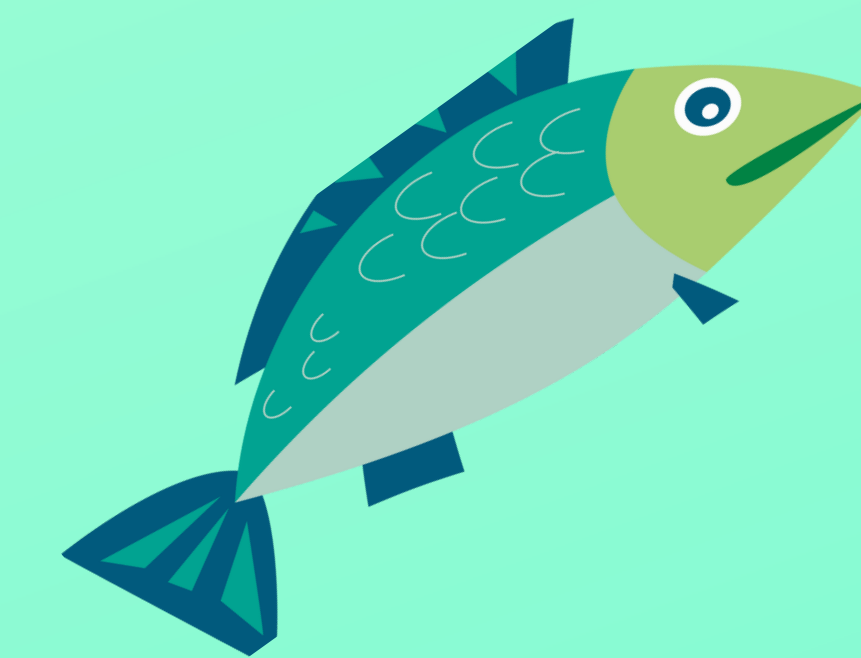


Els bombers no segueixen una dieta regular



IVAN BATALLA, HÉCTOR CERVELLÓ I JAN SÁNCHEZ
INSTITUT VALLÈS, SABADELL



Objectius

Els objectius d'aquest treball són averiguar si els bombers de Sabadell segueixen o no una dieta específica i comparar-la amb la dieta de la resta de la població que no sigui bomber per veure quins aliments consumeixen i quins nutrients els aporten. La hipòtesi inicial és que els bombers sí segueixen una dieta regular.

Introducció

Avui en dia existeixen infinitat de dietes, per a tot tipus de persones i d'oficis, cadascuna amb el seu objectiu, personalitzada i planificada a nivell personal. El fet que algunes professions demanin una forma física òptima, seria d'esperar que hi hagués relació amb una dieta concreta. Per tant, és probable que els bombers locals (de Sabadell) segueixin una dieta en concret.

Materials i mètodes



Dos formularis iguals, personalitzats per enquestar a dos tipus de públics. (Es va tenir en compte altres paràmetres com l'edat, el sexe, malalties...)



Bombers que van respondre al formulari (n=9).



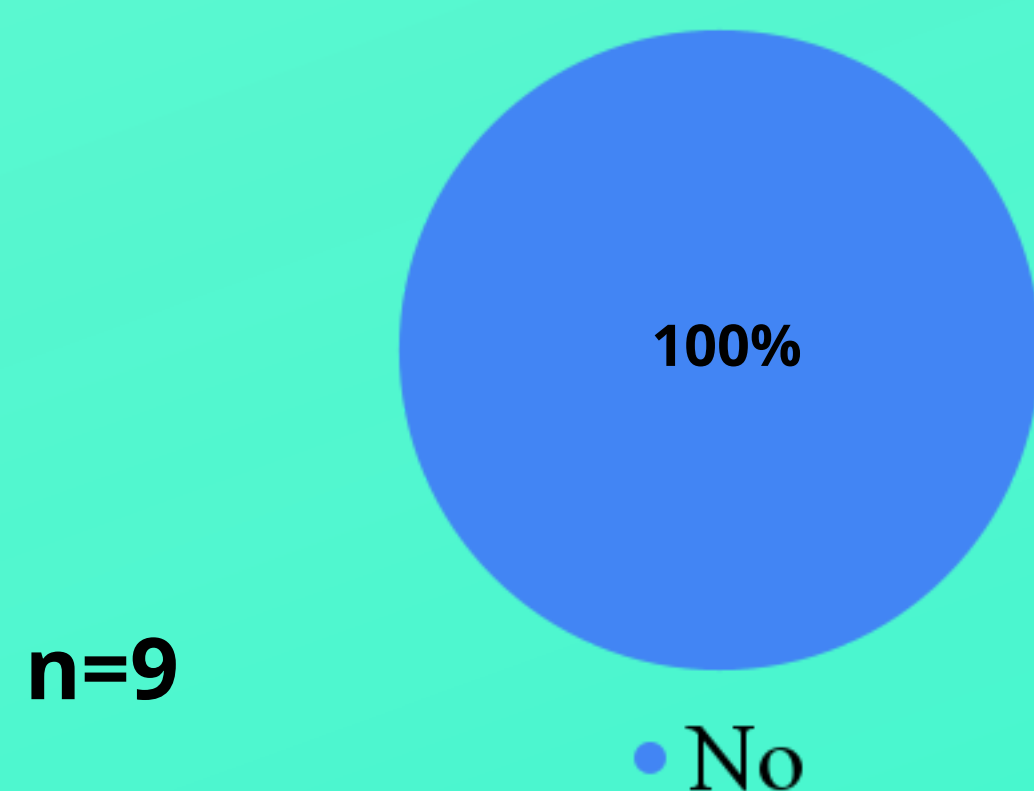
Gent aleatòria del carrer que va respondre el formulari (n=17) que comparteixen característiques amb els bombers enquestats (franja d'edat, pes, alçada, i sense prèvies malalties).

Resultats

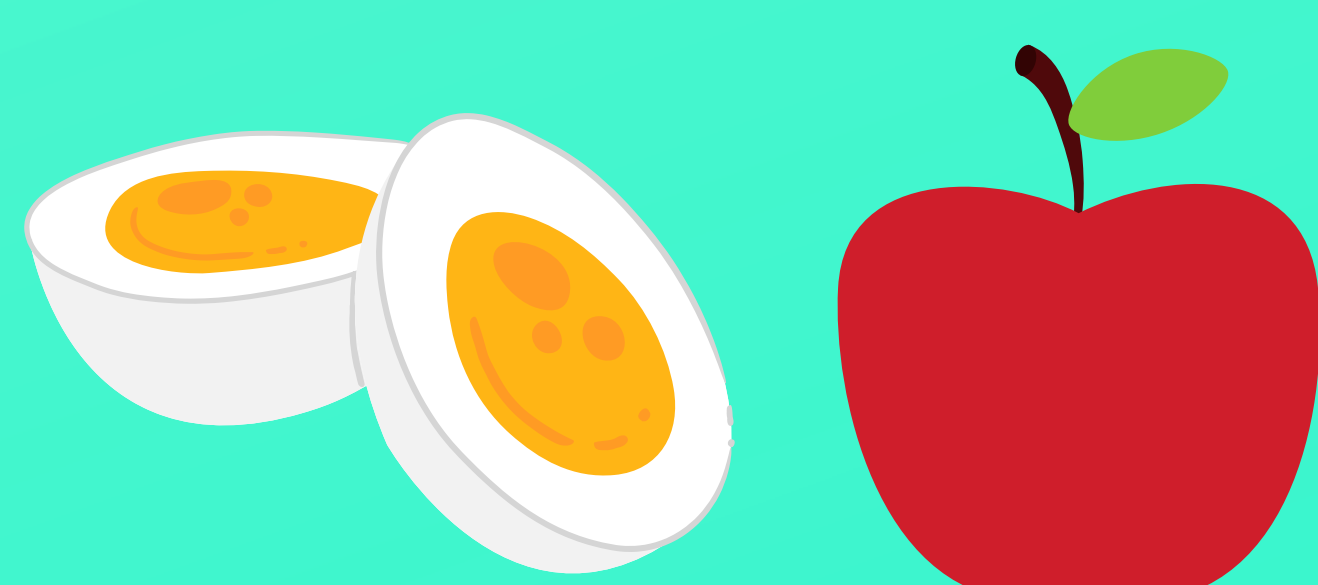
Els bombers de Sabadell no segueixen cap tipus de dieta de forma regular, mentre que una gran part de la gent aleatòria que va ser enquestada pel carrer sí que ho fa.

En el següent gràfic es pot observar que cap dels bombers que van respondre l'enquesta segueix una dieta regular.

Segueixes cap dieta regular?

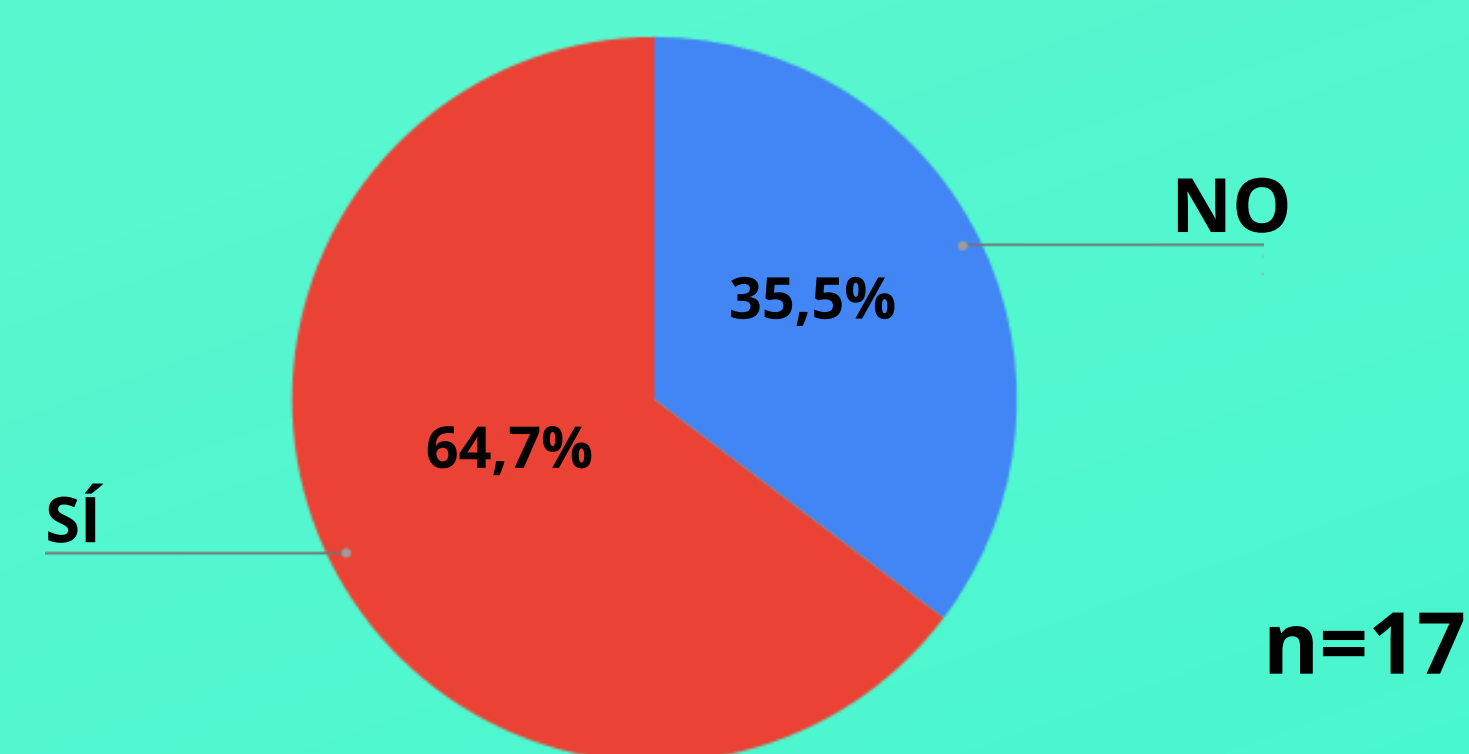


Gràfic extret de les respostes de l'enquesta que es va fer als bombers.



En aquest gràfic es pot observar que la majoria de gent que va respondre l'enquesta sí que segueix una dieta regular.

Segueixes cap dieta regular?



Gràfic extret de les respostes de l'enquesta que es va fer a la gent pel carrer.

A l'enquesta hi havia afegida una pregunta per donar detalls extra de la dieta. Aquestes són algunes respostes que la gent va donar:

- 1) Intento menjar verdures 4 cops a la setmana.
- 2) És una dieta rica en diferents tipus de proteïnes, carbohidrats... I m'aporta una gran quantitat de nutrients que necessito, ja que també segueixo una rutina d'exercicis.
- 3) Molta proteïna per intentar augmentar el pes.
- 4) La dieta que segueixo és per guanyar massa muscular.
- 5) Segueixo la dieta els set dies de la setmana amb excepcions d'un plat en dues setmanes.
- 6) Menjar variat i sa. Molt peix i molts vegetals. Carn que no sigui peix només els diumenges.

Conclusions

Gràcies a la recerca i les enquestes que s'han fet tant al carrer com al parc de bombers, es pot concloure que, com que cap bomber de Sabadell segueix una dieta regular ni específica, la hipòtesi plantejada inicialment és falsa.

S'ha de tenir en compte que a l'hora d'emprar dades de les enquestes per a l'anàlisi s'han escollit les respostes amb paràmetres similars als dels bombers (pes, alçada, edat...).

Els resultats obtinguts es podrien precisar més si aquestes enquestes es fessin a més quantitat de gent i de localitats diferents per tal d'extreure unes conclusions més fiables i extrapolables.

Agraïments

Volem agrair als bombers del Parc de Bombers de Sabadell per dedicar part del seu temps a contestar unes preguntes sobre la seva alimentació, i també a la gent que es va parar a respondre les enquestes pel carrer, ja que sense ells no hagués sigut possible la realització d'aquest pòster.

Webgrafia

<https://ajuntament.barcelona.cat/bombers/es/como-se-accede-al-cuerpo>

<https://violetacostas.com/cuantas-calorias-comer-dia-calculadora-nutricional/>