



## Los beneficios de la dieta mediterránea en los niños

13/09/2017

Divulgación

Premiada una investigación de la UGR que analiza los beneficios de la dieta mediterránea en los niños

**El estudio examina los efectos beneficiosos de la dieta mediterránea en relación con la actividad física, la calidad de vida y el bienestar psicológico en escolares de 10 años**

**El Nestlé Nutrition Institute, en su 17th John M. Kinney Awards, ha concedido a este trabajo el premio al mejor artículo de investigación**



Una investigación de los profesores del departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Granada, **José Joaquín Muros Molina y Félix Zurita Ortega**, examina los efectos beneficiosos de la dieta mediterránea en relación con la actividad física, la calidad de vida y el bienestar psicológico en escolares de 10 años. El Nestlé Nutrition Institute, en su 17th John M. Kinney Awards, ha concedido a este trabajo el **premio al mejor artículo de investigación**.

El premio se ha hecho público en el 37th Congress of the European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN), un encuentro bianual celebrado entre el 9 y el 12 de septiembre en La Haya (Países Bajos), y concedido por el Nestlé Nutrition Institute, junto con la prestigiosa revista Nutrition: The International Journal of Applied and Basic Nutritional Sciences.

El prestigioso premio internacional, que se concede al mejor artículo de investigación en nutrición pediátrica, está dotado con 6000 dólares. El trabajo galardonado este año se titula Mediterranean diet adherence is associated with lifestyle, physical fitness, and mental wellness among 10-y-olds in Chile, del que son autores José Joaquín Muros Molina y Félix Zurita Ortega, profesores del Departamento de

Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la UGR, junto con tres docentes más: Cristian Cofre Boladós (Universidad de Santiago de Chile), Daniel Arriscado Alsina (Universidad Internacional de La Rioja) y Emily Knox (University of Nottingham, Reino Unido).

La investigación tenía como objetivo examinar la **relación entre la adherencia a la dieta mediterránea, la condición física, la autoestima y otros factores del estilo de vida**. Todos los hallazgos fueron significativos, por lo que, como conclusión, se obtuvieron relaciones positivas entre un buen seguimiento de la dieta mediterránea y una mejora de la composición corporal, la condición física y los estilos de vida saludables.

### **Referencia bibliográfica del artículo premiado:**

Muros-Molina, J. J., Cofré-Boladós, C., Arriscado, D., Zurita-Ortega, F., y Knox, E. (2017). Mediterranean diet adherence is associated with lifestyle, physical fitness, and mental wellness among 10-y-olds in Chile, *Nutrition*, 35, 87-92.

### **Imágenes adjuntas:**



1. Los profesores de la UGR premiados.

### **Contacto:**

**José Joaquín Muros Molina**

Departamento de Didáctica de la Expresión Musical Plástica y Corporal de la UGR

Teléfono: 958246350

Correo electrónico: @email

**Félix Zurita Ortega**

<http://www.ugr.es/en>

Director del departamento de Didáctica de la Expresión Musical Plástica y Corporal  
de la UGR

Teléfono: 958248949

Correo electrónico: felixzo@ugr.es