

# ESTUDIO DEL CONSUMO DE VITAMINA C EN LOS ALUMNOS DE SECUNDARIA Y BACHILLERATO.

MARTA GONZÁLEZ, ALEJANDRA LÓPEZ Y PAULA RISCART.

PROFESOR COORDINADOR: NURIA MUÑOZ MOLINA.

COLEGIO LA INMACULADA. C/. Misioneras Concepcionistas, Nº 1, ALGECIRAS, 11205 (CÁDIZ).

CORREO ELÉCTRÓNICO: nmunozmolina@gmail.com

[www.latomista.wordpress.com](http://www.latomista.wordpress.com)



## INTRODUCCIÓN:

Las alumnas trajeron a clase un artículo de una revista médica que hablaba sobre un caso de escorbuto que había sido detectado en Argentina recientemente. Al reflexionar sobre la importancia de una dieta rica en vitamina C, decidieron realizar un completo estudio sobre el tema con la población estudiantil de Secundaria y Bachillerato de nuestro Centro.



## OBJETIVOS:

Realizar un completo estudio sobre el consumo de Vitamina C en la población estudiantil de Secundaria y Bachillerato de nuestro Centro.

Practicar técnicas de análisis en laboratorio, tal como la Valoración Redox.



## METODOLOGÍA:

Confeccionamos unas encuestas que se pasaron a todos los alumnos de ambas etapas, un total de 160 encuestas.

Realizamos un estudio estadístico y su correspondiente representación gráfica, para extraer conclusiones fiables acerca de si la dieta es o no rica en Vitamina C.

Realizamos una serie de análisis de laboratorio, valoraciones Redox, para calcular la cantidad de Vitamina C que hay contenida en las raciones de fruta, zumo natural, zumo envasado, verdura, caramelos, que dicen tomar nuestros alumnos en las encuestas, para compararlas con las ingestas de referencia para la población (PRI) para la Vitamina C que definió el Comité Científico Europeo de la Alimentación.

X	Fi	XiFi	Xi²Fi
1	43	43	43
2	45	90	180
3	20	60	180
4	5	20	80
5	6	30	150
SUMATORIO	15	119	633

Elaboramos un estudio biológico en el cual se explica que la Vitamina C es imprescindible en la síntesis de colágeno, del neurotransmisor norepinefrina, en el metabolismo del colesterol, como antioxidante...y la reducción del riesgo de enfermedades que conlleva una dieta rica en Vitamina C.

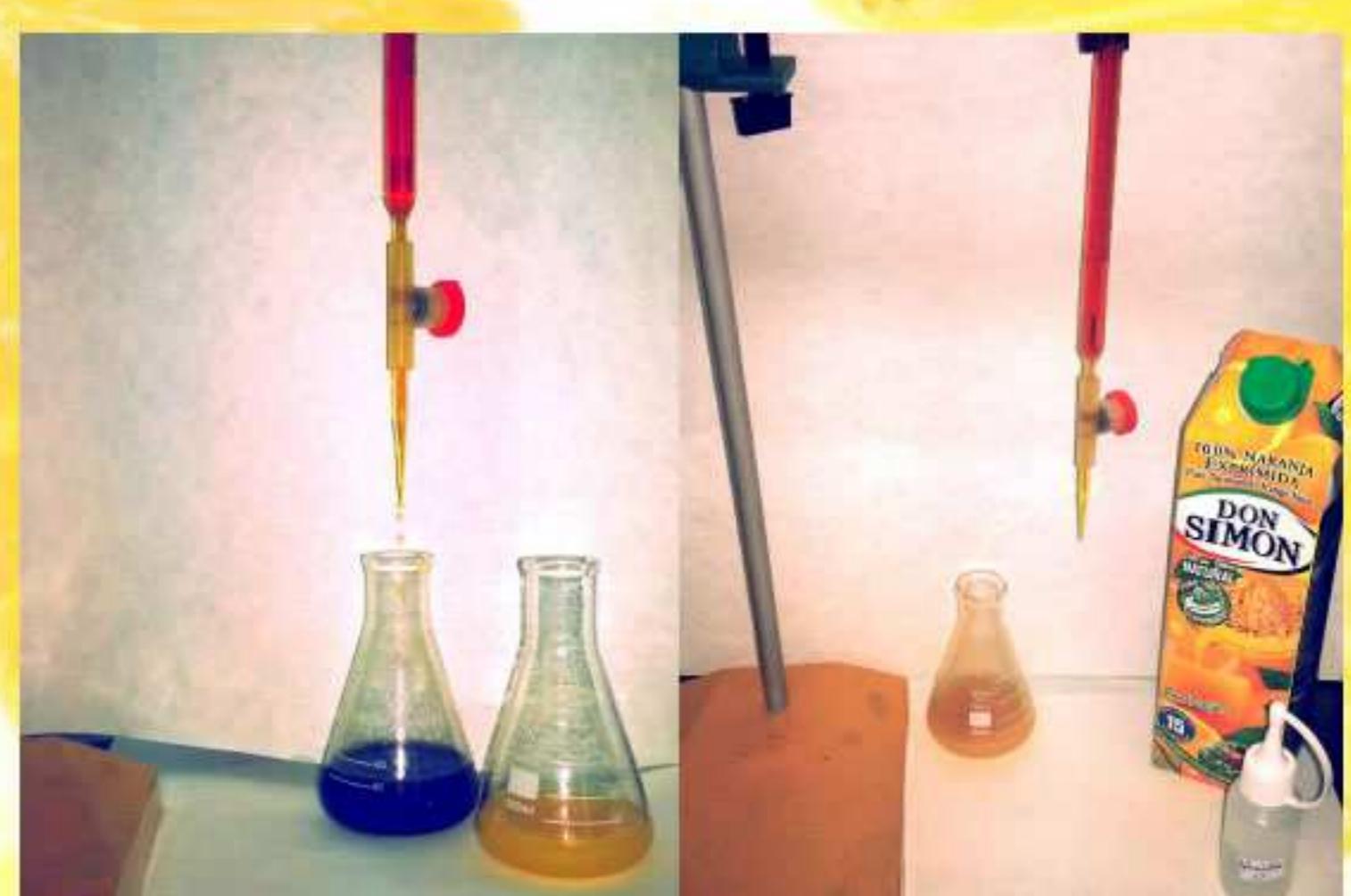
Por último hacemos una referencia histórica a las largas travesías marítimas desde el s. XV hasta el s. XVIII y cómo intentaban prevenir el escorbuto.

## RESULTADOS:

Al comparar la valoración de la disolución estándar de vitamina C con el resto de muestras analizadas en el laboratorio :

$$\frac{26,16ml_{yodo}}{0,25g_{vitamina\ C}} = \frac{V_{yodo\ gastado}}{X_g\ de\ vitamina\ C}$$

Con esta ecuación podemos los gramos de vitamina C que tienen los zumos analizados.



## AGRADECIMIENTOS:

A nuestra profesora , por ayudarnos y apoyarnos siempre de una forma incondicional, también agradecer a nuestro colegio La Inmaculada por todo su interés en nuestra formación y a "Alumnos Investigadores" por darnos esta oportunidad de exponer nuestro proyecto.