

Usando la tecnología para promocionar la auto eficacia para comer saludablemente en adolescentes.

Estudio de los EEUU (2004)

Objetivo: Probar los efectos de un programa de intervención en el aula y por la Red de la auto eficacia para comer saludablemente y para examinar la relación de los conceptos teóricos en un modelo hipotético de la conducta alimenticia en adolescentes.

Participantes: Estudiantes de la escuela intermedia.

Método: Comparación de grupo experimental y control. El grupo de intervención recibió una combinación de cinco horas de instrucción por la Red y diez horas de currículo en el aula, comparado con la educación nutritiva como parte del currículo estándar en un período de un mes.

Resultados: El grupo de intervención tuvo resultados significativamente más altos para auto eficacia para frutas y vegetales, menos grasa, selecciones de alimentos usuales, e información dietética de las grasas comparado con el grupo control. Sin embargo, no se encontró ninguna diferencia en el consumo de alimentos.

Fuente: Long JD, Stevens KR. Using technology to promote self-efficacy for healthy eating in adolescents. J Nurs Scholarsh 2004;36(2):134-139.

