

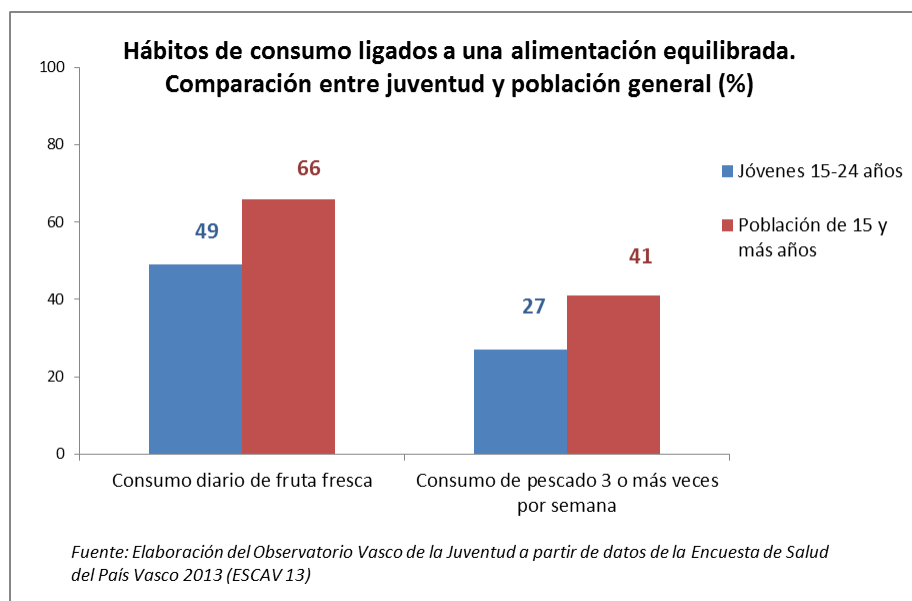
En Euskadi solo la mitad de la juventud de entre 15 y 24 años come fruta a diario

Y menos de un tercio come pescado tres o más veces a la semana

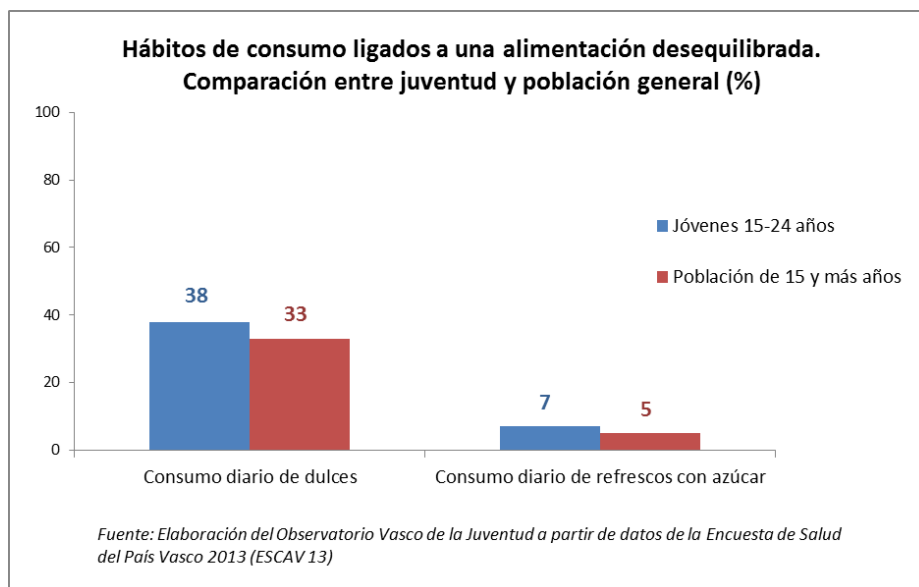
Con motivo de la celebración del **Día Nacional de la Nutrición** (28 de mayo), el [Observatorio Vasco de la Juventud](#) da a conocer algunos datos relativos a la alimentación de las personas jóvenes de Euskadi de entre 15 y 24 años.

Al preguntar a la juventud vasca de entre 15 y 24 años por su consumo habitual de ciertos tipos de alimentos, tan sólo la mitad del colectivo joven (49 %) señala consumir fruta fresca a diario, y son menos de un tercio (27 %) quienes señalan seguir las pautas recomendadas de consumo de pescado, tres o más veces por semana.

En comparación con la población general de nuestra comunidad autónoma, la juventud presenta menores porcentajes de consumo de fruta y de pescado.



Por otro lado, si analizamos el consumo de productos cuya ingesta se recomienda que sea moderada (por ejemplo, dulces o refrescos con azúcar), observamos que los porcentajes de consumo diario, si bien son minoritarios, son algo mayores entre las personas jóvenes que en la población general.



Mientras que en el consumo de fruta y pescado apenas se aprecian diferencias entre chicos y chicas jóvenes, en el caso de los dulces y refrescos con azúcar se constata que su consumo diario está algo más extendido entre los hombres jóvenes que entre las mujeres jóvenes.

Juventud 15-24 años (%)	Hombres jóvenes	Mujeres jóvenes
Consumo diario de dulces	41	34
Consumo diario de refrescos con azúcar	8	6

El Observatorio Vasco de la Juventud ha tomado estos datos sobre el consumo de distintos tipos de alimentos de la *Encuesta de Salud del País Vasco* de 2013 ([ESCAV 2013](#)), elaborada por el Departamento de Salud del Gobierno Vasco.

¡Síguenos en las redes sociales!

