
■ Nota de premsa ■

S'inicia un estudi a escoles públiques de Cassà, Llagostera i Caldes de Malavella per incidir sobre els hàbits alimentaris saludables dels més menuts

El projecte inclou una mostra de més de sis-cents alumnes i se centra en l'àpat del berenar

L'equip d'atenció primària de Cassà de la Selva ha iniciat un estudi dels hàbits alimentaris dels nens de P5 i de quart de primària de sis escoles públiques dels pobles de Cassà de la Selva, Llagostera i Caldes de Malavella a l'hora del berenar. L'objectiu del projecte, que porta per nom "Berenars saludables", és en primer lloc detectar la millor manera d'arribar al col·lectiu per part dels professionals de la salut, i en segon terme, saber quins són els hàbits de la població objecte de l'estudi, un total de 623 alumnes.

Durant el mes de novembre es farà l'estudi dels hàbits actuals dels alumnes en relació amb el què berenen i l'activitat física que fan a través de diferents tipus de qüestionaris, molt visuals, adaptats a les edats; al cap de quinze dies, tots els alumnes tornaran a emplenar uns qüestionaris per saber si realment s'ha produït un canvi en l'hàbit de la població objecte de l'estudi. En el cas de Cassà de la Selva, l'equip d'infermeria hi sumarà diverses intervencions a les aules en forma de xerrada als alumnes de cinquè i en format de representació musical als més petits, acompanyades de material divulgatiu, per saber si l'acció dels equips de salut fan variar els resultats finals.

Diferents autors reconeixen la creixent preocupació per la dieta i la nutrició entre els joves, i en aquest sentit, la promoció de la salut, des d'una etapa primerenca de la vida, té un veritable impacte en la salut i benestar d'aquesta població. De fet, la promoció de l'alimentació saludable articulada com una de les branques de la promoció general de la salut és una eina accessible i eficaç, demostrant una reducció de la morbiditat relacionada amb diferents patologies en un futur.

Assegurar una nutrició saludable, especialment durant els primers anys de vida, és fonamental pel bon desenvolupament físic i mental de les persones. A més, els hàbits saludables adquirits durant aquesta anys de la vida, no solament ajuden a prevenir problemes com la desnutrició o el retard de creixement, sinó que també minimitzen l'aparició de problemes de salut crònics: obesitat, diabètics... a llarg termini.

Actualment, s'estima que el 31,1% de la població de 6 a 12 anys de Catalunya té un excés de pes (30,5% en els nens i 31,8% en les nenes). El sobrepès afecta en major grau a la població de nenes (un 22% envers el 20,1% dels nens), mentre que la obesitat és més prevalent entre la població de nens (un 10,4% envers el 9,8% de les nenes).

Gabinet de comunicació i premsa ICS Girona - IAS

Glòria Ametller. gametller.girona.ics@gencat.cat 647 333 280

Francesc Solà. fsola.girona.ics@gencat.cat 675 781 504

Maria José Velasco. mariaj.velasco@ias.scs.es 678 580 347



@icsgirona @iasgirona @htrueta

Segons explica la infermera Neus Ferrer, coordinadora en promoció de la salut de l'ABS de Cassà de la Selva i autora principal de l'estudi, l'escola i els companys poden tenir un paper fonamental en el canvi d'estils de vida i, entre ells, la dieta. "Cal aprofitar aquesta oportunitat per afavorir l'alimentació saludable dels alumnes, amb la cooperació dels pares i la comunitat". "És necessari però oferir coneixements en educació i nutrició i una formació adequada i fomentar la implicació de totes les parts involucrades en l'alimentació dels infants: la família, l'escola, els professionals sanitaris i els propis nens", diu Ferrer.

Aquest estudi se suma a les diferents iniciatives que s'estan duent a terme des de l'atenció primària per reduir els problemes de salut derivats d'una alimentació i hàbits de vida no saludables des de la infància. Destaca, entre d'altres, el programa "Nen@s en moviment", una acció conjunta l'Institut d'Assistència Sanitària (IAS) i l'Institut Català de la Salut (ICS) que té com a objectiu la promoció d'hàbits saludables.

3 de novembre de 2015

Gabinet de comunicació i premsa ICS Girona - IAS

Glòria Ametller. gametller.girona.ics@gencat.cat 647 333 280

Francesc Solà. fsola.girona.ics@gencat.cat 675 781 504

Maria José Velasco. mariaj.velasco@ias.scs.es 678 580 347

 @icsgirona @iasgirona @htrueta