alimento. El 53% de los adolescentes reconoció mantener un bajo consumo de hortalizas (menor a 3 veces a la semana) y, mediante chi cuadrado, se observaron diferencias significativas entre mujeres y varones ($p < 0,05$), hallándose una mayor proporción que la esperada de mujeres con alto consumo y de hombres con bajo consumo. El 60% de las imágenes fue reconocida por menos de un 50% de los participantes y solo un 24% fue reconocido por más del 90% (choclo, pepino, brócoli, tomate, palta y lechuga). La identificación de la procedencia de las hortalizas (tipo de cultivo) fue siempre inferior a la de las imágenes, excepto para puerro y acelga que fue igual. La aceptabilidad de los productos degustados fue superior para aquellos que conocían los alimentos respecto de quienes no (5,35 vs 4,28 para remolacha; 5,11 vs 4,33 para repollito de Bruselas y 7,31 vs 5,62 para espinaca respectivamente) siendo esta diferencia significativa ($p < 0,05$) para la espinaca. Estos resultados confirman un inapropiado nivel de consumo de hortalizas pudiendo ser una de las causas el desconocimiento. Asimismo, se verificó la influencia del conocimiento de un alimento sobre su aceptabilidad. Este estudio remarca la importancia de la promoción de las hortalizas con enfoque en los adolescentes argentinos.

Palabras clave: Adolescentes; hortalizas; aceptabilidad; análisis sensorial.

² INTA - Instituto Tecnología de Alimentos, Área de Procesamiento y Análisis Físicos y Sensoriales, guberman.mariela@inta.gob.ar