



FUNDACIÓN  
TRIPTOLEMOS

# Informe sobre el Impacto de las Redes Sociales en los Hábitos Alimentarios de los Adolescentes



[www.triptolemos.org](http://www.triptolemos.org)

## **INFORME SOBRE EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS ADOLESCENTES**

### **AUTORES**

Reyes Artacho Martín-Lagos (1), M. Jesús Carrasco-Santos (2), Julio César Cisneros de Britto (3) Ramon Clotet Ballús (4) Yvonne Colomer Xena (5) Giuseppe Fregapane Quadri (6) Belen García-Villanova Ruiz (7), Nuria García-Agua Soler (8), María del Puig Gisbert (9) Eduardo Guerra Hernandez (10), Sara Malo Cerrato (11), Iñigo Marauri Castillo (12), Gala Martín-Pozuelo Del Pozo (13), Antonio Mateos Giménez (14), Esther Molina Montes (15), Fernando Móner (16), Mireia Montaña Blasco (17), M. Jesús Periago Castón (18), Marta Puig Sabanès (19), Celia Rodríguez Perez (20), María Dolores Ruiz López (21), Amparo Salvador Moya (22), Vito Verardo (23)

- (1) Catedrática de Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada (UGR)
- (2) Departamento de Economía y Administración de Empresas. Área de Comercialización e Investigación de Mercados. Universidad de Málaga (UMA).
- (3) Profesor de Sociología, Comunidad virtual y redes sociales en la educación. Universidad de Castilla La Mancha (UCLM)
- (4) Miembro emérito Institute of Food Technologists (IFT-USA). Miembro Fundación Triptolemos
- (5) Directora ejecutiva Fundación Triptolemos. Doctora Europea Instituto Politécnico Lorraine (Francia)
- (6) Catedrático de Nutrición y Bromatología, Universidad de Castilla La Mancha (UCLM)
- (7) Catedrática de Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada (UGR)
- (8) Departamento de Farmacología y Pediatría. Universidad de Málaga (UMA).
- (9) Responsable de Proyectos de AVACU (CECU)
- (10) Catedrático de Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada (UGR)
- (11) Profesora agregada área Psicología Social. Co-coordinadora equipo ERIDIQV y de la línea de investigación sobre el uso responsable de las TIC y redes sociales. Universitat de Girona (UdG)
- (12) Profesor del área de Periodismo de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) e investigador del grupo Mediaiker. IP del proyecto 'Tratamiento mediático y prevención de la obesidad: cibermedios, redes sociales y comunicación institucional' (PID2020-118090RB-I00).
- (13) Profesora asociada Nutrición y bromatología
- (14) Titular de Universidad, Universidad de Castilla la Mancha (UCLM)
- (15) Ayudante doctorado Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada (UGR)
- (16) Presidente de la Confederación Española de Consumidores y Usuarios (CECU)
- (17) Profesora Agregada de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC)
- (18) Catedrática de Nutrición y Bromatología. Universidad de Murcia (UM)
- (19) Técnica de enseñanza. Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya
- (20) Departamento de Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada (Campus de Melilla).
- (21) Catedrático Nutrición y Bromatología. Universidad de Granada (UGR)
- (22) Catedrático de Tecnología de Alimentos, Universidad de Castilla La Mancha (UCLM)
- (23) Nutrición y Bromatología. Ramón y Cajal. Universidad de Granada (UGR)

### **RESUMEN EJECUTIVO**

El informe pretende analizar el impacto de las redes sociales en los hábitos alimentarios de los adolescentes en una primera etapa de forma cualitativa. Para ello se han creado 3 grupos de trabajo que abordan el tema desde diferentes perspectivas. El dossier describe de forma exhaustiva la situación del problema en España y los esfuerzos que se realizan a diferentes niveles. El diagnóstico es extensible a otros países.

El dossier enfoca el análisis desde la visión de sistema que tiene Fundación Triptolemos y que queda definida en el apartado 2. Se ha seguido el criterio de la OMS para definir las franjas de edades.

El grupo de trabajo que analiza las redes sociales indica que la asociación generalizada de redes sociales y adolescentes requiere matices, pues no todas se utilizan igual y con la misma intensidad. Y en esta diferencia la franja de edad es una barrera clara. Se está produciendo una segmentación en el consumo de estas aplicaciones que marca con nitidez un perfil en cada una de ellas.

Con la doble perspectiva, la de consumidor de contenido de terceros y la de productor de contenido para sus iguales, como contexto, el diseño y aplicación de una efectiva educación e información alimentario-nutricional a lo largo de la educación obligatoria, primaria y secundaria, se sitúa como una medida de calado para reforzar la conciencia crítica ante mensajes contrarios a una dieta saludable. De este modo, se lograría evitar, por un lado, la influencia negativa de contenidos promocionales poco saludables o de afirmaciones no contrastadas sobre alimentación, y, por otro, frenar la viralidad entre iguales de bulos, informaciones falsas y hábitos perjudiciales.

El grupo de trabajo que analiza las iniciativas de la administración y de la sociedad civil, resume las estrategias de la AESAN (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición) y de diferentes gobiernos autonómicos, así como algunas publicaciones.

El grupo de trabajo de que analiza los programas formativos curriculares ha centrado el análisis de las normativas y el análisis de la situación en las CCAA de Andalucía, Catalunya, Castilla La Mancha, Ceuta y Melilla y Murcia.

Se propone dar continuidad al estudio de forma cuantitativa a partir de las estadísticas de la OMS sobre adolescentes, evaluando en 3 entornos geográficos europeos distintos (países nórdicos, países mediterráneos y países de Europa central) la ingesta calórica, el sobrepeso y la obesidad, y contribuir a poder valorar la eficacia de los programas de educación y el impacto de la comunicación.

## Tabla de contenido

1. Antecedentes .....	4
2. Sistema Alimentario .....	4
3. Desarrollo del estudio .....	5
4. Grupos de trabajo .....	5
<b>4.1. Grupo de trabajo Redes Sociales y alimentación en adolescentes</b> .....	5
<b>4.2 Grupo de trabajo iniciativas de la administración y de la sociedad civil</b> .....	7
<b>4.3 Grupo de trabajo programas formativos curriculares</b> .....	8
4.3.1 Estado del Arte .....	9
4.3.2 Comunidades Autónomas analizadas .....	9

A) ANDALUCÍA .....	9
B) CASTILLA-LA MANCHA .....	10
C) CATALUÑA.....	10
D) Ceuta y Melilla .....	12
E) Murcia .....	14
6. Propuesta .....	15
7. Referencias Consultadas .....	16
8. Anexos .....	20
Anexos Grupo 1 .....	20
Anexos Grupo 2 .....	20
Anexos Grupo 3 .....	20

## 1. Antecedentes

Disponer de alimentos para todos y de una correcta información sobre nutrientes y dieta está incluido en el alcance global de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de Naciones Unidas. El actual sistema internacional de derechos humanos nació en 1948, cuando la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Declaración Universal de los Derechos Humanos, elemento esencial en un Estado moderno y vinculado a la disponibilidad de alimentos, y la FAO proclamó los derechos alimentarios del hombre (Barcelona 1992). La Organización Mundial de la Alimentación y la Agricultura (FAO) nos insta a alcanzar la Seguridad Alimentaria, entendida como la situación en la que todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico y económico a suficientes alimentos, inocuos y nutritivos, para satisfacer sus necesidades y preferencias nutricionales, para llevar una vida activa y saludable (FAO, 2014).

Fundación Triptolemos para el desarrollo del Sistema Alimentario contribuye con sus acciones a optimizar el sistema alimentario global sostenible, a alcanzar una alimentación adecuada y sostenible para toda la población, a la confianza del ciudadano y a la dignificación del sector.

El patronato de la Fundación Triptolemos reunido el 8 de febrero de 2021, a petición de CECU y de la representante de la UCLM, aprobó redactar un informe sobre la situación de la alimentación en los adolescentes, haciendo énfasis en la influencia que sobre ellos ejercen las redes sociales, con una visión de sistema y por tanto considerando el impacto como acción conjunta de la influencia de su entorno como aspectos económicos, culturales y de formación.

La Fundación redacta informes, entre las actividades que realiza, sobre temas de actualidad con el respaldo científico e independencia que los caracteriza, con un enfoque de sistema alimentario.

## 2. Sistema Alimentario

La población mundial crece con la tendencia a concentrarse en las zonas urbanas. El derecho a una alimentación adecuada, suficiente y sostenible para toda la población supone un importante reto en el actual contexto. El papel de la ciencia y la tecnología son claves. Como lo son la adecuada formación e información al ciudadano con ciencia contrastada como principal fuente.

La ciencia es el motor del desarrollo humano en todos sus aspectos. El crecimiento de la humanidad debe ser armónico y sostenible en un marco ético. Ello no se logrará si simultáneamente no se da la misma evolución en el sistema alimentario global. En ello el papel de la ciencia y la actividad empresarial responsable es fundamental.

Desde la Fundación Triptolemos se enfoca el Sistema Alimentario en cuatro ejes principales básicos: disponibilidad, economía, políticas y actitud (comportamiento, conocimiento y cultura), que crecen en estructura fractal y están interconectados. Todos ellos tienen que estar en armonía para alcanzar un adecuado funcionamiento del Sistema Alimentario Global Sostenible alineado con los ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible). Actuar solo sobre uno o algunos de los ejes, ya sea por interés o por desconocimiento, desequilibra el sistema, con las graves consecuencias, que como estamos viendo, ello supone.

### **3. Desarrollo del estudio**

Fundación Triptolemos contactó con todos sus miembros invitándolos a participar en la iniciativa. Se propuso iniciar el estudio a partir de datos disponibles (estadísticas, trabajos, informes, recomendaciones...) sobre el tema, tanto a nivel nutricional como su relación con los perfiles económicos relacionados, así como el contenido de los programas curriculares de formación e iniciativas institucionales.

El área geográfica inicial de estudio es España, pero con referencias internacionales.

Para el análisis de las franjas de edades, se decidió seguir el criterio que propone la Organización Mundial de la Salud (OMS) de los 10 a los 23 años distinguiendo las siguientes etapas:

- De los 10 a los 13 años: etapa de pubertad o adolescencia inicial
- De los 14 a los 16 años: etapa de adolescencia
- De los 17 a los 23 años: Etapa de adolescencia tardía

Una vez analizados los apartados anteriores, considerando el entorno familiar (economía, cultura...), el entorno escolar (desarrollo curricular, ambiente...) y extraescolar, las redes sociales y los medios de comunicación, desde la visión de sistema alimentario global sostenible de Fundación Triptolemos se propuso avanzar en la siguiente etapa del estudio creando 3 grupos de trabajo.

### **4. Grupos de trabajo**

La dinámica de trabajo ha sido a partir de reuniones telemáticas coordinadas desde Fundación Triptolemos. Los participantes han aportado documentos que se incluyen en los anexos de este documento, y en las diferentes reuniones de trabajo programadas se han ido analizando las ideas, reflexiones y puntos de vista desde una visión de sistema. Ha sido muy enriquecedor contar con perfiles diversos entre los participantes (periodistas, psicólogos, sociólogos, filólogos, farmacéuticos, ingenieros, áreas de nutrición y bromatología, ciencia y tecnología de alimentos, de marketing, publicidad, ...).

Para desarrollar el estudio se crean 3 grupos de trabajo:

#### **4.1. Grupo de trabajo Redes Sociales y alimentación en adolescentes**

A modo de resumen del trabajo analizado por este grupo podríamos decir que:

La asociación generalizada de redes sociales y adolescentes requiere matices. No todas las redes sociales se utilizan igual y con la misma intensidad. Y en esta diferencia la franja de edad es una barrera clara. Se está produciendo una segmentación en el consumo de las aplicaciones que marca con nitidez un perfil en cada una de ellas.

De hecho, la mayor red social del mundo, Facebook, tiene un peso muy secundario en los hábitos de consumo de los más jóvenes. Resultan para ello esclarecedores los resultados del estudio de Redes Sociales en España que anualmente publica Interactive Advertising Bureau (IAB), una asociación presente en 47 países que agrupa a las principales empresas relacionadas con la publicidad digital. En su informe de 2021, basado en una encuesta a más 1.100 personas en todo el país, dedica un apartado específico a los hábitos de consumo de redes sociales de la bautizada como Generación Z, que incluye a las personas con un rango de edad de entre 16 y 24 años, y lo contrapone frente a los identificados como millennials, que sitúa entre 25 y 40 años.

Según este informe, los adolescentes y jóvenes son el grupo de edad que más uso hace de las redes sociales, tanto en tiempo invertido (una hora y 42 minutos al día, frente a la media del conjunto del estudio de una hora y 21 minutos), como en número de redes utilizadas (6,8 redes de promedio). Las redes más utilizadas son Instagram (el 86% la usa), Youtube (el 79%), Twitter, (el 63%) y TikTok (el 55%). El estudio también incluye como red social a Whatsapp, cuyo porcentaje de uso (86%) es idéntico al de Instagram. Facebook se queda, sin embargo, en un 45%.

Estos patrones de consumo tienen su traslación en las preferencias acerca de las redes sociales que verbalizan los/as adolescentes. Su red preferida es Instagram (un 30% de los encuestados así lo afirma), seguida de Whatsapp (22%), Youtube (11%), TikTok (8%) y Twitter (7%). Facebook es la red preferida para únicamente un 4% de los encuestados en esa franja de edad.

Y es precisamente en las redes preferidas por los más jóvenes en las que mayor fuerza adquiere la figura del *influencer*. Pese a registrar en líneas generales una tendencia descendente, del 68% de usuarios de redes sociales que seguían a *influencers* en 2019 se ha pasado a un 48% en 2021, continúa siendo un hábito de consumo de información relevante. Más aún en las franjas de edad asociadas a la juventud, en las que solo se ve superada por los perfiles asociados a amigos, familiares y conocidos (92%).

Se podría establecer, y así lo reflejan los datos, que, a mayor juventud de la audiencia, mayor porcentaje de seguimiento de *influencers*. En concreto, el 73% de las personas entre 16 y 24 años que usan redes sociales siguen a *influencers*, muy por encima del 48% de media y muy por encima también del 53% de la horquilla entre 25 y 40 años. El impacto que tienen los mensajes de este tipo de perfiles no solo es responsabilidad de los influencers. El grupo y los iguales tienen un gran ascendente sobre las personas que entran en la adolescencia.

En consonancia con esta realidad, es en Instagram, la red preferida por los adolescentes, donde se constata, y con una notable distancia respecto al resto de redes sociales, un mayor seguimiento de los contenidos y mensajes publicados por este perfil de personas. Lo hace el 72% de sus usuarios/as de entre 16 y 24 años. En Youtube, la siguiente red con mayor consumo de contenidos publicados por *influencers*, la proporción se reduce a la mitad, un 38%. Le sigue Twitter, con un 28%, y TikTok, con un 25%.

El reducido número de estudios que aborda hasta qué punto impacta el contenido consumido en las redes sociales en los hábitos alimentarios de niños y adolescentes coincide en constatar un grado de influencia notable, y no positiva.

Las investigaciones relacionadas no hacen más que confirmar la necesidad de un mayor control de los contenidos digitales vinculados con alimentación que reciben los niños y adolescentes. Estas

demandas las han hecho suya también instituciones y organizaciones que velan por los intereses y derechos de las audiencias a una escala más local.

Las redes sociales tienen un papel nada desdeñable en la vida de los adolescentes. Su uso como herramienta de comunicación y socialización entre iguales, así como su condición de ventana para el entretenimiento, información e interpretación de la realidad, las convierten en un elemento clave para la adopción de comportamientos, actitudes y hábitos. Así sucede en la alimentación. Los estudios e informes que han abordado hasta ahora el trinomio redes sociales-adolescentes-alimentación han constatado que hay una relación, y que esa relación puede acarrear, o agudizar, efectos negativos o, por el contrario, puede servir para mejorar.

Se encuentra en el anexo 1 más información sobre el trabajo realizado por este grupo.

## 4.2 Grupo de trabajo iniciativas de la administración y de la sociedad civil

A modo de resumen del trabajo analizado por este grupo podríamos decir que:

En el área de la administración estatal destacan desde 2005, las estrategias desarrolladas por AESAN (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición) con acciones como:

- Estrategia NAOS (Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad) reflejadas en sus actividades Educa NAOS desde: materiales para profesores, materiales para menores, materiales para familias que proporcionen ideas y mensajes para fomentar entre sus alumnos la alimentación saludable, la práctica de actividad física y otros hábitos de vida saludable; juegos didácticos y material para el entorno social para conseguir entornos escolares saludables.
- Código PAOS: de co-regulación de la publicidad de alimentos y bebidas dirigida a menores, prevención de la obesidad y salud. En vigor desde el año 2005, y posteriormente con una ampliación. El **nuevo Código PAOS 2012** contiene un nuevo apartado para que la industria, la distribución y la restauración que quieran hacer publicidad a niños sobre alimentos o bebidas, y si están adheridos al Código, se sometan también a un sistema de control o *monitoring* de la publicidad en internet para menores de 15 años que permita un seguimiento y evaluación periódica, ágil y eficaz. El Código PAOS establece un conjunto de reglas éticas que guían a las compañías adheridas en el desarrollo, ejecución y difusión de sus mensajes de publicidad de alimentos y bebidas dirigidos a menores para evitar una excesiva presión publicitaria sobre ellos.

En la **actualidad** hay sobre la mesa un borrador de legislación en materia de publicidad de los alimentos dirigidos al público infantil y juvenil. El Gobierno actual aboga por la regulación en vez de la autorregulación.

En este apartado se hace referencia a un sondeo que realizó AVACU en febrero 2021. A modo de resumen se destaca que el 68% de los menores de 10 a 12 años tiene cuenta en alguna red social, que las cinco redes sociales más utilizadas son, por este orden: WhatsApp (91,5%), Instagram (90,6%), Youtube (83,5%), Tik Tok (69,2%) y Twitter (54,1%) y con un 40,2% se sitúa la creciente red social Twitch, que va ganando seguidores entre los más jóvenes.

Entre algunos ejemplos de las acciones de los gobiernos autonómicos se podría citar:

- La página web de la comunidad de Madrid en su apartado "[Fake news y alimentación](#)" y su artículo "Mitos, falsedades y realidades en alimentación y nutrición", donde se hace referencia a que en muchas ocasiones las redes sociales y la publicidad sobre dietas puede resultar un instrumento de difusión de prácticas peligrosas según el uso que se les dé. Recomienda no dejarse llevar por todas las opiniones que encuentras en la red, buscar fuentes de información adecuadas y consultar a profesionales.
- Un ejemplo interesante de colaboración entre instituciones que aportan credibilidad, como son las universidades, es la página conjunta de formación e información entre el Dpto. de salud de la Generalitat de Cataluña y la UPF. "Alimentación y Comunicación" es un proyecto editorial conjunto del Departamento de Acción Climática, Alimentación y Agenda Rural (DACC) de la Generalitat de Cataluña y el Observatorio de la Comunicación Científica de la Universidad Pompeu Fabra (OCC-UPF). Esta serie de publicaciones en formato digital pretenden aportar a un público amplio información relevante y opiniones de expertos sobre temas de debate social relacionados con la alimentación y la comunicación. El tercer número de la colección Alimentación y Comunicación se centra en analizar el relevante papel que han adquirido las redes sociales en la transmisión de información sobre alimentos y en la remodelación de los hábitos de consumo.

Este grupo de trabajo también hace referencia a algunos trabajos final de grado:

- Por ejemplo, en la Universidad de Valladolid, sobre [Divulgadores e influencers](#) en nutrición (2020). Revisión de redes sociales, Instagram y Facebook, como herramientas para la educación nutricional que gira en torno a que los usuarios de internet se han convertido en buscadores de salud en línea, siendo las redes sociales (RRSS) una de las principales fuentes donde poder encontrar esa información. Este nuevo uso de las RRSS ha propiciado el incremento de la difusión y divulgación de conocimientos a través de estas plataformas, donde se distinguen principalmente dos tipos de emisores, influencers y divulgadores.
- U otro trabajo fin de grado (2019) de Comillas Universidad Pontificia sobre [influencia](#) de las redes sociales en la alimentación saludable.
- Un estudio de la Universidad de Liverpool donde se ha analizado el papel que jugaban las redes sociales en la dieta.

Este grupo de trabajo también hace referencia a diversos artículos o noticias en torno a las redes sociales y la alimentación en jóvenes, aparecidas en diferentes periódicos o revistas como: El País, La Vanguardia, Hola.com, 20 minutos, Sanitas, ABC, etc.

Se encuentra en el anexo 2 más información sobre el trabajo realizado por este grupo.

### **4.3 Grupo de trabajo programas formativos curriculares**

Este grupo ha elaborado un meticuloso estudio sobre cómo está orientada la formación del adolescente en su etapa curricular según los programas educativos obligatorios. Hay que señalar que esta competencia está transferida a las diferentes CCAA, con excepción de Ceuta y Melilla.

El grupo de trabajo ha tomado a modo de ejemplo las Comunidades Autónomas (CCAA) de Andalucía, Catalunya, Castilla-La Mancha, Ceuta y Melilla y Región de Murcia. Las definiciones de los ámbitos curriculares difieren ligeramente entre las diferentes CCAA pero coinciden en su base, lo que facilita enormemente su agrupación. En este apartado se define la normativa en la que se ampara cada una



de las CCAA y se analiza en cada una de ellas la situación. Las CCAA y los diferentes centros escolares gozan de cierta libertad para implementar los programas formativos. Estos resultan ser claves para implementar los hábitos de vida saludables de la población, que deben basarse en la ciencia comprobada.

### **4.3.1 Estado del Arte**

En el año 2006 el sistema educativo transfirió las competencias de educación a las Comunidades Autónomas, creando así en cada comunidad su Consejería de Educación, salvo en las Ciudades Autónomas Ceuta y Melilla, en cuyo caso fueron asumidas por el Ministerio de Educación y Formación Profesional de España (MEFP).

Se usa como marco referencial los objetivos y competencias recogidos en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria y el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, recogido en el BOE.

### **4.3.2 Comunidades Autónomas analizadas**

#### **A) Andalucía**

##### **A.1 Normativas**

- **Educación Primaria.** Orden de 15 de enero de 2021 (Boletín Oficial de la Junta de Andalucía, BOJA Extraordinario núm. 7, 18 de enero de 2021). Desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, regula determinados aspectos de la atención a la diversidad, establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.
- **Educación Secundaria.** Orden de 15 de enero de 2021 (BOJA Extraordinario núm. 7, 18 de enero de 2021). Desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, de conformidad con el Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en esta comunidad autónoma.

##### **A.2 Análisis de la situación**

Los documentos oficiales en Educación Primaria establecen como finalidad el desarrollo de actitudes críticas y hábitos relacionados con la salud y el consumo responsable. En concreto, la enseñanza del área Ciencias de la Naturaleza tiene como finalidad: *Reconocer y comprender aspectos básicos del funcionamiento del cuerpo humano, estableciendo relación con las posibles consecuencias para la salud individual y colectiva, valorando los beneficios que aporta adquirir hábitos saludables diarios como el ejercicio físico, la higiene personal y la alimentación equilibrada para una mejora en la calidad de vida, mostrando una actitud de aceptación y respeto a las diferencias individuales. La finalidad de la enseñanza del área Educación Física incluye: Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.*

Entre los elementos transversales del currículo de Educación Secundaria se incluye: La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludable, la utilización responsable del tiempo libre y del ocio y el fomento de la dieta equilibrada y de la alimentación saludable para el bienestar individual y colectivo, incluyendo conceptos relativos a la educación para el consumo y la salud laboral. Tanto en el bloque de asignaturas troncales (Biología y Geología) como en el bloque de asignaturas específicas (Educación Física) se hacen mención a la Dieta Mediterránea.

Se adjunta un informe sobre las actividades desarrolladas por el municipio de Guadix (Granada) en relación con la prevención de la obesidad infantil y promoción de hábitos de vida saludable.

## **B) Castilla-La Mancha**

### **B.1 Normativas**

- **Educación Primaria.** Diario Oficial de Castilla La Mancha (2014). Decreto 54/2014, de 10/07/2014, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha. [2014/9028], pp. 18498 y ss.
- **Educación Secundaria.** Diario Oficial de Castilla La Mancha (2015). Decreto 40/2015, de 15/06/2015, por el que se establece el currículo de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha. [2015/7558], pp. 18872 y ss.

### **B.2. Análisis de la situación**

Los documentos oficiales hablan en Educación Primaria de hábitos saludables. Se incide en los distintos estilos de vida saludables, recalando tanto la alimentación como otros factores diarios, incluyéndose también la prevención. En la Educación Secundaria y Bachillerato se introducen los trastornos de la conducta alimentaria y se insiste en los factores sociales que pueden ocasionarlos. Se ha editado alguna guía de alimentación saludable con vídeos asociados disponible en la web de la Diputación de Ciudad Real. La Consejería de Educación, Cultura y Deportes, una vez consultada, ha aportado algunas valoraciones generales, sin explicitar experiencias o proyectos en concreto, haciendo referencia a los comedores escolares como lugares donde se aplican, llegado el caso, los proyectos educativos.

En resumen, en los comedores escolares de los centros educativos de Castilla-La Mancha se establecen proyectos educativos en los que se trabajan aspectos de educación alimentaria y hábitos higiénicos adecuados con el alumnado de segundo ciclo de infantil y de primaria usuario del comedor.

## **C) Cataluña**

### **C.1 Normativas**

- **Educación Secundaria:** [Decreto DECRET 187/2015](#), Orden ENS/108/2018, Competencias básicas y Orientaciones, del currículum de la [Educación Secundaria Obligatoria](#).

### **C.2 Análisis de la situación**

El sistema educativo en Catalunya está regulado por las leyes estatales, la [Ley Orgánica de Educación \(LOE\)](#) de 2006 y la Ley Orgánica de Modificación de la LOE (**LOMLOE**) de 2020 que introduce algunos cambios respecto a la anterior, y desarrollada por la Ley de Educación de Catalunya (LEC) de 2009.

La Ley 12/2009, del 10 de julio, de educación establece que corresponde al Gobierno de la Generalitat de Cataluña determinar el currículum para cada una de las etapas y enseñanzas del sistema educativo catalán, en el marco de los aspectos que garantizan el alcance de las competencias básicas, la validez de los títulos y la formación comuna regulados por las leyes.

En el capítulo 1 de la descripción del currículum cabe destacar el artículo 3, y en concreto los objetivos descritos:

m) Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo y el medio ambiente, y contribuir en su conservación y mejora.

n) Conocer y aceptar el funcionamiento de nuestro cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y arraigar los hábitos de salud e incorporar la práctica de la actividad física y el deporte a la vida cotidiana para favorecer el desarrollo personal y social.

p) Valorar la necesidad del uso seguro y responsable de las tecnologías digitales, con especial atención a la gestión de la propia identidad digital y el respecte a la de los otros.

Aspectos a considerar:

1. Los dos primeros cursos de la ESO mantienen coherencia con la educación primaria, por lo que sugerimos conocer con más detalle el trabajo curricular que se realiza en esta etapa educativa y como parte integral de la formación básica.
2. Hemos de tener en cuenta que el currículum no se enmarca en un modelo de sistema educativo cerrado, sino que encuentra su sentido en la interrelación existente entre los diferentes agentes educativos:

Centros y Servicios educativos / Profesorado / Familias / Empresas

Un ejemplo es el trabajo que se está realizando con las Familias relacionado con los [hábitos saludables](#)

3. El estudio lo hemos centrado en la ESO, pero hemos de ser conscientes que a partir de los 17 años la oferta formativa se diversifica en diferentes currículums y programas postobligatorios: Bachillerato; Formación profesional; Programas de formación e inserción; Enseñanza a distancia (IOC); Educación de adultos...

Cabe destacar que en todos ellos se ha puesto el acento de los **Objetivos de desarrollo sostenible (ODS)**, incluidos en la resolución "Agenda 2030: transformar nuestro mundo", que el septiembre de 2015 la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó con el fin de definir una hoja de ruta unificada para hacer frente a los retos globales de la humanidad. Este documento identifica cinco grandes áreas de actuación (personas, planeta, prosperidad, paz y alianzas), alrededor de las cuales hay 17 objetivos de desarrollo sostenible y 169 hitos para lograr en el horizonte 2030. El objetivo final de promover la prosperidad al mismo tiempo que se protege el medioambiente. Destacamos el objetivo 2: Poner fin al hambre en el mundo; conseguir la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición, y promover la agricultura sostenible.

4. El Departamento de Educación trabaja en la línea de una sola red educativa que incluye Programas de Innovación Educativa o Proyectos que pueden impulsar el mismo Departamento o distintas entidades que actúan en los centros educativos, como puede ser *La Caixa*, el *Hospital de San Juan de Dios* o los *Ayuntamientos*. Todas ellas tienen una

intervención coordinada con el Proyecto Educativo de cada centro educativo y están inseridas en el currículum de cada etapa educativa. A continuación, facilitamos varios ejemplos:

- Programa innovación pedagógica: **¡Sí! Salud Integral** (3 a los 16 años) de la Fundación la Caixa y Fundación SHE
- **Servicio Comunitario**
- **Agroecología escolar** (Semana Bio)
- **Programa Salud y Escuela** (clases sin humos, sexos jóvenes, querer no duele, el Pep, trastornos de conducta alimentaria)

Dentro de esta red educativa, los Planes educativos de Entorno son una propuesta educativa que quiere dar respuesta a las múltiples necesidades de nuestra sociedad. Son instrumentos para dar una respuesta integrada y comunitaria a las necesidades educativas, coordinando y dinamizando la acción educativa en los diferentes ámbitos de la vida de los niños y jóvenes. Nace de la necesidad de una acción coordinada entre los diferentes agentes educativos que actúan en una zona geográfica en beneficio de los niños y jóvenes.

El Departamento de Educación inició en 2005 los Planes Educativos de Entorno (PEE), entendidos como una propuesta de cooperación educativa con las entidades locales y la colaboración del resto de agentes educativos de un territorio. Los PEE se diseñaron con la voluntad de conseguir el éxito educativo de todo el alumnado, con una atención especial a los más vulnerables, y contribuir a la cohesión social mediante la equidad, el respeto y el valor de la diferencia en un marco de valores y elementos compartidos. Ponemos como ejemplo el **Proyectos de ámbito comunitario. Salud y Deporte**

## **D) Ceuta y Melilla**

### **D.1 Normativas**

En el año 2006 el sistema educativo transfirió las competencias de educación a las Comunidades Autónomas, creando así en cada comunidad su Consejería de Educación. Esto se dio así en todas las Comunidades salvo en las Ciudades Autónomas Ceuta y Melilla, en cuyo caso fueron asumidas por el Ministerio de Educación y Formación Profesional de España (MEFP). Por ello, para el análisis del currículum de ESO de Melilla se usan como marco referencial los objetivos y competencias recogidos en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículum básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, recogido en el BOE.

### **D.2 Análisis de la situación**

En el artículo 11, objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria, del Capítulo II, encontramos la legislación referente a los objetivos que deben ser alcanzados por el alumnado en esta etapa educativa. En el apartado K se estipula que la ESO dotará al alumnado que lo curse y supere capacidades que les permitan:

*Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora. (BOE, p.177).*

Asimismo, en el ANEXO I, Materias del bloque de asignaturas troncales, en el punto 2, Biología y Geología, se establece que:

*El primer ciclo de ESO, el eje vertebrador de la materia girará en torno a los seres vivos y su interacción con la Tierra, También durante este ciclo, la materia tiene como núcleo central la salud y su promoción.*

*El principal objetivo es que los alumnos y alumnas adquieran las capacidades y competencias que les permitan cuidar su cuerpo tanto a nivel físico como mental, así como valorar y tener una actuación crítica ante la información y ante actitudes sociales que puedan repercutir negativamente en su desarrollo físico, social y psicológico; se pretende también que entiendan y valoren la importancia de preservar el medio ambiente por las repercusiones que tiene sobre su salud; así mismo, deben aprender a ser responsables de sus decisiones diarias y las consecuencias que las mismas tienen en su salud y en el entorno que les rodea, y a comprender el valor que la investigación tiene en los avances médicos y en el impacto de la calidad de vida de las personas. (BOE, pp. 204 - 205).*

Para alcanzar estas competencias se encuentra dentro del contenido de primero y tercero de la ESO los siguientes epígrafes referentes a la nutrición:

- Bloque 3. La biodiversidad en el planeta Tierra: o Funciones Vitales: Nutrición, relación y reproducción.
- Bloque 4. Las personas y la salud. Promoción de la salud:
  - Organización general del cuerpo humano: Células, tejidos, órganos, aparatos y sistemas.
  - La salud y la enfermedad. Enfermedades infecciosas y no infecciosas. Higiene y prevención.
  - Nutrición, alimentación y salud. o Los nutrientes, los alimentos y hábitos alimenticios saludables. Trastornos de la conducta alimentaria.
  - La función de nutrición. Anatomía y fisiología de los aparatos digestivo, respiratorio, circulatorio y excretor. Alteraciones más frecuentes, enfermedades asociadas, prevención de estas y hábitos de vida saludables.

Dentro del currículo de la ESO encontramos también en la asignatura de Educación Física un importante ítem en lo que a hábitos saludables se refiere, incentivando al alumnado al autocuidado personal mediante la ejercitación del organismo y dando cabida a tratar la nutrición transversalmente.

Esto queda recogido en el ANEXO I, Materias del bloque de asignaturas troncales, en el punto 9, Educación Física, donde se establece que:

*En cuanto a la adopción de hábitos saludables es muy importante tener en cuenta que se estima que hasta un 80% de niños y niñas en edad escolar únicamente participan en actividades físicas en la escuela, tal y como recoge el informe Eurydice, de la Comisión Europea de 2013; por ello, la Educación Física en las edades de escolarización debe tener una presencia importante si se quiere ayudar a paliar el sedentarismo, que es uno de los factores de riesgo identificados, que influye en algunas de las enfermedades más extendidas en la sociedad actual. La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, se hace eco de estas recomendaciones promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar. En este sentido debe asegurarse que esa práctica respete las condiciones de uso y aplicación que la garanticen como saludable, para lo que la supervisión del profesorado de Educación Física resulta imprescindible. A ello hay que añadir el objetivo principal de esta asignatura que es que el alumnado aprenda a realizar actividad física*

*correctamente, y que ese aprendizaje resulte desde la propia práctica. En consecuencia, su adecuada orientación y control hacia la salud individual y colectiva, la intervención proporcionada de las capacidades físicas y coordinativas, así como la atención a los valores individuales y sociales con especial interés referidos a la gestión y ocupación del tiempo libre y el ocio, constituyen un elemento esencial y permanente de toda práctica física realizada en las etapas escolares. Ello no es óbice para que se programen actividades que persigan de forma explícita el cuidado de la salud, la mejora de la condición física o el empleo constructivo del ocio y del tiempo libre, pero siempre desde la perspectiva de que el alumnado aprenda a gestionarlos de forma autónoma. No se trata, sólo, de conseguir que durante las etapas escolares el alumnado esté más sano, sino de que aprenda a comportarse de manera más sana, y eso se ha de producir como consecuencia de una adecuada orientación de la Educación Física. (BOE, pp. 480 – 481).*

## **E) Murcia**

### **E.1 Normativas**

- **Educación Primaria.** Decreto n.º 198/2014, de 5 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. pp. 33075, 33079, 33085, 33089, 33094 y 33095 (Bloque 2: El ser humano y la salud en segundo, tercer, cuarto y quinto curso)
- **Educación Secundaria Obligatoria.** Decreto n.º 220/2015, de 2 de septiembre de 2015, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. pp. 30765 y 30776 (Bloque 2: Las personas y la salud. Promoción de la salud en tercer curso).

### **E.2 Análisis de la situación**

El currículo de Educación Primaria incluye un bloque de hábitos saludables para la prevención de enfermedades y la repercusión que tiene el estilo de vida sobre la salud. Resalta, además, la adopción de hábitos de higiene y la importancia del cuidado y el descanso. Recoge también los efectos nocivos del consumo de alcohol y drogas, así como las actuaciones básicas de primeros auxilios. En lo referente a la Educación Secundaria, también se habla de promoción de la salud a través de hábitos saludables y prevención de enfermedades, incluyendo además los trastornos de la conducta alimentaria.

Además del trabajo de los contenidos recogidos en el currículo la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia (CARM) oferta diversos programas educativos que tienen como objetivo la promoción para la salud:

1) “Programa Escuelas Activas” para promocionar el ejercicio físico, la alimentación saludable y tratar los problemas de sobrepeso y obesidad, los centros participantes deben comprometerse al desarrollo del programa durante cuatro cursos escolares consecutivos en Educación Primaria (desde 3º hasta 6º) y dos cursos escolares consecutivos en Educación Secundaria Obligatoria (1º y 2º).

2) “Programa Huertos Escolares Ecológicos” tiene como objetivo poner en marcha y desarrollar huertos escolares ecológicos que sirvan como recurso educativo transversal en todos los niveles (primaria y secundaria) y áreas curriculares, fomentando las distintas competencias y difundiendo los valores de la agricultura ecológica y alimentación saludable.

3) “Consumo de leche, frutas y verduras” coordinado por la Consejería de Educación y Cultura y la Consejería de Agua, Agricultura, Ganadería, Pesca y Medio Ambiente. Con este programa se pretende

sensibilizar a los alumnos de Educación Primaria (desde 1º hasta 6º) y Centros de Educación Especial sobre los beneficios del consumo de estos alimentos para mantener un buen estado de salud. Cada alumno recibe una ración de entre 80 y 140 g, que se corresponde con una pieza mediana de fruta. Además, este programa incluye también medidas para fomentar la adquisición de hábitos de consumo saludables.

Además, la administración local y concretamente Ayuntamiento de Murcia pone a disposición de los centros escolares documentos y talleres, que pueden complementar los bloques formativos incluidos en el currículo con actividades extracurriculares, sobre alimentación saludable, promoción de una vida activa, importancia del desayuno y fomento del consumo de 5 raciones de frutas y verduras, entre otros. Cuenta con una gran variedad de recursos para poder llevar la formación tanto en el centro educativo como en el entorno familiar.

En resumen, se observa que existe una preocupación por la formación en hábitos saludables, que incluyen aspectos relacionados con la alimentación. En las etapas de educación primaria se realizan diferentes actividades para el fomento del consumo de frutas y verduras y el ejercicio físico, en colaboración con la administración local, estando algunas de estas acciones enfocadas a los primeros niveles de la Educación Secundaria Obligatoria.

Sin embargo, los esfuerzos a veces son insuficientes porque van dirigidos a fomentar el consumo de grupos concretos de alimentos (frutas y verduras o leche) y no se estudia la dieta en su conjunto, además de que las horas de formación son limitadas. Además, es insuficiente para hacer frente a una deficiente educación en nutricional en los hogares, a la vez que los niños y adolescentes están expuestos a una publicidad de alimentos pocos saludables a través de los diferentes medios de comunicación y redes sociales. Aunque la formación limitada se intenta suplir con actividades extracurriculares, la participación en las mismas está sujeta a la política de dirección de los centros educativos. Por ello, es necesario una mejora en la calidad y cantidad de la formación en materia de alimentación saludable que se imparte en los centros educativos, incrementando el número de horas y colaborando con profesionales especializados.

Se encuentra en el anexo 3 más información sobre el trabajo realizado por este grupo.

## **6. Propuesta**

Los informes de los 3 grupos de trabajo conforman un dossier realmente exhaustivo de la situación del problema en España y de los esfuerzos que se realizan a diferentes niveles. Seguido a la información presentada en este informe desde 3 ángulos de visión diferentes, surge una pregunta acerca del impacto de las redes sociales en la alimentación de los adolescentes (comunicación en las redes, iniciativas institucionales y acciones de formación):

### **¿Cuál es el efecto positivo y tangible en los adolescentes de todos los esfuerzos descritos?**

Para responder a esta pregunta se propone una siguiente etapa del estudio consistente en comparar este entorno cualitativo descrito con las recomendaciones incluidas en el informe OMS: la salud de los jóvenes un desafío para la sociedad (1986), y a partir de ello, observar si hay avances o retrocesos.

Habida cuenta de la globalización actual de las ideas que circulan por las redes sociales y para cuantificar no solo la situación en España, sino también comparar esta realidad con otros entornos europeos se plantea, con la referencia de los datos que ofrecen las estadísticas de la OMS sobre adolescentes, evaluar en 3 entornos geográficos europeos distintos (países nórdicos, países

mediterráneos y países de Europa central) la ingesta calórica, el sobrepeso y la obesidad en los últimos 5 años de datos disponibles. Ello complementará la exhaustiva información disponible, ofreciendo datos reales y cuantitativos, sobre la ingesta real y el tipo de dieta/comportamiento. Las 3 áreas geográficas propuestas tienen realidades, comportamientos, hábitos y culturas alimentarias distintas.

Todo ello para finalmente llegar a unas conclusiones / recomendaciones que puedan ser aptas para colaborar y ayudar con las políticas de formación en las etapas curriculares y con acciones de las administraciones e instituciones relacionadas y comprometidas en la mejora de la alimentación de los adolescentes. el conocimiento y formación adquiridos contribuirán así a la adecuada comprensión, interpretación y manejo de la información contenida en las redes sociales.

## 7. Referencias Consultadas

Iruwaily A, Mangold C, Greene T, Arshonsky J, Cassidy O, Pomeranz JL, Bragg M (2020). Child Social Media Influencers and Unhealthy Food Product Placement. *Pediatrics*;146(5):e20194057. doi: 10.1542/peds.2019-4057.

Bozzola E, Staiano AM, Spina G, Zamperini N, Marino F, Roversi M, Corsello G; Italian Paediatric Society Executive Board (2021). Social media use to improve communication on children and adolescent's health: the role of the Italian Paediatric Society influencers. *Ital J Pediatr*; 47(1):171. doi: 10.1186/s13052-021-01111-7.

Bragg M, Lutfeali S, Greene T, Osterman J, Dalton M. (2021) How Food Marketing on Instagram Shapes Adolescents' Food Preferences: Online Randomized Trial. *J Med Internet Res*;23(10):e28689. doi: 10.2196/28689.

Buchanan L, Kelly B, Yeatman H, Kariippanon K. The Effects of Digital Marketing of Unhealthy Commodities on Young People: A Systematic Review. *Nutrients*. 2018 Jan 29;10(2):148. doi: 10.3390/nu10020148.

Chau, M.M., Burgermaster M., Mamykina, L. (2018) The use of social media in nutrition interventions for adolescents and young adults—A systematic review, *International Journal of Medical Informatics*, 120, 77-91, Doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2018.10.001>

Chung A, Vieira D, Donley T, Tan N, Jean-Louis G, Kiely Gouley K, Seixas A (2021) Adolescent Peer Influence on Eating Behaviors via Social Media: Scoping Review *J Med Internet Res* 23(6):e19697 doi: [10.2196/19697](https://doi.org/10.2196/19697)

Coates AE, Hardman CA, Halford JCG, et al. (2019). Social Media Influencer Marketing and Children's Food Intake: A Randomized Trial. *Pediatrics*;143(4): e20182554 doi: 10.1542/peds.2018-2554

Coates AE, Hardman CA, Halford JCG, Christiansen P, Boyland EJ (2019). The effect of influencer marketing of food and a "protective" advertising disclosure on children's food intake. *Pediatric Obes*;14(10):e12540. doi: 10.1111/ijpo.12540.

Coates AE, Hardman CA, Halford JCG, Christiansen P, Boyland EJ. (2019) Food and Beverage Cues Featured in YouTube Videos of Social Media Influencers Popular with Children: An Exploratory Study. *Front Psychol*;10:2142. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02142.

Coates AE, Hardman CA, Halford JCG, Christiansen P, Boyland EJ (2020). "It's Just Addictive People That Make Addictive Videos": Children's Understanding of and Attitudes Towards Influencer Marketing of Food and Beverages by YouTube Video Bloggers. *Int J Environ Res Public Health*;17(2):449. doi: 10.3390/ijerph17020449.



Cohen R, Irwin L, Newton-John T, Slater A. #bodypositivity: A content analysis of body positive accounts on Instagram. *Body Image*. 2019 Jun; 29:47–57. doi: 10.1016/j.bodyim.2019.02.007.

Consell Audiovisual de Catalunya (2021). Informe 43/2021, de 12 de abril, del Àrea de Continguts, Presència de publicitat de aliments i begudes que contenguin grasses, àcids grassos trans, sal y/o azúcares en el contingut de los vídeos generats per influencers (influencers). Disponible en: [https://www.cac.cat/sites/default/files/2021-04/Acord\\_31\\_es.pdf](https://www.cac.cat/sites/default/files/2021-04/Acord_31_es.pdf)

Critchlow N, Bauld L, Thomas C, Hooper L, Vohra J (2020). Awareness of marketing for high fat, salt or sugar foods, and the association with higher weekly consumption among adolescents: a rejoinder to the UK government's consultations on marketing regulation. *Public Health Nutr*;23(14):2637-2646. doi: 10.1017/S1368980020000075.

De Veirman M, Hudders L, Nelson MR. (2019) What Is Influencer Marketing and How Does It Target Children? A Review and Direction for Future Research. *Front Psychol*; 10:2685. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02685.

Edwards CG, Pollack CC, Pritschet SJ, Haushalter K, Long JW, Masterson TD. Prevalence and comparisons of alcohol, candy, energy drink, snack, soda, and restaurant brand and product marketing on Twitch, Facebook Gaming and YouTube Gaming. *Public Health Nutr*. 2021 Oct 25:1-12. doi: 10.1017/S1368980021004420.

Fleary SA, Joseph P, Pappagianopoulos JE (2018). Adolescent health literacy and health behaviors: A systematic review. *J Adolesc*; 62:116–127. doi: 10.1016/j.adolescence.2017.11.010.

Folkvord F, Roes E, Bevelander K. (2020) Promoting healthy foods in the new digital era on Instagram: an experimental study on the effect of a popular real versus fictitious fit influencer on brand attitude and purchase intentions. *BMC Public Health*;20(1):1677. doi: 10.1186/s12889-020-09779-y.

Folkvord F, de Bruijne M (2020). The Effect of the Promotion of Vegetables by a Social Influencer on Adolescents' Subsequent Vegetable Intake: A Pilot Study. *Int J Environ Res Public Health*;17(7):2243. doi: 10.3390/ijerph17072243.

Harris J, Atkinson A, Mink M, Porcellato L (2021). Young People's Experiences and Perceptions of YouTuber-Produced Health Content: Implications for Health Promotion. *Health Educ Behav*;48(2):199-207. doi: 10.1177/1090198120974964.

Hendriks H, Wilmsen D, van Dalen W, Gebhardt WA (2020) Picture Me Drinking: Alcohol-Related Posts by Instagram Influencers Popular Among Adolescents and Young Adults. *Front Psychol*; 10:2991. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02991.

Holmberg C., Chaplin, JE., Hillman T., Berg C. (2016). Adolescents' presentation of food in social media: An explorative study. *Appetite*; 99. 121-129. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.01.009>

Holmberg C, Berg C, Hillman T, Lissner L, Chaplin JE. (2018) Self-presentation in digital media among adolescent patients with obesity: Striving for integrity, risk-reduction, and social recognition. *Digit Health*; 4:1–15. doi: 10.1177/2055207618807603.

Interactive Advertising Bureau (IAB) (2021). Estudio de redes sociales. Disponible en: <https://iabspain.es/estudio/estudio-de-redes-sociales-2021/>

Kelly B, Vandevijvere S, Freeman B, Jenkin G.(2015) New media but same old tricks: food marketing to children in the digital age. *Curr Obes Rep*;4(1): 37–45

Kininmonth AR, Jamil N, Almatrouk N, Evans CEL (2017). Quality assessment of nutrition coverage in the media: A 6-week survey of five popular UK newspapers. *BMJ Open*. 27;7(12): e014633. doi: 10.1136/bmjopen-2016-014633.

Lawlor M-A, Dunne Á, Rowley J. Young consumers' brand communications literacy in a social networking site context. *Eur J Mark.* 2016;50(11): 2018–2040

Lin MH, Vijayalakshmi A, Lacznia R (2019). Toward an Understanding of Parental Views and Actions on Social Media Influencers Targeted at Adolescents: The Roles of Parents' Social Media Use and Empowerment. *Front Psychol*; 10:2664. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02664.

Martínez-Pastor E, Vizcaíno-Laorga R, Atauri-Mezquida D. (2021) Health-related food advertising on kid YouTuber vlogger channels. *Heliyon.*;7(10): e08178. doi: 10.1016/j.heliyon.2021.e08178.

Murphy, G., Corcoran, C., Tatlow-Golden, M., Boyland, E., & Rooney, B. (2020). See, like, share, remember: Adolescents' responses to unhealthy-, healthy-and non-food advertising in social media. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2181. doi: [10.3390/ijerph17072181](https://doi.org/10.3390/ijerph17072181)

Nour M, Yeung SH, Partridge S, Allman-Farinelli M. A narrative review of social media and game-based nutrition interventions targeted at young adults. *J Acad Nutr Diet.* 2017 May;117(5):735–752.e10. doi: 10.1016/j.jand.2016.12.014

Qutteina Y, Hallez L, Mennes N, De Backer C, Smits T (2019). What Do Adolescents See on Social Media? A Diary Study of Food Marketing Images on Social Media. *Front Psychol*;10:2637. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02637.

Ramachandran D, Kite J, Vassallo AJ, Chau JY, Partridge SR, Freeman B, Gill T. (2018) Food trends and popular nutrition advice online - Implications for public health. *Online J Public Health Inform*;10(2):e213. doi: 10.5210/ojphi.v10i2.9306.

Sabbagh C, Boyland E, Hankey C, Parrett A (2020). Analysing Credibility of UK Social Media Influencers' Weight-Management Blogs: A Pilot Study. *Int J Environ Res Public Health*;17(23):9022. doi: 10.3390/ijerph17239022.

Sidani JE, Shensa A, Hoffman B, Hanmer J, Primack BA. The association between social media use and eating concerns among US young adults. *J. Acad Nutr Diet.* 2016 Sep;116(9):1465–1472. doi: 10.1016/j.jand.2016.03.021.

Tatlow-Golden M, Parker D (2020) The Devil is in the Detail: Challenging the UK Department of Health's 2019 Impact Assessment of the Extent of Online Marketing of Unhealthy Foods to Children. *Int J Environ Res Public Health*;17(19):7231. doi: 10.3390/ijerph17197231.

Wong C.A., Merchant R. M., Moreno, M. A. (2014). Using social media to engage adolescents and young adults with their health. *Healthcare*, 2 (4), 220-224. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.hjdsi.2014.10.005>.

World Health Organization. Tackling food marketing to children in a digital world: trans-disciplinary perspectives. 2016. Disponible en: [www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0017/322226/Tackling-food-marketing-children-digital-world-trans-disciplinaryperspectives-en.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0017/322226/Tackling-food-marketing-children-digital-world-trans-disciplinaryperspectives-en.pdf)

Estudiar a Catalunya <http://queestudiar.gencat.cat/es/estudis/batxillerat/que-estudiar/arts/index.html>

BOE. Ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación. Capítulo III. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2006/BOE-A-2006-7899-consolidado.pdf>

Estatuto de Autonomía de Cataluña aprobado el 19 de julio de 2006. Título IV. Capítulo II. Artículo 131.3.c) [https://web.gencat.cat/ca/generalitat/estatut/estatut2006/titol\\_4/](https://web.gencat.cat/ca/generalitat/estatut/estatut2006/titol_4/)

Llei 12/2009, del 10 de juliol, d'educació. DOGC núm. 5422, de 16.7.2009, p. 56.589 [https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/normativa/normativa-educacio/lec\\_12\\_2009.pdf](https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/normativa/normativa-educacio/lec_12_2009.pdf)

DOGC. DECRET 187/2015, de 25 d'agost, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació secundària obligatòria <https://dogc.gencat.cat/ca/document-del-dogc/?documentId=701354>

Àmbit Científic Tecnològic

<http://xtec.gencat.cat/web/.content/curriculum/eso/curriculum2015/documents/ANNEX-5-ambit-cientifictecnologic.pdf>

Àmbit Social.

<https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/colleccions/competencies-basiques/eso/ambit-social.pdf>

Àmbit Educación física.

<https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/colleccions/competencies-basiques/eso/ambit-educacio-fisica.pdf>

Àmbit Cultura y valores

<https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/colleccions/competencies-basiques/eso/ambit-cultura-valors.pdf>

Àmbit personal y social (transversal)

<https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/colleccions/competencies-basiques/eso/ambit-personal-social.pdf>

Decret 142/2008, de 15 de juliol, pel qual s'estableix l'ordenació dels ensenyaments de batxillerat. DOGC Núm. 5183 – 29.7.2008

[http://xtec.gencat.cat/web/.content/alfresco/d/d/workspace/SpacesStore/0059/83149087-e159-41c6-a9b3-a9693cdd8f19/decret\\_batxillerat.pdf](http://xtec.gencat.cat/web/.content/alfresco/d/d/workspace/SpacesStore/0059/83149087-e159-41c6-a9b3-a9693cdd8f19/decret_batxillerat.pdf)

Enseñanzas profesionales

<http://xtec.gencat.cat/ca/curriculum/professionals/itineraris-formatius-especifics/>

Enseñanzas artísticas: Música y danza

<https://triaeducativa.gencat.cat/ca/artistics/musica/>

<https://triaeducativa.gencat.cat/ca/artistics/dansa/>

Enseñanzas Deportivas. Grado Medio <https://triaeducativa.gencat.cat/ca/esportius/>

Formación profesional <https://triaeducativa.gencat.cat/ca/fp/>

Programas de formación e inserción (entre 16 y 21 años) <https://triaeducativa.gencat.cat/ca/fp/pfi/>

Itinerarios formativos específicos. ACORD GOV/120/2016, de 30 de agosto, por el cual se crea el Plan Piloto experimental de itinerarios específicos (IFE) para alumnos con necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad intelectual leve o moderada <https://portaldogc.gencat.cat/utillsEADOP/PDF/7196/1527780.pdf>

Formación profesional. Normativa estatal i normativa en Cataluña

<http://xtec.gencat.cat/ca/curriculum/professionals/fp/normativa/>

Formación profesional. Modelo curricular

<http://xtec.gencat.cat/ca/curriculum/professionals/fp/modelcurricular/>

TriEducativa (Estudios postobligatorios que se pueden estudiar en Catalunya)

<https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/guies-estudis/desplegable-con.pdf>

Los ODS i los estudiantes <https://triaeducativa.gencat.cat/ca/ods/>

Programa d'innovació pedagògica: Sí! Salut Integral (3 a los 16 años) Fundacion La Caixa i Fundació SHE  
<http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/salutescola/programa-salut-integral/>

Servicio Comunitario <http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/serveicomunitari/>

Agroecologia escolar (Semana Bio) <http://xtec.gencat.cat/ca/projectes/agroecologia-escolar/>

Programa Salut i escola <http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/salutescola/programasalutescola/>

Planes Educativos de Entono [http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/entorn\\_pee](http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/entorn_pee)

Proyectos de ámbito comunitario. Salud y deporte  
[http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/entorn\\_pee/projectes-ambit-comunitari/pdac-salut-esport/](http://xtec.gencat.cat/ca/comunitat/entorn_pee/projectes-ambit-comunitari/pdac-salut-esport/)

## 8. Anexos

**Anexos Grupo 1**

**Anexos Grupo 2**

**Anexos Grupo 3**

# FUNDACION TRIPTOLEMOS

## Febrero 2022

**www.triptolemos.org**  
**triptolemos@triptolemos.org**  
**0034 935 408 581**

© Fundación Triptolemos, 2022



(\*) La información corresponde a la situación en la fecha del informe.