

## **Dieta infantil y violencia**

Un estudio reciente (2009) llevado a cabo en el Reino Unido muestra que los niños que comían golosinas a diario eran más propensos a ser encarcelados por violencia a los 34 años. El estudio es el primero que examina los efectos a largo plazo de la dieta infantil sobre la violencia adulta.

El director del estudio, Dr. Simon Moore, considera que dar a los niños dulces y chocolate de forma regular podría impedirles aprender cómo esperar por obtener algo que desean. Incapaces de aplazar la gratificación podrían tender a una conducta más impulsiva, lo que se asocia en gran medida con la delincuencia.

Los investigadores descubrieron que el 69% de los participantes que eran violentos a los 34 años habían tomado dulces y chocolate casi todos los días durante su infancia en comparación con el 42 por ciento que no eran violentos.

Los autores concluyen que la asociación entre el consumo de golosinas y la violencia necesita investigarse más; sin embargo es importante dirigir recursos para mejorar la dieta infantil ya que esto podría mejorar la salud y reducir la agresividad.