

**ORIGINALES****HABITOS DE SALUD DE LOS ESCOLARES DE UNA ZONA PERIURBANA DE MADRID**Virginia Andradas Aragon s y M.<sup>a</sup> Isabel Fernández San Martín

Dirección de Atención Primaria. Centro de Salud Juan de la Cierva.

**RESUMEN**

**Fundamento:** Describir los hábitos de los escolares de una zona básica de salud en relación a : alimentación, alcohol y tabaco, higiene bucodental, actividades en el tiempo libre y relaciones interpersonales.

**Métodos:** Se han encuestado a 942 niños de seis colegios públicos de la localidad de Parla (municipio del sur de Madrid). Los escolares pertenecen a los cursos 4<sup>o</sup> a 8<sup>o</sup> de EGB ( de g a 14 años). Los cuestionarios utilizados se han diseñado específicamente para el estudio, con la ayuda de profesores de EGB.

**Resultados:** La mayoría de los escolares desayuna en sus hogares leche, siendo el único alimento del desayuno para un 30%. El 50% no ingiere ningún alimento en el recreo. Un 10% afirma no consumir nunca verduras. El 37% de los niños entre los 11 y los 14 años ha probado el alcohol y el 12% consume cigarrillos. Alrededor del 25% se cepillan los dientes tres veces al día . Los escolares dedican tres horas y media diarias , de media, a ver la televisión. La comunicación con el profesor es considerada desde regular hasta muy difícil por el 70% de los escolares de 6<sup>o</sup> a 8.<sup>o</sup> de EGB. El 42% y el 39,4% de los niños mayores de 11 años no habla con nadie del aborto y los anticonceptivos respectivamente.

**Conclusiones:** En general predomina un mayor porcentaje de niñas con hábitos saludables que de niños excepto en la práctica del deporte, al cual dedican más horas semanales, de media, los varones que las mujeres.

**Palabras clave:** Salud escolar. Infancia. Adolescencia. Hábitos saludables.

**ABSTRACT****School Health Behavior in a Periurban Town of Madrid**

**Background:** To describe health behavior of students about diet, alcohol and tobacco, dental-oral hygiene, leisure time activities and interpersonal relations.

**Methods:** 942 Students have been carried out. Children come from six schools of the town of Parla (in the south of Madrid). They are from 9 to 14 years old . The instruments have been made for this study , helping by teachers of EGB.

**Results:** 50% of the students doesn't eat any food at 12 o'clock, after drinking a glass of milk only at breakfast (8 o'clock). 10% never eats greens. 37% of the children in the upper level drinks alcohol sometimes and , in the same level, 12% smokes sometimes. Around 25% of children brushes their tooth three times in the day. The students watch television three hours and half, means, in the day. The communication with the teacher is evaluated from "not too bad" to "bad" by 70% of the students of upper level. 42% and 39.4% of the children talks about abortion and contraceptives , respectively, with nobody.

**Conclusions:** In general, girls have better habits than boys. Only exercise is more prevalent in the boys than in the girls.

**Key words:** School health. Childhood. Teenagers. Health behavior.

**INTRODUCCION**

La descripción de los hábitos de los escolares desde una perspectiva de promoci n de

la salud es indispensable para adoptar medidas que conserven de forma efectiva la salud de los niños y los jóvenes <sup>1,2</sup>.

Entre los comportamientos más importantes de ser abordados en la infancia y adolescencia para prevenir la aparición de problemas de salud se encuentran: la dieta y la nutrición <sup>3,4</sup>, el ejercicio físico <sup>5,6</sup>, el alcohol, tabaco y otras drogas <sup>7,8</sup>. La adopción de

Correspondencia:

M.<sup>a</sup> Isabel Fernández San Martín

Dirección AP. Area 10. Centro de salud Juan de la Cierva.

C) Juan de la Cierva s/n. 28902 GETAFE-MADRID

Fax: 6955 460

hábitos saludables en relación a estos aspectos puede disminuir el riesgo de padecer, entre otras, enfermedades como el cáncer, las cardiovasculares, la obesidad, la cirrosis y accidentes.

La descripción de las conductas de los escolares relacionadas con la salud es el primer paso a abordar para realizar posteriormente un programa de educación para la salud. Según Green<sup>9</sup> es necesario este conocimiento para realizar el diagnóstico de comportamiento previo al diagnóstico educacional.

El presente artículo describe los hábitos de salud de los niños que acuden a seis colegios de la zona Este de Parla, al sur de Madrid, en los que se desarrolló un programa de educación para la salud. Este programa fue elaborado por profesores voluntarios coordinados por un comité de especialistas en temas de salud (médicos de familia, enfermeros, psicólogos y trabajadores sociales).

## MATERIAL Y METODOS

La ciudad de Parla está situada al sur de Madrid y cuenta con 70.108 habitantes (censo 1991).

Los seis colegios participantes en el Programa de educación para la salud son públicos y se localizan en una zona básica de salud de Parla. La gran mayoría de los niños acuden a estos colegios viven en la zona. El municipio de Parla destaca, en relación al

conjunto de la comunidad de Madrid, por un mayor porcentaje de población por debajo de los 15 años, menos porcentaje de nacidos en el mismo municipio (5% del total), un 16,8% de desempleo, mayor porcentaje de trabajadores en la industria y en la construcción (censo 1991) y mayores tasas de fecundidad en mujeres por debajo de los 19 años.

El total de niños matriculados en el curso escolar 1990-1991 fue de 2.349, correspondiendo 1.040 al ciclo medio (9-10 años) y 1.309 al ciclo superior (11-14 años).

La muestra elegida para este estudio consta de 942 niños (tabla 1), correspondiendo 318 al ciclo medio (4.º y 5.º de EGB), y 624 al superior (6.º, 7.º y 8.º de EGB). Se eligieron a todos los niños de las aulas en las que el profesor participó en el Programa. La asistencia al curso donde se realizó el Programa fue totalmente voluntaria y la oferta del curso abierta a todo el profesorado de estos colegios. Este hecho determinó que la selección de la muestra no fuera aleatoria.

Los cuestionarios utilizados se han diseñado específicamente para este estudio, incluyendo ítems propios y otros instrumentos utilizados en otros estudios<sup>10, 11</sup>. Existen ligeras diferencias en algunas preguntas entre el instrumento dirigido al ciclo superior y el dirigido al ciclo medio. Se formó un grupo de trabajo con profesores de los dos ciclos de una escuela de la zona que no participaba en

**TABLA 1**  
Niños encuestados según edad, sexo y curso

	Varones		Mujeres		Edad		Total	
	n	%	n	%	Media	DE	n	%
4.º EGB	43	40,6	63	59,4	9,4	0,6	106	100
5.º EGB	103	48,6	109	51,4	10,5	0,7	212	100
6.º EGB	150	54,7	124	45,3	11,5	0,7	274	100
7.º EGB	48	54,5	40	45,5	12,6	0,8	88	100
8.º EGB	140	53,4	122	46,6	13,6	0,7	262	100
Total	484	51,4	458	48,6			942	100

el programa. Mediante un estudio piloto en sus aulas, se comprobó la comprensión del lenguaje por los niños y se realizaron las modificaciones oportunas en función de los resultados obtenidos en este estudio.

Las variables recogidas hacen referencia a los hábitos de los escolares en cuanto a alimentación, higiene, consumo de cigarrillos y bebidas, empleo del tiempo libre, y hábito de comunicación sobre temas conflictivos con personas del entorno.

La cumplimentación de los cuestionarios se realizó antes de comenzar el programa de educación para la salud, en el mes de febrero de 1991.

## RESULTADOS

Se presenta a continuación la descripción de los hábitos de los escolares estudiados, analizando separadamente cada ciclo escolar.

### Alimentación:

La mayoría de los niños desayuna leche (86,5% en el ciclo medio y 82,6% en el ciclo superior), siendo éste el único alimento en el desayuno para un 30% de los niños. El 7% de los niños no desayuna (tabla 2).

**TABLA 2**  
Desayuno de los niños, según ciclo escolar

	<i>Ciclo medio</i>		<i>Ciclo superior</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Leche	275	86,5	516	82,6
Zumo	28	8,8	77	12,3
Café	41	12,9	114	18,2
Fruta	24	7,5	26	4,2
Bollería	143	45,0	350	57,4
Bocadillo	12	6,0	30	4,8
Nada	20	6,3	43	6,9
TOTAL	318		625	

**Almuerzo en el recreo, según ciclo escolar**

	<i>Ciclo medio</i>		<i>Ciclo superior</i>	
	<i>n</i>	<i>%</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Bocadillo	68	21,4	115	18,4
Bollería	55	17,3	108	17,3
Golosinas	16	9,3	28	4,5
Fruta	38	11,9	46	7,4
Nada	159	50,0	347	55,5
TOTAL	318		625	

<sup>a</sup> Ciclo medio = 4.º y 5.º EGB; ciclo superior = 6.º, 7.º y 8.º EGB.

En el ciclo superior existen diferencias entre sexos: los niños desayunan más café (22,8% de varones frente al 12,9% de las mujeres;  $p < 0,01$ ) y más bollos que las niñas (62,7% de varones frente al 51,3% de mujeres;  $p < 0,01$ ).

Más del 50% de los estudiantes no almuerza en el recreo (tabla 2). En los dos ciclos se mantiene una diferencia significativa entre los niños y las niñas en el sentido de que son más, en porcentaje, los niños que no almuerzan que las niñas, aumentando estas diferencias con la edad.

La frecuencia de consumo de alimentos para los ciclos medio y superior aparece en la tabla 3. El 35% de los niños del ciclo superior toman dulces todos los días. Destaca asimismo el bajo consumo de verduras. Existen diferencias entre el consumo de fruta diario de los niños y niñas del ciclo superior en el sentido de un mayor consumo (85,3%) de las niñas frente al 74,6% de los niños ( $p < 0,01$ ). De la misma forma, el consumo de pescado casi todos los días está más extendido entre las niñas (46,1%) que entre los niños (39%;  $p < 0,01$ ).

**TABLA 3**  
Frecuencia de consumo de ciertos alimentos, según ciclo escolar

	Ciclo medio			Ciclo Superior		
	+ 1 vez* semana	Raramente	Nunca	+ una vez* semana	Raramente	Nunca
Verduras	66,5%	23,7%	9,9%	69,7%	20,1%	10,0%
Dulces	82,1%	13,9%	4,0%	80,4%	17,2%	2,4%
Pescado	78,6%	17,8%	3,6%	78,0%	17,1%	4,7%
Legumbres	84,1%	10,1%	5,7%	82,4%	12,5%	5,0%
Huevos	78,6%	17,1%	4,3%	82,9%	14,8%	2,3%
Fruta	93,8%	5,6%	0,7%	94,0%	4,7%	1,3%
Carne	94,1%	5,6%	0,3%	94,3%	5,6%	0,2%

Los porcentajes están calculados sobre el total de niños de cada ciclo escolar (ciclo medio = 4.º y 5.º EGB; ciclo superior = 6.º, 7.º y 8.º).

\* Agrupa las categorías "Diariamente", "Varias veces/semana" y "Una vez/semana".

**Frecuencia de consumo de bebidas. Porcentaje (\*) de niños que consumen una determinada bebida, según ciclo escolar**

	Ciclo medio			Ciclo Superior		
	+ 1 vez** semana	Raramente	Nunca	+ una vez** semana	Raramente	Nunca
Leche	95,5	3,3	1,3	95,2	1,3	3,5
Coca-cola	68,9	25,8	5,3	67,7	29,0	3,2
Zumos	67,0	25,7	7,3	63,9	26,7	9,4
Refrescos	64,8	31,3	3,8	65,9	31,0	3,1
Cerveza	4,7	13,6	81,7	8,2	16,0	75,7
Vino	5,1	12,2	82,8	7,1	12,3	80,6
Licores/ Combinados	—	—	—	10,4	10,5	79,1

(\*) Los porcentajes están calculados sobre el total de niños de cada ciclo escolar ( $n = 307$  en el ciclo medio, y  $n = 623$  en el ciclo superior).

(\*\*) Agrupa las categorías "Diariamente", "Varias veces/semana" y "Una vez/semana".

### Bebidas:

Los refrescos se ingieren con una frecuencia semanal (tabla 3) por el 68% de los niños del ciclo medio y 65% de los del ciclo superior.

El 37% de los niños del ciclo superior y el 24% de los del ciclo medio han probado las bebidas alcohólicas. En el ciclo superior se observa que las niñas prueban menos el alcohol que los niños (85% frente al 72% no lo han probado nunca;  $p < 0,01$ ). También los varones son los mayores consumidores de refrescos (60,5% frente al 47,4% de las niñas;  $p < 0,01$ ).

### Consumo de cigarrillos:

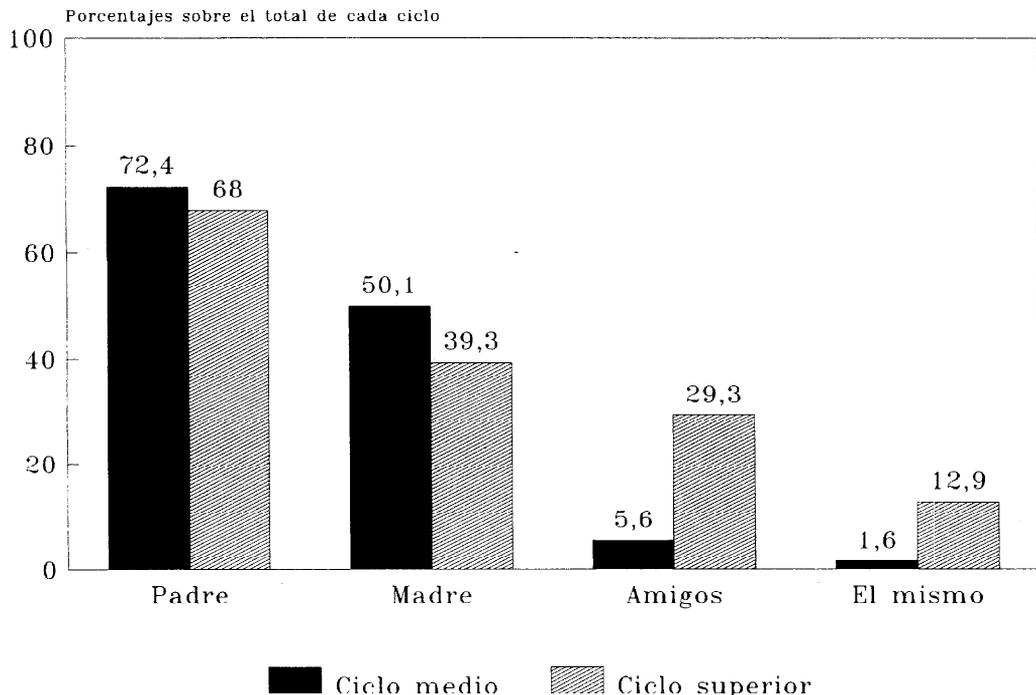
Un 1,6% de los niños del ciclo medio fuma cigarrillos, aumentando este porcentaje hasta un 12,9% de los niños del ciclo supe-

rior ( figura 1). Los padres de los escolares de ambos ciclos fuman de forma similar, ambos en un elevado porcentaje (70%). Las madres de los niños del ciclo superior fuman menos (39%) que las madres de los niños del ciclo medio (50,1%;  $p < 0,01$ ).

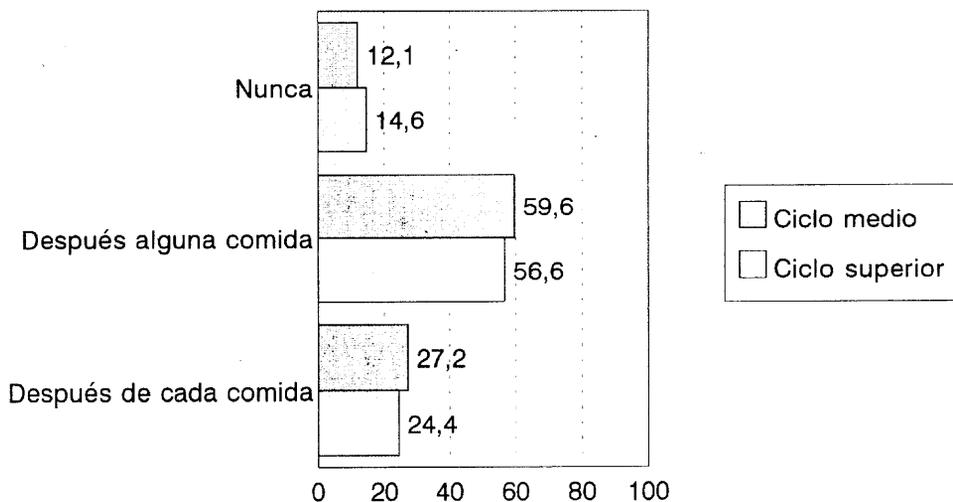
### Higiene bucal:

(Figura 2) El 27,4% de los niños del ciclo medio y el 24,4% de los del superior se cepillan los dientes después de cada comida ( desayuno, comida y cena). Existen diferencias significativas en cuanto al sexo en el ciclo superior ( $p < 0,01$ ); el porcentaje de niñas que se cepilla con la frecuencia deseada, después de cada comida, es del 32,3% frente a un 17,5% de los varones. Un 12,1% de niños del ciclo medio y un 14,6% del superior dice no cepillarse nunca los dientes.

FIGURA 1  
Consumo de cigarrillos según ciclo escolar



**FIGURA 2**  
**Frecuencia de cepillado de dientes**  
**Porcentaje de niños respecto al total de cada ciclo escolar**



Después de cada comida= desayuno, comida y cena

### Tiempo libre:

La actividad a la que dedican más tiempo los escolares del ciclo superior es "ver la televisión", en lo que emplean una media de tres horas y 30 minutos al día (DE = 2 hrs. 36 min.). En segundo lugar emplean su tiempo libre en "hacer deberes", con una media de diez horas y 48 minutos a la semana (DE = 8 hrs. y 48 min.), seguido de escuchar música (9 hrs. y 58 min. ± 16h. 21' a la semana). Practican deportes una media de nueve horas a la semana (DE = 12 hrs y 4 min). Existen diferencias significativas en cuanto al tiempo dedicado a la práctica de deporte; los niños le

dedican más tiempo semanal que las niñas ( $p < 0.01$ ), y las niñas dedican más tiempo a la lectura ( $p < 0,05$ ), la música ( $p < 0,01$ ) y los deberes ( $p < 0,01$ ) que los niños.

Los niños del ciclo medio ven la televisión más de dos horas al día (el 60,9% de todos ellos). El 46,3% hace deberes menos de dos horas al día: el 42,2% practica deporte alguna vez a la semana, y nunca hace deporte el 1,6% de los niños frente al 7,6% de las niñas ( $p < 0.01$ ). El 23,1% de las niñas leen más de dos horas al día frente al 16% de los niños. No lee nunca un 9,9% de los niños y un 1,9% de las niñas ( $p < 0.01$ ).

### Relaciones interpersonales:

La persona con la que mayor número de niños considera muy fácil comunicarse es la madre, aunque el mismo porcentaje de escolares del ciclo superior habla muy fácilmente de temas íntimos con los amigos (tabla 4). Por otro lado, la mayoría considera la comunicación con su profesor desde regular hasta muy difícil, sobre todo los estudiantes del ciclo superior.

Los temas que pueden ser conflictivos son discutidos con los padres, amigos, profesores o con nadie en los porcentajes señalados en la tabla 5. En general, el 39,4% de los escolares del ciclo superior no habla con nadie de anticonceptivos, y el 42% no habla con nadie del aborto. Los problemas con los estudios, con los amigos y de las drogas en general suelen hablarlo con los padres. Sin embargo de las relaciones entre sexos hablan sobre todo con los amigos (58%).

**TABLA 4**  
Dificultad en la comunicación entre el niño y las personas de su entorno acerca de temas íntimos.  
Porcentajes sobre el total de las filas

Personas con las que hablan:		Hablar de "sus cosas" les resulta:				
		Muy fácil	Fácil	Regular	Difícil	Muy difícil
Padre	C. superior	19,5	21,8	31,8	14,4	12,5
	C. medio	26,8	21,5	26,8	14,4	10,4
Madre	C. superior	41,1	26,8	21,5	7,3	3,3
	C. medio	48,3	26,7	16,7	6,0	2,3
Hermanos	C. superior	33,3	25,7	22,1	9,1	9,8
	C. medio	27,3	28,4	25,9	11,0	7,4
Amigos	C. superior	43,5	27,2	18,8	5,9	4,6
	C. medio	31,4	24,6	27,3	10,2	6,5
Profesor	C. superior	5,3	13,5	30,6	25,9	24,7
	C. medio	17,9	18,9	26,5	17,9	18,9

\* Ciclo medio = 4.º y 5.º EGB; ciclo superior = 6.º, 7.º y 8.º EGB.

**TABLA 5**  
Porcentaje de niños del ciclo superior que suele hablar de los siguientes temas y personas con las que los hablan

	Padres	Amigos	Profesor	No los habla con nadie
Anticonceptivos	27,2	36,9	5,9	39,4
Aborto	35,3	19,1	7,9	42,1
Drogas	42,5	28,8	13,1	32,5
Relaciones chico-chica	31,3	58,0	2,7	17,6
Problemas con los estudios	72,3	25,6	20,4	8,0
Problemas con los amigos	51,1	23,6	3,7	14,7

\* Ciclo superior = 6.º, 7.º y 8.º EGB.

Las niñas hablan más del aborto con sus padres y amigos (42,7% y 25,2% respectivamente) que los niños (29% y 13,9%). De forma similar, el tema de las drogas es más discutido por las niñas con sus padres (47,2%), amigos (34,6%) y profesores (16,8%) que por los niños (38,5%, 24% y 10,1% respectivamente).

## DISCUSION

La población escolar es fácilmente accesible y no suelen contabilizarse rechazos en los estudios realizados en los colegios; así ha sucedido en nuestro trabajo. A pesar de esto y del elevado número de encuestados, la falta de aleatorización de la muestra podría impedir la generalización de los resultados.

En general, los hábitos alimenticios referidos por los alumnos de Parla no difieren de los reflejados en otros estudios españoles. Por ejemplo, en el estudio realizado por el Ministerio de Sanidad y Consumo en 1990<sup>12</sup> en escolares de 6.º, 8.º de EGB y 2.º de BUP y FP destaca que aproximadamente el 43% de estos escolares consume dulces a diario, siendo este porcentaje del 35% en el ciclo superior de nuestra muestra, aumentando cuanto más pequeños son los niños. En ambos casos es elevada la frecuencia de consumo diario de dulces tanto por su desequilibrio energético/nutricional como por la producción de caries dental. De forma similar, un 20% de los escolares del estudio nacional<sup>12</sup> toma café diariamente, siendo este porcentaje del 18% entre los niños del ciclo superior de Parla. La fruta es consumida de forma comparable en ambos estudios, superando el 93% de estudiantes que la consume varias veces a la semana. Resulta preocupante el 10% de estudiantes que refieren no tomar verdura nunca, aunque esta cifra es algo superior en el estudio nacional (un 18% afirma no consumir verduras nunca o casi nunca). En general se consumen con más frecuencia los alimentos ricos en grasa animal (carnes y huevos) que el pescado. Los instrumentos para valorar los efectos de intervenciones de educación alimentaria<sup>13,14</sup> se enfocan actualmente hacia aquellos compor-

tamientos dietéticos que predisponen a enfermedades crónicas relacionadas con la dieta, en particular a la enfermedad coronaria<sup>15,16</sup>, quedando en segundo plano la memorización de ciertos conocimientos más clásicos, como la composición de los alimentos.

Un 37% de los niños del ciclo superior de los colegios de Parla dice beber alcohol ocasionalmente, mientras que sólo un 24% de los del ciclo medio dice hacerlo. Estas cifras son inferiores a las halladas en otros estudios: 68%<sup>10</sup> y 88,6%<sup>17</sup> para 8.º y 71,9% para 6.º. Pero hay que considerar que los cuestionarios utilizados han sido distintos. Los varones son mayores consumidores que las mujeres, lo que coincide con otros estudios<sup>10,17,11</sup>.

En cuanto al hábito tabáquico destaca el porcentaje de madres fumadoras entre los niños del ciclo medio (50%). Asimismo, una elevada proporción de padres, el 70%, fuma cigarrillos. Estos datos son consistentes con otros estudios<sup>18,19</sup>, pero no por ello deja de ser alarmante, ya que la asociación de este factor con el riesgo de que el niño/niña fume en el futuro ha sido establecida, especialmente la influencia de la madre fumadora en las chicas, y de ambos padres fumadores en chicos y chicas<sup>18</sup>.

Los hábitos higiénicos de estos escolares son también muy mejorables. Hasta un 15% de los niños del ciclo superior y un 12% de los del ciclo medio dicen no cepillarse nunca los dientes, lo que está muy cerca del 21% de hijos de obreros sin cualificar que no lo hacen en el estudio del Ministerio<sup>12</sup>, en contraste con el 10% de los hijos de técnicos superiores del mismo estudio. Asimismo, más niñas en ambos estudios afirman cepillarse los dientes con más frecuencia que los chicos del ciclo superior.

Las horas empleadas en ver la televisión, 3h. 30'/día en caso del ciclo superior están muy por encima de las del estudio del Ministerio<sup>20</sup>. Según el análisis de este último estudio "a menor cualificación profesional del padre, se observan más horas de televisión

diaria del hijo". Teniendo en cuenta el elevado porcentaje de trabajadores de la construcción y de la industria de la zona de Parla, podría explicarse la diferencia encontrada en los dos estudios. Con respecto a la práctica de deportes, las niñas son las que menos los practican en los dos ciclos, al igual que en otros estudios españoles<sup>12, 11, 20</sup>. Parece claro que el inicio en el deporte debe ser en la escuela, y un objetivo importante de un programa educacional debe contemplar el fomento de la práctica de deportes compatibles con la vida social y laboral fuera del colegio. Asimismo, parece necesario estimular la práctica de ejercicio físico especialmente entre las niñas, ya que el sedentarismo se plantea como un problema importante, sobre todo entre las adolescentes españolas.

Los escolares de Parla establecen las mejores relaciones de comunicación dentro de la familia con la madre. En general, son sus padres los primeros a los que se dirigen los jóvenes de este estudio para hablar de drogas, de sus problemas con los amigos y con los estudios, lo que es muy similar a los hallazgos del estudio de los escolares españoles<sup>12</sup>; mientras que los profesores parecen menos asequibles para tratar de sus problemas personales. Ante este hecho, parece razonable cuestionarse la necesidad de mejorar los canales de comunicación entre alumnos y profesores y facilitar la accesibilidad a éstos, si vamos a considerar a los maestros como educadores o agentes de salud.

## BIBLIOGRAFIA

- Schuster CA. La educación para la salud, base para el desarrollo integral del niño. *Bol Of Sanita Panam* 1985; 6: 513-525.
- World Health Organization. Primary Health Care: Report of the conference on Primary Heal Care. Ginebra: WHO, 1978.
- Grundy Scott M., Bilheimer D., Blackburn H., Brown V., Kwiterovich P., Mattson F., et al. Rationale of the Diet-Heart statement of the American Heart Association. *Report of Nutrition Commitee. Circulation*; 1982; 65: 839A-654A.
- Graham Saxon. Toward a Dietary Prevention of Cancer. *Epidemiol Rev* 1983; 5: 38-50.
- Hatziandreu E, J, Kaplan J, Weinstein M, Carpersen CJ, Warner KE, A cost-effectiveness Analysis of exercise as a Health promotion activity. *Am J Public Health* 1988; 78: 1417-21.
- Blair Steven N., Kohl HW., Paffenbarger RS., Clark DG., Cooper KH., Gibbons LW. Physical fitness and all-cause mortality. A prospective study of healthy men and women. *JAMA* 1989; 262: 23952401.
- Damberg, Cheryl L. Strategies for promoting the health of minorities: The school-Age Population. *Health Values* 1986; 10: 29-33.
- Swan AV, Creeser R and Murray M. When and Why children first start to smoke. *Int J Epidemiol* 1990; 19: 323-330.
- Green Lawrence W. et al. *Health Education Planning. A diagnostic approach*. Palo Alto: Mayfield Publishing Company, 1980.
- Higuera Soldevilla A, Ruiz I. Características del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas en la población escolar de Cantabria. Santander: Ed. Diputación Regional de Cantabria, 1987.
- Comín E, Nebot M. Factores de riesgo ligados al estilo de vida en la edad evolutiva. El Proyecto FRISC de Barcelona. Barcelona: Ed. Ayuntamiento de Barcelona, 1990.
- Mendoza R, Sagrera M.R, Batista, I.M. Los escolares y la salud. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 1990.
- Contento JR. Kindergarten through sixth grade nutrition education. In: Nestor JP, Clozter JA, eds. *Teaching nutrition*. Cambridge Mass. Abt Books, 1981: 158-236.
- Johnson D, Johnson R. A meta-analysis and synthesis of nutrition education research. *J Nutr Educ*, 1985; 17(suppl):1-68.
- Stone EJ. School-based health research funded by the National Heart, Lung and Blood Institute. *J Sch Health*, 1985; 55: 168-174.
- Stone EJ, Perry CL, Luepker RV. Synthesis of cardiovascular behavioral research for youth and health promotion. *Health Educ Q* 1989; 16:155-169.

17. Mendoza Bejarano R. Consumo de alcohol y tabaco escolares españoles. *Comunidad y Drogas* 1987; 5: 87-102.
18. Swan AV, Creeser R, Murray M. When and why children first start to smoke. *Int J Epidemiol* 1990; 19: 323-330.
19. Villalbi JR, Nebot M, Comín E, Murillo C. Consumo precoz de tabaco en escolares. *Rev San Hig Púb* 1990; 64: 613-623.
20. Mendoza Bejarano, R. Los escolares y la Salud. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre drogas. Ministerio de Sanidad y Consumo, 1988.