



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

Extranjeros en la Uva.

El Salón de Actos de la Casa del Estudiante acogió ayer el Día de Orientación que organiza la Universidad de Valladolid destinado a informar a los estudiantes extranjeros que vienen a cursar el segundo cuatrimestre a alguno de los cuatro campus de la institución académica. La sesión correrá a cargo de Fátima Arévalo, jefa de sección del Servicio de Relaciones Internacionales, quien aclaró distintas cuestiones de nivel práctico, desde el método para cumplimentar la matrícula de inscripción hasta los trámites de la policía o del seguro médico. / UVA



Los universitarios no siguen la dieta mediterránea y el 20% tiene obesidad

Medio centenar de alumnos de la Uva participa en una investigación de la Fundación Española de la Nutrición • Los malos hábitos se relacionan con la poca involucración al comprar o cocinar

• En cuanto a las bebidas, el agua es la principal aunque por debajo de las recomendaciones y el 56% de los estudiantes consume cerveza de forma moderada (una caña al día).

REDACCIÓN / VALLADOLID
La población universitaria española cuenta con una dieta general que se aleja de las recomendaciones en cuanto al consumo de alimentos que propone el estilo de vida mediterráneo (cereales, legumbres, frutas, verduras y aceites) y eso explica que el 20% de los universitarios tenga sobrepeso u obesidad. Es una de las conclusiones de la investigación 'Hábitos alimentarios y estilos de vida de los universitarios españoles. Patrón de consumo de bebidas fermentadas', elaborada por la Fundación Española de la Nutrición y en la que ha participado la Uva, con medio centenar de alumnos, tal y como recogió ayer la Agencia Ical.

Pese a que los hábitos de los universitarios no son los más adecuados, el trabajo constata que el 72,9% se encuentra dentro de la clasificación de normopeso y un 6,3% presenta un peso insuficiente, sobre todo mujeres. Las encuestas determinaron que hay un mayor aporte de proteínas y grasas, e inferior en hidratos de carbono. Unos datos que, según la directora de Información y Divulgación Científica de la Fundación Española de la Nutrición, Teresa Valero, deben tomarse en cuenta puesto que muchos de estos uni-



El informe indica los malos hábitos de alimentación de los universitarios.

versitarios pueden considerarse como «adolescentes tardíos», con un grupo de edad con necesidades nutricionales.

«La cultura alimentaria de los universitarios es baja, pero se puede convencer a este colectivo de seguir una dieta óptima y realizar ejercicio físico porque cuentan con un nivel cultural alto», precisó la directora. No en vano, el 59,5% de los estudiantes realiza algún tipo de actividad deportiva de forma habitual, con un porcentaje superior entre los hombres, aunque eso es alta en muy pocos casos.

Frente a eso, uno de cada cuatro encuestados reconoce que fuma. Un hábito que está más arraigado entre los universitarios de carreras experimentales pero los que consumen más cigarrillos pertenecen a estudios de ciencias jurídicas y sociales. Por contra, es inferior entre los alumnos de grados de ciencias de la salud.

El plato medio de un universitario cuenta con una cantidad escasa de alimentos como las verduras, las hortalizas y las frutas mientras que el consumo de carnes está por encima de lo reco-

mendable. Sorprendió que el pescado estuviera presente en la comida, principalmente conservas de atún en aceite. En definitiva, hay un mayor aporte de proteínas y grasas y uno menor en hidratos de carbono.

COMPRAR O COCINAR. Valero también habló de que esos malos hábitos de alimentación pueden estar relacionados con la escasa involucración de los universitarios a la hora de realizar la compra o cocinar. Solo uno de cada cuatro hace este tipo de labores, muy inferior a la media europea. Tampoco hay un alto consumo de alimentos ecológicos ni de complementos dietéticos.

En cuanto a las bebidas, el agua es la principal aunque por debajo de las recomendaciones. El 56 por ciento de los estudiantes consume cerveza, de forma moderada (una caña al día) y casi siempre ligado a una comida o un aperitivo. Muy por debajo está el vino (20%) y la sidra-cava (8%).

El estudio fue realizado en el pasado curso académico, con una muestra de 978 estudiantes de 21 universidades del país. En el caso de Valladolid, la única de la Comunidad Autónoma, participaron alumnos de las facultades de Educación y Trabajo Social, Ingeniería Superior de Telecomunicaciones, Filosofía y Letras y Medicina.

La presentación de las conclusiones de la investigación contó con la presencia del vicerrector de Investigación y Política Científica de la Uva, José Manuel López, y el decano de la Facultad de Medicina, Ricardo Rigual.

ARQUITECTURA

La asociación de alumnos de la Escuela Superior de Arquitectura prepara la III Feria de la Construcción 'Construarq 14'

La Asociación de Alumnos de Arquitectura de la Universidad de Valladolid última los preparativos de la III Feria de la Construcción que bajo el nombre de 'Construarq 14' pretende convertirse en una «plataforma estable» para la puesta en contacto entre la universidad y el mundo profesional.

'Construarq 14' está organizada exclusivamente por la asociación de alumnos del centro de la institución académica con el apoyo del equipo decanal, que cederá las instalaciones para la ubicación de los expositores de las empresas de construcción participantes.

De momento, según recogió ayer Europa Press y tal y como informaron fuentes de la institución académica, han confirmado siete de ellas que repiten tras su participación el pasado año aunque es previsible que se superen las doce que acudieron a la cita de la segunda edición.

La cita ferial se celebrará a lo largo de los próximos días 24, 25 y 26 de marzo en el centro de Arquitectura de la Universidad de Valladolid (avenida de Salamanca, s/n), en la que además de los expositores en donde las empresas pondrán al día a los asistentes, arquitectos y estudiantes, entre otros, de las novedades en materia de construcción, también se completará con un ciclo de conferencias sobre distintos asuntos de este ámbito.