

## **Aversiones alimentarias en adolescentes de la Secundaria Básica José Martí en municipio Cerro. 2015**

### **Food aversions of teenagers from the Junior High School Jose Marti in the municipality Cerro. 2015**

**MSc. Isis Rodríguez Ribalta, Dra. Ana Rosa Morales Pérez, MSc. Juliette Massip Nicot, MSc. María Elena Sardinias Arce, MSc. Rogelio Balado Sansó, Dra. Santa C. González O'Farrill**

Hospital Universitario Clínico Quirúrgico General Calixto García. La Habana, Cuba.

---

#### **RESUMEN**

**Introducción:** la adolescencia es considerada una etapa compleja no solo por los cambios que ocurren en el organismo desde todos los puntos de vista, sino por la complejidad que presupone el manejo psicológico de la misma, de esta forma también influye, lo relacionado con su hábitos alimenticios.

**Objetivo:** describir el comportamiento de las aversiones alimentarias en 94 adolescentes, de la escuela Secundaria Básica "José Martí".

**Materiales y Métodos:** se realizó un estudio descriptivo transversal, con 94 adolescentes de la escuela Secundaria Básica "José Martí" del municipio Cerro, que cursaban el 7mo grado, cuyas edades oscilaron de 11 a 15 años de edad, durante el período de septiembre a octubre del 2015.

**Resultados:** los grupos de alimentos más detestados fueron los vegetales y las frutas. El pescado a pesar de su importancia nutricional fue el alimento más rechazado y el menos consumido. Las viandas, las legumbres, los cereales, las carnes blancas, el huevo y los lácteos fueron los grupos de alimentos por los que menos aversión mostraron. Continúa siendo un factor de riesgo para la población adolescente, la ingestión de dulces y azúcares por ser uno de los alimentos preferidos y de mayor consumo.

**Conclusiones:** las aversiones alimentarias detectadas sitúan a este grupo atareo en una situación vulnerable desde el punto de vista nutricional, y ratifica que los alimentos con mayores valores nutricionales son los menos aborrecidos, a pesar de las consecuencias actuales y futuras que pueden generar en su salud, así como el incremento de la incidencia de enfermedades relacionadas con los hábitos dietéticos.

**Palabras claves:** aversión alimentaria, adolescentes, nutrición.

---

## **ABSTRACT**

**Introduction:** the adolescence is considered a complex stage not only because of the changes occurring in the organism from all the points of view, but also due to the complexness of its psychological management. Eating habits belong to this field.

**Objective:** to describe the behavior of food aversions in 94 teenagers of the Junior High School "José Martí."

**Materials and Methods:** a cross-sectional, descriptive study was carried out during the period September-October 2015, with 97 7th-grade students of the Junior High school "José Martí", municipality Cerro, whose age ranged from 11 to 15 years.

**Results:** the most detested food groups were vegetables and fruits. Fish, in spite of its nutritional importance, was the most rejected food and the less consumed one. Vegetables, legumes, cereals, white meats, eggs and dairy products are the food groups for which they showed less aversion. It is still a risk factor for the adolescent population the consumption of sweets and sugar because they are their preferable food and the ones they consume the most.

**Conclusions:** the detected food aversions locate this age group in a vulnerable situation from the nutritional point of view, and ratifies foods with higher nutritional values are the less detested ones, in spite of the current and future consequences that could generate in their health, and also indicates the raise of the incidence of diseases related with dietary habits.

**Key words:** food aversion, teenagers, nutrition.

---

## **INTRODUCCIÓN**

La adolescencia es considerada una etapa compleja no solo por los cambios que ocurren en el organismo desde todos los puntos de vista, sino por la complejidad que presupone el manejo psicológico de la misma, de esta forma influye en la conducta y hábitos alimentarios, en la que al incrementarse el apetito y las demandas de nutrientes entra a jugar una participación más activa en la vida de ellos. En la niñez predomina básicamente un régimen alimentario regido por los padres, lo que no ocurre en esta etapa en que el adolescente elige que es lo que va a ingerir y en ocasiones los alimentos seleccionados dejan de ser los más adecuados para su desarrollo y formación. Por supuesto que el papel de la familia en la alimentación es primordial, la cual puede estar influenciada por los hábitos alimentarios con los cuales han crecido y que sientan las bases para una buena nutrición; si han sido consumidores de una dieta balanceada hasta este momento esto influirá en la manera de alimentarse en esta otra etapa de la vida.<sup>(1)</sup>

Los hábitos alimentarios están condicionados por la disponibilidad de alimentos, las pautas alimentarias y de ahí las preferencias alimentarias, los adolescentes son difíciles de cambiar en cuanto a gustos y preferencias lo que hace que prefieran en ocasiones dietas bajas en nutrientes que son esenciales en su desarrollo y crecimiento.<sup>(1)</sup>

El empeño que se emplee en generar cambios en las preferencias alimentarias de los adolescentes debe estar encaminado a propiciar información a través de la educación amena y el conocimiento de las ventajas que representan para su salud. Si se tiene en cuenta que en esta etapa predominan entre sus preferencias los alimentos habitualmente llamados "chatarras", comidas rápidas con exceso de carbohidratos y grasas, que lejos de generar salud; proporcionan la aparición del sobrepeso y la obesidad y la elevación de riesgos de contraer patologías como la diabetes mellitus tipo II, la cual ha aumentado su incidencia en la actualidad.<sup>(2)</sup>

Una herramienta importante para lograr esto sería con el nutricionista comunitario que se incorporara a los Grupos Básicos de Trabajo o grupos multidisciplinarios existentes en las áreas de salud, cuya misión podría ser encargarse de la supervisión de los programas alimentarios.<sup>(3)</sup>

Existen pocos estudios en Cuba que aborden el tema de preferencias o aversiones alimentarias en adolescentes. Esta investigación está encaminada a describir el comportamiento de las aversiones alimentarias en adolescentes teniendo en cuenta los diferentes grupos de alimentos, así como relacionar los alimentos que con más frecuencia ellos rechazan y cuáles prefieren.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, con el objetivo de describir el comportamiento de las aversiones alimentarias en adolescentes de la escuela Secundaria Básica "José Martí" del municipio Cerro, que se encontraban cursando el 7mo grado, cuyas edades oscilaron de 11 a 15 años de edad, durante el período de septiembre a octubre del 2015.

La población objeto de estudio fueron 94 adolescentes que se encontraban cursando el 7mo grado.

Se le aplicó una encuesta alimentaria previo consentimiento de la directora del centro escolar, la cual fue validada por el Instituto de Higiene de los Alimentos, que incluyó frecuencia de alimentación, alimentos que aborrecía por grupos de alimentos. Previamente se aplicó la encuesta en un grupo de 20 estudiantes del mismo grado, ya que se agregaron las aversiones alimentarias, lo que aportó resultados positivos en su aplicación en cuanto a comprensión de lo que deseábamos explorar.

Las preguntas formuladas indagaron sobre preferencias alimentarias de los adolescentes, en el que se preguntó sobre que alimentos prefieren comer por grupos, se incluyó la no exposición al alimento y los que aborrecen dentro de cada grupo de alimentos. Los datos obtenidos se vertieron en una base de datos creada al efecto.

Se observaron estrictamente todos los aspectos éticos de la investigación tanto de los pacientes como información y datos obtenidos en cuanto a veracidad y privacidad, sometiendo este proyecto al comité de ética de investigaciones y al Consejo Científico del hospital.

Se utilizaron frecuencias absolutas y relativas para mostrar los resultados, así como su análisis, llevadas a tablas y gráficos a través del programa Excel.

## RESULTADOS

En la tabla 1 se muestra la distribución de estudiantes por edades las que oscilaron entre los 11 y 15 años. La mayor cantidad de casos estudiados pertenecían al rango de 12 años de edad (51,1 %).

**Tabla 1.** Relación de edad y sexo de los adolescentes estudiados

Edad y Sexo		Frecuencia	Porcentaje
Edad	11 años	1	1,1
	12 años	48	51,1
	13 años	21	22,3
	14 años	23	24,5
	15 años	1	1,1
	Total	94	100,0
Sexo	Femenino	50	53,2
	Masculino	44	46,8

Se describe en la tabla 2 que entre los grupos de alimentos que los adolescentes aborrecen están los vegetales (67,0 %), y el pescado (37,2 %).

Otros alimentos como carnes blancas, granos, huevo son menos rechazados por los adolescentes.

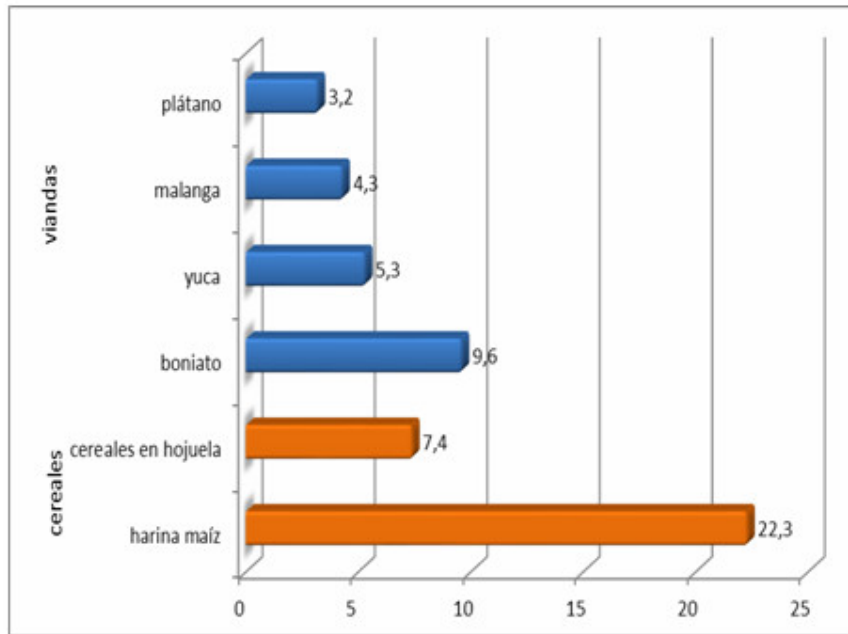
Resulta significativo que el 100 % de los adolescentes ingieren algún tipo de dulce frecuentemente y entre los tres alimentos que menos ingieren están los vegetales con un 65,9 %.

**Tabla 2.** Distribución de los 14 grupos de alimentos según preferencias de los adolescentes

Grupo de alimentos	Ingieren		Nunca		Aborrecen	
	No.	%	No.	%	No.	%
Vegetales	62	65,9	32	34,0	63	67,0
Frutas	57	60,6	37	39,3	41	43,6
Pescado	21	22,3	73	77,6	35	37,2
Carnes rojas	94	100,0	0	0,0	31	33,0
Grasas vegetales	86	91,5	8	8,5	26	27,7
Cereales	90	95,7	4	4,3	21	22,3
Carnes blancas	92	97,9	2	2,1	19	20,2
Viandas	91	96,8	3	3,2	18	19,1
Carnes procesadas	86	91,5	8	8,5	15	16,0
Granos	93	98,9	1	1,1	15	16,0
Huevos	91	96,8	3	3,2	14	14,9
Grasas de origen animal	93	98,9	1	1,1	11	11,7
Lácteos	93	98,9	1	1,1	9	9,6
Azúcares y dulces	94	100,0	0	0,0	4	4,3

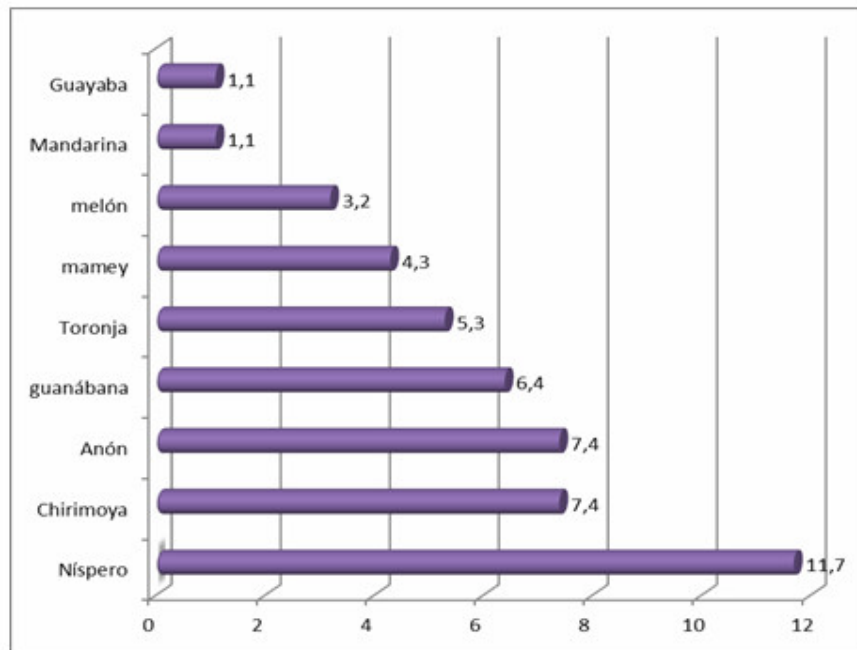
El comportamiento del consumo de viandas en los adolescentes estudiados se comportó de manera similar, y la que más aborrecen es el boniato con un 9,6 %, seguido de la yuca con un 5,3 %.

En el gráfico 1 según los grupos de alimentos se observa que el 22,3 % de los adolescentes aborrecen la harina de maíz perteneciente al grupo de los cereales, hay otros cereales que los consumen habitualmente en ambas comidas.



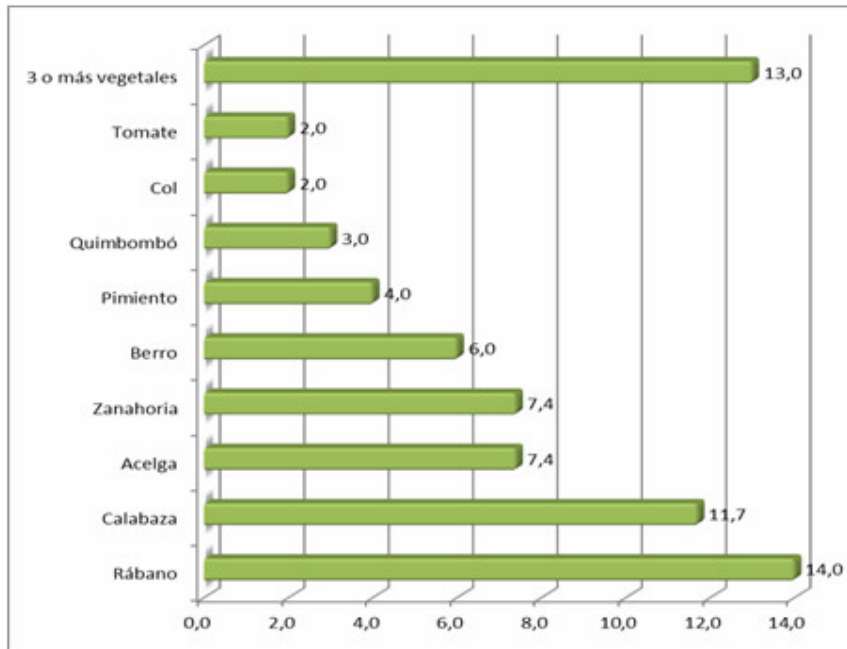
**Gráf. 1.** Distribución de cereales y viandas que aborrecen los adolescentes.

En el gráfico 2 se ilustra que la frutas que más aborrecen los adolescentes son el níspero en un 11 %, la chirimoya (7,4 %) y el anón en un 7,4 %.



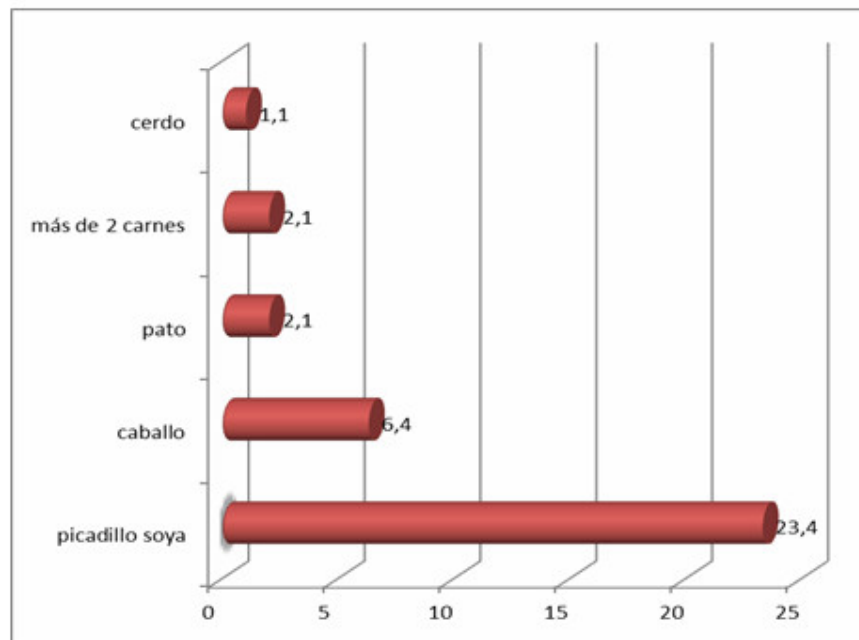
**Gráf. 2.** Distribución de las frutas que aborrecen los adolescentes.

Como se ilustra en el gráfico 3 del grupo de los vegetales, el 14 % de los adolescentes aborrecen el rábano y la calabaza y un 13 % aborrecen tres o más vegetales.



**Gráf. 3.** Distribución de los vegetales que aborrecen los adolescentes estudiados.

De los alimentos pertenecientes a las carnes de origen animal, el 23,4 % de los adolescentes aborrecen el picadillo de soya y solamente el 2,1 % de los casos aborrecen más de dos tipos de carnes. (Gráf. 4)



**Gráf. 4.** Distribución de carnes que aborrecen los adolescentes.

## DISCUSIÓN

En este estudio se abordaron las conductas alimentarias en los adolescentes y se hizo énfasis dentro de los grupos de alimentos, los que ingieren en menor cuantía, ya sea por poco acceso a ellos o por diferentes proyecciones del gusto.

En cuanto a las edades de estos adolescentes oscilaron entre los 11 y 15 años y las hembras predominaron por encima de los varones, lo que coincide con estudios en la Habana donde predomina el sexo femenino, al igual que hallazgos en la ciudad de Cantabria donde el 51,6 % son del sexo femenino.<sup>(4)</sup>

Los cereales los consumen bien habitualmente en ambas comidas, esto coincide con igual estudio realizado en La Habana en el municipio 10 de octubre, en el cual los cereales se consumen diariamente en el 93,2 % de los casos y en este estudio un solo adolescente refirió nunca ingerir cereales.<sup>(5)</sup>

Entre los alimentos que los adolescentes detestan estuvieron los vegetales y el pescado, lo que concuerda con reportes en España en que adolescentes varones entre 14 y 18 años tienen una aversión importante al pescado, mientras que las hembras si lo consumen sin dificultad. Esta diferencia se asocia por la preocupación de las muchachas que son más selectivas en su alimentación cuidando no incrementar su peso, a diferencia de los varones que procuraban otros tipos de alimentos menos saludables. En las apreciaciones sobre preferencias alimentarias en los adolescentes del estudio antes mencionado, en un municipio habanero, se constata que el 67,7 % afirman no ser consumidores de pescados; y el 84,9 % refieren no consumir mariscos, aunque hay que tener en cuenta que el pescado es un alimento, que en ocasiones, es limitada su adquisición. Los adolescentes suelen preferir las carnes blancas o procesadas obviando el aporte nutricional que representa consumir pescado fresco por su contenido de omega 3, costumbre arraigada en la población cubana en general.<sup>(5,6)</sup>

Las carnes blancas, granos y huevo son menos aborrecidos por los adolescentes lo que coincide con estudios realizados en el que el consumo de huevo era tan elevado en los adolescentes, que se decidió estudiar sus efectos sobre el colesterol, demostrándose que sus cifras altas no se corresponden con el consumo de dicho alimento sino con el consumo de otros más dañinos. Generalmente el huevo es un alimento que es bien tolerado por los adolescentes, existen en otros países que lo resaltan como un alimento de la dieta bien aceptado para ser utilizado en el desayuno y en las meriendas.<sup>(7)</sup>

Las grasas vegetales y los lácteos quedaron dentro de los grupos de alimentos menos aborrecidos por los adolescentes, coincide este resultado con otros estudios realizados en grupos poblacionales de adolescentes o adultos en los que se mantiene como conducta arraigada en la población, el consumo de algún lácteo en el transcurso del día así como las grasas vegetales que se sitúan como componentes de la dieta en las diferentes comidas; acompañando ensaladas, meriendas y como elemento esencial en la elaboración de otros platos.<sup>(8)</sup>

El consumo de algún tipo de dulce con frecuencia es otra de las características en la alimentación de los adolescentes estudiados lo que también se manifestó en aportes anteriores en ciudad de La Habana y en otros países como: Bélgica, España, Hungría, Reino Unido y Suecia. Se constata que en edades entre 13-14-15 y 16 años todos coincidían en que la comida sana es poco apetitosa por lo que preferían las dietas ricas en azúcares simples y grasas, se asevera en este estudio que este hecho tiene una relación fisiológica con la liberación de neurotransmisores como la dopamina ligada a las emociones y los sentimientos de placer.<sup>(5,9)</sup>



Esto sitúa a los adolescentes en un período vulnerable desde el punto de vista nutricional, que está originado por una implantación de la autonomía y la adquisición de nuevos hábitos alimentarios como la alta disponibilidad de alimentos refinados ricos en azúcares simples, grasas y energía. Lo cual ratifica que sean los menos aborrecidos, a pesar de las consecuencias que pueden generar en su salud actual y futura, si tenemos en cuenta el incremento de la incidencia de enfermedades muy relacionadas con los hábitos dietéticos.<sup>(10)</sup>

Las confirmaciones de dos regiones diferentes de España atlántica y mediterránea respectivamente manifiestan el rechazo de los vegetales por parte de los adolescentes, sin embargo son más aceptados por las mujeres de la atlántica. De ahí la importancia de las culturas, hábitos familiares y personales en los alimentos que ingiere la población en general.<sup>(9,11)</sup>

Dicho estudio en España utilizó variables muy similares a las empleadas en este trabajo. Según consumo de tipos de alimentos el 55,4 % de los adolescentes españoles consumió diariamente 1-2 raciones de verdura, ( $p = 0,009$ ); aunque en la zona atlántica el 27,3 % no las ingería nunca. El consumo de huevos 1-3/semana es de 51,4 %, ( $p = 0,037$ ), ligeramente superior en la zona atlántica lo que puede deberse a la ingesta frecuente a media mañana de un bocadillo. Además, hay un bajo consumo de legumbres; el 62,2 % de los adolescentes españoles no las consumen semanalmente ( $p = 0,003$ ). El 52,7 % no ingieren refrescos ( $p = 0,035$ ), cuya mayor ingesta está entre las mujeres en la zona mediterránea. No existen datos estadísticamente significativos en el consumo diario de frutas ( $p = 0,490$ ); el 31,7 % de los adolescentes de la zona mediterránea no las ingería nunca. El consumo de pescado también es bajo ( $p = 0,053$ ), es de 46,3 %.

La mayoría de los adolescentes de ambas zonas consumen bollería, *snacks*, *fastfood* ( $p = 0,089$ ) de forma elevada mientras que el consumo de refrescos ( $p = 0,129$ ) fue moderado. Predomina una alta preferencia en la elección de alimentos proteicos de origen animal, como el consumo de carne semanalmente o el consumo de lácteos y sus derivados, resultados muy coincidentes con los obtenidos en esta investigación a pesar de pertenecer a culturas diferentes. Hallazgos obtenidos en Argentina, Cuba y otros países muestran el predominio de la aversión a los vegetales en ambos sexos.<sup>(9-14)</sup>

El comportamiento del consumo de viandas es similar en los muchachos estudiados. Estos alimentos son poco aborrecidos. En cuanto a las frutas, hay que tener en cuenta que existe poca disponibilidad de estas frutas aquí aborrecidas, y es claro que en la medida que un individuo se exponga menos a un determinado alimento existe más probabilidad de aborrecerlo.

Un elevado consumo de vegetales puede disminuir el riesgo de enfermedades crónicas, se ha llegado a esta conclusión desde hace más de 30 años, puesto que estos con sus efectos antioxidantes previenen la aparición de enfermedades cerebrovasculares, aterosclerosis, diabetes mellitus, colitis, etc. Las altas concentraciones de fitoquímicos protegen al organismo contra el daño estrés oxidativo.<sup>(12)</sup>

Dentro del grupo de las carnes, aquellas que están procesadas con soya son las menos aceptadas, empero de ser esta, una legumbre con gran valor nutricional reconocido a nivel mundial, lo que puede estar dado por la forma de presentación y por el desconocimiento que existe de sus ventajas para la salud y para la prevención de enfermedades crónicas.<sup>(15,16)</sup>

Los vegetales y las frutas no están dentro de los alimentos que prefieren consumir los adolescentes. Predominó bajo nivel del consumo de pescado. Las viandas, las legumbres, los cereales, las carnes blancas, el huevo y los lácteos fueron los grupos de alimentos por los que menos aversión sintieron los adolescentes. Continúa siendo un factor de riesgo para la población adolescente la ingestión de dulces y azúcares dentro de las diferentes comidas.

Se recomienda la realización de estudios similares en otros sitios de la ciudad y del país para identificar los alimentos de mayor rechazo e implementar proyectos comunitarios hacia los adolescentes con el fin de promover estilos de vida saludables y lograr una alimentación adecuada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- Berciano S, Ordovás JM. Nutrición y salud cardiovascular. Rev Española Cardiología [Internet]. 2014 [citado 21 Mar 2017]; 67(9):738-47. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0300893214003091>
- 2- Ross AC, Caballero B, Cousins RJ, et al. Nutrición en la salud y la enfermedad. Wolters Kluwer Health Editors; 2014.
- 3- González Domínguez A, Bell Benavides Z, Pérez Santana M, et al. Sobre las competencias de los nutricionistas en los ámbitos hospitalarios y comunitarios. Rev Cubana Aliment Nutr [Internet]. 2011 [citado 21 Mar 2017]; 21(1):159-74. Disponible en: [http://www.revicubalimentanut.sld.cu/Vol\\_21\\_1/RCAN\\_Vol\\_21\\_1\\_Pages\\_159\\_174.htm](http://www.revicubalimentanut.sld.cu/Vol_21_1/RCAN_Vol_21_1_Pages_159_174.htm)
- 4- De-Rufino Rivas PM, Guerra O, Casuso Ruiz I, et al. Evaluación del riesgo nutricional de los adolescentes escolarizados en Cantabria. Nutric Hosp. [Internet]. 2014 [citado 21 Mar 2017]; 29(3):652-7. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112014000300026&script=sci\\_arttext&lng=en](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112014000300026&script=sci_arttext&lng=en)
- 5- Valdés Gómez W, Leyva Álvarez G, Espinosa Reyes T, et al. Hábitos alimentarios en adolescentes de séptimo grado del municipio "10 de Octubre". Rev Cubana Endocrinol [Internet]. 2012 [citado 21 Mar 2017]; 23(1):37-41. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-29532012000100002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532012000100002)
- 6- Aranceta Bartrina J, Serra Majem L, Pérez Rodrigo C, et al. Alimentación infantil y juvenil: recomendaciones para una alimentación saludable. En: Serra Majem L, Aranceta Bartrina J. Alimentación infantil y juvenil. Estudio en Kid [Internet]. Barcelona: Masson; 2012 [citado 21 Mar 2017]. p. 69-80. Disponible en: <https://www.casadellibro.com/libro-alimentacion-infantil-y-juvenil-estudio-enkid/9788445812549/856399>
- 7- Ramírez Vázquez H. Enfermedades Cardiovasculares, Nutrición. Adolescencia: consumo de huevo y factores de riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares. Madrid: Editorial Vegas; 2013.

- 8- Bartrina JA, Pérez Rodrigo C, García Fuentes M. Nutrición comunitaria [Internet]. Cantabria: Editora Universidad de Cantabria. 2015 [citado 21 Mar 2017]. Disponible en:  
[https://books.google.com.do/books?hl=es&lr=&id=CMztCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=Bartrina+JA,+Pérez+Rodrigo+C,+García+Fuentes+M.+Nutrición+comunitaria.+Editora+Universidad+de+Cantabria.+2015&ots=k4xkfWtG6d&sig=5GqFNsBHpDuZbcf9OwBpc\\_NKo\\_Y&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.do/books?hl=es&lr=&id=CMztCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=Bartrina+JA,+Pérez+Rodrigo+C,+García+Fuentes+M.+Nutrición+comunitaria.+Editora+Universidad+de+Cantabria.+2015&ots=k4xkfWtG6d&sig=5GqFNsBHpDuZbcf9OwBpc_NKo_Y&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- 9- Moreno LA, Gottrand F, Huybrechts I, et al. Nutrition and Lifestyle in European Adolescents: The HELENA (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence) Study. *Adv Nutr*. 2014 Sep;5(5):615S–623S. Citado en PubMed; PMC4188245.
- 10- Fajardo LF, Escobar MV, de Ramírez BG, et al. Relación entre los niveles de hemoglobina, hierro y ferritina y el rendimiento académico en una población escolar. *Colombia Médica* [Internet]. 2016 [citado 21 Mar 2017]; 22(3):109-14. Disponible en:  
<http://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/2563>
- 11- Morales J, Suárez-Varela M, Ruso Julve C, et al. Valoración del patrón alimentario en adolescentes españoles en zona mediterránea y atlántica: un estudio piloto. *Rev esp nutr Comunitaria* [Internet]. 2014 [citado 21 Mar 2017];20(3):85-90. Disponible en: <http://pesquisa.bvsalud.org/bvsvs/resource/es/ibc-139909>
- 12- Bergel ML, Cesani MF, Cordero ML, et al. Valoración nutricional de escolares de tres países iberoamericanos: Análisis comparativo de las referencias propuestas por el International Obesity Task Force (IOTF) y la Organización Mundial de la Salud Nutritional valuation of schoolchildren from three Ibero-American countries. *Nutr clín diet Hosp*. [Internet]. 2014 [citado 21 Mar 2017];34(1):8-15. Disponible en:  
<http://revista.nutricion.org/PDF/VALORACION-NUTRICIONAL.pdf>
- 13- Rizo- Baeza MM, González-Brauer NG, Cortés E. Calidad de la dieta y estilos de vida en estudiantes de Ciencias de la Salud. *Nutrición Hospitalaria* [Internet]. 2014 [citado 21 Mar 2017];29(1):353-7. Disponible en:  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112014000100020](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112014000100020)
- 14- Nicklas TA, Baranowski T, Baranowsky JC, et al. Estudio de ingesta de Vegetales y Frutas en adolescentes en el área Metropolitana de Buenos Aires. Argentina: Editorial Buenos Aires; 2014.
- 15- Franco M, Bilal U, Orduñez P, et al. Population-wide weight loss and regain in relation to diabetes burden and cardiovascular mortality in Cuba 1980-2010: repeated cross sectional surveys and ecological comparison of secular trends. *BMJ* [Internet]. 2013 [citado 21 Mar 2016];346:f1515. Disponible en:  
<http://www.bmj.com/content/346/bmj.f1515.full>
- 16- Fuertes García A. Consumo de huevos y riesgo cardiovascular. *Nutrición Hospitalaria* [Internet]. 2016 [citado 21 Mar 2016];33(4):112-23. Disponible en:  
<http://revista.nutricionhospitalaria.net/index.php/nh/article/view/344>

Recibido: 7 de abril de 2017.  
Aprobado: 8 de noviembre de 2017.

*Isis Rodríguez Ribalta*. Hospital Universitario Clínico Quirúrgico General Calixto García. Avenida Universidad y J. Vedado. Plaza de la Revolución. La Habana. Correo electrónico: [gnb@infomed.sld.cu](mailto:gnb@infomed.sld.cu)

### **CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO**

Rodríguez Ribalta I, Morales Pérez AR, Massip Nicot J, Sardinias Arce ME, Balado Sansó R, González O'Farrill SC. Aversiones alimentarias en adolescentes de la Secundaria Básica José Martí en municipio Cerro. 2015. Rev Méd Electrón [Internet]. 2017 Nov-Dic [citado: fecha de acceso]; 39(6). Disponible en: <http://www.revmedicaelectronica.sld.cu/index.php/rme/article/view/2290/3642>