

Κι όμως σε κάποιες χώρες μειώνεται η κατανάλωση pizza και burger από τα παιδιά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Σύμφωνα με δημοσίευμα στο έγκυρο επιστημονικό περιοδικό JAMA Pediatrics τον περασμένο μήνα αρχίζει να φαίνεται μια σχετική βελτίωση στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών στις ΗΠΑ. Γεγονός πολύ θετικό δεδομένου της ανάγκης για αλλαγή στον συγκεκριμένο πληθυσμό αλλά και των πολλαπλών παρεμβάσεων που έχουν προσαρμοστεί τα τελευταία χρόνια. Στοιχεία από την γνωστή έρευνα NHANES (National Health and Nutrition Examination Survey) για το Εθνικό Σύστημα Υγείας και Διατροφής δείχνουν ότι η μέση κατανάλωση θερμίδων από fast food μειώθηκε κατά 110 θερμίδες στις ηλικίες 4-19 ετών.

Η διαφορά αυτή είναι βασισμένη σε στοιχεία και παρατήρηση 7 ετών, μεταξύ 2003-2010. Επίσης, ο αριθμός των παιδιών και νέων που έτρωγαν εκτός σπιτιού σε fast food ευκαιριακά (pizza, burger, μεξικάνικο, sandwich) μειώθηκε από 39% το 2003 στο 33% το 2010. Η μείωση στις θερμίδες που έρχονται από pizza φαίνεται άλλωστε και από τη μείωση στις πωλήσεις πίτσας στις ΗΠΑ.

Όσον αφορά τα burger δεν φαίνεται να έχουν μειωθεί οι επισκέψεις σε εστιατόρια με burger αλλά οι λιγότερες θερμίδες από αυτές τις πηγές δείχνουν ότι πλέον τα παιδιά και οι οικογένειες τους κάνουν καλύτερες επιλογές γευμάτων στα συγκεκριμένα εστιατόρια.

Τα νέα αυτά είναι πολύ θετικά ακριβώς γιατί δείχνουν ότι τα παιδιά και οι οικογένειες που το χρειάζονται, μακροπρόθεσμα ανταποκρίνονται στην ενημέρωση και λοιπές προσπάθειες με αλλαγή στο τρόπο διατροφής τους! Ας ακολουθήσουν και τα ελληνόπουλα και οι ελληνικές οικογένειες.

Από την Ελένη Κουή, επιστημονική συνεργάτη neadiatrofis.gr